

## Amour et attachement émotionnel – Songeries de Michaël Roads

Pour retrouver toutes ses songeries, traduites par Sophie, c'est par là :  
<http://michaelroadsenfrancais.com/pour-nourrir-la-pensee-2015/>

14 janvier 2015

Je pense que, probablement, le pouvoir, ou énergie, le plus mal compris sur cette planète est l'Amour. Je lisais un article dans lequel un homme dit à une femme : "S'il te plaît, n'aime que moi." Et bien entendu, la femme acquiesce. Il est impossible de n'aimer qu'une seule personne. En général, nous utilisons le mot "amour" quand nous devrions en fait parler d'attachements émotionnels. L'Amour n'est pas sélectif, les émotions le sont, pour la plupart. L'Amour n'est pas une émotion, c'est le pouvoir de la création. Quand vous aimez vraiment, c'est comme une Lumière qui embrasse tout, qui englobe tout et qui touche tout le monde. Vous ne pouvez pas aimer sélectivement mais nous sommes certainement sélectifs dans nos émotions. Nous classons ce que nous appelons "amour" selon différents niveaux et différentes doses selon nos sentiments pour une personne, ou des gens ou des animaux. Il s'agit d'émotions, pas d'Amour. Et tout cela est OK... mais cela rend difficile de transmettre la magnitude de l'Amour inconditionnel !

Néanmoins, comme je l'écris constamment... choisissez l'Amour en conscience !

28 janvier 2015

Il y a un lien intéressant sur mon mur de la part de Patti, concernant les addictions. Si vous le lisez – et je recommande que vous le fassiez – [Article entièrement traduit, suivez ce lien : <http://michaelroadsenfrancais.com/?p=2749>] vous comprendrez le sens de mes commentaires. Chaque action physique a une cause métaphysique... le métaphysique précède "toujours" le physique. Pendant longtemps nous avons blâmé la substance comme cause de l'addiction mais la cause sous-jacente est pourquoi la personne a "commencé" à prendre la substance. Les gens vraiment heureux et épanouis ne deviennent pas des accros. Quand une personne vit une longue période à se sentir menacée, malheureuse, précaire, sans espoir et impuissante et qu'elle a une mauvaise estime d'elle-même, il y a là la base métaphysique pour une addiction. La substance va invariablement correspondre métaphysiquement à la conscience de la personne qui s'en intoxique. Rien de cela n'est bien ou mal... mais cela ouvre à coup sûr la porte à de nombreuses personnes dont les amis et membres de la famille aimés sont accros : il peuvent changer leur environnement émotionnel en quelque chose qui soutient au lieu de détruire. La clé, c'est le contenu émotionnel.

Cela offre aussi une opportunité pour que ces gens puissent faire le changement qui leur permettra, un jour, de... choisir l'Amour en conscience !

2 février 2015

Je viens de passer en revue mes songeries sur plus d'un an. Je remarque que j'écris plus souvent maintenant et qu'elles sont plus longues. Humm... je me demande pourquoi ? Peut-être est-ce que je trouve Facebook facile à utiliser !!!! Je suis conscient de "l'indigence" croissante des gens aujourd'hui. Cela se voit à la télévision et dans les journaux. Il semble que l'humanité moderne développe un besoin toujours plus grand de support social, d'approbation populaire, d'aide dans la lutte dans la vie quotidienne. Jusqu'à un certain point tout cela est naturel. Quand nous vivions en tribu, la tribu supportait les gens de la tribu mais maintenant nous vivons à peine en tribu... maintenant nous sommes plus enclins à être en compétition les uns avec les autres. Les gens qui sont dans le besoin sont aussi les gens qui sont dans le "je veux". La vie m'a appris que quand vous lâchez votre attachement aux "je veux", alors les besoins sont satisfaits naturellement. La

personnalité essaye de forcer la vie dans une direction où l'âme ne souhaite pas aller.

Une focalisation différente fait des miracles, comme une focalisation constante sur... le choix de l'Amour !

