

# S'aimer

*Question : Vous parlez souvent de l'Amour. Nous aimer est difficile pour nous ! Pouvez-vous apprendre à nous aimer ?*

« Nous ne pouvons pas donner une méthode précise pour apprendre l'Amour . La seule chose que nous pouvons dire c'est que bien souvent vous n'avez pas conscience de ce qu'est l'Amour. Vous, humains parlez énormément d'Amour mais vous n'avez pas forcément conscience de ce que cela représente.

L'essentiel est de vous aimer, de vous respecter, et l'Amour pour vous-même commence par l'acceptation de votre enveloppe, c'est-à-dire de votre corps de matière. Il est ce qu'il est, mais il est précieux ! Il vous permet d'expérimenter la vie. Vous devez l'aimer, le respecter, le caresser, lui dire qu'il est beau et qu'il sert énormément votre expérience de vie. Ce n'est pas faire du narcissisme, c'est simplement prendre conscience de l'utilité considérable de ce véhicule qui vous permet d'expérimenter la vie sur ce monde.

Vous êtes gros, maigres, petits, grands. Cela n'a aucune importance ! C'est tout simplement un vêtement que vous devez honorer et aimer ! C'est un vêtement qui peut aussi rayonner la Présence, le Je Suis.

Si vous avez quelques difficultés à aimer ce que le miroir vous restitue, attachez-vous à aimer votre « Je Suis », votre divinité, à apprendre à aimer l'image que vous voyez de vous-mêmes.

Par exemple, le matin, lorsque vous faites votre toilette et que vous vous regardez dans votre miroir, vous dites tout simplement : « toi mon corps, je t'aime, je te remercie de m'accompagner tout au long de cette journée. Je te remercie de me permettre d'expérimenter tout au long de cette journée. Je te remercie de me permettre de parler, de voir, d'entendre, d'exprimer la joie au travers de mon rire. Je te remercie de m'apprendre, grâce à mes mains, à faire et à accomplir de belles choses, que ce soit de la musique, de la peinture, des œuvres d'art ou tout simplement pour la caresse que je donnerai à mon enfant, la marque d'affection que je prodiguerai à ceux qui m'entourent.

Apprenez à considérer votre corps avec un autre regard ! Plus vous accepterez ce que vous êtes, plus vous aimerez l'image que vous renvoie votre miroir, plus vous ferez naître et grandir l'Amour en vous, plus vous rayonnerez sa présence et plus vous saurez aimer.

Aimer veut dire accepter l'autre tel qu'il est, apprendre à ne voir chez lui que ce qui est le plus beau, apprendre à s'attarder sur son beau sourire, apprendre à n'entendre que toutes les paroles délicieuses qu'il formule pour vous ou pour d'autres, apprendre également à le respecter dans sa différence, à le rassurer, à le consoler, à éveiller l'Amour en lui.

L'Amour est un apprentissage de chaque seconde. Il « ne vous tombe pas d'un seul coup du ciel », comme le disent les humains. Il s'apprend, il se cultive, et quand vous arrivez à cultiver cet immense Amour, il se donne.

Vous pourrez faire l'expérience de l'Amour tout d'abord avec ceux qui vous entourent. Pensez une personne que vous chérissez et essayez de voir toutes les qualités de son âme. Essayez de ressentir tout ce qu'il y a de plus beau en elle et remerciez-la pour les cadeaux merveilleux qu'elle vous donne. Apprenez à l'aimer au-delà de l'humain, apprenez à l'aimer en lui pardonnant ses faiblesses, ses incompréhensions. Apprenez à l'aimer en acceptant ses différences.

L'Amour est la plus belle chose qui a été donnée aux hommes ! Cependant avant de pouvoir aimer les autres, apprenez à vous aimer ! Considérez que vous êtes tous des Etres de Lumière, parce que cela est une réalité. Au-delà de l'aspect physique qui est le vôtre, au-delà de l'apparence existe cet Etre de Lumière.

L'Etre de Lumière ne jugera jamais, ni lui-même ni les autres ! L'Etre de Lumière aimera sans conditions ! Apprenez à faire comme lui : aimez sans conditions et vous-mêmes et les autres !

Nous parlons bien entendu de votre propre apparence. Certains pourraient se dire : je m'aimerais davantage si mon nez était plus droit, si j'avais quelques kilos en moins, si j'étais plus grand, si j'étais plus petit.... Ce n'est pas ainsi qu'il faut concevoir l'Amour ! Il faut le concevoir dans sa totalité, sans aucune limite, aucune restriction.

Lorsque vous aurez compris la puissance de l'Amour, vous ne vous poserez plus jamais de questions et vous rayonnerez ! Dans ce rayonnement, même les rides du temps ne seront pas marquées. Vous aurez l'impression d'être toujours jeunes, d'avoir une énergie extraordinaire. Cette jeunesse ne sera pas qu'une impression ! Si vous continuez à vous aimer cela deviendra une réalité ! Cette énergie ne sera pas une impression ! Si vous continuez à rayonner cet Amour, cela deviendra une réalité. Vous vous transformerez !

Soyez certains que l'Energie Amour transforme les êtres ! Même ceux qui ne se croient pas très beaux le deviendront magnifiquement par leur rayonnement ! Comprenez bien cela car c'est important !

Dans l'Amour, il n'y a pas d'êtres beaux, d'autres moins beaux, il n'y a que la beauté de l'Amour, la beauté du cœur et le rayonnement ! »

