

Caroline Frisou
Préface de Karine Micard

LES 4 SECRETS DE L'ABONDANCE

Cultiver l'harmonie intérieure
et accéder à la richesse

Découvrez les 4 piliers de l'abondance

Caroline Frisou vous transmet dans son ouvrage de précieuses clés d'épanouissement pour vous ouvrir à l'abondance et accéder à la richesse intérieure. Elle a puisé dans son expérience et dans sa pratique thérapeutique ces secrets inspirés de la sagesse balinaise.

- 1 Accédez à l'harmonie grâce à la puissance des 4 piliers de l'abondance.
- 2 Harmonisez vos relations avec les autres, l'Univers, la nature et pacifiez votre rapport à l'argent.
- 3 Réalisez les nombreux rituels proposés et inspirez-vous des témoignages partagés.
- 4 Récoltez les fruits des graines que vous avez semées et accédez à la prospérité.

« Ce livre nous rend meilleur et nous relie à ce qu'il y a de plus précieux et que nous avons en nous. »

Marie, @marieatoutprixhappy

« Caroline nous guide vers un travail intérieur, un éveil spirituel en quête d'une vie saine et équilibrée. »

Manon, @lalecturedeamanon

« Cet ouvrage montre qu'une vie harmonieuse est à la portée de tous. »

Amélie, @lectriceamoureuse



Caroline Frisou est formatrice spécialisée en création d'entreprise, en insertion professionnelle et journaliste pour le magazine de développement personnel *Open Mind* dont elle est la co-créatrice. Elle est également l'auteure des *4 sagesse indiennes*.

Préface de **Karine Micard**, karmathérapeute et écrivaine.

17 euros
Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2442-5



editionleduc.com
LEDUC 
ÉSO



Photo auteure : @Zakarya
et Rayane Kateb

Rayon : Développement
personnel / Ésotérisme

Les lecteurs en parlent !

Une reconnexion à la fois simple et profonde au principe de l'Abondance. Un principe qui est redéfini tout au long de l'ouvrage pour en saisir l'essence véritable : la richesse de la Vie. Ces 4 secrets nous ouvrent les portes d'un monde de paix, d'amour et de foi, pour toucher du doigt la véritable nature de l'Abondance, cette connexion à la Vie dans ce qu'elle a de plus magique, de plus vibrant, de plus extraordinaire dans la simplicité de l'ordinaire. Un ouvrage accessible, passionnant et indispensable pour s'ouvrir à une vie plus alignée et plus riche, dans tous les sens du terme !

Christelle, astrologue - @le.coeur.sur.la.lune

Cet ouvrage est une clé magique ouvrant la porte à l'abondance. Il n'y a plus qu'à l'ouvrir et recevoir cette magie qui transforme tout en nous, et autour de nous. Ce livre est juste, accessible et rempli d'une belle lumière.

Zoé, Chroniqueuse littéraire à France 3 - @laissepastrainertonlivre

Après ma lecture, je suis pleine de gratitude envers beaucoup de choses : ce livre nous rend meilleur et nous relie à ce qu'il y a de plus précieux et que nous avons en nous. Il nous réconcilie avec le passé et nous aide pour le futur, à voir le monde et les autres autrement. Je pensais que l'abondance était uniquement sur les biens et l'argent, or c'est bien plus que cela ! Il démontre encore une fois que l'argent ne fait pas seul le bonheur !

Marie, Bookstagrammeuse - @marieatoutprixhappy

Tout au long de son ouvrage, Caroline Frisou nous démontre que la richesse n'est pas uniquement matérielle. Être riche, c'est avant tout un état d'esprit. Mais alors, comment être heureux ? L'autrice nous livre son secret. Ou plutôt, les 4 secrets de l'Abondance. Caroline nous guide vers un travail intérieur, un éveil spirituel en quête d'une vie saine et équilibrée. Plongez-vous dans cet ouvrage, et vous en sortirez changé !

