

Le pouvoir de l'amour

« COMME UNE OUVERTURE DU CŒUR
ET UN CHEMIN VERS LA LIBERTÉ »

La pratique assidue de la méditation m'a fait découvrir le pouvoir de l'ouverture du cœur, des ondes cérébrales à basse fréquence et des états modifiés de conscience qui mènent à la créativité et à l'amour de soi. Quand le cœur n'est pas ouvert, il est difficile de guérir les émotions les plus basses qui nous font sortir de notre voie. L'ouverture du cœur libère, et l'on se rappelle ce que l'on a à faire dans le monde.

J'ai choisi pour illustrer ce thème du cœur ouvert, de l'amour, de la cohérence cœur esprit, quelques paroles de Greg Barden, qui a parcouru le monde et a rencontré les peuples indigènes et les grands mystiques pour lier la science à la conscience. Il raconte, pour expliquer le pouvoir invisible qui régit le monde, que le film Matrix nous dit qu'il existe un monde que nous ne pouvons pas voir, et qui influence le monde que nous pouvons voir. Regarder ce que nous créons et ce que nos créations peuvent nous dire.

En continuant sur le thème de l'Amour, Greg, nous propose de découvrir une prière Navarro la prière de beauté. Les Navarros voient la beauté au-delà de l'esthétique, comme une force de la nature et nous sommes changés en présence de la beauté. La science nous explique cela car quand nous ressentons que quelque chose est beau, ce sentiment change la chimie dans notre corps et nous commençons à diffuser

certaines substances chimiques en présence de la beauté. Ce qui nous transforme.

La prière de la beauté :

La beauté avec laquelle je vis.

La beauté par laquelle je vis.

La beauté sur laquelle je base ma vie.

La beauté existe déjà en chaque chose, notre tâche est de la chercher. Notre perception des choses dépend de la manière dont on veut voir les événements dans la vie.

C'est notre choix de voir le monde à travers les lentilles de la beauté ou à travers les lentilles de la haine. Il nous revient de choisir la perspective de la vie qui est à notre service.

Autoriser la beauté à devenir une base sur laquelle nous fondons nos choix, nos décisions, nos relations. C'est une décision de voir les choses à travers les lentilles de la beauté. Comment nous nous pensons nous-même et nous pensons les autres.

Par exemple, Mère Teresa voyait la beauté dans les rues de Calcutta car elle avait choisi de voir la beauté. Elle voyait les fleurs dans les rues sales.

La beauté renforce l'immunité comme l'amour et l'absence de peurs. Ils sont tous liés.

Quand nous sommes en sécurité, nous sécrétons des neuropeptides qui donnent la guérison.

Dans le passé, l'ancienne histoire de l'humanité est une histoire d'absence de pouvoir, d'impuissance, de séparation, et la nouvelle histoire nous dit que nous avons du pouvoir et que nous sommes faits pour nous adapter et nous adapter dans une période comme celle-ci redonne notre pouvoir.

La clef que nous devons donner à notre corps est celle-ci et relie la science et la spiritualité : cela se réduit à la façon dont nous nous aimons nous même. Est-ce que nous nous aimons suffisamment pour donner à notre corps la chimie dont il a besoin ? L'intelligence du cœur, nous avons un petit cerveau dans le cœur comme des neurones. Ces cellules forment un réseau neuronal qui pense indépendamment de notre tête ; il sent, il ressent, il mémorise, il résout des problèmes d'une façon différente de celle de notre tête.

Dans la tête, le cerveau est polarisé, il fonctionne sur l'ego et les problèmes d'estime de soi. Mais le cœur ne fonctionne pas ainsi. Les neurones du cœur sont connectés au champ d'information qui relie toute chose. Quand on touche la vérité de notre cœur plutôt que l'ego, cela nous aide à devenir objectif. Comme le langage girafe qui vient du cœur, selon l'enseignement de Marshall Rosenberg, le père de la Communication NonViolente. Chez des peuples indigènes, les enfants commencent à apprendre comment ressentir et interpréter le monde à travers le cœur. Puis à travers les sens et le cerveau.

Nous faisons le contraire, dès notre plus jeune âge, on nous apprend à interpréter le monde à travers nos sens. Et si nous avons de la chance beaucoup plus tard, à travers une conférence, l'on apprend qu'il y a une autre façon d'interpréter le monde à travers notre cœur.

Il s'agit de déplacer l'attention de notre cerveau vers notre cœur.

« Il existe un monde que nous ne pouvons pas voir, et qui influence le monde que nous pouvons voir. »

LE FILM MATRIX