



# Larme

Larme à l'arme

RENÉ SON



René Son

# **Larme à l'arme**

ISBN : 978-2-9538730-2-3

© François Gagol, 2012  
Tous droits réservés

## **Petite note de l'auteur**

Je n'ai pas à dire à tel ou tel comment mener sa vie mais je dirais : il ne suffit pas d'aimer... Quand vous ne voyez pas l'autre, vous le blessez...

Ce ne sont pas toujours les plus jolies femmes les plus belles, ni les plus jolis messieurs les plus beaux. La beauté n'est pas toujours ce que l'on pourrait croire...

Le clinquant ne reste que du clinquant pour celui ou celle qui a l'œil...

Un des buts dans la vie est, je pense, de savoir reconnaître la vraie beauté des choses.

Pour citer un vieux chef indien : « Tu me regardes et tu ne vois qu'un vieil homme très laid et pourtant, à l'intérieur, je suis d'une grande beauté. Je suis assis comme au sommet de la montagne, et je lis l'avenir comme dans un livre ouvert. »



René Son

# Connaissez-vous Dieu ?







# Connaissez-vous Dieu ?

*Il y a quelques jours, je me surprénais à penser :*

1.  
Sans l'existence de Dieu  
la vie n'a aucun sens,  
tout serait un grand n'importe quoi...
2.  
Je ne me vois pas passer  
toute ma vie dans ce monde...
3.  
... ce monde qui parfois semble  
de plus en plus « malade »...
4.  
Croyez-vous que la vie soit sortie du néant  
sans qu'il y ait une ou plusieurs  
intelligences derrière ?
5.  
L'existence de Dieu  
est une chose, la relation

que l'on entretient avec lui  
en est une autre...

6.  
Dieu ne vous obligera pas  
à venir vers lui, mais à sa façon  
et à maintes reprises  
il vous le proposera...

7.  
Aussi bizarre peut-être  
que cela puisse sembler,  
il aimerait devenir votre ami...

8.  
Un célèbre philosophe  
et mathématicien français du XVII<sup>e</sup> siècle,  
Blaise Pascal, disait :  
« le problème des hommes  
(et des femmes bien sûr)  
c'est qu'ils ne savent pas  
rester seul enfermés dans une pièce. »

9.  
En effet, les gens ont peur d'aller regarder  
au fond d'eux-mêmes,  
« peur du miroir »...

10.  
La plupart de leurs occupations  
leur évitent de penser...  
et quelque part cela les arrange...

11.

Pourtant, comme le disait Blaise,  
le monde pourrait changer  
si les gens osaient s'interroger sur eux-mêmes...

12.

Les gens, souvent, aiment bien  
les pensées prédigérées  
par leurs amis, la famille...

13.

Ils aiment bien aussi  
la « supposée morale »  
pour être bien dans le sillon  
et ne pas trop s'écarter  
de la route toute tracée...

14.

Le bien n'est pas toujours le bien  
et le mal n'est pas toujours le mal  
et il ne faut pas confondre non plus amour,  
patience et bêtise...

15.

Dieu ne juge pas,  
il constate, il observe...

16.

Il est omniscient, omniprésent...  
Il connaît tout le monde,  
il sait combien de cheveux  
vous avez sur la tête,  
voire plus, beaucoup plus...

17.

Il connaît tous vos actes  
et toutes vos pensées secrètes...

18.

Il connaît toutes vos joies,  
tous vos rêves,  
et toutes vos souffrances...

19.

Il est toujours présent en vous,  
à côté de vous, où que vous soyez  
et à n'importe quel moment  
du jour et de la nuit...

20.

Il désire votre épanouissement  
même si parfois les apparences sont trompeuses...

21.

Il désire que vous fassiez vos expériences  
et que vous avanciez sur le chemin  
d'une certaine sagesse...

22.

Il restera toujours très discret  
et si vous ne le sollicitez pas,  
vous ne l'entendrez pas...

23.

Dieu peut communiquer avec vous  
d'une multitude de façons...

24.

Il faut ouvrir son cœur,  
ouvrir ses yeux, ouvrir  
ses oreilles, ouvrir son esprit...

25.

Faites le premier pas,  
juste le premier pas...

26.

Vous cherchez de l'eau  
pour vous rafraîchir  
alors qu'il y a un puits en vous...

27.

Apprenez à apprécier  
les petites choses anodines  
et vous serez plus heureux.

28.

« Une personne ne vaut réellement que  
ce qu'elle vaut aux yeux de Dieu et rien de plus »,  
disait saint François de Sales.

29.

« Vous qui tirez votre gloire les uns des autres,  
comme disait Jésus,  
apprenez à la tirer de mon père  
qui est dans les cieux... »

30.

Dieu aimerait que l'on apprenne  
à lui faire confiance...

31.

Il aimerait que vous lâchiez  
un peu le contrôle sur les choses...

32.

Même si l'on ne comprend pas toujours tout,  
qu'on lui accorde notre confiance quand même...

33.

Un soldat qui meurt au champ  
de bataille a le sentiment  
au moment de mourir d'avoir donné  
sa vie pour son pays...

34.

Dieu ne veut pas votre mal  
et il peut même devenir votre allié...  
bien sûr face aux difficultés,  
vous n'irez pas avec la fleur aux dents...

35.

Il vous répondra souvent de manière inattendue,  
et il n'est souvent pas à trois jours près...

36.

Il désire que vous vous construisiez au mieux  
et que vous appreniez à mieux penser par vous-même,  
à voir plus clair en vous...

37.

Il désire que vous réalisiez  
votre personnalité,  
développez votre potentiel...

38.

Nos efforts nous apportent des petites lumières  
qui brillent longtemps en nous...

39.

Au fur et à mesure que vous le connaîtrez,  
vous apprendrez à lui parler comme à un ami...

40.

Plus vous le remercirez et l'apprécierez,  
plus l'échange sera enrichissant...  
vous pouvez lui parler de tout  
sans tabou ni complexes...

41.

Il ne fera pas de vous un devin...

42.

Mais vous finirez par acquérir  
de la clairvoyance...

43.

Vous verrez plus clair dans vos problèmes  
et vous aurez plus d'énergie...

44.

Vous finirez par croire  
qu'avec l'aide de Dieu  
tout est réalisable...

45.

Vos pas se feront plus légers  
et vous aurez plus d'assurance...

46.

Parfois même,  
vous plaisanterez avec lui !

47.

Si vous le sollicitez,  
il vous fera connaître en temps et en heure  
les informations nécessaires...

48.

Plusieurs chemins peuvent mener  
au même résultat...

49.

Quand vous mourrez, vous aurez l'impression  
« d'aller dans la pièce d'à côté »...

50.

Il vous restera un choix :  
continuer à vivre dans « la pièce d'à côté »  
avec le sentiment d'avoir eu  
une vie terrestre satisfaisante...  
ou bien renaître sur Terre... pour modifier...  
avec toutes les difficultés et les risques  
que cela comporte...



Ne dites pas  
*mais dites !*

René Son





# Ne dites pas mais dites !

*Dans beaucoup de situations plus ou moins difficiles,  
le « ne dites pas mais dites » ne conviendra pas,  
mais parfois il suffit de voir la situation  
légèrement différemment...*

1.

Ne dites pas « il y a la vaisselle à faire ! »,  
mais plutôt « je vais débarrasser et nettoyer  
le coin vaisselle pour déstresser et rendre  
plus agréables les futurs repas ».

2.

Ne dites pas « il y a le ménage à faire ! »,  
mais plutôt « je vais rendre ma maison  
plus agréable à vivre et à regarder ».

3.

Ne dites pas « je vais transpirer  
à faire les poussières », mais  
« les meubles vont tellement briller

que je n'aurais plus besoin  
de miroirs ».

4.

Ne dites pas « je déteste faire les poussières ! »,  
mais « avec la radio allumée,  
sur une petite musique,  
je bouge et j'astique en rythme ».

5.

Ne dites pas  
« passer l'aspirateur va aspirer mes forces »,  
mais « adios amigos les petits minous ».

6.

Ne dites pas « il va falloir passer la wassingue »,  
mais « tout va sentir bon le propre ».

7.

Ne dites pas « après le ménage  
je serai à bout », mais « après le ménage,  
comme je vais me sentir apaisé(e) et détendu(e)  
de voir ma maison toute propre ».

8.

Ne dites pas « il faut vider les poubelles »,  
mais « une poubelle vide est tellement plus  
agréable qu'une poubelle qui déborde de partout ».

9.

Ne dites pas « il faut que je remette  
de l'ordre dans mes affaires »,

mais « j'ai plaisir à rendre  
les choses plus accessibles ».

10.

Ne dites pas « il y a les courses à faire »,  
mais « je vais faire un petit tour au magasin  
et flâner sur ce que je vais manger de bon ».

11.

Ne dites pas « je prends de la bière »,  
mais « je fais le plein en vitamines du groupe B ».

12.

Ne dites pas « il y a les enfants à s'occuper »,  
mais « je participe à l'éducation de mes chérubins  
et je partage avec eux leur quotidien ».

13.

Ne dites pas à un enfant  
« il y a tes devoirs à faire », mais dites-lui plutôt  
« pense à mettre un peu d'argent  
dans ta tirelire invisible  
pour quand tu seras grand ».

14.

Ne dites pas « j'ai dû me garer un peu loin »,  
mais « marcher au moins trente minutes par jour  
est recommandé pour la santé ».

15.

Ne dites pas « cette personne est bête »,  
mais « cette personne me donne l'occasion

de m'apercevoir que tout le monde  
est loin d'être parfait ».

16.

Ne dites pas « je me suis disputé(e) avec untel »,  
mais « untel m'a permis de mieux m'affirmer ».

17.

Ne dites pas « ils me saoulent avec leurs idées »,  
mais « il faut que je me protège de leurs idées  
qui me polluent ».

18.

Ne dites pas « je divorce »,  
mais « je vais bientôt pouvoir profiter  
à nouveau des joies du célibat ».

19.

Ne dites pas « Le réveil sonne,  
il faut que j'aille bosser »,  
mais plutôt « j'ai la chance d'avoir  
un travail et de pouvoir l'assumer ».

20.

Ne dites pas « c'est pas le top comme boulot »,  
mais « le travail ne plaît généralement pas  
mais d'une certaine façon il élève l'individu ».

21.

Ne dites pas « j'ai encore du pain sur la planche »,  
mais « la route est encore longue  
et je suis content(e) de savoir  
que je peux aller jusqu'au bout ».

22.

Ne dites pas « je me suis mal organisé(e) »,  
mais « la prochaine fois je m'organiserais mieux ».

23.

