



Personne ne peut m'apprendre à aimer,
L'amour ne s'apprend pas comme des formules
mathématiques ou des cours d'histoire.

Mais tout le monde en revanche,
peut reconnaître la haine
et l'écarter de son chemin.

Chacun peut la voir telle qu'elle est
et la laisser se dissiper
au lieu de l'enraciner dans son esprit.

Je peux comme un jardinier,
choisir méticuleusement ce qui doit
prendre racine.

Si je donne du temps à mes problèmes,
je leur permets de prendre racine
dans mon esprit.

J'aurai par la suite bien du mal à les arracher
de mon esprit.

Mais si je ne leur laisse pas le temps
de se développer,

de développer leurs racines,
alors ils ne pourront pas grandir.

Ils n'auront nul part où le faire et
ils disparaîtront comme ils sont venus.

L'amour vient de lui-même à l'esprit.

Il n'est pas éphémère.

Il n'est pas lié à des sentiments.

Il est absolu et apporte la compréhension
totale de mon existence.

Savoir aimer,

c'est avant tout, me libérer
de ce qui encombre cet amour.

Cet amour est en abondance partout tout autour
et à l'intérieur de moi-même.

Cet amour qui remplit mon esprit
est mon présent dès que je lui redonne
toute sa place et toute son importance.

Comme le centre de mon être,
le centre de mon univers.