



## Le Combat intérieur

Un soir, un vieil Amérindien parlait à son petit-fils du combat qui se livre à l'intérieur de chacun de nous. Il l'expliquait comme suit: 'Il y a deux loups' en chacun de nous.

Le loup de l'ombre. C'est la colère, l'envie, la jalousie, la tristesse, le regret, l'avidité, l'arrogance, l'apitoiement, la culpabilité, le ressentiment, l'infériorité, le mensonge, l'orgueil, la supériorité et l'ego...

Le loup de lumière. C'est la joie, la paix, l'amour, l'espérance, la sérénité, l'humilité, la bonté, la bienveillance, l'empathie, la générosité, la vérité, la compassion ...

Après y avoir réfléchi pendant un instant, le petit-fils demande:  
'Grand-papa, quel loup gagne?'

Le Grand-papa lui répond simplement:  
'Celui que tu nourris.'

## Le cadeau retourné

*une petite histoire, comme on les aime au Petit Prince ...*

Lorsque j'étais un enfant, mon grand-père, un soir de pleine lune autour d'un feu qui crépitait, m'a raconté une histoire qui apporta beaucoup de force dans ma vie.

Il y a très très longtemps, dans un village lointain, résidait un vieil homme rayonnant de sagesse et unanimement respecté. Les gens venaient de très loin pour se réconforter auprès de lui.

Un jour pourtant, les villageois furent scandalisés en assistant à la scène suivante. Un jeune étranger de passage commença à invectiver le vieil homme, proférant avec violence les pires injures et sarcasmes.

Pendant un très long moment, il éructa ses critiques sur le doux solitaire, qui restait d'un calme de plomb, l'écoutant de toutes ses oreilles, souriant. Lorsque le jeune homme arrêta son flot de négativité, un silence s'installa...

Le vieil homme ouvrit la bouche :

*- Puis-je vous poser une question ?*

A quoi l'autre répondit, toujours excité :

*- C'est quoi, ta question ?*

*- Si quelqu'un offre un cadeau à une personne et que cette personne refuse le cadeau, à qui appartient le cadeau?*

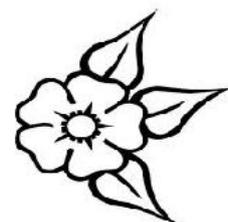
*- A celui qui l'a donné évidemment!...*

Le vieil homme conclut paisiblement :

*-Et bien, toute cette négativité que tu m'as offerte, je te la rends.*

Puis il partit, souriant et le cœur léger.

Le jeune homme s'assit,  
abandonna spontanément sa colère,  
et pleura...



# Le Chemin du Sabre



Un maître de sabre présenta ses 3 fils à un maître d'armes réputé, afin de lui montrer leur degré d'évolution dans cet art.

Il plaça un pot en argile en équilibre sur une porte entrouverte, puis il appela le plus jeune de ses garçons.

Celui-ci ouvrant la porte fit basculer le vase qui chuta, mais juste avant qu'il ne se fracasse sur le sol, le garçon avait saisi son sabre et décapité l'objet. Le père se tournant vers le maître lui confia que ce fils n'était pas encore parfait.

Il plaça un autre pot sur la porte entrebâillée et appela son 2em fils. Celui ci dégaina son sabre en un éclair et trancha le vase bien avant qu'il ne touche le sol. « Mon second fils a atteint un niveau supérieur », conclut le père.

Il répéta l'opération avec son aîné. Au lieu de dégainer son arme, l'aîné saisit le vase au vol et le posa délicatement sur le sol. Le père dit « celui ci a atteint le niveau le plus élevé ».

Le grand maître témoin des exploits des 3 garçons, plaça le vase intact au dessus de la porte et appela son meilleur élève. L'élève lançant un regard dans l'entrebâillement de la porte sourit, amusé et montrant qu'il avait compris l'intention de son maître, ne poussa pas la porte.



*Avec le 3em apprenti, on voit qu'une fois arrivé à la maîtrise, on ne détruit plus. On aime l'objet ou l'adversaire. Mais arrivé au niveau du 4em on atteint la perfection. On ne se laisse même plus piéger, plus besoin de résoudre les problèmes, on les évite.*

*La perfection dans l'art martial conduit à ne plus jamais avoir besoin de son arme.*

## Le point de vue de l'âne, une leçon de vie !



Un jour, l'âne d'un fermier tomba dans un puits.

L'animal gémissait pitoyablement pendant des heures, et le fermier se demandait quoi faire.

Finalement, il décida que l'animal était vieux et que ce puit devait disparaître. De toute façon, ce n'était pas rentable pour lui de récupérer l'âne. Il invita tous ses voisins à venir et à l'aider. Chacun se saisit une pelle et commença à enterrer l'âne dans le puits. Au début, l'âne réalisa ce qui se produisait et il se mit à hurler terriblement. Puis à la stupéfaction de chacun, il se tu.

Quelques pelletées plus tard, le fermier jeta un œil vers le fond du puits ; il en fut stupéfait ! Après chaque pelletée de terre qui tombait sur lui, l'âne faisait quelque chose de saisissant. Il se secouait pour enlever la terre de son dos et s'appuyait dessus.

Pendant que les voisins du fermier continuaient à pelleter au dessus de l'animal, lui se secouait et remontait progressivement.

Bientôt, chacun fut ébahit de voir l'âne hors du puits et se mettre à trotter !

*La vie ne va t'elle pas te confronter à toutes sortes d'épreuves ?*

*Le truc pour se sortir du trou ?*

*S'en servir pour se secouer et avancer ! Si tu le décides, chacun de tes ennuis peut devenir la pierre sur laquelle tu prendras appui pour t'élever.*

*Ainsi tu te sortiras toujours grandit des puits les plus profonds ...*

*Et d'autant plus si tu coopères avec d'autres !*