Ne dites pas « quel temps pourri »,  
mais « le mauvais temps  
apporte généralement de l'eau,  
ce qui est bon pour les fleurs  
et pour les cultures,  
et c'est aussi ce qui me permet  
de mieux apprécier le soleil ».

24.

Ne dites pas « je galère »,  
mais « je me bagarre pour tenter  
de parvenir à mes fins ».

25.

Ne dites pas « je rame »,  
mais « qui gagne sans efforts,  
trionphe sans gloire ».

26.

Ne dites pas « je suis nul(le) »,  
mais « je me rends compte  
que j'ai des lacunes à combler ».

27.

Ne dites pas « je suis une tare »,  
mais « je me rends compte que dans cette situation,  
j'ai encore de sérieux progrès à faire ».

28.

Ne dites pas « je n’y arriverai jamais »,  
mais « il me faudra peut-être  
un peu plus de temps que prévu ».

29.

Ne dites pas « je suis à bout »,  
mais « je suis sur le point de connaître  
une de mes limites actuelles ».

30.

Ne dites pas « je suis bête »,  
mais comme dit un proverbe  
« ce qu’un idiot fait,  
un autre idiot peut le faire aussi ».

31.

Ne dites pas « il ou elle  
est plus intelligent(e) que moi »,  
mais « il y a plusieurs formes d’intelligences,  
mathématique, littéraire, artistique,  
sportive, intelligence du cœur... »

32.

Ne dites pas « Personne ne m’aime »,  
mais « si j’arrive à m’aimer moi-même,  
c’est le plus important ».

33.

Ne dites pas « Je suis seul(e) »,  
mais « la solitude est un point de vue personnel ;  
quand on s’aime suffisamment soi-même,  
on ne se sent jamais vraiment seul(e) ».



34.

Ne dites pas « la routine me flingue »,  
mais « la routine fait partie de la vie,  
il faut pouvoir s'en accommoder ».

35.

Ne dites pas « je n'ai plus de goût à rien »,  
mais « les petits plaisirs  
comme écouter une belle chanson  
ou boire une boisson rafraîchissante, etc.,  
font souvent les plus grandes joies ».

36.

Ne dites pas « je n'attends plus rien  
de vraiment spécial de la vie »,  
mais « je me demande ce que la vie  
va encore m'apporter ».

37.

Ne dites pas « je m'ennuie »,  
mais « je vais réfléchir un peu  
à ce que je vais bien pouvoir faire d'intéressant ».

38.

Ne dites pas « je ne sais pas quoi faire d'intéressant »,  
mais « la vie est suffisamment vaste pour y trouver  
quelques trucs à faire ou à découvrir, ou à redécouvrir ».

39.

Ne dites pas « je n'ai pas le moral »,  
mais « je n'ai pas la grosse patate actuellement,  
mais je sais que cela est passager,  
je sais que cela va revenir ».

40.

Ne dites pas « rien ne m'intéresse »,  
mais « je déprime un peu actuellement,  
c'est normal que je vois un peu  
la vie en noir et blanc ».

41.

Ne dites pas « je suis négatif(ve) »,  
mais « Maintenant que j'ai vu  
que je suis négatif(ve)  
je vais me tourner vers le positif ».

42.

Ne dites pas « il n'y a pas d'espoirs »,  
mais « il y a bien souvent une solution  
au problème et ce n'est pas parce que  
je ne la vois pas qu'elle n'existe pas. »

43.

Ne dites pas « je suis au bout du rouleau »,  
mais « je vais essayer de prendre  
un peu plus de recul... et laisser  
un peu de temps au temps ».

44.

Ne dites pas « c'est fichu »,  
mais « la vie possède bien souvent  
des ressources inattendues ».

45.

Ne dites pas « il fait noir »,  
mais « c'est dans le noir  
que l'on voit le mieux la lumière ».

46.

Ne dites pas « je ne sais pas ce que je vais devenir »,  
mais « quand on a les idées confuses,  
généralement on ne voit pas bien clair sur l'avenir,  
il faut laisser décanter ».

47.

Ne dites pas « à quoi bon tous ces efforts »,  
mais « vivre, c'est faire quotidiennement  
des efforts ».

48.

Ne dites pas « à quoi bon vivre »,  
mais « vivre pour essayer d'apprécier  
les petites choses  
et essayer d'être heureux(se) ».

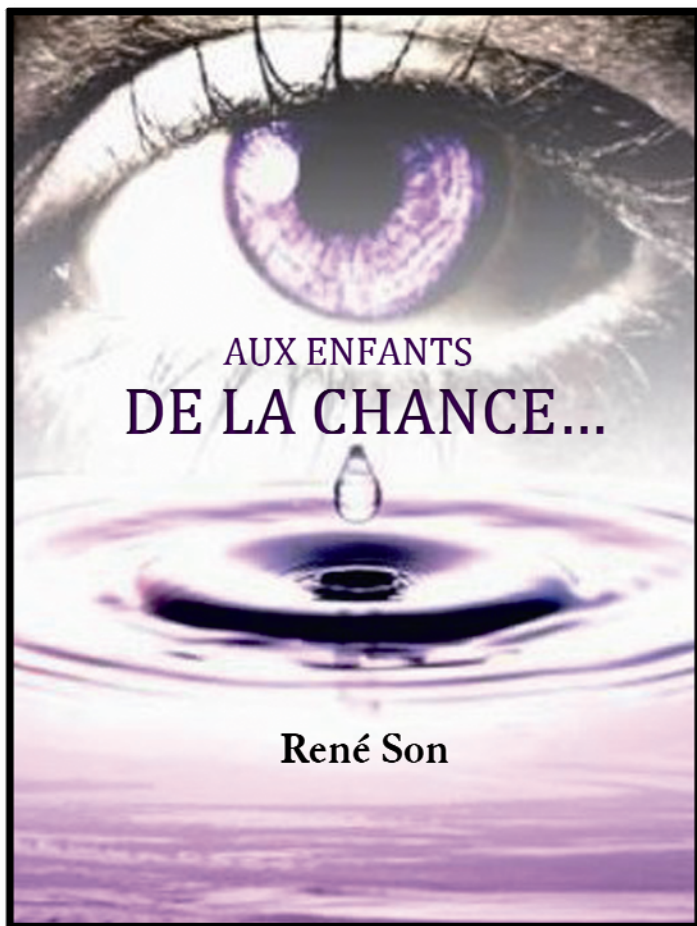
49.

Ne dites pas « la vie n'a aucun sens »,  
mais « la vie doit avoir un sens  
que je ne perçois pas très bien ».

50.

Ne dites pas « c'est quoi le bonheur »,  
mais « le bonheur est une image de soi  
que l'on regarde, une façon d'aborder la vie,  
ses plaisirs, ses joies et ses difficultés ».





AUX ENFANTS  
DE LA CHANCE...

René Son



# AUX ENFANTS DE LA CHANCE...

1.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... méfiance...

2.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... en substance...

3.

De nombreuses personnes ont l'esprit belliqueux  
et nombreuses sont celles qui ne savent pas  
se passer de la guerre...

4.

Le monde se développe  
et court vers la croissance,  
mais combien sauront se satisfaire d'une stabilité ?

5.

Le progrès peut-il toujours progresser ?

6.

Que feront les gens  
sans cette « marche en avant »  
qui les entraîne ?

7.

Beaucoup de gens cherchent le bonheur,  
mais quand ils l'atteignent,  
n'en sont pas satisfaits...

8.

Beaucoup de gens se plaignent  
de leurs mauvaises conditions de vie,  
mais ne savent pas apprécier  
un certain confort...

9.

Beaucoup de gens courent  
après le superficiel et l'éphémère...

10.

Beaucoup de gens courent  
après des chimères  
et après l'illusion du bonheur...

11.

L'ego bien souvent domine le monde...

12.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les trances,  
je dis... méfiance...



13.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les trances,  
je dis... arrogance...

14.

L'être humain a-t-il une nature constructrice  
ou bien destructrice ?

15.

D'une certaine façon, il détruit pour créer  
et il crée pour détruire !

16.

Croître pour détruire ou détruire pour croître ?  
That is the question ?

17.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les trances,  
je dis... réminiscences...

18.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les trances,  
je dis... remember...

19.

Remember toutes les violences  
et toutes les souffrances de l'Histoire...

20.

And ask you : Why ?

21.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... trouvez la clé de l'énigme...

22.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... trouvez la clé du bonheur...

23.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... libérez-vous du perpétuel leitmotiv  
« construction-destruction-construction-destruction... »

24.

Non, je n'ai pas fumé de hachisch !

25.

Non, je n'ai pas bu plus de vin que d'habitude !

26.

Serait-ce un petit coup de démence  
ou de clairvoyance ?

27.

Serait-ce l'effet d'avoir l'impression  
de pressentir l'avenir ?

28.

Serait-ce l'effet d'une certaine lucidité  
ou l'effet d'une souffrance dissimulée ?

29.

Serait-ce un cri pour tenter  
de percer la nébuleuse bêtise ?

30.

La bêtise qui, au quotidien,  
me fait souffrir...

31.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... méfiance...

32.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... défenses...

33.

Croyez en vous avant de croire en l'autre...

34.

Croyez en l'autre,  
mais pas aveuglément...

35.

Méfiez-vous des points de vue  
et des certitudes...

36.

Méfiez-vous des idées  
qui courent de-ci de-là et qui manipulent...

37.

Prenez un lasso  
et attrapez celles qui vous plaisent  
et qui semblent vous convenir au mieux...

38.

Attrapez-en des jaunes,  
des bleues, des roses, des vertes  
et des pas mûres...

39.

Méfiez-vous du moule  
dans lequel on veut vous faire rentrer !

40.

Méfiez-vous de votre naïveté et de l'hypocrisie  
ainsi que du côté sournois des gens !

41.

Le monde se développe  
et court vers la croissance,  
mais combien sauront se satisfaire  
d'une stabilité ?

42.

Le progrès peut-il toujours progresser ?

43.

Que feront les gens  
sans cette « marche en avant »  
qui les entraîne ?

44.

Beaucoup de gens cherchent le bonheur,  
mais quand ils l'atteignent,  
n'en sont pas satisfaits...

45.

Beaucoup de gens se plaignent  
de leurs mauvaises conditions de vie,  
mais ne savent pas apprécier un certain confort...

46.

Beaucoup de gens courent après  
le superficiel et l'éphémère...

47.

Beaucoup de gens courent  
après des chimères  
et après l'illusion du bonheur...

48.

Le petit ego bien souvent  
domine le monde...

49.

De nombreuses personnes ont l'esprit belliqueux  
et nombreuses sont celles qui ne savent pas  
se passer de la guerre...

50.

Aux enfants de la chance  
qui n'ont jamais connu les transes,  
je dis... ce qu'il manque au bonheur,  
c'est la sagesse...