Manon, Bookstagrammeuse, gardienne Leduc Eso - @lalecturedeManon

En un mot : INSPIRANT ! Comment devenir l'actrice (acteur) de ta vie et plus la spectatrice (spectateur) ? Prêt(e) à accueillir la richesse intérieure dans ta vie ? Prêt(e) à faire entrer la lumière dans ton cœur ? Cet ouvrage montre qu'une vie harmonieuse est à la portée de tous. Ce livre donne envie d'ouvrir son cœur à bien des égards. Caroline nous offre là un petit trésor : elle donne les clés pour accéder à l'abondance. L'abondance universelle. La richesse intérieure. On peut tous accéder à l'abondance. Le premier secret me tient à cœur, on a tendance à l'oublier mais on a tant à apprendre de soi et des autres. Cultiver l'amour est donné à tout le monde. Alors qu'attendons-nous pour (s')aimer ?

Amélie, Bookstagrammeuse - @lectriceamoureuse

Les 4 secrets de l'abondance est un merveilleux ouvrage et guide pratique à tendance philosophique qui nous amène à réfléchir et reconsidérer le monde qui nous entoure afin d'y déceler toutes ses richesses, quelles qu'elles soient.

Virginie, énergéticienne et auteure - @libebook_virginieloncle

Aujourd'hui, dans un monde où tout le monde parle avec frivolité d'abondance, l'auteure nous emporte avec elle sur l'île de Bali, en revenant aux sources même de l'abondance, aux savoirs ancestraux, et nous conte ainsi la sagesse du Tri Hita karana. Elle nous transmet avec clairvoyance et douceur, les secrets de l'abondance, suscitant en chacun de nous, de belles prises de conscience.

Julie, coach et conférencière - @j.aussel

Le nouvel ouvrage de Caroline invite chacun à faire sens dans ce qui l'entoure et ce qui est déjà présent en lui : afin de tous nous relier ! Une vraie lumière sur l'harmonie qui existe dans notre monde, révélatrice d'abondance.

Carla, écrivaine - @carla_lehericy

Caroline Frisou

Préface de Karine Micard

LES 4 SECRETS DE L'ABONDANCE

**Cultiver l'harmonie intérieure
et accéder à la richesse**

DE LA MÊME AUTEURE AUX ÉDITIONS LEDUC :
Les 4 sagesse indiennes, 2019.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40% en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Édition : Bleuenn Jaffres
Maquette : Evelyne Nobre
Correction : Agnès de Livron Duhamel
Design de la couverture : Antartik

© 2022 Leduc Éditions
10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Buffon
75015 Paris - France
ISBN : 979-10-285-2442-5

Sommaire

Préface	7
Avant-propos	9
Introduction : Ma découverte des 4 secrets de l'abondance	15
Secret n° 1 : L'harmonie relationnelle « Nous sommes tous UN »	23
Secret n° 2 : L'harmonie avec Dieu « Dieu est en chacun de nous »	65
Secret n° 3 : L'harmonie avec la nature « La Terre est notre mère »	113
Secret n° 4 : L'harmonie avec l'argent « La richesse est énergie »	159
Conclusion : S'ouvrir à l'abondance	209
Remerciements	213
Table des matières	217

*Je dédie ce livre à tous les rêveurs, les audacieux,
les passionnés et travailleurs de lumière.
Que cet ouvrage vous permette d'ouvrir
les portes de l'abondance et de la plénitude.*

Préface

par Karine Micard, écrivain

À la lecture de ce précieux ouvrage, j'ai eu la joie de découvrir la richesse de la « Tri Hita Karana ». Il s'agit d'une philosophie balinaise rejoignant les préceptes ancestraux d'une très haute sagesse, que l'on peut assimiler à la Connaissance sacrée.

