





Sur le chemin de mon éveil...

...de Cœur à Cœur

Textes et illustrations de Chantal Blanchouin



Chantal Blanchouin

Sur le chemin de mon éveil...

...de Cœur à Cœur

Tome 1

Edition BOOKELIS

ISBN : 979-10-359-8176-1

© Chantal Blanchouin

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction,  
intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du  
contenu de ce livre.

## *Sincères remerciements*

À Malou, Lydie, Elisabeth, Stéphanie, Gaidig, Monique et Fabienne, pour leur soutien amical dans la relecture de ce recueil.

À Nicole, Pierre-Etienne, Corinne, Aline, Céline, Natacha, Charlotte, Chantal, Eloïse et toutes les belles personnes qui m'ont accompagnée sur le chemin de mon éveil spirituel.

Aux Hommes de ma vie et à mes fils, pour avoir été à mes côtés, de m'avoir soutenue, et de me soutenir encore et encore, et surtout, d'être qui ils sont pour me permettre de devenir qui je suis.

À Pascale de m'avoir transmis un petit bout de son savoir grâce auquel j'ai osé illustrer avec plaisir ce recueil.

## *Chaleureuses pensées*

Vers mes défunts parents, très chers à mon cœur.  
A mon frère, mes sœurs, et à toutes celles et tous ceux, croisé(e)s au détour de mon chemin, qui m'ont permis et me permettent d'apprendre et d'évoluer.

**« Soyez vous-même,  
c'est votre seule chance d'être original »**

Marcel Proust



## *Préface*

Depuis quelque temps,  
Je pense avec mon cœur  
C'est tellement plus apaisant !  
Je comprends alors,  
Que ce qui vient à ma conscience  
Est là pour me faire grandir.  
Et désormais sans réticence,  
Je me laisse écrire  
Et je dépose sur le papier  
Tous ces mots qui me sont confiés.  
Aujourd'hui, il m'est demandé,  
De m'autoriser à les partager.

**Alors je vous invite à découvrir un texte par semaine, prendre le temps de vous en imprégner, d'observer comment il résonne en vous pour laisser éclore de belles prises de conscience... Ou pas ! Peu importe, l'essentiel est de se laisser porter par la magie des mots pour soulager ses maux.**

**Ou bien laisser le hasard choisir la page et le moment, à sa guise...**

**Vous avez également accès au « livre audio » pour vous laisser porter par les vibrations de ma voix, en suivant ce lien :**

**<https://www.brindesagesse.fr/mes-creations>**

lecture des textes – Tome 1

Mot de passe : **20CBBdSTep21**

**Belle découverte...**

Sur le chemin de mon éveil



*Le flux de mes pensées*

## 1 - « *Un monde sans peur* »

Si, là, maintenant, nous imaginions vivre dans **un monde sans peur** ...

Que s'y passerait-il ?

La peur nous aide à ne pas prendre de risques inconsidérés, il ne s'agit donc pas de faire comme si la peur n'existait pas !

Toutefois, du fait de nos conditionnements, nos peurs nous limitent et nous empêchent souvent d'avancer sur notre chemin de vie.

Alors ...

**Imaginons** que chacun se libère de ses peurs irrationnelles, de ses doutes, de ses angoisses, de sa culpabilité, de ses regrets, de sa rancune ?

Que chacun démêle et mette à la lumière de sa conscience tous les conditionnements et les automatismes, tout ce qui le touche au plus profond et qui le fait réagir de façon impulsive, incontrôlée et souvent inappropriée.

**Imaginons** que l'on puisse se libérer de tout ce qui empêche de s'épanouir et d'être vraiment soi-même ...

**Imaginons** que personne ne redoute personne

Que tous se côtoient, se parlent, s'abordent sans préjugés, dans toutes situations : agréables et plaisantes, ou bien désagréables et tendues.

Que chacun s'ouvre et avance, sans détourner le regard, sans juger, sans redouter les critiques, sans chercher à changer l'autre, à le jalouser ou à le faire souffrir ...

**Imaginons** un monde où le droit d'expression est vraiment réel, où l'interprétation n'a pas sa place, où la colère est exprimée sans être explosive, où la manipulation et l'exploitation n'ont aucun intérêt.

## Sur le chemin de mon éveil

Ce monde-là est évidemment régit par **le respect et la bienveillance** pour soi et pour les autres.

**Les différences y sont mises en valeur** et y sont considérées comme de grandes richesses qui favorisent l'évolution humaine et permettent la complémentarité.

Alors, **la peur de manquer n'existe pas** car chacun découvre ce pour quoi il est fait. **Chacun utilise son pouvoir créateur et trouve sa place.**

Le travail est choisi et non plus subi, il devient source de plaisir et d'épanouissement.

**L'abondance s'offre à tous** car l'Argent retrouve sa juste place, c'est à dire : une énergie magnifique et bénéfique qui n'est pas un but, mais un moyen pour atteindre son but.

Avouer que c'est tentant ...

**Briser la chaîne de la peur et s'ouvrir à l'Amour !**

Cela vous semble utopique ?

Tant mieux, car je suis certaine, comme le disait Victor Hugo, que « l'utopie est la réalité de demain » !

Sans elle, l'humanité n'évolue pas ...

Pour ma part, depuis que je suis sur ce chemin-là, je me sens plus légère, plus libre d'être moi-même et beaucoup plus en paix.