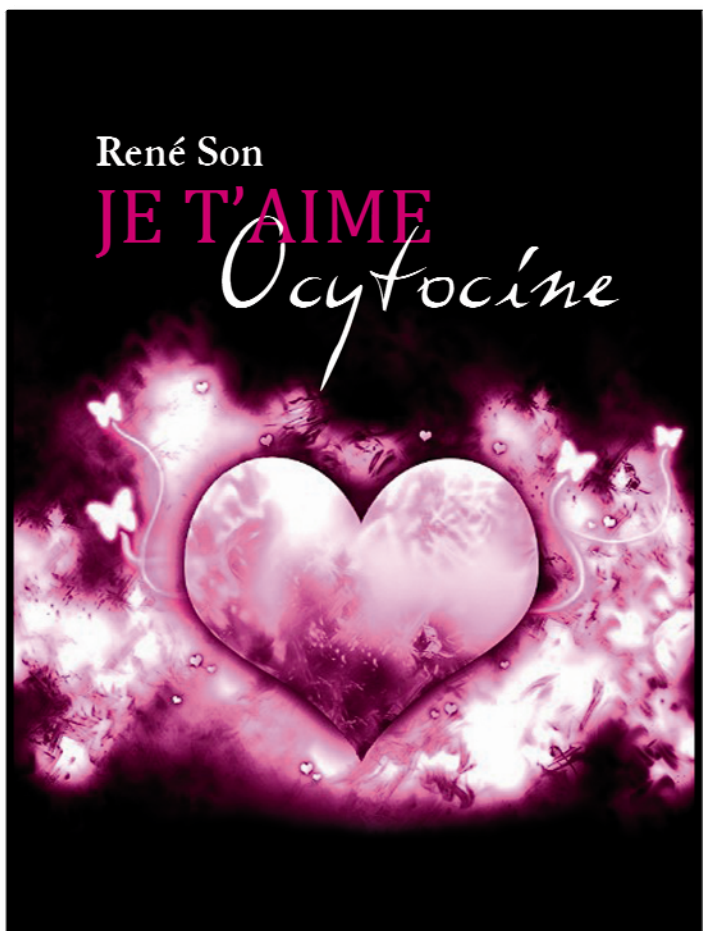
*Petite remarque :*

*Je me permettrais simplement de rajouter  
que bien souvent une vie tout entière  
est à peine suffisante pour l'acquérir correctement.*

René Son

JE T'AIME

*Ocytocine*







# JE T'AIME *Oxytocine*

1.

Quoi de plus beau que l'amour ?!

2.

Souvent, quand on aime, on se sent détendu,  
calme, serein, paisible... heureux (se)...

3.

On ressent une sensation de bien-être...  
un peu comme si nous étions  
sur un petit nuage...

4.

Nous avons l'impression de découvrir  
en nous des ressources,  
des qualités insoupçonnées...

5.

D'une certaine façon, il semble  
que le sentiment d'être amoureux(se)  
nous élève...

6.

Nous nous sentons légers, pleins d'énergie,  
la vie paraît beaucoup plus belle...

7.

Cela est bien beau... à condition  
que cela soit réciproque bien sûr...

8.

Quelle souffrance...  
quand on aime une personne  
et que celle-ci semble indifférente à nos avances...

9.

Autant l'amour peut sembler beau...  
autant il peut faire souffrir...

10.

L'amour... l'amour...  
il fait tourner le monde !

11.

Il engendre la passion et fait naître  
de grandes choses...

12.

On dit même que si l'on n'a jamais vraiment aimé  
alors on n'a jamais vraiment vécu !

13.

Et si l'amour n'était qu'un leurre ?

14.

Un leurre ? Un leurre dans quel but ?

15.

Un leurre de l'évolution...  
dans le but de nous reproduire ?

16.

L'amour engendre la reproduction  
et donc la survie de l'espèce...

17.

Notre mentalité a évolué  
depuis quelques milliers d'années...  
mais notre physique pas vraiment...

18.

L'amour est une réponse inconsciente  
à des stimuli olfactifs, visuels,  
auditifs, tactiles...

19.

Inconsciemment, nous nous préfabriquons  
une image idéale  
de notre partenaire idéal(e)...

20.

Ceci dans le but de transmettre  
au mieux... nos gênes...

21.

Compatibilité des gênes,  
optimisation du « mélange »,  
meilleures « garanties »...

22.

Oui, tout cela inconsciemment  
nous l'analysons...

23.

Et tous les jours, plus ou moins inconsciemment,  
notre cerveau, tel un logiciel qui mouline  
sur un ordinateur, analyse et cherche...

24.

Et quand il trouve une personne  
qui semble convenir à nos attentes,  
il libère une hormone : l'ocytocine !

25.

Et la « machine de l'amour »,  
la biochimie de l'amour se met en route...

26.

Dilatation des pupilles,  
augmentation du rythme cardiaque,  
obsession de l'être aimé, etc., etc.

27.

Nous nous sentons « tout chose »...  
on aime, du moins on croit aimer...

28.

L'amour ne s'intellectualise pas ;  
on ne sait pas vraiment pourquoi l'on aime !

29.

Les scientifiques s'accordent à dire  
que généralement l'effet de l'amour  
dure environ trois ans...

30.

le temps de se connaître un peu  
et de faire un bébé... pour être trivial...

31.

Après... cela s'atténue progressivement  
et vient le temps des concessions...

32.

En fait, cela est un peu triste à dire,  
mais le grand amour c'est un peu  
comme le père Noël... cela n'existe pas...

33.

L'âme sœur, celui ou celle qui est à la fois  
semblable et différent,  
qui comble nos attentes,  
qui comprend tout de nous...  
cela est bien souvent une illusion...

34.

L'amour est une drogue  
et nous sommes tous plus ou moins  
des « drogués de l'amour » !

35.

Tout ce que nous faisons,  
inconsciemment, a un but caché :  
la recherche de l'ocytocine !

36.

Nous désirons quelque part ardemment  
être amoureux(se) et le rester...

37.

Il est vrai que l'on se sent tellement bien  
quand cela nous arrive !

38.

Normal que nous recherchions  
un petit shoot d'ocytocine !

39.

Tous les beaux sentiments  
ne seraient-ils que des illusions ?

40.

Cela semble difficile à croire ?!

41.

Mais avec du recul et si vous avez déjà vécu  
un échec sentimental...

42.

Effectivement, on peut envisager  
la question !

43.

C'est sûr que, sans ou avec  
presque plus d'ocytocine,  
la relation de couple au quotidien  
paraît un peu moins agréable...

44.

Mais l'amour n'en devient-il pas  
aussi plus profond ?

45.

La nature se joue-t-elle de nous ?

46.

« C'est pas pour autant qu'il faut  
qu'on s'attache et qu'on s'empoisonne ! »  
comme dit la chanson...

47.

Serions-nous toujours seul(e) ?  
On ne se réalise pas en l'autre,  
mais avec l'autre...

48.

L'ocytocine nous fait croire  
que l'on va fusionner avec l'autre !

49.

Quand on sait que les scientifiques  
sont en train de la reproduire  
en hormone de synthèse...

50.

Un petit spray nasal... et oups !  
plus de chagrin d'amour !



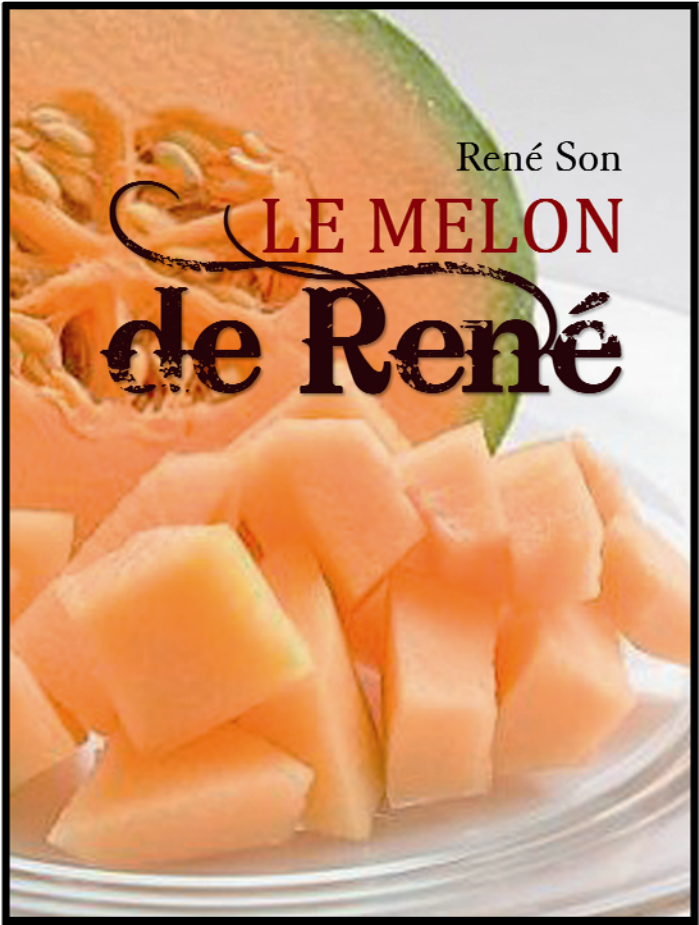
*Une petite remarque importante :*

*En fait, quand on souffre en amour ce n'est pas spécialement à cause d'un rejet de l'autre, mais plutôt à cause de l'hormone ocytocine qui crée un manque dans notre cerveau... l'être idéal ne serait en quelque sorte qu'une illusion occupée à nous « torturer » pour nous inciter à nous reproduire...*

*Serions-nous dans une sorte de « matrice » ?*

*Quelque part, on pourrait éventuellement s'autoriser à envisager la question...*







# LE MELON de René

*Après la madeleine de Proust, le melon de René...*

**1.**

Un jour en vacances  
je me régalaïs à manger du melon...

**2.**

Hum ! Le bon melon me dis-je  
en me léchant les babines !

**3.**

Sa couleur intérieure était d'un bel orange,  
il était bien juteux,  
je ne puis m'empêcher de penser :

**4.**

Et si un ou plusieurs êtres  
avai(en)t conçu ce melon ?

**5.**

Cette idée me titillait l'esprit,  
oui j'en ai des idées bizarres parfois !

**6.**

Non, me dis-je. Je pars dans le cosmos !  
Revenons de suite au plancher des vaches !

**7.**

Je le regardais paisiblement...  
Qu'il était beau et bon ce melon !...  
Il sentait bon le sable chaud,  
les vacances...

**8.**

Puis, peu de temps après,  
de retour chez moi,  
lors d'un repas familial,  
je me régalais à nouveau  
avec un melon similaire...

