

## **La Tristesse**

Message inspiré de Nuzhia

canalisé par Igor Mouret

Automne 2019

La tristesse est un attachement. Lorsque tu la ressens, c'est comme un tiraillement. Les attaches résistent. Le lâcher prise de ces attaches, c'est la libération de la tristesse.

Lorsqu'on aime quelqu'un, on s'attache à lui, inévitablement. Des liens se créent. Je lui donne et il me donne. Ces échanges nourrissent la relation. Mais qu'en est il lorsque l'être aimé s'en va , ou va s'en aller ? Que deviennent ces liens, si chers et si précieux ? Ils s'étirent comme des cordes, tendues au possible. Parfois, elles le sont tant que la tristesse est insoutenable. Aimer de façon humaine, c'est créer des liens, qui sont indissociables de la tristesse. Tôt ou tard, elle viendra. L'amour que l'on porte à quelqu'un a besoin d'être reconnu et apprécié à sa juste valeur. De sentir son intensité et sa singularité, car , quand la tristesse viendra, elle sera pondérée par la reconnaissance de cet amour.

Reconnaître vraiment l'amour qui nourrit un lien, c'est lui permettre de se détendre et de devenir souple comme l'air. On n'éprouve pas vraiment de tristesse, lorsque l'on n'a pas aimé. Aimer implique un attachement, puis vient le moment de libérer l'autre. C'est alors que l'amour se révèle entièrement.

Une mère sait cela instinctivement. Elle garde pour protéger, elle aime . Elle sait que pour aimer totalement son enfant, elle doit lâcher prise et se séparer de lui. C'est presque cruel pour une mère, mais c'est l'apprentissage de l'amour qui est ainsi.



© WahooArt.com - Edvard Munch - Separation

[www.messages-du-coeur.fr](http://www.messages-du-coeur.fr)