

Voici une entrevue que Lise Bourbeau a accordée à la revue *Yoga Times* en Ukraine...

YT : Lise, comment enrichissez-vous personnellement vos connaissances et votre expérience. Où prenez-vous l'inspiration et l'information pour vos livres et ateliers?

LB : Je lis beaucoup, je m'intéresse à tout ce qui est nouveau et je reçois beaucoup d'inspirations. En écrivant et en enseignant, je m'observe dire des choses nouvelles et pourtant je sais au plus profond de moi qu'elles sont vraies. J'ai aussi la facilité de faire des synthèses avec tout ce que j'apprends.

YT : Qu'est-ce qui vous a poussé à écrire votre premier livre « Écoute ton corps »?

LB : J'avais créé mon école depuis 3 ans et comme plusieurs personnes me demandaient d'avoir l'enseignement par écrit, j'ai décidé d'écrire ce livre.

YT : Comment choisissez-vous le sujet d'un nouveau livre?

LB : La plupart de mes livres ont été inspirés par des visions que j'ai eues de la page couverture et du titre. Quelques-uns ont aussi été écrits à la suite de demandes répétées de clients d'ETC.

YT : Sur quel livre travaillez-vous en ce moment?

LB : Sur un livre traitant de comment avoir une vision différente du cancer.

YT : Voyez-vous une différence entre vos lecteurs d'il y a 20 ans et ceux d'aujourd'hui?

LB : Pas vraiment. Mes lecteurs sont toujours des gens qui cherchent à améliorer leur qualité de vie et qui sont prêts à s'ouvrir à de nouvelles approches. La différence est qu'il y a plus d'hommes qu'avant qui lisent mes livres.

YT : Est-ce que lors de la création de votre école vous aviez un exemple qui vous a servi de modèle pour « Écoute ton corps »?

LB : Non, j'ai dû tout apprendre en expérimentant, en prenant des décisions pas toujours bénéfiques, mais qui m'ont appris beaucoup de choses. J'ai peu à peu appris comment organiser et gérer une école internationale.

YT : Sachant que vous êtes une personnalité très demandée dans le monde entier, comment faites-vous pour concilier vos voyages, vos ateliers, l'écriture des livres et des articles et votre vie personnelle?

LB : Grâce à une bonne organisation et surtout grâce à l'aide exceptionnelle de mon entourage (l'équipe d'ETC et ma famille). J'ai appris au fil du temps à déléguer en lâchant prise et je me permets maintenant de ne faire que ce que je veux.

YT : Comment en êtes-vous venues à la conclusion que c'est « l'amour » qui est le gage du succès et d'une vie harmonieuse?

LB : Grâce aux expériences vécues et aux résultats remarquables autant pour moi que pour des milliers de personnes. C'est lorsque j'ai découvert que ma vie était gérée par un amour basé sur la peur que j'ai commencé à mettre en pratique l'amour inconditionnel. Suite aux guérisons que j'ai expérimentées et à un rêve prémonitoire qui m'a beaucoup influencée en me montrant que je devais fonder une école, j'ai abandonné ma carrière dans la vente pour me lancer dans ce nouveau défi.

YT : C'est quoi pour vous « être spirituel » et « la spiritualité » en général?

LB : C'est savoir que tout ce qui vit sur cette planète ainsi que dans tous les autres mondes est l'expression de la grande énergie divine créatrice appelée DIEU. Même les gens les plus méchants sont Dieu, mais ils utilisent mal leur grande énergie créatrice parce qu'ils sont souffrants.

YT : Êtes-vous d'accord que la peur peut être bénéfique pour une personne et la pousser à de grands résultats? Avez-vous des exemples précis?

LB : La peur ne peut être utile que pour nous aider à devenir conscients qu'au lieu d'écouter nos besoins, nous écoutons une croyance. Par exemple, si madame veut faire une demande à son mari, mais qu'elle a peur de ne pas bien le faire ou pas au bon moment, elle devrait devenir consciente de son vrai besoin et faire confiance de pouvoir assumer les conséquences.

YT : Cela fait une trentaine d'années que vous faites du développement personnel. Étant un maître, continuez-vous de travailler sur vous? Sur quoi travaillez-vous en ce moment?

LB : Une démarche personnelle ne prend jamais fin. Lorsqu'une personne croit qu'elle n'a plus de travail à faire sur elle, cela est un piège de l'ego. Il vaut mieux se méfier des gens qui se disent des MAÎTRES. Je travaille toujours à réduire mes blessures personnelles, sur l'amour de soi et sur le lâcher-prise.

