

Du moi au soi  
*Mona Roussette*

***Le chemin intérieur : retour à l'innocence, au soi, à la source, à l'originel.***

*Dans mon chemin,  
Je n'attends plus rien.  
Dans mon chemin,  
J'interpelle le divin.  
Et puis, je vois une fleur,  
Ensuite un oiseau, puis le ciel,  
Et enfin moi, qui les regarde,  
Sans qu'ils me regardent.  
Et là, je me souviens  
Que je n'attends plus rien,  
Que je n'ai plus peur de rien.  
Je continue mon chemin  
Et je croise cet enfant,  
Autrefois innocent,  
Dont les yeux ont disparu,  
Et dont le sourire peine à durer.  
Mon cœur se serre,  
L'envie de blasphémer monte en moi.  
Puis je me dis : non.  
Pourquoi ne pas lui demander  
De faire jaillir en nous l'amour,  
La joie, la lumière,  
Tout ce qui rend l'humain heureux et sincère ?  
Car la véritable souffrance,  
C'est de voir Dieu dans le regard des enfants  
Disparaître, pour laisser place à un trou noir  
De méfiance et de désespoir  
Qui transforme leur chemin  
Et dévie leur trajectoire.*

---

"Notre vie est une œuvre d'art que nous façonnons à chaque instant. Nos choix, tels des coups de pinceau, colorent les toiles de nos existences. Mais au-delà des aspirations matérielles ou émotionnelles, il est essentiel de se demander : quelle œuvre souhaitons-nous créer ? Souhaitons-nous cultiver l'authenticité, la compassion, la sagesse ? Ou préférons-nous nous laisser guider par l'égo, la peur et la méfiance ?

Nous sommes à la fois sculpteurs et sculptures de nos propres vies. Tel un artiste qui façonne une statue, nous façonnons notre être à partir de nos expériences. C'est un peu comme un programme informatique qui s'enrichit au fil des données qu'il reçoit. Mais contrairement à une machine, nous avons le libre arbitre de choisir les informations que nous intégrons.

Ce livre vous invite à un voyage intérieur pour découvrir le "soi" authentique, celui qui se cache derrière les multiples facettes de notre ego. C'est un peu comme redécouvrir les fondamentaux d'un logiciel pour le rendre plus performant.

En prenant conscience de nos pensées et de nos émotions, nous pouvons identifier les schémas répétitifs qui nous limitent. En choisissant de nous concentrer sur le positif, nous cultivons un état d'esprit propice à l'épanouissement.

Le "soi" est comme une boussole intérieure qui nous guide vers notre véritable nature. Il est source de paix, de joie et d'amour inconditionnel. En nous connectant à lui, nous retrouvons notre équilibre et notre harmonie.

L'histoire de l'humanité est marquée par des cycles de croissance et de renouveau. Les périodes de crise, comme la pandémie de 2020, nous ont offert l'opportunité de nous recentrer sur l'essentiel. En nous isolant, nous avons permis à la nature de se régénérer, démontrant ainsi l'importance de vivre en harmonie avec notre environnement.

En choisissant de cultiver le "soi", nous contribuons à créer un monde meilleur pour nous-mêmes et pour les générations futures. C'est un choix que nous faisons chaque jour, à chaque instant.

Ce livre est une invitation à explorer les profondeurs de votre être et à libérer votre potentiel. C'est un guide pour vous accompagner sur le chemin de la transformation personnelle."

---

**"Le 'soi' est l'amour pur et inconditionnel qui anime l'univers. Il est la source de toute vie et de toute beauté. En contemplant la nature, en ressentant l'amour d'un être cher, nous nous rapprochons de cette essence divine. Notre quête spirituelle consiste à nous reconnecter à ce 'soi' intérieur, à nous libérer des entraves de l'ego pour retrouver notre authenticité.**

Le 'moi', quant à lui, est le produit de nos expériences, de notre éducation et de nos conditionnements. Il est souvent égoïste, limité et soumis aux peurs. Pour accéder à notre 'soi' supérieur, il est essentiel d'adopter une attitude d'humilité. Cela ne signifie pas se rabaisser, mais reconnaître nos limites et nos imperfections. L'humilité est comme une onde qui se répand en nous, dissolvant les résistances et nous ouvrant à une nouvelle perspective.

Imaginez une pierre jetée dans un lac. Les cercles concentriques qui se forment représentent l'impact de nos pensées et de nos actions sur notre environnement. En cultivant des pensées positives et bienveillantes, nous créons des ondes d'amour et de paix qui se propagent autour de nous.

En choisissant l'amour plutôt que la peur, la compassion plutôt que le jugement, nous nous alignons avec les lois universelles et créons une réalité plus harmonieuse. C'est un choix que nous faisons à chaque instant."

Dans ce livre, nous découvrons des techniques pour se reconnecter au 'soi' et démontrons que **le 'soi' est la source de toute création. Il est l'artiste qui façonne notre réalité, l'artisan qui sculpte notre existence.**

**Le 'soi' comme conscience universelle :** *Le 'soi' est la conscience universelle originelle, la source primordiale.*

**Le 'soi' et l'interconnexion :** *Le 'soi' nous relie à tous les êtres et à toute chose. Nous sommes tous des fils d'un même tissu cosmique."*

---

## **Comment j'ai abouti à cette théorie :**

Après des années de marche dans les rues, sur les routes, et au cœur de la nature, j'ai écrit des milliers de pages et réalisé des centaines d'œuvres. Cette introspection m'a guidée dans le voyage du « moi » au « soi », une démarche que je partage avec vous aujourd'hui avec une profonde gratitude