4 février 2015

Tant de misère est provoquée par nos attachements. Nous avons probablement appris ça étant enfants. Un anniversaire arrive et nous nous attendons à avoir notre toute première bicyclette mais l'anniversaire passe et nous n'avons pas reçu la bicyclette. Maintenant nous sommes déçus, on nous a fait faux bond... et ainsi commence le voyage vers l'angoisse existentielle ! Tant de gens s'installent dans le désappointement, à répétition, et deviennent colériques et amers en réponse. Le tout premier désappointement de l'enfance peut planter le décor pour tellement plus de colère, tellement plus de désappointements. Pourquoi ? Parce que nous sommes les créateurs de nos vies – dans le déni. L'expectative n'est pas le problème, c'est notre attachement au résultat qui est le problème. Si nous attendons que quelque chose de vraiment agréable se produise mais que rien ne se produit et que nous nous contentons de hausser les épaules en pensant : "Ah bon, les choses sont comme elles sont," il n'y a pas d'attachement, pas de colère, pas de désappointement. Facile, hein ?

Pour éviter les nombreux désappointements de la vie... choisissez l'Amour, constamment et en conscience !

19 février 2015

Je parle souvent des attachements et les gens ont alors tendance à penser aux choses ou aux gens auxquels ils sont attachés. Cependant, les plus communs sont nos attachements à nos croyances et à nos opinions. Les gens me demandent souvent mon opinion et je leur dis généralement que, dans leur vie, c'est leur propre opinion qui est importante, pas la mienne. Pour moi, il y a une grande différence entre donner mon conseil et/ou mon opinion. Je donne volontiers des conseils mais je suis très réticent à donner des opinions... simplement parce que c'est ce qu'elles sont... des opinions. Considérez les croyances. Les gens sont très attachés à leurs croyances, les emballant de plus en plus serrées dans de l'emballage-croyances, surtout si je risquais de les menacer. Si bien que lâcher les opinions personnelles et les croyances personnelles est un très grand pas vers la liberté intérieure. Bien entendu, le premier pas est de reconnaître et de valider que vous êtes attaché à ces handicaps sournois, mentaux et émotionnels. De nombreuses personnes vont souvent mentionner, dans une discussion : "Je crois..." ou "C'est ainsi que je le vois..." (opinion). Et tout cela est OK, il n'y a rien de mal, mais c'est un handicap. En fait nous pouvons vivre avec une porte ouverte nommée 'présence consciente' qui nous connecte à la vie, sans besoin de croyances et d'opinions. Au moins, c'est mon opinion... je crois !!!!!!! PLAISANTERIE !

La vie est plus facile si nous vivons depuis notre cœur, dans l'instant en... choisissant l'Amour, constamment et en conscience !

8 mars 2015

Sophie me demande de lui expliquer la différence entre la vision normale de l'amour en tant qu'émotion et la réalité de l'Amour qui est le pouvoir de la création. Quand nous faisons l'expérience de l'Amour réel, nous ressentons des émotions en son sein. C'est certain, l'Amour réel ne va pas sans les émotions qui l'accompagnent, mais les émotions ne sont pas L'Amour en elles et par elles-mêmes. Si vous vous trouvez dans une voiture qui roule très vite sur une autoroute très encombrée, vous ressentez des émotions... probablement de la peur, ou de l'excitation. Cependant, vous savez parfaitement bien que c'est la vitesse qui provoque les émotions de peur/excitation. De

même, quand vous faites l'expérience de l'Amour absolu – la voiture rapide – les émotions qui viennent de l'expérience de l'Amour ne sont pas l'Amour – la voiture rapide. Elles sont les passagers de la voiture, de la même façon que les belles émotions qui émanent de l'Amour sont les passagères au sein de l'Amour. L'Amour est le pouvoir de la création et, assez naturellement, l'Amour crée de merveilleuses émotions... mais elles ne sont pas l'Amour ! Néanmoins il est facile de comprendre comment la confusion est née, une confusion qui est maintenant une illusion bien établie. Choisir l'Amour ne consiste pas à choisir une émotion mais les émotions vont toujours suivre le mouvement.

Tout ce qu'il faut faire est de, simplement,... choisir l'Amour !

