

(Note: Cet article est un extrait du livre de Nirmala, [Living from the Heart](#) ) (Please also note: This article is also available in English

[here](#)

)

Qu'est-ce que l'amour et où le trouver ? Nous cherchons l'amour, et nous essayons d'obtenir de l'amour et pourtant il nous semble ne jamais en avoir assez. Même lorsque nous l'avons trouvé, il peut nous échapper avec le temps. Et si il y avait une source d'amour qui ne ternissait jamais et qui était toujours disponible ? Et si l'amour était aussi proche et facile que la respiration ? Et si vous n'aviez pas manqué réellement d'amour mais l'avez plutôt « toujours cherché aux mauvais endroits » ?

L'amour est à la fois plus simple et plus mystérieux et subtil que ce que nous imaginons. L'amour est simplement l'attention spacieuse et ouverte de notre conscience, qui est la force la plus douce, la plus gentille et la plus intime au monde. Il touche les choses sans empiéter sur elles. Il contient toute notre expérience mais ni ne la limite ni ne la retient. Et pourtant, ce qui inhérent dans la conscience est un appel à se connecter et même à se fondre à l'objet de votre conscience.

