

Les Amis de la Vie

« L'épanouissement de chacun est l'intérêt de tous »
Bulletin 39 - Décembre 2009 / Janvier 2010

Tendresse envers soi-même (Par Clotilde Hladik, Adhérente à Montpellier)

Etre conscient d'un besoin non comblé, d'un manque ou d'une blessure psychique est douloureux, et c'est pourtant le seul moyen d'y faire face pour le combler ou le soigner.

Voir son manque, sa blessure permet de pouvoir la guérir, la panser, la soigner. On peut apprendre à lui donner la pommade, l'amour dont elle a besoin pour guérir. Etre là, à l'écoute avec compassion et tendresse. Etre comme une mère envers son enfant, être présent, l'écouter, le consoler, le combler d'amour tendre.

On peut aussi mettre une cuirasse pour ne rien sentir, ou plutôt se sentir fort, sans faille, sans faiblesse ; mais on devient insensible, coupé de la vie vibrante, sensible, douce et nourricière. On se sent solide jusqu'au jour où épuisé ou vaincu, la cuirasse tombe. Parfois aussi, le bouclier n'est qu'une illusion, un morceau de carton vite troué ! Et là, si quelqu'un réveille notre point faible, inconscient de sa blessure première, on croit l'autre responsable, on projette sur lui toutes nos blessures, on se victimise, perdant toutes la richesse et l'occasion de se guérir, de grandir. Et en plus, on agresse alors l'autre à tort.

Il faut bien plus de courage pour se regarder en face que de brandir son armure ! Bien plus de maturité pour assumer toutes les facettes de son caractère que de les nier.

Il est bon aussi d'apprendre à développer en soi beaucoup d'amour, de compassion et de tolérance, pour oser se regarder nu dans le miroir, sans honte ; pas que ses zones d'ombres mais aussi ses blessures.

Car étrangement, au lieu de faire comme envers un enfant qui souffre, de le prendre dans ses bras, certains ont tendance à le haïr, le rejeter, comme s'il était coupable ou mauvais.

Autant il est compréhensif, de ne pas aimer regarder nos zones d'ombres qui obscurcissent l'image idéale de soi ; autant il est étrange d'avoir si peur de ses blessures, de se les cacher si profondément.

Il est difficile surtout dans notre société, qui valorise tellement la force, de regarder nos faiblesses ; difficile aussi d'accepter une fois adulte que l'on a encore besoin de l'autre pour nourrir nos besoins et pour grandir ; que nous ne sommes pas si indépendant ; que nous avons besoin de nourritures psychiques et émotionnelles et pas seulement physiques (air, eau, aliment) pour vivre, même une fois adulte !

Il est difficile aussi d'apprendre à s'aimer, à avoir de la tendresse, de la compassion pour soi-même, quand on se sent vide, quand on n'a pas reçu enfant l'amour dont on aurait eu besoin pour se construire. Ce n'est qu'une fois adulte qu'on peut apprendre par soi-même, indépendamment de son enfance, à puiser en soi et dans l'Univers l'amour dont on a besoin pour grandir. Mais il faut être conscient de nos manques, pour avoir l'humilité de demander de l'aide et recevoir avec reconnaissance.

Société

La crise a accentué une tendance où n'importe qui est prêt à faire n'importe quoi ! Cela peut être efficace pour gagner de l'argent, mais c'est très négatif pour être bien dans sa peau ! Bien sûr à force d'oublier notre morale, on finit par l'endormir ; mais dans notre inconscient, le malaise persiste et nous nous fâchons de plus en plus avec notre vie. L'argent serait il plus important que la vie ? - -

Attention.....un jour il y aura peut être encore de l'argent, mais peu être plus de vie !

La vie (Par Gayane Gold adhérente à Ganges)

La Vie est une force vitale qui nous habite, un mouvement d'énergie qui nous traverse. Cette énergie doit être en mouvement, fluide comme l'eau. La Vie est comparable à une rivière : là où l'eau est fluide, elle court, danse, chante Là où l'eau stagne, avec le temps toutes sortes de débris s'accumulent, branches, feuilles, bientôt toutes sortes d'insectes... De même si on bloque ce mouvement d'énergie dans notre corps, très bientôt elle stagne et crée des problèmes d'accumulation, blocages, tensions etc....

Chacun de nous est une création unique : il n'y a pas un seul corps, une seule âme semblable dans toute la création dans tous les temps, cela nous invite à nous responsabiliser, à respecter cette Vie en nous de façon à ce qu'elle s'exprime en action, en don dans son plus grand potentiel, sa plus grande créativité, sa plus haute expression.

« L'eau de la Vie... est une façon de voir, de comprendre, d'absorber et de transmettre le flot vital que l'Univers met à notre disposition. »

Gayane Gold est photographe de la nature. Elle est l'auteur de « Transmissions » : un book de photos illustrant des citations de Khalil Gibran et de « L'Esprit de l'Eau » : un book de photos, illustrant des citations sur l'Eau.

Site : <http://conscience.nature.free.fr> Tel : 0684316570

Les lois de la nature humaine (Par Julie Sala adhérente à Bédarieux)

Nous ne pouvons sans conséquences graves, inventer des manières de vivre en contradiction avec les lois de la nature humaine ! L'homme s'est éloigné de sa réalité.

Sournoisement, au fil du temps, sous le prétexte de l'évolution cet être dit humain et civilisé, s'est peu à peu « robotisé ».

Il s'est entouré de technologie créée par lui-même comme autant de progrès censé améliorer son quotidien. Mais il s'est laissé prendre au piège de ses propres inventions technologiques. Et tous ces mécanismes

(comme autant de machine de guerre) semblent aujourd'hui aller plus vite que son ombre.

Les machines ont évoluées plus vite que sons ombre.

Ce n'était pas le but initial et pourtant c'est là où nous en sommes.

Tout va très vite, de plus en plus vite...irons nous donc plus vite au précipice ?

Les médias par leur diffusion massive dictent explicitement et implicitement la « norme » collective.

Et pour cela nos cinq sens sont sollicités en permanence (l'ouïe, le toucher, le goût et l'odorat par exemple quand je me rends au supermarché)

L'homme dont la capacité de jugement est altérée par toutes ces influences, finit par croire au message commercial. Le bonheur tant espéré serait là, dans l'acquisition si possible immédiate. Or son inconscient lui sait que la vérité n'est pas au rendez vous.

Ainsi l'homme s'est peu à peu privé de liberté...s'encombrant à ce point de besoin secondaire l'enchaînant pieds et poing liés qu'il a fini par omettre que ce dont on avait le plus besoin n'était pas dans l'avoir toujours plus mais dans *l'être toujours mieux*...l'homme a perdu son bon sens.

Nous sommes face à ce constat : l'augmentation du toujours plus qui nie le rythme humain au détriment du toujours mieux qui vise l'épanouissement humain souhaitable pour tout un chacun.

Les Amis de la Vie sont adhérents de Greenpeace et du groupement « les Créatifs Culturels »

Contact: « Les Amis de la Vie » St Barthélemy 34260 Avène Tel. 04 67 23 47 17 - 06 80 90 43 80

E-mail : amisdelavie@hotmail.fr

Site: www.amisdelavie.fr