**9.**

Le melon commençait  
à me prendre le chou !

**10.**

J'avais les papilles gustatives qui jouissaient.  
N'était-ce que le fruit du hasard ?

**11.**

Si ce melon était le fruit du hasard...  
alors chapeau pour le hasard !

**12.**

Non, chapeau pour le melon !  
me répondit le hasard...  
qui fait bien les choses !

**13.**

Hum ! Je restais perplexe...  
Mon intuition me poussait  
vers une solution que je pressentais...  
mais un peu « saugrenue »...

**14.**

Non, je ne peux pas le croire !  
Mon cerveau « rationnel »  
ne va pas m'autoriser à le croire !

**15.**

Ce hasard n'est pas du tout aussi  
« grand n'importe quoi »  
qu'il voudrait bien le laisser entendre parfois,  
me dis-je...

**16.**

Mine de rien, il a du goût...  
et même une certaine classe parfois, ce hasard !

**17.**

Le melon ne paie pas de mine,  
mais quel jus il a !

**18.**

Je me posais la question :  
il y a combien d'atomes dans ce melon ?

**19.**

À la rigueur... la forme, la couleur... éventuellement...  
mais le goût, la saveur ?!

**20.**

Sacré canaillou de melon !  
me dis-je.

**21.**

C'est vrai que je m'en pose parfois  
des questions bizarres ?

**22.**

N'empêche que si un ou plusieurs êtres  
ont conçu le melon...  
ils sont balaises quand même !

**23.**

Vu de l'extérieur, il ne ressemble pas  
à grand-chose ce melon, au premier abord...

**24.**

Mais quelle surprise  
pour les plaisirs de la table !

**25.**

L'idée du melon quelque part  
a fini par m'obséder...

**26.**

En fait, je luttais contre  
mon cerveau rationnel...



**27.**

Je me suis pressé le citron  
et voilà ce qu'il en est sorti :

**28.**

Et s'il existait un ou plusieurs dieux  
(ou sous-dieux) du melon ?

**29.**

Un ou plusieurs êtres l'aurai(en)t pensé,  
imaginé, goûté, conçu...

**30.**

Non, je décolle ! me dis-je.  
Je me raconte n'importe quoi !

**31.**

Et pourquoi pas me dis-je ?  
Il croit tout savoir le « cerveau rationnel » ?...  
Mon intuition voulait percer  
le mystère au grand jour...

**32.**

Je m'autorisais donc à penser  
qu'effectivement un ou plusieurs êtres  
infiniment supérieurs à moi  
avaient dû le concevoir...

**33.**

Sympas ces êtres, me dis-je.  
Des dieux ? Des sous-dieux ?  
Ou autres ?

**34.**

Et s'il y en a qui ont fait le melon,  
d'autres ont du faire la fraise,  
la framboise, la pomme, la poire, etc.

**35.**

Agrandissons notre vision des choses, me dis-je.  
Pourquoi pas ?

**36.**

Pourquoi aurions-nous la prétention  
d'être seuls dans l'univers  
et de tout savoir ?

**37.**

On pourrait peut-être aussi dire  
de même avec les animaux,  
les plantes, les paysages, etc.

**38.**

En fait, il y a peut-être beaucoup d'êtres  
qui ont bûché dur sur le monde  
que nous connaissons ?

**39.**

La vie me paraissait plus sympa  
d'un seul coup...

**40.**

Je me sentais aussi moins seul  
dans l'univers, d'une certaine façon...

**41.**

Maintenant quand je vois  
quelqu'un qui refuse de prendre du melon  
en disant « j'aime pas ! »,  
je me dis intérieurement :

**42.**

Mince alors ! Tu ne te rends pas compte  
qu'il y en a qui ont bûché dur là-dessus !

**43.**

Et toi, sans goûter, tu dis « j'aime pas ! »

**44.**

Quelque part, tu fais un affront  
aux dieux du melon !

**45.**

Mais t'inquiète, me dis-je,  
je pense qu'ils te le pardonnent !...

**46.**

Je sais que cette façon de voir  
peut faire sourire...

**47.**

Mais maintenant je ne le conçois  
que difficilement autrement...

**48.**

Je me suis autorisé à le penser  
et les choses me semblent  
plus claires ainsi...

**49.**

Suis-je dans le vrai  
ou dans l'erreur ?

**50.**

Un jour une personne a dit :  
« Les gens ne comprennent pas Dieu  
car les gens sont compliqués...  
alors que Dieu est simple... »

René Son

DANS QUEL ETAT  
J'ERRE ?

Jimmy !  
Réponds-moi !





# DANS QUEL ETAT J'ERRE ?

1.  
Seigneur, Seigneur,  
toi qui sais toujours tout !  
Dis-moi s'il te plaît  
dans quelle direction je dois aller ?

2.  
**Cherche en toi-même  
et tu trouveras ! me dit-il...**

3.  
Seigneur, Seigneur, pourrais-tu  
être un peu plus clair si possible ?

4.  
**Insinues-tu que je ne parle  
pas très bien le français ?**

5.  
Non Seigneur ! Je ne suis pas  
bien doué du ciboulot, tu sais !

6.

**Je le sais mon p'tit ! Je sais  
que je t'ai mis aussi un peu  
de cire dans les oreilles...**

7.

Je ne vois pas aussi bien clair  
que toi partout dans la vie !

8.

**C'est justement ce qu'il faut  
que tu apprennes progressivement,  
mon p'tit !**

9.

Un petit tuyau ne serait pas  
de refus Seigneur !

10.

**Hum !, je me tâte !**

11.

Allez Seigneur !  
Dans ta grande miséricorde !

12.

Allez Seigneur si grand  
et tout puissant !

13.

**C'est bien parce que tu insistes  
un petit peu !...**



14.

**Regarde la lumière !  
C'est le chemin...**

15.

Oui c'est sûr qu'il vaut mieux  
avancer vers la lumière  
que vers l'obscurité !

16.

**Détrompe-toi mon p'tit !  
Tout le monde ne cherche  
pas forcément  
à avancer vers la lumière...**

17.

Qu'appelles-tu la lumière  
pour être un peu plus précis ?  
Tu sais, je n'en suis pas une !

18.

**Tu es une petite ampoule  
et je suis le phare !**

19.

Euh ouais !... pas mal  
comme comparaison !

20.

Je suis une petite ampoule,  
pas facile pour moi de m'éclairer  
le chemin !

21.

Si je trébuche parfois,  
tu comprendras  
que cela est normal Seigneur !

22.

Parfois il se peut que j'aie les piles  
qui se déchargent un peu !

23.

**T'inquiète ! Je comprends  
mon p'tit ! Don't stress !**

24.

Cela ne me dit toujours pas  
dans quelle direction aller ?

25.

Quel sens,  
quel but dois-je donner à ma vie ?

26.

**Ouh là !  
Tu emploies des grands mots là !**

27.

**Contente-toi déjà  
de pouvoir mettre un pied  
devant l'autre correctement !**

**28.**

**Et évite si possible de marcher  
dans ce qu'il ne faut pas !**

**29.**

**Tu en auras plein les semelles...  
et si je dois te porter...  
cela ne va pas être si facile...  
quoique pas bien difficile non plus...**

**30.**

**Tu m'as déjà porté ?**

**31.**

**Oui sur mes épaules parfois !  
Tu étais même un peu  
dans les vapes ! rappelle-toi !**

**32.**

**Tu te croyais abandonné,  
mais les traces de pieds  
que tu voyais derrière toi  
n'étaient pas les tiennes,  
mais les miennes...**

**33.**

**Je t'ai toujours accompagné.  
Enfin ! C'est de l'histoire ancienne maintenant,  
tu as fortifié un peu depuis...**

**34.**

**Merci.**

35.

Parlons un peu plus sérieusement  
de ma direction s'il te plaît.  
J'arrive bientôt au bout de mon petit texte !

36.

**T'inquiète !**

37.

Oui mais je n'ai pas dit  
grand-chose ?

38.

**Non ! C'est ce que tu crois !**

39.

**Les gens ne croient pas  
que l'on puisse me parler !**

40.

**Ils croient que seuls les « zinzins »  
peuvent me parler !**

41.

**Je vais te dire dans quelle direction  
tu dois aller...**

42.

**Attention  
cela va déboulonner !**

**43.**

**Avance vers toi !  
Avance vers qui tu es !  
Avance vers ce que tu es !**

**44.**

**Hum ! Ouais c'est vrai  
que cela déboulonne pas mal !**

**45.**

**Chaque jour qui passe,  
tu avances vers une image de toi-même  
plus affinée, plus ciselée !**

**46.**

**Chaque jour qui passe,  
tu te réalises un peu davantage...**

**47.**

**Tu te construis toi-même  
au quotidien avec les aléas de la vie...**

**48.**

**Pas besoin d'avoir  
de grandes perspectives,  
de grandes vues...  
Sois toi-même !**

**49.**

**Essaie d'apprécier la vie au quotidien,  
les grandes joies mais aussi  
tous les petits plaisirs anodins...**

**50.**

**Et n'oublie pas ce que tu disais :  
le bonheur est une image de soi  
que l'on regarde,  
une façon d'aborder la vie,  
ses plaisirs, ses joies  
et ses difficultés...**

# Une vie SUR LA TERRE

René Son







# Une vie SUR LA TERRE

*La petite discussion ci-après n'est  
qu'une hypothétique vision des choses...*

**RENÉ** : Dis Paul ?  
Cela fait combien d'années  
que l'on se connaît maintenant ?

**PAUL** : Oh tu sais René !  
Cela doit bien faire quelques milliers d'années  
maintenant !

**PAUL** : Pourquoi me poses-tu  
cette question ? On dirait  
qu'il y a quelque chose  
qui ne va pas ?

**RENÉ** : Non ça va ! Ici il y a tout  
pour être heureux !

PAUL : Je te connais assez bien !  
Il doit y avoir quelque chose  
qui te turlupine ?

RENÉ : Un peu oui ! Je ne sais pas vraiment !  
Je m'ennuie légèrement parfois !  
Je me pose des questions !

PAUL : Des questions sur quoi ?

RENÉ : Je me demande si je n'irai pas  
vivre une vie sur la Terre ?

PAUL : Ouh là ! Tu te rends compte  
de ce que tu dis là ?!

PAUL : Ce n'est pas facile du tout  
une vie sur la Terre !

RENÉ : Oui je sais ! Mais parfois,  
je me pose des questions sur moi-même !

PAUL : Qu'est-ce qu'il y a :  
tu n'as pas tout pour être heureux ici ?

RENÉ : Si si bien sûr, c'est le pied ici  
mais quelque chose semble me manquer !