Il s'agit assurément d'une philosophie qui se découvre à un moment clé de son existence. Elle répond à une quête de sens et invite avec efficacité à l'alignement cœur-âme-esprit pour une vie de parfaite harmonie. Cette philosophie se redécouvre spirituellement, s'intègre émotionnellement pour s'incarner en douceur et avec évidence dans la vie de tous les jours.

Caroline est, à mon sens, la meilleure ambassadrice qui soit pour divulguer cette Connaissance. Elle incarne à elle seule la parfaite combinaison des quatre axes de cette

philosophie qu'elle choisit de transmettre au sein même de ses accompagnements. Le fait qu'elle l'ait découverte à l'issue d'une véritable enquête proposée indirectement par sa grand-mère en fait un point de départ savoureux. Les mots de Caroline viennent du cœur et grâce aux témoignages de vie et aux exercices qu'elle partage avec nous, nous accédons à l'élan et à l'étincelle divine pour nous en faire notre philosophie à jamais.

J'insiste sur la simplicité et la résonance percutante du langage employé. Caroline parvient à infuser au plus profond de nos cellules la nécessité d'adopter un point de vue élargi sur la façon d'appréhender la vie et le monde qui nous entoure. La loi du cœur et la faculté de transmission règnent en maître chez cette magicienne éveilleuse de conscience. Elle réussit à nous transmettre en toute simplicité une loi universelle réservée jusqu'alors aux initiés.

C'est un honneur pour moi de signer ici la préface d'un ouvrage-pépite qui s'apprête à faire jaillir l'abondance dans la vie d'un grand nombre de lecteurs.

Avant-propos

Il était une fois l'histoire d'une énigme. D'un trésor caché légué en héritage. D'une parole confuse mais prophétique, dont le sens a mis huit ans à se révéler clairement à moi, à la lumière de la vie. De ma conscience. Et de mon âme.

Une parole que je pus décrypter au moment même où je tournais une page importante de mon passé pour me consacrer pleinement à un tout nouveau chapitre de ma vie. Celui de ma renaissance après avoir traversé l'ombre.

Une obscurité si profonde que ma flamme intérieure en avait été consumée. Que ma présence dans l'ici et maintenant me paraissait vaine. Sans fondements.

Un état qui me conduisit à me mettre en retrait du monde, sous peine de plonger dans un abîme sans fond.

Cette retraite salvatrice me permit pas à pas de me relever. De reprendre forme humaine. Mais plus encore d'établir un pont avec mon être profond grâce à quatre

sagesses ancestrales¹. Un dialogue qui me permit de mieux comprendre les épreuves que l'Univers m'avait demandé de traverser. Et me rappelant un fait essentiel : je pouvais, à tout moment, choisir la réponse que j'apportais face à un événement donné.

Je choisis alors... la liberté. La liberté de quitter un quotidien où chaque jour je ressentais que ma place était ailleurs. La liberté de m'affranchir d'une cage dorée confortable pour dire « Oui » à mes rêves d'aventure et de découverte du monde. La liberté, enfin, de devenir non plus seulement l'actrice principale de ma vie mais aussi sa scénariste. Pour mieux écrire, page après page, l'histoire de vie que je désirais réellement interpréter. En cohérence avec ce qui dansait dans mon cœur à chaque instant.

Choisir cette liberté après le chaos était un acte d'amour. Envers la vie. Envers moi-même. Un test de foi. Mais aussi un rappel aux promesses que j'avais faites. L'une à ma grand-mère auprès de qui je m'étais engagée à suivre ma joie, quoi qu'il en coûte. L'autre auprès de cette petite fille qui était en moi et qui avait déclaré à l'âge de quatre ans : « *Un jour, je serai écrivain et voyagerai partout dans le monde.* » Une déclaration solidement ancrée dans mon cœur mais que je n'avais cessé d'occulter une fois adulte, tant elle me paraissait utopique et inaccessible.

Pourtant, ce jour de septembre 2018, je décidai de rendre cette vision réalité. De quitter le siège de la spectatrice

1. Lire mon précédent ouvrage, *Les 4 sagesses indiennes*, Leduc, Paris, 2018.

que j'étais devenue pour devenir pleinement cette actrice située de l'autre côté de l'écran.