13 mars 2015

Il est commun d'apprendre la séparation d'un couple au cours de laquelle l'un s'accroche et veut que la relation continue tandis que l'autre en a assez. Celui qui s'accroche semble principalement déclarer qu'il aime l'autre et ne peut pas laisser se terminer une relation aussi précieuse. Laissez-moi dire avec emphase que l'Amour est une chanson de liberté. L'Amour ne s'accroche jamais, pas plus que l'Amour n'est plein de désir. Nos émotions colèrent et s'accrochent et pleurent et hurlent et même menacent de satisfaire leurs désirs. Mais rien de tout cela n'a quoi que ce soit à voir avec l'Amour. Un couple qui se sépare révèle très vite son état émotionnel... sans que je ne suggère de jugement. Nous avons tous nos émotions et elles mènent notre vie mais je suis surpris que très peu de gens le réalisent en fait. De même qu'un plongeur olympique doit apprendre l'équilibre physique, nous devons apprendre l'équilibre émotionnel dans nos vies quotidiennes. Si nous sommes avertis de cela, cela devient plus facile mais pour la plupart des gens, qui blâment simplement quelqu'un d'autre pour leur état émotionnel, alors la route est longue... des incarnations. Nous avons encore du chemin à faire !

L'équilibre émotionnel est amélioré et augmenté en... choisissant L'Amour en conscience !

28 mars 2015

Yesss, la liseuse électronique est de retour avec nous. Merci Prem ! Il semblerait que l'une des exigences les plus nécessaires de notre temps soit la guérison émotionnelle. Il devient évident que l'humanité du monde occidental d'aujourd'hui soit un exemple parfait de l'acuité mentale accompagnée d'une dysfonction émotionnelle. Et étrangement, les gens qui ont ce problème semblent ne pas en avoir conscience. Les pensées précèdent les émotions. Si vos pensées sont porteuses de jugements ou de critiques, cela transparaît dans votre langage émotionnel... et oui, les émotions parlent plus fort que les mots. Vous pouvez les entendre dans le silence de l'expression du visage et dans le langage du corps. J'observe les gens dans les salons de la classe affaire ou se dépêchant dans les couloirs d'aéroport ou faisant leurs adieux à quelqu'un et leur langage émotionnel est évident aux yeux de tout le monde. La plus grande angoisse émotionnelle vient, de loin, de nos questions d'attachement. Nous nous attachons émotionnellement aux gens exactement comme, autrefois, nous étions attachés à notre ours en peluche dans notre lit. D'où donc est venu l'Ours Paddington, si ce n'est pas de sous nos draps ? "Lâcher prise" est la leçon de nos temps modernes. Un être cher qui nous est enlevé nous force à lâcher prise... ou bien ? Lâcher prise devrait être un choix de style de vie qui nous offre la liberté pour la croissance émotionnelle. L'Amour n'attache jamais, seulement les émotions.

Un cas parfait pour... choisir l'Amour !

13 avril 2015

Si l'Amour inconditionnel était facile, Ogwal, je doute que j'écrirais ces songeries. Il faut qu'il soit très clair pour vous que notre niveau humain d'amour est fondé sur les émotions. Et c'est parfaitement OK. Notre amour de tous les jours est essentiellement plein de nos besoins vis-à-vis de la personne ou des gens que nous aimons. Nous avons des hameçons plantés en eux, et eux en ont plantés en nous... et tout cela est parfaitement OK. L'Amour inconditionnel est le Pouvoir de la Création. Quand vous faites l'expérience de cet Amour, il est fondé essentiellement en vous-même. Ce n'est que quand vous vous Aimez inconditionnellement vous-même que vous pouvez Aimer les autres de cette façon. En fait, quand vous vous Aimez inconditionnellement, vous ne pouvez pas ne pas Aimer les autres. Vous regardez, au-delà de la personnalité, l'Être/âme que nous sommes tous. De la même manière que le corps est un temple temporaire pour l'âme, la personnalité n'est que la peinture sur le temple. Expérimenter l'Amour inconditionnel peut venir soit d'une expérience ineffable qui continue éternellement soit de l'exercice constant de l'Amour sans aucune condition et sans aucune demande. Dans l'Amour inconditionnel, il ne s'agit que de conscience.

C'est pour cela que j'écris, pour suggérer que vous... choisissiez l'Amour constamment et EN CONSCIENCE.