PAUL : Allons René ! Ressaisie-toi !

PAUL : Et tu as pensé à Jeanne ?  
à Sophie ? à Fred... et toute ta famille et tes ami(e)s ?!

RENÉ : Oui, oui je sais !... Je risque  
de m'absenter plusieurs décennies  
et peut-être qu'après  
je ne serai plus le même !

PAUL : Sur la Terre, bien souvent, c'est le bin's !  
Et il y a aussi beaucoup  
de « drôles de loulous » là-bas !

PAUL : Tu risques de morfler !  
De déprimer ! D'attraper des maladies !  
De souffrir beaucoup !

PAUL : Tu le sais ça ?!  
Et pas seulement sur un court  
laps de temps !

PAUL : Et Jeanne ! Tu crois  
qu'elle va vouloir y aller aussi ?  
Je ne crois pas !

RENÉ : Oui mais tu vois : quand là  
je bois cette bonne bière avec toi  
eh bien... il semble me manquer quelque chose !

PAUL : Qu'est-ce qu'il te manque ?  
Tu veux faire quoi ?  
Tu veux voir quoi ?

RENÉ : D'une certaine façon, je crois pouvoir  
apporter un petit quelque chose  
aux gens et aussi à moi-même.

PAUL : Et qu'est-ce que tu voudrais  
apporter aux gens et à toi-même ?

RENÉ : Pas grand-chose,  
un regard plus optimiste peut-être,  
un peu plus confiant en la vie ?

PAUL : Tu sais que dans leur grande majorité  
tu ne les intéresseras certainement pas  
le moins du monde, les gens !

RENÉ : Oui je le sais !

PAUL : Tu sais comme on dit familièrement  
que tu risques de t'en prendre plein la figure  
pour pas un rond !

RENÉ : Oui, oui je le sais ! J'ai envie de voir la Terre,  
ses habitants, les paysages, la faune, la flore...  
là-bas...

RENÉ : J'aimerais voir la façon de penser,  
d'être, de réagir...  
j'aimerais avoir plus du recul...

PAUL : Tu es sûr ?  
Tu as bien réfléchi ?

RENÉ : Oui, quelque chose en moi  
me pousse à y aller !

PAUL : Il te faudra être fort  
et courageux...

RENÉ : Oui je le sais.  
Disons que je vais aller faire  
une petite excursion !

PAUL : Oui mais comment reviendras-tu  
après ta petite excursion ?

PAUL : Tu ne seras peut-être plus  
le même ?

RENÉ : C'est un peu comme  
les Pokémons : j'aurai évolué !

PAUL : Tu rigoles ! Tu vas nous manquer !  
Et après ! Quelle sera la relation entre nous ?

RENÉ : T'inquiète Paul !  
Après je retrouverai mes pénates,  
mes ami(e)s, mes habitudes,  
progressivement...

PAUL : Tu as du mérite et je respecte ta décision.

PAUL : Et tu désires y aller quand ?

RENÉ : Dans pas bien longtemps !

RENÉ : Je suis déjà allé à la centrale,  
j'ai déjà répondu à certains questionnaires  
et passé des tests...

PAUL : Cela te travaillait vraiment ?

RENÉ : Oui quelque part !

PAUL : Tu sais que tu vas tout oublier ! ?

RENÉ : Je le sais !

RENÉ : À la centrale, ils m'ont dit  
qu'ils m'avaient trouvé quelques programmes de vie  
qui pourraient me correspondre  
d'après mes tests et questionnaires...

PAUL : N'oublie pas qui tu es  
en tout cas !

RENÉ : T'inquiète Paul !  
Je dirais même un petit mot  
sur notre petite discussion là-bas  
dans un de mes petits textes,  
histoire de te faire un petit clin d'œil !

*« Il m'a fallu toute une vie pour comprendre que le  
bonheur se trouve dans les petites choses et non dans les  
paroxysmes de l'extase. »*

ANAÏS NIN,  
romancière américaine  
(1903-1977)

*« N'aie pas peur de la vie, ce que l'élève appelle épreuve, le  
maître l'appelle expérience. »*

DOMINIQUE ALLAIRE

*Pour agrandir le regard et en se plaçant à un autre niveau, je dirais que certains scientifiques s'accordent à dire que le fameux instant zéro du big-bang ressemble un peu à l'insertion d'un DVD dans un lecteur DVD, façon de parler...*







René Son

**LE MONDE A PEUR**



# LE MONDE A PEUR

1.

Un jour quelqu'un a dit :  
l'idée du malheur,  
c'est la souffrance des gens heureux.

2.

Plus ou moins inconsciemment,  
nous sommes envahis par la peur,  
elle est omniprésente.

3.

Nous avons peur de la vie,  
peur des autres,  
peur de nous-mêmes.

4.

Nous avons peur de nous tromper,  
peur de ne pas y arriver.

5.

Nous avons peur de ne pas être  
à la hauteur, nous avons peur du paraître...

6.

En quelques mots,  
nous avons peur de souffrir !

7.

Plus ou moins inconsciemment,  
nous avons tendance  
à croire que vivre c'est souffrir ?!

8.

La plupart du temps,  
nous sommes toujours sur nos gardes.

9.

Beaucoup de gens même n'arrivent pas  
à s'autoriser le droit au bonheur !

10.

Pour ces gens, le bonheur apparaît  
comme un luxe qu'ils estiment  
ne pas pouvoir s'offrir.

11.

D'une certaine façon,  
la peur stimule notre existence.

12.

Mais d'une autre façon,  
elle l'empoisonne ?!

13.

Nous ne pouvons pas nous permettre  
d'être des « babas cool » ou des « peace and love ».

**14.**

La vie ressemble un peu à une jungle ?!

**15.**

Comme dit un proverbe :  
qui veut la paix prépare la guerre !

**16.**

Nous avons peur d'être déçus,  
de tomber de haut.

**17.**

Nous avons peur de nous dévoiler.

**18.**

Nous avons peur d'être jugés,  
d'être incompris.

**19.**

Nous avons peur de ne plus être aimés.

**20.**

Nous avons toujours peur  
de souffrir.

**21.**

Souffrir d'une déception,  
d'une insécurité, d'un accident  
ou de la perte d'un être cher.

**22.**

Nous nous regardons  
les uns les autres avec méfiance.

**23.**

Oh lui ! Il a voulu me mettre  
une carotte ?!

**24.**

Comment essayer de se débarrasser  
de cette peur toujours plus ou moins sous-jacente ?

**25.**

Cette peur nous empêche  
de jouir pleinement de la vie,  
si l'on peut dire...

**26.**

Je pense qu'il n'y a pas vraiment  
de solutions !

**27.**

Seule une façon de voir les choses peut la réduire.

**28.**

Essayer de faire davantage confiance à la vie.

**29.**

Se dire que le bien  
n'est pas toujours le bien  
et que le mal n'est pas toujours  
forcément le mal.

**30.**

Souvent on apprend plus  
par une expérience malheureuse.

**31.**

Se dire que l'on apprend aussi  
avec des expériences heureuses.

**32.**

Essayer de s'enlever de la tête  
que « vivre c'est souffrir » !

**33.**

Essayer de faire le calme en soi,  
s'apaiser, méditer.

**34.**

Puiser de la bonne énergie  
dans la beauté de la nature !

**35.**

Les journaux papiers ou télévisés  
nous bombardent quotidiennement  
d'images qui nous font peur...

**36.**

De même régulièrement  
sur les bas-côtés des routes  
on voit des lapins, des oiseaux,  
des hérissons ou des chats écrasés !

**37.**

Il est difficile de vivre !

**38.**

Se tourner vers la foi ?  
Existerait-il une sorte de « justice divine » ?

39.

Nous ne pouvons pas tout comprendre  
avec notre petit cerveau !

40.

Imaginez un monde sans peur...

41.

S'il n'y a plus de peur alors il y a de la place pour l'amour...

42.

L'amour évacue-t-il la peur ?

43.

L'amour de qui ? L'amour de quoi ?

44.

Un problème ou une difficulté  
n'est pas toujours pour nous faire reculer.

45.

Le plus souvent nous avons peur de fantômes !

46.

Une phrase dit : qui ose gagne !

47.

On peut parfois longtemps souffrir  
de ne pas avoir osé !

48.

Arriver à surmonter ses peurs  
est une des jouissances de l'existence !



**49.**

Si l'on a peur, on risque d'avoir peur de tout  
et de rester confiné dans sa prison intérieure !

**50.**

Jésus a dit en regardant des moineaux :

« Regardez ces petits oiseaux...

Ils ne sèment ni ne moissonnent et pourtant,  
ils mangent tous les jours ! »

*Une petite remarque :*

*Une peur diffuse, telle une brume épaisse, jonche le sol de  
l'inconscient collectif.*

*Par ailleurs, la peur a souvent un côté obsessionnel, mais  
ce n'est pas parce que l'on ressent la peur qu'il y a toujours  
de quoi s'inquiéter.*

*Et comme on dit parfois : la seule chose qu'il faut craindre,  
c'est la crainte elle-même.*

*Dernière petite chose :*

*S'il l'on a peur, on risque de ruminer mentalement, on se  
pose des questions à propos de tout et de rien... et l'on  
entretient la peur... Le mieux est d'essayer de se changer  
les idées.*

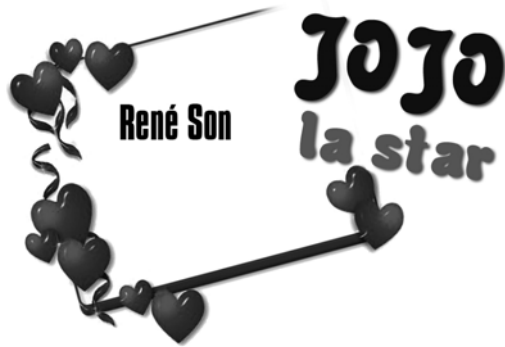


# Jojo la star

René Son







*Jojo est une star imaginaire dans son domaine de prédilection ; José est une personne pas très fute-fute, mais qui aurait tendance à être imbu de sa personne...*

**1.**

José : Hey ! Tu as vu Jojo la Star ! Ça pète !

**2.**

Jojo la star ? Je ne connais pas !

**3.**

José : Hey ! Jojo il te prend le truc...  
il te fait l'hélicoptère  
en deux trois mouvements...  
tu n'y comprends rien !

**4.**

José : C'est une bête ce Jojo !  
Respect Monsieur Jojo !

**5.**

Et Jojo ? Dans la vie  
tu le connais un peu ?

**6.**

José : Pas vraiment !  
J'ai entendu dire que parfois  
il est bête comme ses pieds !

**7.**

José : Ouais mais ce qu'il fait, ça décoiffe !