*Dans mon être, des jardins qui cohabitent,  
Fleurs de lumière, ombres que l'on évite.  
Chaque parcelle murmure un doux secret,  
Des rêves enchevêtrés, des espoirs discrets.*

*Un jardin d'innocence, éclat de l'enfance,  
Où les rires d'hier se mêlent à la danse.  
Les couleurs de la vie, des teintes infinies,  
Dansent au gré du vent, avec mélancolie.*

*Près de la source vive, l'amour s'épanouit,  
Éclatant de beauté, il embrase l'esprit.  
Les roses de la joie, enivrent le cœur,  
Tandis que les lilas murmurent la douceur.*

*Mais un autre jardin, sombre et tourmenté,  
Fait naître des ombres, des doutes, des regrets.  
Les chardons de la peine, épines du passé,  
Enracinés dans le sol, cherchent à s'exprimer.*

*L'entrée est sombre, mais je n'ai pas le choix,  
J'ai décidé pour un mélange qui rend la joie.  
Chaque pas me renvoie à des souvenirs passés,  
Des instants troublants, d'autres qui m'ont laissé.*

*Je me vois devant un écran, le temps qui défile,  
Écrivant et peignant, pour exprimer ma file.*

*La fin de l'épisode, un somme pendant longtemps,  
Une faim de loup, qui m'invite à l'instant.*

*Une grande promenade au printemps,*

*et à l'expo,  
Je vois des larmes, des émerveillements, des échos.  
J'entends Dieu dans toutes les bouches, en symbiose,  
Même ceux qui, enfants, ont oublié sa prose.*

*Dans ce livre tissé de ma vie, des secondes  
Qui m'ont pris d'être vrai et de vous transmettre,  
Le plus précieux en nous, qu'il faut vite réveiller.  
Merci pour votre lecture, et n'hésitez pas à sponsoriser,  
L'artiste qui vit pour transmettre, sans souci du commerce,  
Sa vérité est la nôtre, et pour la préserver, en moine il évolue.*

que je partage avec vous aujourd'hui avec une profonde gratitude.

théorie est importante car elle rappelle à chacun de nous la richesse et la complexité de l'âme humaine. Elle nous invite à explorer notre monde intérieur, à cultiver notre créativité et à chercher à vivre une vie authentique. En partageant votre expérience, vous encouragez les autres à se lancer dans leur propre voyage de découverte de soi.

## **Pourquoi du moi au soi ?**

Nous sommes tous des déséquilibrés calibrés dans un déséquilibre commun. L'idée que nous sommes tous des "déséquilibrés calibrés dans un déséquilibre commun" évoque une vérité troublante : l'humanité s'est progressivement éloignée de son essence spirituelle pour poursuivre des objectifs matériels, créant ainsi une rupture avec sa véritable nature.

Ce n'est pas une faute personnelle, mais une responsabilité collective et générationnelle. Depuis que nous avons cessé la quête du divin au profit de la conquête de la matière, nous nous sommes peu à peu déconnectés de notre richesse intérieure, de l'essentiel qui réside en nous. C'est comme si nous avions sacrifié l'appétit et l'envie pour la simple richesse des mets, ou comme si nous avions sacrifié la soif de vie de nos enfants pour leur garantir une réussite, en les protégeant d'un éventuel échec ou de la déception. Nous nous sommes détournés de notre essence avec des pensées et des concepts qui ont créé des cultures, devenues des mouvements qui, aujourd'hui, s'opposent et se disputent les uns avec les autres.

Aujourd'hui, nous nous penchons sur cet héritage épigénétique dans la science médicale, car nous découvrons qu'il se transmet de génération en génération, influençant et modifiant l'expression génétique. Cet héritage peut non seulement altérer l'expression de nos gènes, mais aussi, dans certains cas, l'inverser, ce qui est à l'origine de troubles mentaux et de dysfonctionnements du système immunitaire.

Le passage du **moi** au **soi** nous permettra de prendre conscience de notre déséquilibre, de travailler collectivement pour le rétablir, et surtout de protéger les enfants du processus de décodage épigénétique. Je propose des solutions simples, qui peuvent sembler utopiques mais sont pourtant efficaces, car le retour au **soi**, une fois décidé, ouvre la porte du sage en nous et nous guide vers un retour harmonieux, bénéfique pour l'humain et pour l'environnement.

Sans ce retour au **soi**, le plus beau de la nature s'en va, y compris ses fonctions universelles, et il ne persistera que des éléments nuisibles comme les rats, les punaises, et les insectes vénéneux. Il est donc urgent de retrouver ce paradis perdu qui n'est pas dans le ciel, mais bien ici, sur Terre, et qui disparaît sous nos yeux. Nous, en tant qu'êtres humains, devons nous unir autour des valeurs du **soi** pour préserver ce trésor. et surtout sortir du trou noir où nous nous sommes bien enfoncés.

## **Thèmes principaux et mots-clés associés :**

- **Déséquilibre et quête de soi:**
  - #déséquilibre #soi #moi #identité #essence #vérité
  - #spirituel #matériel #quête #réalité
- **Héritage et transmission:**
  - #épigénétique #génétique #héritage #transmission #générations
- **Collectif et individuel:**

- *#collectif #individuel #responsabilité #société #humanité*
- **Nature et environnement:**
  - *#nature #environnement #harmonie #paradis #dégradation*
- **Solutions et perspectives:**
  - *#solutions #changement #avenir #utopie #réalité*

**Autres mots-clés pertinents :**

- *#philosophie #psychologie #spiritualité #évolution #conscience*
- *#santé #maladie #bien-être #écologie #société*
- *#divin #sagesse #amour #unité*