

DÉCOUVERTE INTÉRIEURE

par Mirena

L'éparpillement de la vie humaine dans le faire et l'illusion extérieure endort l'esprit. Il est difficile de faire le calme en soi dans le chaos des pensées en étant sans cesse dans l'action.

Toutefois, par la méditation, nous avons accès à notre Cœur et à la Conscience de Vie. Et c'est là que nous constatons la multitude des pensées qui nous envahissent et conduisent notre vie car nous leur répondons la plupart du temps. Nous pouvons alors comprendre que nous créons notre vie par qui nous sommes. Nos pensées et nos paroles sont créatrices. Nos actes le sont aussi.

Nous pouvons alors élever notre conscience et reconnaître ce que nous créons réellement dans notre vie. Le bien, le moins bien, la joie et la tristesse. L'amour et la peur. Mais nous pouvons aussi comprendre qu'il est possible de faire un autre choix que la souffrance, faire le choix de créer notre vie dans la paix, la joie, l'amour... Car tout est choix dans notre vie.

La pause intérieure calme l'esprit et nous relie à l'énergie bienfaisante et paisible du Cœur. Un alignement avec la Conscience de Vie se produit quand on ne prête pas attention aux pensées, pour ne faire qu'Un avec Elle. On découvre alors l'appartenance à l'Unité. L'instant présent est vécu pleinement et il est alors une voie qui apparaît, celle de ce que nous sommes en réalité : des créateurs de vie, inconscients pour la plupart, reliés au mental plutôt qu'à l'énergie du Cœur, enfermés dans des croyances et des idéaux illusoire.

C'est en prenant soin de découvrir l'instant présent, en prenant soin de nous-même, que l'avenir se crée pour le

meilleur de notre chemin.



DISPONIBLE ICI