

## **La Famille Humaine.**

A notre époque de l'histoire humaine, toute la structure et les fondements de la société semblent s'effondrer. Autrefois, on avait l'impression qu'il y avait une certaine stabilité dans la vie de famille, qu'elle était un pilier de la société. Mais aujourd'hui la nature même de la famille et son but semble attaqués et les gens ne savent pas quoi faire.

De nos jours, on a tendance à s'occuper davantage de soi que de sa famille. Nous vivons à une époque où l'individualisme est renforcé jusqu'à l'absurde. Pourtant, l'idéal de la vie de famille est qu'un homme et une femme se retrouvent pour se donner l'un à l'autre. L'indépendance et l'égoïsme s'efface pour donner sa place au couple. Ensuite, quand les enfants arrivent, le couple devient une famille et doit tout donner pour ses enfants.

La vie de couple et de famille n'est pas toujours facile. Quand on s'aime on a tendance à s'attacher. Mais qu'est-ce que l'attachement ? Le fait d'être attaché aux choses ou aux personnes apportent-ils bonheur ou souffrance ?

En fait, si on arrive à se libérer d'idées fausses que l'on a sur son conjoint, on découvre qu'il y a de l'amour, mais que cet amour n'est pas attaché, c'est à dire qu'il ne déforme pas les choses, il ne s'agrippe pas, ne se cramponne pas. De cette façon, on est tout à fait capable de prendre soin des autres et d'aimer dans le sens pur de l'amour.

Si vous aimez une personne et que vous commencez à vous cramponner à elle, les choses se compliquent : ce que vous aimez devient cause de souffrance. Par exemple, vous aimez vos enfants mais, si vous vous attachez à vos concepts, vos habitudes, vos idées toutes faites, vous ne les aimez pas vraiment parce que vous ne les voyez pas tels qu'ils sont réellement. Vous avez toutes sortes d'idées sur ce qu'ils devraient être et ce que vous voulez qu'ils soient. Vous voulez qu'ils vous obéissent et vous voulez qu'ils soient sages, qu'ils réussissent leurs examens. Avec cette attitude, vous ne les aimez pas vraiment, car s'ils ne comblent pas vos désirs, vous êtes fâché et frustré et vous leur en voulez.

C'est ainsi que l'attachement aux enfants nous empêche de les aimer.

Beaucoup de parents disent combien il y a de souffrances à avoir des enfants parce qu'il y a beaucoup d'attente. Quand nous voulons qu'ils soient comme ceci et que nous ne voulons pas qu'ils soient autrement, nous créons beaucoup d'angoisse et de souffrance dans notre esprit.

Mais, quand nous lâchons l'attachement, nous découvrons que notre manière naturelle d'être relié aux gens est d'aimer. Nous découvrons que nous sommes capables de permettre à nos enfants d'être ce qu'ils sont au lieu d'avoir des idées arrêter sur ce que nous voulons qu'ils soient. Plus nous lâchons ces exigences, plus nous découvrons cette incroyable capacité à être sensibles et attentifs à nos enfants tels qu'ils sont.

Cette ouverture permet d'avoir un vrai dialogue avec l'autre et non plus de réagir seulement à notre attachement.

Cette capacité d'accepter la vie telle qu'elle est, nous permet de répondre de manière appropriée aux expériences que la vie nous procure au lieu d'y réagir avec nos peurs et nos répugnances.”

Extrait Chapitre 16 du livre d'Ajahn Sumedo “L'esprit et la Voie”