Alors, même si la réalité de votre quotidien vous semble tout autre, je vous invite à changer votre vision du monde, en commençant simplement à vous poser quelques questions :

- Suis-je épanoui(e) dans ma réalité ?
- Qu'est-ce qui m'encombre aujourd'hui et me détourne de mes rêves ?
- Puis-je, moi aussi, porter un autre regard sur tout ce qui me fait souffrir, m'entrave, m'empêche de me réaliser complètement ?

## Sur le chemin de mon éveil

- Que se passerait-il alors dans ma vie ?
- Comment les choses évolueraient-elles ?
- Quel impact sur mon entourage, mon environnement ?
- Quel risque j'encoure à essayer ?
- Si je change, ceux qui m'entourent peuvent-ils changer aussi ?
- Si chacun d'entre nous change n'est-ce pas le Monde qui change ? Car n'est-ce pas nous qui formons « le Monde » ?

Vous qui me lisez, peut-être avez-vous déjà conscience de l'intérêt d'un tel cheminement.

Il est vrai que pour avancer seul(e) sur ce chemin-là c'est parfois compliqué.

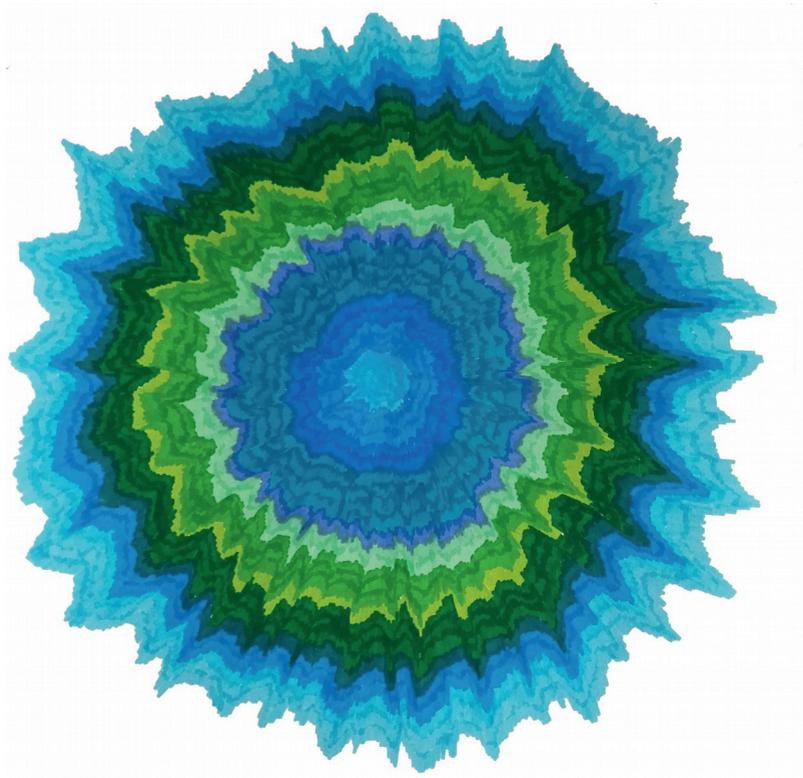
Alors je vous invite à vous ouvrir, à observer autour de vous, les personnes ou les méthodes susceptibles de vous aider car vu l'état actuel de notre environnement extérieur il semble que nous devons de toute urgence chercher à « **dépolluer notre espace intérieur** ».

Pour terminer, je rajouterais que la seule chose à ne pas oublier est de ne jamais laisser quiconque vous dire ce qui est **bon et juste** pour vous, car **seul votre cœur le sait**.

En lisant les textes qui suivent, laissez-**vous toucher**, laissez les mots **infuser en vous**...

**Je vous souhaite un bon voyage vers vous-même.**

Sur le chemin de mon éveil



*Epanouissement*

## 2 - « *L'authenticité...* »

L'authenticité...

C'est parler de sa vérité,

Sans rien cacher.

C'est apprendre à s'observer,

Sans rien se voiler.

C'est accepter ses qualités,

Sans les minimiser.

C'est valoriser ses facilités,

Et appréhender ses difficultés,

Sans rien vouloir changer,

Sans se juger, ni se critiquer,

C'est pouvoir les exprimer,

Sans les déformer,

Sans culpabiliser, ni se justifier...

L'authenticité...

C'est s'accepter dans sa globalité,

En laissant parler sa sensibilité,

En osant sa vulnérabilité,

Cette merveilleuse beauté...

Qui en nous, reste cachée !

Sur le chemin de mon éveil



*Fruits à croquer*

**3 - « Croquer la vie »**

Oui, j'ai envie...  
De croquer la vie !  
Oui, j'ai envie...  
Mais pas de cette vie,  
Que j'ai vécu jusqu'ici !  
Car dans celle-ci,  
A mourir, je m'ennuie !  
Ma vraie vie...  
Je la vois ainsi :  
J'ose être qui je suis,  
J'ose me sentir libre à l'infini,  
M'autoriser à fuir ce, et ceux qui m'ennuient !  
J'ose me tromper,  
J'ose expérimenter, m'amuser,  
Sauter, danser, chanter, créer.  
J'ose faire, j'ose être, j'ose dire  
Et surtout j'ose rire !  
Oui, oui, oui,  
De cette vie, j'ai très envie.