



## Le Simple Art de Bénir

Au réveil, bénissez votre journée, car elle déborde déjà d'une abondance de biens que vos bénédictions font apparaître. Car bénir signifie reconnaître le bien infini qui fait partie intégrante de la trame même de l'univers. Il n'attend qu'un signe de nous pour se manifester.

En croisant les gens dans la rue, dans le bus, sur votre lieu de travail, bénissez-les tous. La paix de votre bénédiction sera la compagne de leur chemin, et l'aura de son discret parfum une lumière sur leur route. Bénissez ceux que vous rencontrez dans leur santé, dans leur travail, leur joie, leur relation au divin, à eux-mêmes et aux autres. Bénissez-les dans leur abondance et dans leurs finances. Bénissez-les de toutes les façons concevables, car de telles bénédictions ne sèment pas seulement les semences de la guérison, mais, un jour, jailliront comme autant de fleurs de joie dans les espaces arides de votre propre vie.

En vous promenant, bénissez votre village ou votre cité, ceux qui la gouvernent et ses enseignants, ses infirmières et ses balayeurs, ses prêtres et ses prostituées. A l'instant même où quelqu'un exprime la moindre agressivité, colère ou manque de bonté à votre égard, répondez avec une bénédiction silencieuse. Bénissez-les totalement, sincèrement, joyeusement, car de telles bénédictions sont un bouclier qui vous protège de l'ignorance de leurs méfaits, et détourne la flèche qui vous est adressée.

Bénir signifie désirer et vouloir inconditionnellement, totalement et sans réserve aucune le bien illimité – pour les autres et les événements de la vie – en puisant aux sources les plus profondes et les plus intimes de votre être. Cela signifie révéler et considérer avec un émerveillement total ce qui est toujours un don du Créateur et cela quelles que soient les apparences. Celui qui est porté par votre bénédiction est mis à part, consacré, entier.

Bénir tout et tous, sans discrimination aucune, constitue la forme ultime du don, car ceux que vous bénissez ne sauront jamais d'où vient ce rayon de soleil qui soudain perça les nuages de leur ciel, et vous serez rarement témoins de cette lumière dans leur vie.

Quand, dans votre journée, quelque événement inattendu vous bouleverse vous autant que vos plans, éclatez en bénédictions, car la vie est en train de vous apprendre une leçon, même si sa coupe peut vous sembler amère. Car cet événement que vous pensez être si indésirable, vous l'avez en fait suscité, afin d'apprendre la leçon qui vous échapperait si vous hésitez à le bénir. Les épreuves sont des bénédictions cachées, et des cohortes d'anges suivent leurs traces.

Bénir signifie reconnaître une beauté omniprésente cachée aux yeux matériels. C'est activer la loi universelle de l'attraction qui, du fond de l'univers, amènera dans votre vie exactement ce dont vous avez besoin dans le moment présent pour grandir, progresser, et remplir la coupe de votre joie.

Quand vous passez devant une prison, bénissez ses habitants dans leur innocence et leur liberté, leur bonté, la pureté de leur essence et leur pardon inconditionnel. Car on ne peut qu'être prisonnier de l'image qu'on a de soi-même, et un homme libre peut marcher sans chaînes dans la cour d'une prison, tout comme les citoyens d'un pays libre peuvent être prisonniers quand la peur se tapit dans leur pensée.

Quand vous passez devant un hôpital, bénissez ses patients dans la plénitude de leur santé, car même dans leur souffrance et leur maladie, cette plénitude attend simplement d'être découverte. Et quand vous voyez une personne en pleurs ou apparemment brisée par la vie, bénissez-la dans sa vitalité et sa joie: car les sens ne présentent que l'inverse de la splendeur et de la perfection ultimes que seul l'œil intérieur peut percevoir.

Il est impossible de bénir et de juger en même temps. Alors maintenez en vous ce désir de bénir comme une incessante résonance intérieure et comme une perpétuelle prière silencieuse, car ainsi vous serez de ceux qui procurent la paix, et, un jour, vous découvrirez partout la face même de Dieu.

*Pierre Pradervand*

*<http://www.vivreautrement.ch/ecrits/l-art-de-benir>*

P.S. Et par-dessus tout, n'oubliez-pas de bénir cette personne merveilleuse, totalement belle dans sa vraie nature, et si digne d'amour que VOUS êtes.