Après avoir prévenu mon responsable, je suis entrée dans le bureau de la direction des ressources humaines, le cœur battant. Ai remis en mains propres le formulaire de demande de disponibilité², sans un mot. Me sentant à la fois euphorique et tétanisée.

Certes, ce n'était qu'un petit bout de papier A4 paraphé par mes soins. Mais une fois que la signature de mon employeur serait inscrite elle aussi en bas de page, un tout nouveau chapitre de ma vie commencerait.

Je me souviens très bien de la sensation qui m'envahit à cet instant précis : celle d'être coupée en deux. D'un côté, mon cerveau tournait à mille à l'heure, brassant de petites phrases assassines en écho à toutes les peurs que je nourrissais malgré moi. Les réveillant en sursaut, prêtes à déstabiliser toute trace de confiance en moi.

Mais en parallèle de cette entreprise de sabotage, une douce vague de chaleur est venue m'envelopper. Mon corps est devenu léger. Mon cœur, lui, s'est ouvert. En grand. Comme pour me signifier à sa façon que j'opérais le bon choix. Celui de l'âme. De l'espoir. De mes rêves.

Et quelques jours seulement après que je l'ai déposée, ma demande fut acceptée. Mon départ d'un an, renouvelable

2. La disponibilité est la situation du fonctionnaire qui cesse temporairement d'exercer son activité dans la fonction publique.

dix ans, était désormais acté. J'étais face à ce que j'avais tant désiré : tout quitter avec mon conjoint pour parcourir le monde et me consacrer au développement de mon activité de cœur. Mais ce désir, aussi profond soit-il, cohabitait aussi avec mes peurs.

Peur de ne pas vivre de manière pérenne de mes passions. De devoir un jour revenir en arrière. Du qu'en-dira-t-on. D'inquiéter ma famille. De m'éloigner de ceux que j'aime. De leur réalité. De changer. Peur de manquer d'argent. D'être à cours. De me retrouver « sans rien ». De MANQUER. D'être « privée » de tout.

Pourtant, malgré ces ombres qui dansaient, j'ai choisi la lumière. De m'accrocher à ces papillons dans mon ventre qui me montraient la voie. D'honorer chaque jour la plus grande et belle vision que j'avais eue enfant de ma vie d'adulte. Tel était désormais le seul chemin possible.

J'ai ainsi entrepris un voyage intérieur en empruntant un sentier de foi et de détermination. Où j'ai suivi telle une équilibriste les signes que l'Univers m'adressait ainsi que les émotions plurielles qui m'animaient. Les acceptant pleinement sans chercher à les contrôler car je savais que tout était juste. Mais privilégiant *in fine* toujours la voie du cœur à celle de la peur.

Ce cheminement m'a conduite jusqu'à un croisement déterminant quelques jours seulement avant mon départ de France. Un point de non-retour qui, je ne le savais pas encore, allait bouleverser ma vie dans son ensemble. Me permettant

de faire la paix avec mes peurs pour mieux appréhender la vie sous le prisme de l'abondance. Et de l'expérimenter concrètement, dans chacune des sphères de l'existence.

Si les quatre secrets dont je vais vous parler dans cet ouvrage trouvent leurs racines dans la tradition balinaise, leur application, elle, se veut universelle. Aussi, peu importe votre origine ou votre « niveau d'abondance » initial : si vous vous engagez à incarner ces préceptes dans la matière, vous ouvrirez les portes d'une richesse authentique, harmonieuse et prospère sur le long terme.

Chacun de ces secrets scelle un pacte entre nous et la vie. Entre nous et les êtres, la Nature et l'Univers. Nous invitent, de ce fait, à revisiter notre conception traditionnelle de l'abondance en l'élargissant et en l'appréciant dans une dimension collective pour plus de justesse.