**8.**

Et si ton Jojo il faisait un vent ?

**9.**

José : Non avec Jojo  
ce n'est pas imaginable !

**10.**

Non mais sait-on jamais ?

**11.**

José : Dans ce cas la honte pour lui !  
Je ne le connais plus !

**12.**

José : S'il se plantait ?  
Non tu rigoles...

**13.**

J'ai déjà vu des supporters « enterrer » leurs idoles  
un peu avant la fin d'une partie de football...

**14.**

... puis les mettre sur un piédestal  
suite à un but libérateur...

**15.**

Des Jojo la Star...  
il y en a beaucoup...  
un peu partout...

**16.**

Qu'est-ce qu'un Jojo ?

**17.**

C'est quelqu'un qui a plus ou moins  
un petit don particulier au départ  
et qui le développe autant qu'il le peut...  
et qui ne travaille pas spécialement  
ses qualités humaines...

**18.**

Qu'est-ce qu'un José ?

**19.**

Ce serait une personne  
qui a une forte tendance à amalgamer  
don, talent et valeur de la personne  
et qui voudrait fortement devenir un Jojo...  
Il y en a beaucoup également...

**20.**

Un Jojo passe des heures  
et des heures et des heures  
à développer son talent !

**21.**

Généralement, cela lui occupe  
la majeure partie de son temps !

**22.**

Généralement...  
il ne fait pas grand-chose d'autre !

**23.**

Parfois même c'est son métier...  
C'est-à-dire qu'il peut y consacrer au moins  
dix heures par jour !

**24.**

C'est sûr qu'avec Jojo, cela va péter...

**25.**

Jojo il a du se prendre aussi  
de « grosses gamelles » à ses débuts ;  
nous n'en parlerons pas...  
pour le fun...

**26.**

C'est sûr que, comme le dit la chanson,  
« si je dis cela... je casse son image ! »

**27.**

Non Jojo, c'est la classe !



**28.**

Jojo c'est l'inaccessible, le rêve !

**29.**

Et si Jojo est bête comme ses pieds ?

**30.**

Réfléchissements Jojo ?

Qu'as-tu fait de ta vie ?

**31.**

As-tu déjà regardé  
un coucher de soleil  
ou une petite fleur qui pousse ?

**32.**

T'es-tu déjà posé quelques petites questions  
sur toi-même ?

**33.**

Réfléchissements Jojo... réfléchissements...

Tu es peut-être une star dans ton truc...

mais tu n'es pas forcément

une lumière !

**34.**

Réfléchissements José... réfléchissements...

Il ne faut pas toujours prendre des vessies

pour des lanternes !

**35.**

Quand tous les Jojo et tous les José sont en liesse...

d'une certaine façon, cela fait froid dans le dos...

**36.**

Toi qui bosses au moins  
35 heures par semaine,  
si ce n'est plus, au travail,  
quelque part tu frissonnes...

**37.**

Je suis qui moi ? À côté de Jojo, tu te dis...

**38.**

Je lui arrive à peine à la cheville !

**39.**

C'est sûr que pour José (ou Josée !),  
je suis incolore, insipide...

**40.**

Me trompé-je ?

**41.**

De là tend à venir le complexe...  
le complexe de José !

**42.**

J'aurais tendance à croire  
que si je n'ai pas le talent de Jojo...  
alors je suis un gros nul ! ?

**43.**

Qu'est-ce qui vraiment compte  
chez une personne :  
le talent ou la valeur humaine ?

**44.**

Osons nous poser la question,  
me dis-je !

**45.**

Tu prends monsieur ou madame X dans la rue  
et avec le temps, de l'argent et du savoir-faire...  
il y a de grandes chances d'en faire un Jojo la Star ?!

**46.**

Si la personne est un peu douée  
au départ... pourquoi pas ?

**47.**

Mais en bossant au boulot sept à dix heures par jour,  
plus les courses, les tâches ménagères,  
les enfants, etc., etc.

**48.**

Tu rajoutes la fatigue, le manque d'argent,  
les soucis, le stress au quotidien,  
l'éventuelle petite déprime ou le surmenage...

**49.**

Il faudrait peut-être arrêter  
d'amalgamer talent et valeur humaine !  
Osons nous poser la question !

**50.**

Un jour, dans le milieu du parachutisme,  
un professionnel m'a dit :  
« Tout le monde peut y arriver,  
tu prends un parpaing,

tu le fais sauter sans arrêt  
et tu finiras par le faire voler comme un pro ! »

*Petite remarque :*

*J'ai entendu dire qu'un acteur avait passé une année complète à préparer son film : sport quotidien, formations, coaching, débriefing, diététique, relaxations, soin de la personne...*

*Je ne veux rien dire de spécial, je ne suis pas jaloux... mais je veux juste dire... il faut voir les choses dans son ensemble... réfléchissements si je peux dire...*

*Je me permettrais juste de rajouter :*

*La valeur d'une personne, c'est ce qu'elle fait dans l'ombre pour essayer d'être quelqu'un de bien.*







1.  
Comment pourriez-vous définir un trou ?

2.  
Vous êtes-vous déjà posé la question ?

3.  
En voilà une question  
qu'elle est bonne !

4.  
Pas si facile que cela  
pour répondre...

5.  
Même difficile je dirais...

6.

En fait la définition d'un trou  
c'est l'absence de matière  
dans la matière...

7.

Cela vous en bouche un ! De trou !

8.

Un trou dans vos connaissances bien sûr...

9.

Parlons un peu plus sérieusement svp...

10.

Avez-vous entendu parler  
de la dernière soi-disant « apparition du Christ » ?

11.

Il serait apparu sur l'anus  
d'une chienne !!!

12.

Photo à l'appui, effectivement  
il y a une vague ressemblance...

13.

Cela peut surprendre...

14.

Je dirais même plus, cela  
peut choquer quelque part...



**15.**

On pourrait se dire :

« Il n'y a plus de respect pour rien ? »

**16.**

On pourrait se dire :

« Mon Dieu, comment cela est-ce possible ? »

**17.**

On pourrait se dire :

« C'est un blasphème ? »

**18.**

On pourrait se dire :

« Comment divulguer une telle photo ? »

**19.**

Surtout qu'il y a peut-être eu

un petit photomontage, je ne sais pas ?!

**20.**

Jésus est un être très respectable,

l'association d'idée paraît blessante...

**21.**

« Quel message Jésus veut-il

faire passer à ses ouailles ? » questionnait la presse...

**22.**

En voilà une autre question qu'elle est bonne !

Tout d'abord, on pourrait se demander :

Jésus désire-t-il faire passer un message ?

**23.**

Ensuite, je pense que s'il le voulait,  
il serait certainement  
un peu plus subtil...  
peut-être...

**24.**

Cette association d'idée  
de son soi-disant « portrait » affiché ainsi  
n'est pas très plaisante, ni très valorisante...  
voire même dégradante...

**25.**

Personne, je pense,  
n'aimerait cette interprétation pour lui-même !

**26.**

C'est vrai, me dis-je, cela semble  
un peu bizarre...

**27.**

Alors je posai la question à Dieu !

**28.**

C'est un peu blessant pour Jésus  
toute cette agitation médiatique  
autour de sa soi-disant apparition  
sur l'anus d'une chienne

**29.**

Il me dit : « L'anus est une partie  
du corps plus ou moins comme les autres ! »

**30.**

« Oui, dis-je, mais l'endroit  
est quand même un peu spécifique !  
Un petit peu quand même ! »

**31.**

Il me dit : « Apparition est un grand mot,  
interprétation serait plus appropriée. »

**32.**

Il me dit : « Il y a plusieurs centaines de millions  
de chiens et de chiennes sur la Terre... »

**33.**

Il me dit : « Il y a également  
plusieurs centaines de millions de chats,  
et toutes sortes d'espèces vivantes... »

**34.**

Il me dit : « Des formes,  
des pigmentations plus ou moins différentes,  
tu en as de toutes les variétés... »

**35.**

Il me dit : « Un visage,  
tu peux même en découvrir un  
dans une poêle à frire  
avec un peu d'huile que tu fais chauffer... »

**36.**

Tout est plus ou moins coïncidences,  
approximations, interprétations...

37.

Non, il n'y a pas de message particulier de ma part...

38.

Il n'y a qu'un message des Hommes aux Hommes...

39.

Les gens ont la liberté de s'exprimer,  
d'interpréter, de voir telle ou telle chose...

40.

Chacun, chacune exprime  
sa personnalité...

41.

Tu veux faire un scoop !  
Fais un scoop : montre qui tu es...

42.

Tu rigoles, tu « blasphèmes », tu t'en fous ?  
Moi je suis construis...

43.

C'est à toi de te construire...

44.

Je regarde, j'observe, je ne juge pas...

45.

Je laisse faire, je participe plus ou moins  
puisque je te réponds  
à ma façon...

**46.**

Comme je te le disais précédemment,  
des centaines de millions de formes  
et de coïncidences existent...

**47.**

Un jour ou l'autre, des choses se recourent...

**48.**

Et puis, on a toujours un peu tendance  
à voir que ce l'on désire voir...

**49.**

Non, je ne le prends pas mal...

**50.**

Le seul message de ma part serait  
(et il va de soi que je ne parle pas  
de Jésus en disant cela ; je préfère lever  
toute éventuelle ambiguïté mal appropriée) :  
Actuellement tu vis dans un monde « particulier »  
où même un trou du cul  
peut devenir une vedette !!!





René Son

# LA BIÈRE

extra-cosmique





# LA BIÈRE

## extra-cosmique

*La discussion ci-après n'est qu'une hypothétique vision des choses... hors univers...*

1.

Eh Dieu ! Comment ça va ?  
Ton univers, ça roule ?

2.

Tu as toujours la patate ? Pas trop fatigué ?

3.

**Ça va, ça va ! J'ai trouvé quelques ouailles  
qui se débrouillent pas trop mal,  
cela aide un peu...**

4.

Tu es sûr ? Sinon éventuellement,  
je peux venir t'épauler un petit peu ?

**5.**

**T'inquiète, ça roule,  
plus ou moins doucement  
mais ça roule !!**

**6.**

Tu es sûr ?  
Sinon, tu peux demander  
aussi un peu d'aide à Allah,  
si tu préfères !

**7.**

**Oui, je sais, merci !**

**8.**

Je trouve que tu devrais prendre  
un peu de vacances.

**9.**

Arrête la machine quelque temps  
et change-toi un peu les idées...

**10.**

Tu verras, cela te fera du bien !

**11.**

Tu sais, ta petite planète chérie, la Terre,  
elle ne va pas disparaître !

**12.**

Elle ne va pas s'envoler !

13.

