

Les ondes

d'espérance



François Gagol

JePublie

*Les ondes
d'espérance*

1.

On dit parfois :

« Le bonheur vient souvent de l'importance que l'on accorde aux petites choses et les problèmes viennent souvent de la négligence de ces mêmes petites choses. »

2.

Les gens n'ont pas toujours le temps de remercier, pas toujours le souci de prendre en considération, cela peut leur porter préjudices par rapport à autrui...

3.

« Ce n'est pas grand chose, c'est une bricole... qui n'a pas grand intérêt » disent-ils souvent...

4.

Un merci oublié peut parfois faire très mal.

5.

On ne demande pas forcément de longs discours, ou de longues phrases éloquentes mais juste une toute petite considération la plupart du temps...

6.

Y a plus important...disent
beaucoup de gens, que
de remercier...

7.

De là peuvent venir les
plus grandes blessures, les
plus grandes déchirures...

8.

Je vois parfois autour de moi des personnes désorientées simplement parce qu'untel ou untel ne l'a pas remerciée...

9.

Je ne pensais pas cela de lui ou d'elle...il (ou elle) n'a pas conscience de mes efforts, de ce que j'ai fait pour telle ou telle chose...

10.

Pour qui se prend-t-il ?

Pour qui se prend-t-elle ?

...et une petite rancœur
s'installe...

11.

« Il est vrai que c'est

une bricole, on ne va pas

en faire tout un plat ! »...

oui mais la petite

pensée « toxique » de

l'indifférence demeure...

12.

Et... indifférence +
indifférence font : pensée
toxique + pensée
toxique...

13.

De même que les petits
ruisseaux font les grandes
rivières... les petits
remerciements
entretiennent de grands
liens...

14.

La petite maladresse de l'indifférence creuse des fossés entre les gens.

15.

« Telle personne ne prend pas en considération ce que je fais...je ferais de même ! » aurait-on tendance à se dire...

16.

Il y a beaucoup plus de « gros sabots » que l'on ne pourrait le croire...

17.

Cela peut arriver à tout le monde « d'oublier » mais chez certaines personnes c'est récurrent...

18.

Savoir remercier c'est savoir vivre, pourrait-on dire ?

19.

En fait je pense que nous avons tous besoin d'être de temps à autre sur la même longueur d'onde de quelqu'un d'autre.

20.

Nous avons besoin de nous sentir reconnu et apprécié pour ce que nous faisons, à juste titre, pas à peu près...

21.

Nous avons souvent besoin de nous sentir sur la même longueur d'onde avec des gens, c'est souvent nécessaire à notre bien être, peut être même plus que l'amour lui-même...

22.

Nous émettons sans cesse des signaux en tout genre, inconsciemment...

23.

Un espoir, un désir, un souhait, une envie, une volonté... sont tous des formes de signaux que nous émettons sans nous en rendre compte la plupart du temps.

24.

Ai-je reçu un mail ?
C'est un signal... on espère d'autrui, par exemple...

25.

Telle personne va-t-elle apprécier ce que je lui propose ? C'est un signal envers autrui...

26.

J'espère que cela va lui plaire, j'espère que cela va aller, j'espère que c'est bien, j'espère avoir bien fait, j'espère, j'espère... etc. etc. Tout cela sont des formes de signaux envers autrui.

27.

Nous émettons sans cesse des ondes d'espérance, lesquelles, si elles ne sont pas « captées » nous reviennent en « pensées toxiques ».

28.

Bien sûr il n'y a pas que cela comme « pensées toxiques » mais une grosse partie viennent de là : de nos attentes frustrantes et décevantes envers les gens le plus souvent.

29.

Que faire, comment « moins souffrir » si je peux dire ?

30.

La solution est simple :
il faut émettre beaucoup
moins d'ondes
d'espérance.

31.

Plus facile à dire qu'à faire
me direz vous ?

32.

On émet sans cesse tout
au long de la journée,
c'est naturel, humain.

33.

Oui mais certaines personnes émettent beaucoup plus que d'autres sans s'en rendre compte et donc souffrent davantage.

34.

Un jour j'ai rencontré quelqu'un, un célibataire assez âgé, qui n'attendait pas spécialement l'amour, cela lui semblait égal et semblait ne pas du tout le travailler.

35.

Cela m'a paru longtemps un peu bizarre jusqu'à ce qu'un jour je comprenne : il avait accepté sa solitude.

36.

Pas du tout facile
d'accepter sa solitude.

37.

Les ondes d'espérance,
quelque part sont des
rejets dissimulés de la
solitude.

38.

Si vous n'attendez rien de
vraiment spécial de vos
congénères vous en serez
d'autant moins déçu.

39.

Si vous arrivez à accepter l'idée que quelque part on est toujours seul(e) au monde, vous vous ferez moins d'illusions sur les gens.

40.

La solitude peut être un puits de richesses.

41.

Trouver la plénitude en soi s'acquière avec un peu de temps et devient enrichissant à la longue.

42.

Tourner le regard vers l'intérieur, pas toujours facile au début, mais on peut y découvrir d'agréables surprises.

43.

Trouver le calme, la sérénité, un bien être, une certaine maîtrise de soi, une certaine quiétude.

44.

Avoir conscience des ondes d'espérance peut permettre de les stopper dès le départ jusqu'à ce que cela devienne naturel.

45.

Stopper le souhait, le désir,
l'envie d'être sur la même
longueur d'onde, se
résigner en quelque sorte.

46.

Arrêter de se faire de
fausses idées et regarder
le monde.

47.

Comme dit la chanson
de Michel Fugain :
« Même en mille ans
je n'aurais pas le temps
de tout voir,
de tout connaître »

48.

Aiguiser ses sens, son sens
de l'observation, son goût
pour la vie.

49.

Apprécier un petit moment de calme, un rayon de soleil, le chant d'un oiseau....

50.

Une onde d'espérance qui n'aboutit pas revient vers soi sous forme de pensée toxique.

Reproduction encouragée...
Mais soyez bien aimable de le
faire connaître à l'auteur !

© François Gagol, mai 2010

www.regardsbleuciel.fr