

HISTOIRES INSPIRANTES

offertes par Guillaume Rodolphe KAC

coach-meditation.com



Histoire de l'homme et du cheval



Vous connaissez peut-être cette histoire zen que l'on raconte au sujet d'un homme et d'un cheval. Le cheval galope à toute allure et, de toute évidence, l'homme à cheval semble se rendre à un endroit important. Un autre homme se tenant au bord de la route lui crie : « Où vas-tu ? Et le premier homme lui répond : « Je ne sais pas. Demandez au cheval. »

C'est aussi notre histoire. Nous ne sommes pas différents de cet homme à cheval : nous ne savons pas où nous allons et nous ne pouvons pas arrêter le cheval. Ce cheval est notre énergie d'habitude qui nous pousse en avant, malgré nous. Nous passons notre temps à courir et c'est devenu une habitude. Nous luttons tout le temps, même en dormant. Nous sommes en guerre contre nous-mêmes et prêts à déclarer la guerre aux autres.

Nous devons apprendre l'art de nous arrêter.

Avec présence et bienveillance

Guillaume, votre coach en sérénité

Coach-meditation.com