



La vie est un processus infini de joie.

La vraie vie est la source  
qui est totalement indépendante  
d'un état psychologique ou  
d'attachements quels qu'ils soient.

Le flux de la vie est la constante répétition  
de l'instant parfaitement équilibré,  
plongé dans l'harmonie.

Lorsque mon détachement aux limitations  
et aux contraintes extérieures s'amplifie,  
il m'est alors possible d'aimer de plus en plus  
ce que je suis en train de faire.

Cet amour de l'instant me plonge  
dans ma forme la plus lumineuse,  
ma forme créatrice.

Car lorsque je laisse la vie  
s'exprimer à travers moi,  
sans l'opprimer par l'extérieur,  
je deviens le mouvement créateur.

J'incarne la vie elle-même.

Je suis la Vie.

Ainsi, peut importe ce que je suis en train  
de réaliser,  
je suis baignée par le courant extraordinaire  
de la créativité.

Je répète cela à ma conscience.

Mon mouvement créateur intérieur  
est le mouvement de la vie elle-même.  
La vie n'est pas une entité séparée de mon être.

La vie, est la vague  
dans laquelle je suis invité(e) à plonger  
pour suivre le courant sans essayer  
de l'inverser ou de le retenir,  
sans essayer de le maîtriser mais où je dois  
me maîtriser moi-même  
pour ne pas dériver sur un bord,  
ou m'écarter de son flux.

Je suis la vie dès lors  
que je plonge dans le courant  
de ma propre créativité intérieure  
sans avoir peur de l'émanciper  
tout autour de moi.