

IL N'Y A PAS À S'AIMER PUISQUE NOUS SOMMES DÉJÀ AMOUR (témoignage)



par Samia Aissaoui

C'était un matin parmi tant d'autres, ce voyage incessant dans ces plongées maussades. Elles revenaient souvent, dès lors que le repas de la veille était riche en denrées et surtout en sucre. Pourtant j'avais de moins en moins faim, mais dès que l'émotionnel venait bousculer la journée, des envies de se goinfrer me reprenaient.

Si je luttais au début, j'ai réalisé que ces fringales avaient un sens alors j'ai fini par manger dès que l'envie se présentait. La culpabilité s'était dissoute depuis un moment, mais il restait des résidus semble-t-il.

Ce matin-là, alors que j'émergeais du sommeil, fatiguée, un peu morose avec des pensées qui se bousculaient de nouveau, je laissais ce flot exister, observant toute cette agitation.

De nouveau des mots revenaient sur le dénigrement de Soi, c'était bien moins impressionnant que la fois précédente, mais c'était encore là. Dans ce flux, je regardais ce Moi identifié qui débitaient son jargon incessant de grossièretés. Je n'étais pas ces abjections, je le sentais, mais cela devait encore jaillir pour clore ce chapitre. Ces pensées remplies de phrases pointaient encore leur nez de cet espace de plus en plus vide.

Il n'y avait personne que la conscience, je l'avais réalisé pourtant, mais il y avait un sentiment de vide d'amour.

Pourquoi ce sentiment de manque ? Pourquoi on ne s'aime pas et que pour exister nous cherchons l'amour toujours à l'extérieur auprès des autres ? Pour être aimer nous mettons tout en œuvre, déployant tout type d'artifices pour paraître plus beau/belle face au monde dans cette croyance qu'on sera apprécié, aimé et reconnu.

Dans cette observation, le champ renvoyait que je n'avais pas à m'aimer. Celui qui cherchait l'amour c'était ce personnage penseur qui croyait que l'amour devait venir des autres.

Quel autre ? C'est là qu'il a été vu qu'il n'y a pas d'autre personne. Il n'y a que Moi cette conscience en chacun. Je réalisais enfin ce que voulait dire Etre Tout. L'autre n'est que moi. Je ne peux pas attendre l'amour de l'autre qui n'est que Moi sous une autre forme. Je suis cet amour. L'amour et la conscience sont indissociables, TOUT est UN.

En réalisant cela, je découvris que j'étais aussi cet amour dont j'étais en quête depuis toujours.

Cherchez à s'aimer c'est s'éloigner de l'amour même que je suis. Ainsi, je n'ai pas à m'aimer puisque je Suis déjà cet Amour. Celui qui voulait être aimé n'est que ce Moi identifié,

ce tas de programmes auquel j'ai tant cru.

Alors, plongez pleinement dans ces espaces de mal-être ou vous avez l'impression que l'amour a disparu du paysage, c'est juste là pour découvrir qu'il n'a jamais disparu, cela a toujours été là dans l'attente de se révéler. Sombrier dans ces espaces obscurs qui vous donnent cette sensation que vous n'êtes rien, c'est là que git la lumière et l'amour qui patientent de rayonner Tout ce que vous Etes.

Source: <http://samia-aissaoui.com/>

Partagé par [la Presse Galactique](#)