Ton âme te parle... 13 novembre

Il est naturel de ressentir avec intensité la profondeur de la perte lorsque nous vivons le départ d'un ami, d'un membre de la famille ou même d'un animal de compagnie. Ces expériences douloureuses nous rappellent la valeur inestimable des moments vécus et de la présence partagée avec ceux que nous aimons.

Face à la fragilité de la vie, il est essentiel de profiter de chaque moment qui nous est offert. Considérer ces instants comme des privilèges exceptionnels nous permettent de célébrer la vie, de savourer la joie et l'amour qui nous entourent. Au lieu de céder à la nostalgie ou à la peur de tout perdre du jour au lendemain, il est bénéfique de cultiver la gratitude envers ceux qui sont là, aujourd'hui, près de nous. Leur présence est un privilège, tout comme la nôtre l'est pour eux. Nous sommes tous importants les uns pour les autres.

Nous avons été créés et réunis pour former une grande famille, une communauté où l'entraide, l'amour et l'estime mutuelle sont vécus au quotidien. Lorsque certaines personnes ne nous apportent pas cette joie, il nous est proposé de nous tourner vers notre intériorité. Fermer les yeux, respirer profondément et retrouver le calme en soi permet de rencontrer la vérité cachée dans ces relations, d'identifier la peur qui les traverse, et d'apprendre à les regarder avec amour et compassion.

Chacun porte en soi des traces de blessures, de peurs ou de déceptions. Ces marques, lorsqu'elles se révèlent, nous invitent à les accueillir avec un regard neuf, libéré de leur influence. La vie sur terre étant éphémère, il nous est donné de profiter pleinement de chaque instant, d'aimer de tout notre cœur ces espaces inconnus en nous qui attendent simplement notre reconnaissance et notre présence.

Accordons-nous ce rendez-vous intime afin de recevoir la force de changer, le pouvoir d'accepter et, surtout, le privilège de constater la différence que ces démarches apportent dans notre vie.