Et même, si elle disparaissait,  
tu serais tout à fait capable de la retrouver  
de toute façon...

14.

**Oui, oui, je le sais, bien sûr !**

15.

Alors ! Qu'est-ce qui te prend le chou ?  
Stoppe un peu la vapeur  
et prends quelques vacances avec tes proches...

16.

De toute façon, tes chers terriens,  
ils ne s'en rendront même pas compte !

17.

J'ai fait cela avec mon univers  
il n'y a pas bien longtemps,  
je t'assure que cela m'a relaxé...

18.

Oui, j'ai pris quelques bains cosmiques,  
j'ai zigzagué entre les étoiles,  
je me suis avachi dans des trous noirs...  
C'était le pied !

19.

Je suis allé jeter un œil dans d'autres univers,  
avec la permission je précise...

**20.**

J'ai fait quelques nouvelles connaissances...

**21.**

J'ai eu quelques petits tuyaux...

**22.**

Cela peut toujours servir,  
on ne sait jamais...

**23.**

J'ai vu qu'il y avait aussi  
des poules bien mignonnes  
chez les collègues... tout à fait entre nous...

**24.**

Si, si... lache prise un peu de temps en temps !

**25.**

Et si tu veux rattraper  
ton retard, ton travail prévu,  
tu fais comme avec les dinosaures,  
tu accélères la cadence, le rythme du temps...

**26.**

De toute façon, personne ne s'en apercevra...

**27.**

Tu as beaucoup de souffrances  
sur ta petite planète chérie,  
c'est cela qui te tracasse ?!

**28.**

Tu sais, tes humains,  
ils sont en train de grandir...

**29.**

Et grandir, cela se fait souvent  
avec un peu de souffrances...

**30.**

Je sais que cela te fait souffrir également.

**31.**

Nous passons tous par là, tu sais !

**32.**

Sans obscurité,  
la lumière n'aurait aucun sens.

**33.**

Allez, tu verras, ça va aller !

**34.**

Accroche-toi au cocotier !

**35.**

D'un autre côté, au fur et à mesure,  
tu dois avoir des êtres qui s'accomplissent ?

**36.**

**Oui c'est vrai,  
c'est une satisfaction,  
une jouissance...**

**37.**

**Certains êtres ont bien avancé  
dans leur construction,  
mais beaucoup d'autres semblent aussi  
avoir quelque peu régressé !**

**38.**

**T'inquiète !  
Ils progresseront mieux au tour suivant !  
Du moins j'espère pour eux!**

**39.**

**Il y en a certains et certaines,  
je boirais bien une bonne bière  
bien fraîche avec eux !  
Ou une toute autre boisson savoureuse  
à leur convenance...**

**40.**

**Les autres ? Ils ne savent même pas que j'existe !**

**41.**

**Ou bien ils le savent,  
mais c'est un peu un dialogue  
de sourds ou de malentendants...**

**42.**

**Beaucoup de gens ne savent pas se remettre  
fondamentalement en question !**

**43.**

**Les gens sont un peu  
comme des icebergs !**

**44.**

**Quand ils vivent sur la Terre,  
pour faire une comparaison,  
tu vois la partie immergée de l'iceberg...**

**45.**

**Il est très difficile de les atteindre  
au fond d'eux-mêmes, de les modifier...**

**46.**

**S'il n'y a pas chez eux  
une ouverture vers la lumière,  
ils ne fondront pas...**

**47.**

**Et s'ils ne fondent pas,  
si je peux utiliser l'expression,  
ils ne pourront pas « s'évaporer »  
et venir me rejoindre...**

**48.**

**C'est une métaphore bien entendu...**

**49.**

**Et tout cela ne te paraît pas trop long ?!**

**50.**

**Si, un peu ! Mais en attendant,  
je mets des canettes au frais !**





René Son

*Protège*

TES AILES





# Protège

## TES AILES

1.

Un jour quelqu'un a dit :  
« les plus grands voyages sont intérieurs »...

2.

En effet, pas forcément besoin  
de visiter le monde pour le connaître !

3.

Un petit coup de blues ce soir...

4.

Cet après-midi,  
j'ai discuté avec un ange...

5.

Elle était blonde et douce comme  
les blés d'été juste avant la moisson...

6.

Elle avait du soleil dans les yeux  
et sa voix était mélodieuse...

7.

Nous nous sommes dit au revoir,  
je ne la reverrai peut-être plus jamais...

8.

Quel effet, quelle impression  
lui ai-je donné?

9.

Qu'a-t-elle vu de moi ?

10.

Si je me fie à mes statistiques personnelles,  
elle n'a pas dû voir grand-chose...

11.

Une phrase dit : « Dans une situation difficile,  
toi t'es un gars qui supporte bien la pression !  
Si si, tu assures ! Tu la bois un peu certes (la pression),  
mais tu la supportes bien... »

12.

Prends un peu de recul,  
protège tes ailes !

13.

Essaie de faire confiance à la vie...  
Essaie d'en écouter la douce musique...

14.

D'une certaine façon, le principal  
est que tu saches ressentir l'amour...

15.

Ta douce dulcinée apparue est  
une représentation de l'amour auquel tu aspiras...  
une image, une projection  
d'une forme particulière d'idéal...

16.

Tu la reverras ? Tu ne la reverras pas ?  
Il y aura quelque chose ou pas ? Qu'importe !  
L'amour a plusieurs visages, pourrait-on dire...

17.

Oui mais l'avoir avec cette femme,  
ce serait bien quand même ! Certes !

18.

Prends un peu de recul,  
protège tes ailes...

19.

Deviens léger, souple, flexible,  
détache-toi de toutes tes représentations  
qui te font souffrir...

20.

Dépasse les apparences, dépasse le paraître !  
Aie davantage confiance en ta valeur et en la vie !

21.

D'une certaine façon,  
apprends à contrôler ton esprit  
et à le rendre paisible, sans souffrances.  
Relativise, positive...  
Deviens léger, souple, agile...

22.

Regarde davantage autour de toi  
et essaie de mieux apprécier ton quotidien.  
Apprends à voir le beau dans les petites choses  
apparemment banales.

23.

Arrête de te lacérer les jambes  
et marche d'un pas plus affirmé.

24.

Ne marche plus tête baissée  
comme une victime  
mais regarde devant toi...

25.

Sourit aux gens, sourit à la vie,  
deviens positif et optimiste...

26.

Cherche la lumière  
même si elle est très faible  
car elle peut tout changer...

27.

Elle peut tout éclairer  
si tu prends l'habitude de l'utiliser  
régulièrement...

28.

Il n'y a pas de victimes, il n'y a que des gens  
qui ne voient pas bien clair...

29.

Ton potentiel est beaucoup plus grand  
que tu ne saurais l'imaginer...

30.

Hier midi à table, j'écoutais  
trois dames respectables parler  
du mariage des prêtres...

31.

« Pourquoi pas ! » dit la première.

32.

« Il ne peut pas car il est déjà marié avec Jésus ! »  
dit la deuxième.

33.

« Et si jamais il divorçait...  
là ce serait le comble,  
il n'y a plus de dignité ! »  
dit la troisième.

34.

« Seigneur prends pitié ! »  
me suis-je dit intérieurement !

35.

Prends du recul, protège tes ailes !

36.

Il y a deux jours, je lisais  
une phrase dans un livre sur la sagesse,  
laquelle disait approximativement :  
le sage adore le pâle et le fade et n'a besoin de rien.

37.

De quoi donner vachement envie  
de travailler sur soi-même !  
Le sage semble prendre son pied  
dans le non-être !

38.

Pourquoi la vie est-elle alors  
si colorée et si variée, si je peux dire ?!  
Le sage doit-il être, comme on schématise parfois ,  
« un doux dingue » ?!

39.

Le sage ne sait-il pas s'amuser, faire la fête,  
participer, profiter de la vie ?!

40.

Je ne suis pas particulièrement pour l'abstinence  
mais plus pour le contrôle et la modération.



41.

Prends du recul, protège tes ailes !

42.

Comment essayer de se construire  
au mieux ?

43.

Ce n'est pas en suivant l'avis des autres  
que l'on avance vers la lumière  
mais en allant chercher les réponses  
au fond de soi-même.

44.

Beaucoup de gens soi-disant bien respectables  
sont en fait, comme on dit familièrement,  
« à côté de la plaque ».

45.

Ces derniers jettent souvent des regards  
condescendants voire méprisants  
sur les soi-disant « mal dégrossis ».

46.

Les cerveaux qui savent analyser  
et résoudre des problèmes complexes  
n'en sont pas moins épargnés.

47.

La pureté n'est pas  
ce que l'on pourrait croire !

48.

Mozart était très vulgaire, paraît-il !

49.

Le personnage de dessin animé « Shrek »  
est pur même s'il pète et s'il rote sans complexe !

50.

« On ne voit bien qu'avec le cœur ;  
l'essentiel est invisible pour les yeux »  
disait Antoine de Saint-Exupéry  
dans *Le Petit Prince*...

*Protège tes ailes...*



René Son

LASSE TOMBER  
*la semoule*



LAISSE TOMBER  
*la semoule*

*Ce que vous allez lire est à lire avec un peu de recul...  
Bizarrement je me surprénais à penser :*

1.

Tu sais pourquoi tu patauges  
dans la semoule ?

2.

Tu sais pourquoi parfois  
tu gémis comme une bête qui souffre ?

3.

Tu sais pourquoi les lauriers,  
ce n'est pas spécialement pour toi ?

4.

Tu sais pourquoi  
tu cours toujours après l'amour ?

5.

Tu sais pourquoi tu t'épuises  
dans ton travail ?

6.

Tu sais pourquoi parfois  
tu as l'impression de perdre  
ton temps inutilement ?

7.

Tu sais pourquoi parfois  
tu ne te sens pas à ta place ?

8.

Tu sais pourquoi parfois  
tu as l'impression de faire le pingouin ?

9.

Tu sais pourquoi parfois  
tu as l'impression  
que l'on ne te voit pas ?

10.

Tu sais pourquoi on semble  
te regarder de haut ?

11.

Tu sais pourquoi la vie parfois  
te semble un peu monotone ?

12.

Tu sais pourquoi parfois  
tu as l'impression  
de ne pas arriver à voir le bout du tunnel ?

13.

La réponse, d'une certaine façon, est simple :  
parce que tu n'arrives pas  
à le supporter autrement !

14.

Il est, bizarrement, plus facile  
de marcher dans la semoule  
que de marcher dans le bonheur !!!

15.

Il est difficile de se dire  
que l'on mérite d'être heureux !

16.

Il est difficile de se dire  
« Pourquoi n'aurais-je pas le droit  
de jouir de telle ou telle chose ? »

17.