C'est grâce à eux que le feu de mes peurs s'est apaisé. Que l'appréhension du manque a laissé place à une ouverture totale de mon âme. Que ce nouveau chapitre de vie a définitivement soldé les croyances limitantes qui m'ont si longtemps empêchée de vivre pleinement la vie que je désirais tout au fond de moi. Me reconnectant ainsi à mon être créateur, à ma force mais également à mon union avec chaque élément de cette Terre.

Parce que j'ai compris, à travers ces secrets, que la richesse ne se limite pas à ce que nous possédons mais se doit d'être appréciée de manière holistique. Et inclure, par

là même, tous les liens que nous entretenons au cours de notre vie.

Oui : vivre l'abondance suppose de comprendre que nous sommes tous un. Que Dieu réside en chacun de nous. Que la Terre est notre mère. Et que la richesse matérielle est avant tout une énergie.

Seule l'alliance de ces quatre préceptes est susceptible d'enfanter la pleine et entière richesse sur notre chemin. Un chemin que je vous propose maintenant d'emprunter avec moi, en expérimentant ces magnifiques enseignements.

Afin d'ancrer chacun dans la matière, des témoignages inspirants illustrent ces secrets. Et pour vous permettre de les faire vivre à votre tour, vous trouverez à chaque fin de chapitre des rituels pratiques à mettre en application. Pour que vous puissiez, à votre tour, créer une vie féconde, épanouie et synonyme d'abondance en chaque instant. En résonance avec votre cœur. Et en reliance avec le « Tout ».

Introduction : Ma découverte des 4 secrets de l'abondance

Ma découverte des quatre secrets de l'abondance n'a pas été linéaire. Ni immédiate. Au contraire, elle fut semblable à l'un de ces puzzles mystérieux qui ne prennent sens qu'avec le temps. Mais dont l'image, une fois formée, reste gravée dans votre mémoire. Votre âme. Et résonne au plus profond de vous, telle une évidence.

Tout a commencé au mois de janvier 2012, alors que j'habitais à Pau. Une période où je vivais près des miens, à l'exception de celle qui aura joué un rôle majeur dans ma vie : ma grand-mère maternelle, Mimi. Elle et ma grand-mère paternelle ont été depuis l'enfance mes piliers d'amour et de mémoire. Mes modèles. Mes refuges.

Mimi était atteinte d'un cancer en phase terminale et avait emménagé dans une résidence médicalisée quelques semaines auparavant à Montpellier. Un déchirement pour elle. Pour moi. Pour toute la famille. Car nous le savions intimement : Mimi vivait ses derniers temps parmi les vivants.

Alors, quand elle a demandé à me parler en personne, je n'ai pas hésité une seule seconde et ai embarqué Sergio, mon meilleur ami, pour une escapade pas comme les autres.

Au cours de ce week-end, Mimi m'a demandé de prendre ce que je souhaitais dans ses affaires en souvenir d'elle. Un choix insoluble lorsqu'on rejette l'idée même que l'être tant aimé va bientôt nous quitter. Mais auquel j'ai fini par me résoudre, non sans me sentir... déchirée.

« J'ai pris le verre Mickey de mon enfance, un peu de vaisselle et la poêle où nous faisons les crêpes, dis-je à Mimi lorsqu'elle m'interrogea sur ce que j'avais choisi.

– Rien d'autre ? me répondit-elle d'un air dubitatif.

– Non, mais il y a ce petit meuble situé dans l'entrée et sur lequel est posée la statuette du buste de femme que t'avait offert grand-père lors de vos fiançailles. C'est la première chose que je vois lorsque tu m'accueilles chez toi. Est-ce que quelqu'un souhaite le prendre ? » demandai-je, quelque peu gênée.

Mimi me sourit. Le regard empli de malice.

