

HISTOIRES INSPIRANTES

offertes par Guillaume Rodolphe KAC

coach-meditation.com



L'instinct est une prison



La proie a peur du prédateur et le prédateur a peur de la faim et de la mort. C'est ainsi qu'un enfant se garda en vie quand, errant dans les champs il se retrouva fort loin du village et qu'un tigre affamé croisa son chemin.

- Si tu veux me manger maintenant, Tigre, tu devras chasser encore demain.

- Si je te dévore, j'aurai déjà gagné un jour !
- Moi, je peux t'apprendre comment gagner plein d'autres jours...

Le Tigre rentra alors ses griffes, s'assit et écouta l'enfant.

- Regarde autour de toi : l'herbe est abondante, les arbres donnent des fruits à foison. Arrête donc de manger de la viande et tu ne mourras jamais de faim.

- Mais je suis un viandard, répondit le Tigre. J'ai des griffes et des crocs. A quoi vont-ils me servir ?

- A te défendre et à défendre ceux qui te sont chers.
- Mais je suis seul et n'ai point de famille ni d'amis.
- Si tu m'épargnes, tu auras gagné un ami.

Le Tigre réfléchit et dit :

- Je goûterai l'herbe et les fruits pour te faire plaisir.

Il épargna l'enfant et connut la joie de partager un repas. Par la suite, il n'eût plus jamais faim.

Notre instinct est parfois un cruel poison : nous agissons sans réfléchir, nous hurlons, nous nous mettons en colère, nous nous vexons, nous prenons la fuite alors qu'il faudrait se poser et réfléchir aux conséquences de nos actes impulsifs.

Avec présence et bienveillance

Guillaume, votre coach en sérénité

Coach-meditation.com

Pour vous inspirer et partager :

[Page Facebook](#)

[Groupe Facebook](#)