

Paule Hébrard

Petites phrases à Vivre

Thoughts for Life

Traduction de Christine Armand



Écilibre

« Le Chemin Spirituel est le mode d'emploi
de l'Incarnation. »

The Spiritual Path is the user's guide to Incarnation.

« Je prends le temps...

Découvrir qui l'on est vraiment demande souvent une vie entière, alors prenons aussi le temps de Vivre ! »

I take my time... Discovering who we really are often takes up our whole lives, so we should also take the time to live !

« Notre Moi est notre référence et nous sommes prêts à tout pour le défendre car si nous le perdons, nous avons tendance à croire que nous perdons notre personnalité...

Ce qui est faux ! »

*Our Self is our reference and we are prepared to defend it at any cost, for if we lose it, we tend to believe that we lose our personality...
which is not true !*

« Être à l'écoute d'une personne, c'est faire l'effort de remplacer nos préoccupations du moment en étant conscients de celles de l'autre... »

Listening to some-one means making an effort to set aside our own preoccupations of that time and to be aware of those of the other person...

« Abandonnez la douleur de la peur, vivez dans la Joie et l'Amour Total...

Refusez le petit amour donné à un seul être : AIMEZ ! »

Let go of pain and fear, live in Joy and Total Love...

Refuse the small love given to one person : LOVE !

« La Souffrance nous libère de nos attachements car l'attachement est constitué d'émotions ainsi que d'égoïsme... »

Suffering frees us from our attachments as attachment is made up of emotions as well as selfishness...

« C'est notre pire ennemi qui nous permet d'Evoluer ; c'est lui qui nous fait travailler le plus, disons lui merci... »

Our worst enemy allows us to Evolve ; he makes us work hardest, we should thank him...

« Nous devons régler les conflits dans le calme, en acceptant d'écouter les raisons de l'autre... »

We should settle conflicts calmly, accepting to listen to other's reasons...

« Trop de gentillesse s'apparente à de l'égoïsme car cela permet de n'être touché par personne et aussi à de la fainéantise pour ne pas se compliquer la vie...

En fait, la gentillesse est une lâcheté pour être confortable et tranquille... »

Too much kindness resembles selfishness, because it allows us to be touched by no-one, and it also resembles laziness so as to keep our lives simple...

Actually, kindness is cowardice because we want to have a quiet and comfortable life...

« Développez le savoir qui est en vous. Oubliez
l'Ego et le passé, pour vivre *Ici et Maintenant...* »

*Develop the knowlegde which is within you. Forget
Ego and the past, to live in the "Here and Now"...*

« Il ne faut pas s'évader dans le sommeil... Mais, ne pas dormir suffisamment peut montrer les mêmes angoisses. Trop dormir dénonce des problèmes, c'est une fuite devant le réel et donc devant la vie...

Il faut vivre avec l'espoir.

La paresse étant liée au refus d'exister, regardez-vous en face et donnez-vous ce Droit à la Vie... Ne fuyez pas : Vivez ! »

You should not take refuge in sleep... However, not sleeping enough can be a sign of the same anxiety. Sleeping too much shows there are problems, it is an escape from reality and therefore from life...

You should live with hope. Laziness is linked to a refusal to exist, look at yourself objectively and give yourself this Right to Life... Do not run away: Live!

« La dépendance pour un adulte, c'est l'incapacité de se reconnaître comme un Tout et de ne pouvoir « fonctionner » correctement que si l'autre est là pour combler un vide... »

For an adult, dependancy is the incapacity to recognize oneself as a Whole and not being able to function correctly unless the other is there to fill an emptiness...

« La tristesse, elle permet soit de nous renfermer sur nous-même, soit d'attirer l'attention d'autrui. Il faut donc la gérer pour en tirer le positif... »

Sadness allows us either to close ourselves off or to draw the attention of others. It should therefore be managed to use it positively...

« La Vraie Liberté, c'est être qui nous sommes vraiment... »

The Real Freedom is to be who we really are...

« C'est lorsque nous comprendrons ce qu'est réellement la Vie dans son Immense Beauté que nous serons dépouillés de ses incompréhensions... »

When we understand what Life in it's immense beauty really is, we will be freed of misunderstanding...