« Ma bichette, je ne reviendrai pas chez moi. Ce meuble ainsi que la statuette sont à toi. Ils te sont destinés. Et lorsque tu les auras vraiment regardés, tu comprendras leur message... et ce que tu dois faire. »

Huit ans après, cette phrase énigmatique résonne encore dans mon esprit.

J'ai bien sûr essayé d'en savoir davantage sur le moment. De comprendre le sens de ces mots confus. Mais Mimi ne me répondit pas et changea de sujet. D'énergie.

C'était comme si son âme avait fait une brève apparition et s'en était allée. Quelques secondes de lucidité et puis... plus rien. Un regard vague. Sans flamme. Un sourire qui s'efface. Des paupières qui se ferment... et le silence.

Juste avant que je ne parte, elle me prit une dernière fois dans ses bras. Longuement. Intensément. Comme si nos deux êtres faisaient corps à l'unisson de nos cœurs. En silence. Pour toujours. Les portes de son âme semblaient ouvertes, comme pour que je puisse m'imprégner d'elle. De nos souvenirs. De tout ce qu'elle n'avait pu me dire. De tout ce qu'elle ne me dirait plus.

Oui, cette étreinte avait le goût d'un adieu. D'un départ tout proche. Laisant entrevoir le vide abyssal qu'elle laisserait derrière elle.

Quelques semaines plus tard, Mimi nous quitta dans son sommeil, délivrée de ses souffrances. Emportant avec

elle une part de son histoire, de ses secrets, de ses blessures. Ainsi que l'énigme liée à ma prétendue « mission ».

Effondrée, je choisis de mettre ses derniers mots sur le compte de son état déclinant. Après tout, cela n'avait aucun sens. Alors à quoi bon en chercher un ? L'affaire était close. Ou du moins le resta-t-elle jusqu'à mon déménagement à Montpellier, au mois d'août 2013.

C'est à ce moment-là que je fis une découverte bouleversante, faisant écho aux paroles que Mimi avait prononcées. Entrouvrant une porte qui ne cesserait de s'ouvrir au fur et à mesure des années.

En emballant la statuette posée sur le petit meuble, je découvris une inscription au dos. Une inscription à laquelle je n'avais jamais fait attention en... trente ans. Celle-ci mentionnait le nom d'un artiste ainsi que celui d'une île dont le nom me faisait rêver : Bali.

Mimi avait-elle souhaité faire référence à cette inscription lors de notre dernière conversation ? Et si oui, quel lien cela avait-il avec moi ?

À compter de cette date, « l'île des Dieux » revint dans ma vie par l'intermédiaire de multiples synchronicités. Films, livres, séjour d'un ami, déménagement d'une connaissance : ces petits signes adressés par l'Univers ressemblaient à ces étoiles scintillant dans le ciel infini.

Des étoiles que je suivis, tel un jeu de piste. Celui-ci finit par me conduire jusqu'à une rencontre improbable avec un moine bouddhiste indonésien en pleine basilique Saint-Pierre de Rome en juin 2015, alors que j'étais en vacances. Bien que fugace, ma conversation avec ce sage me marqua profondément.

Sans me connaître, il semblait lire en moi comme dans un livre ouvert. Me murmura à voix basse quelques phrases. Me dit que j'étais protégée. Qu'il percevait ma lumière. Ma force de vie. Qu'il prierait pour moi.

J'ai consigné minutieusement ses mots sur un carnet, me promettant d'y revenir à mon retour en France... ce que je ne fis pas, happée par le quotidien.

Ce ne fut qu'en janvier 2020, alors que je préparais mes affaires pour six mois de voyage en Europe, que je tombai nez à nez avec ce cahier, rangé tout au fond d'un sac à dos.

En le découvrant, mon cœur se mit à battre à tout rompre. Je tenais entre mes mains des écrits datant de cinq à dix ans. Relatant l'ombre et la lumière de mon passé. Une période de vie particulièrement intense jalonnée de deuils successifs. Était-ce une bonne idée de m'y replonger ici et maintenant? D'ouvrir une faille spatio-temporelle à la veille de ce départ que j'attendais depuis près de deux ans?