YT : Comment une personne peut-elle connaître son plan de vie? Comment savoir si ce qu'elle fait est vraiment en harmonie avec sa mission prédestinée?

LB : On peut devenir conscient de notre plan de vie en regardant ce qui est plus difficile à atteindre. Nous avons tous plusieurs objectifs dans notre plan de vie. Nous

ne devons pas nous arrêter à ce genre de question qui est dictée par la peur de se tromper. En cherchant sans cesse à améliorer notre qualité de vie, nous saurons que nous allons dans le bon sens de notre plan de vie.

YT : Pouvez-vous donner des exemples concrets de réalisation de vos rêves?

LB :

- Avoir une maison en montagne et sur le bord d'un lac.
- Être proche de ma famille (enfants et petits-enfants) et qu'il y ait de bonnes relations entre eux.
- Faire le tour du monde en bateau (une croisière de 3 mois et demi)
- Être toujours mieux dans ma peau.
- Avoir toujours beaucoup d'énergie pour réaliser tous mes projets.
- Ne plus avoir de dettes.

YT : Croyez-vous aux miracles et aux anges gardiens?

LB : Je crois que nous sommes les créateurs de nos propres miracles par notre foi. Je sais aussi que nous avons tous un guide spirituel qui nous est assigné (ange gardien) et nous souffle souvent la bonne question à se poser. Par contre, je ne crois pas qu'un ange puisse prendre des décisions pour nous ou nous dire quoi faire. Il peut simplement nous aider à trouver nos propres réponses.

YT : Quelles sont les méthodes concrètes d'amélioration de vie que vous enseignez dans vos livres et lors de vos ateliers?

LB : Le premier atelier [ETRE BIEN](#) est le plus important, car il résume ce qui est essentiel pour être bien avec soi et les autres. Dans chaque atelier, nous donnons plusieurs outils très faciles à utiliser dans le quotidien et nous les pratiquons sous forme d'exercices pratiques durant l'atelier. Tous ces outils ont pour but de nous aimer davantage et d'aimer les autres d'une façon inconditionnelle, c'est le seul moyen pour écouter nos vrais besoins et accomplir notre plan de vie.

YT : Pourquoi et comment les exercices pratiques changent-ils la vie des gens?

LB : Ce qui demeure au niveau de la connaissance ne peut rien changer dans la vie. La vraie conscience, l'intégration de l'enseignement, s'acquiert avec l'expérience. Par exemple, une jeune femme qui lit des livres sur le lâcher-prise, mais qui ne le pratique pas ne pourra pas dire qu'elle a intégré le lâcher-prise. Lorsqu'elle l'aura expérimenté dans sa vie personnelle et en aura vécu les bénéfices, la conscience s'ajoutera à la connaissance. Elle pourra ensuite l'enseigner aux autres d'une façon qui les aidera à l'intégrer à leur tour. C'est la raison pour laquelle durant notre

[formation](#) en relation d'aide, nous exigeons que les étudiants fassent un travail personnel sur eux.

YT : Vous sentez-vous responsable des participants lors des ateliers?

LB : Aucune personne ne peut être responsable d'une autre. Le fait d'enseigner m'aide en premier lieu. Tout ce que j'enseigne m'aide à me répéter ce que je trouve essentiel dans la vie. Si les participants qui décident de mettre en pratique ce qu'ils ont entendu ont de bons résultats, cela me fait plaisir, mais je sais que c'est seulement grâce à leur propre décision et que ce n'est pas moi qui l'ai fait pour eux. J'accepte aussi bien qu'il y en a qui ne mettent rien en pratique dans leur vie. C'est aussi leur choix et cela n'a rien à voir avec moi.

YT : Je suis sûre qu'en enseignant vous vous enrichissez aussi. Quelles impressions avez-vous gardées des ateliers de Kiev? Comment était l'auditoire ukrainien?

LB : J'ai quitté Kiev avec la même impression que partout où je vais. Je suis toujours très heureuse et émerveillée de constater que de plus en plus de gens veulent améliorer leur vie. C'est très énergisant pour moi et cela me donne envie de continuer mon travail encore longtemps.

YT : Avez-vous déjà la date de votre prochaine visite en Ukraine?

LB : En ce qui me concerne, je ne sais pas, mais par contre je sais qu'une des formatrices qui travaille avec moi depuis près de 20 ans sera à Kiev à l'automne pour animer plusieurs ateliers et pour encourager ceux qui veulent faire une formation professionnelle avec nous. Vous pouvez vérifier auprès de notre organisatrice Iya.