Il est difficile de se libérer  
de ses chaînes !

18.

Il est difficile de croire que vivre,  
ce n'est pas forcément souffrir !

19.

Il est difficile  
d'être vraiment heureux !

20.

Inconsciemment, on ne peut s'empêcher  
de ne pas y croire !

21.

Nous sommes enfermés  
dans nos représentations mentales,  
nous sommes mentalement barricadés!

22.

Nous sommes durement attachés  
à nos principes, à nos croyances,  
à nos convictions, à notre soi-disant dû !

23.

Nous ne sommes pas assez  
ouverts et tolérants ! Pas assez souples !  
Trop lourds si je peux utiliser l'expression !

24.

Nous ne voyons souvent la vie  
qu'à travers nos œillères  
et nous sommes trop rigides !

25.

Nous sommes méfiants  
et le plus souvent fermés  
à une autre vision des choses.

26.

Nous manquons de souplesse d'esprit,  
d'une certaine « légèreté »...



27.

Il paraît que même  
dans des conditions extrêmes,  
on peut être heureux.

28.

J'ai lu dans un article  
que pendant la Seconde Guerre mondiale,  
certains déportés dans les camps de concentration,  
rien qu'avec un petit croûton de pain dur,  
arrivaient momentanément  
à ressentir le bonheur.

29.

Le bonheur !  
Tout le monde y aspire !  
Mais inconsciemment, tout le monde  
ne s'en sent pas digne  
et surtout ne le comprend pas.

30.

Beaucoup confondent  
bonheur et extase !

31.

Le bonheur est surtout une façon  
de voir les choses en général,  
le bonheur est simple.

32.

On peut être très heureux  
simplement en regardant  
un oiseau ou une fleur...

53.

On peut être très heureux  
simplement en écoutant une belle chanson  
ou en prenant un petit café...

54.

C'est souvent « le verre à moitié plein  
ou à moitié vide ! » si je peux dire...

55.

Rien ne nous empêche momentanément  
d'arrêter le flot de nos pensées, de nos ennuis  
et pendant quelques instants  
de ressentir pleinement la vie.

56.

Souvent nous ne sommes pas toujours  
bien contents de nous.

57.

« Je n'ai pas encore été à la hauteur !  
Je n'y arriverai jamais ! »...  
sont des pensées récurrentes...

58.

D'une certaine façon,  
nous avons besoin  
de confirmations sur nous-mêmes...

59.

Oui, je te le dis... Tu peux y aller !

40.

Tu peux y aller !  
Aller vers où ?

41.

Vers le bonheur bien sûr !  
Courage ! Lève-toi et marche !...  
Allez, vas-y !...

42.

Enlève tes chaînes !

43.

Allez ! Redresse-toi ! Lève le menton !  
Regarde droit devant toi !  
Lève-toi et marche !

44.

Laisse tomber la semoule !

45.

Je connais assez la souffrance morale  
pour la respecter pleinement,  
mais j'aimerais dire  
un petit quelque chose :

46.

Quand Jésus disait en guérissant  
un malade ou un blessé :  
« Allez, va en paix, tu es guéri, ta foi t'a sauvé ! »

47.

Il avait une certaine aura, certes !

48.

Je ne pense pas qu'il avait  
une baguette magique avec lui !

49.

Ce que je vais dire peut paraître bizarre...

50.

Je pense qu'il voulait dire :  
« Allez, va en paix, tu es guéri,  
tu n'as plus besoin de tes souffrances  
pour aller vers le bonheur ! »

*Petite remarque :*

*Je me permettrais de dire que ce sont principalement les  
représentations mentales que l'on se fait des choses qui  
nous font souffrir, non les choses elles-mêmes.*





# Le chemin

**1.**

Non, tu n'es pas aimanté  
à tes problèmes !

**2.**

Oui, tu peux te libérer  
de tes chaînes !

**3.**

Inconsciemment la société  
te conditionne à souffrir !  
Pour mieux consommer  
en quelque sorte...

**4.**

Les modèles qu'elle te donne  
ne sont pas toujours  
des modèles du bonheur.

**5.**

Ce n'est pas parce que tu auras une Ferrari  
que tu seras forcément plus heureux.

**6.**

Partout tu vois  
de fausses images du bonheur !  
Ce n'est pas parce que tu dances ou chantes  
comme un dieu que tu es un dieu.

**7.**

Il semble toujours falloir être  
le plus beau ou la plus belle,  
le plus fort, le plus performant !

**8.**

Tout cela n'est que du vent,  
du paraître, du foin !

**9.**

Respire calmement,  
profondément,  
regarde la lumière en toi !

**10.**

« Le temps d'avant,  
c'était le temps d'avant ! »

**11.**

Ressens l'appel de la vie,  
elle est tout autour de toi !

**12.**

Ne tourne plus le regard vers l'extérieur  
mais en toi-même.



**13.**

As-tu déjà paisiblement regardé  
un coucher de soleil,  
une petite fleur qui pousse ?

**14.**

« J'irai chercher ton cœur  
même si tu l'emportes ailleurs ! »

**15.**

« J'irai chercher ton âme  
dans le froid, dans les flammes ! »

**16.**

Respire profondément à plein poumons  
et dis-toi que tout est possible !

**17.**

Tout est possible, certes !  
Mais pas forcément  
de la façon dont tu le conçois.

**18.**

L'amour n'aura peut-être pas  
le visage auquel tu penses  
mais ce sera l'amour.

**19.**

La réussite n'aura peut-être pas  
l'éclat que tu espères,  
la couleur en sera peut-être  
légèrement différente.

**20.**

Une difficulté n'est pas forcément  
pour te faire reculer !

**21.**

Un passage à vide,  
une décompression  
ne sont pas forcément des échecs.

**22.**

Qui gagne sans efforts  
trionphe sans gloire,  
comme dit un proverbe.

**23.**

Dans l'effort, dans les difficultés,  
quand tu les surmontes,  
tu allumes des petites lumières  
en toi qui brilleront longtemps...

**24.**

Les soirs d'hiver,  
tu t'en réchaufferas avec !  
Ton cœur en sera  
un peu plus chaud et plus éclairé...

**25.**

Celles et ceux qui bafouent  
la dignité de la personne  
et qui ne pensent qu'à eux  
n'auront pas leur petit bois pour  
se réchauffer le moment venu !

**26.**

Fais tomber les barrières, les murs  
et tous les blocages et préjugés  
qui t'empêchent d'avancer.

**27.**

Le principal c'est d'avoir sa dignité  
à ses propres yeux !  
Le savoir au fond de son cœur,  
être en accord avec soi-même.

**28.**

Reconsidère tes principes  
et ta façon de voir les choses...

**29.**

L'autre, même s'il est de bons conseils,  
n'est pas toujours la référence à suivre,  
il n'est pas soi.

**30.**

Le bonheur pour l'un  
n'est pas forcément  
le bonheur pour l'autre.

**31.**

N'y a-t-il qu'une seule façon  
de considérer telle ou telle chose ?

**32.**

L'autre sait-il ce qu'il y a  
tout au fond de nous-mêmes ?

**33.**

Si Karma il existe,  
l'autre le connaît-il ?

**34.**

Libère-toi de tes chaînes  
et accepte le possible bonheur  
qui se présente à toi !

**35.**

Fais la paix avec toi-même,  
avec tes « je ne le mérite pas,  
je n'en suis pas digne » !

**36.**

Accepte l'idée que tu peux jouir de la vie,  
ouvre ton cœur et ton esprit,  
deviens souple ! Construis-toi !

**37.**

Apprends à n'avoir besoin de rien  
tout en désirant le meilleur !

**38.**

Apprends à te suffire  
psychologiquement à toi-même,  
reconsidère ta richesse !

**39.**

« Cherchez à devenir un être qui a de la valeur  
et non pas un être qui a du succès »  
disait Albert Einstein.

**40.**

Tu trouveras les réponses davantage en toi,  
au fond de ton cœur,  
que par un tiers.

**41.**

« Savoir souffrir en silence,  
sans murmure,  
apprendre à aimer et s'en aller ! »

**42.**

Aimer c'est d'abord s'aimer soi-même,  
se respecter, se connaître soi-même.

**43.**

Aimer pour ne pas décevoir les autres,  
cela n'est pas de l'amour mais de la lâcheté.

**44.**

« J'ai rencontré des tempêtes  
et des bourrasques...  
comme vous... comme vous. »

**45.**

Un petit enfant n'apprend pas toujours  
à marcher seul du premier coup.  
Plusieurs fois il trébuche,  
il perd l'équilibre, il tombe.

**46.**

« Le mérite n'est pas de ne pas tomber  
mais de se relever » disait Confucius.

**47.**

Une phrase dit : « Tout le bonheur  
que vous ne pourrez peut-être jamais avoir  
se trouve en vous. »

**48.**

Il y a un autre chemin que la galère,  
l'ennui ou la monotonie...  
ou la bagarre...

**49.**

« J'irai chercher ton cœur  
même si tu l'emportes ailleurs ! »

**50.**

« J'irai chercher ton âme  
dans le froid, dans les flammes ! »

*Petite remarque :*

*Croyez-vous vraiment que la vie se limite à quelques dé-  
cennies ?*

*Comme l'a dit Jésus : ce qui a été lié ou délié sur la Terre le  
restera...*

*Amitiés*

Textes cités :

*Pour que tu m'aimes encore*, Jean-Jacques Goldman

*Savoir aimer*, Lionel Florence / Pascal Obispo

*Place des Grands-Hommes*, Bruno Garcin / Patrick Bruel

© Tous droits réservés.

## Table des matières

Connaissez-vous Dieu ? .....	7
Ne dites pas mais dites .....	17
Aux enfants de la chance.....	29
Je t'aime Ocytocine .....	39
Le melon de René.....	51
Dans quel état j'erre?.....	61
Une vie sur la Terre.....	71
Le monde a peur .....	81
Jojo la Star .....	91
Le message du trou .....	101
La bière extra-cosmique .....	111
Protège tes ailes.....	121
Laisse tomber la semoule.....	131
Le chemin .....	141

Retrouvez l'auteur sur son site :  
**[www.regardsbleuciel.org](http://www.regardsbleuciel.org)**

Mise en page : JePublie.com





L'auteur a regroupé dans ce recueil quatorze petits ebooks qu'il a publiés sur Numilog.com et qui se veulent faciles et agréables à lire.

René Son résume son travail de pensées par ces quelques mots :

« Après l'avoir tant combattue, et dans un dernier soupir juste avant de mourir, la bête m'a regardé droit dans les yeux et m'a dit : je t'aime. »



Retrouvez l'auteur sur son site :  
[www.regardsbleuciel.org](http://www.regardsbleuciel.org)