Mon corps s'est mis à trembler. Mon esprit à divaguer. Mon cœur implosait... Émotionnellement, c'était le chaos. Je sentais poindre la nostalgie, la peur et une once de colère.

Pourquoi l'Univers me donnait-il la possibilité de replonger maintenant dans mon passé? Je ne le souhaitais pas. Cela n'avait rationnellement pas sa place.

Mais alors que je vacillais, une douce présence m'a soudain enveloppée, emplie de lumière. De douceur. D'un amour inconditionnel.

Je le ressentais viscéralement : Mimi était là. Tout près de moi. Son parfum embaumait la pièce. Littéralement. Comme pour rassurer la petite fille apeurée qui s'était éveillée en moi.

J'ouvris alors ce cahier. Fis défiler intuitivement les pages une à une. Attrapai à la volée quelques bribes. Jusqu'au récit de mon voyage à Rome en 2015. Mes doigts s'arrêtèrent net. Me signifiant que le véritable message était « là ». Dans ces quelques lignes.

Je relus alors ce passage à voix haute. En intégralité. Lentement. Comme pour mieux m'en imprégner. Redécouvris les mots prononcés par le moine. Et une expression à peine lisible que j'avais pris soin de griffonner et d'entourer au crayon à papier : « Tri Hita Karana ». Si je ne savais plus à quoi ils faisaient référence, l'énergie vibratoire de ces mots m'envahit.

Je sentis que tout était là. C'était comme si Mimi m'adressait un signe majeur. Un indice auquel je décidai de m'abandonner.

Et telle une pellicule de film qui se rembobine, les pièces de puzzle de ces huit dernières années se sont assemblées devant moi, l'une à côté de l'autre.

La statuette, Bali, les derniers mots de Mimi, ma rencontre spirituelle, ces trois mots griffonnés... Mon intuition me le hurlait par tous les pores de ma peau : tout était lié!

J'ai alors emporté cette énigme dans les bagages de mon tour d'Europe. Désireuse d'en découvrir le sens caché. Et plus que tout de comprendre, huit ans après, les tout derniers mots de ma grand-mère.

C'est ainsi que guidée par l'amour de mon aïeule, je découvris les messages universels portés par la Tri Hita Karana, philosophie traditionnelle balinaise. Et que j'en ai extrait quatre secrets fondamentaux, permettant à chacun de vivre l'abondance dans sa vie.

Ces derniers vous invitent à ouvrir pleinement votre âme. Pour mieux expérimenter toutes les facettes de l'abondance. Vous reconnecter à son sens véritable. Et enchanter ainsi votre vie, à chaque battement de cœur.



Secret n° 1
L'harmonie
relationnelle
« Nous sommes
tous UN »

Avant de vous dévoiler le premier secret, il est tout d'abord essentiel de revenir sur une notion clé sous-tendue par la Tri Hita Karana : celle que l'abondance ne s'apprécie pas uniquement d'un point de vue matériel, comme tel est trop souvent le cas dans nos sociétés occidentales.

Spirituelle dans son essence, cette philosophie ancestrale prend ainsi d'emblée le contre-pied de nos croyances et représentations traditionnelles en nous invitant à voir au-delà de ces dernières. Plus grand. Et à balayer dès à présent de notre esprit le fait que la richesse d'une vie ne se mesure qu'à la seule accumulation de biens et d'argent.

Selon la Tri Hita Karana, l'abondance ne saurait également se définir selon un seul prisme, quel qu'il soit. Aussi celle-ci est-elle considérée comme l'alliance subtile de plusieurs facteurs, chacun étant essentiel pour nourrir notre épanouissement en tant qu'être humain.

En conséquence, aucun d'eux n'est à négliger. Car si l'une de ces sources venait à l'être, cela affecterait naturellement la qualité comme l'intensité de notre abondance.