

Comment le chemin spirituel peut-il vous aider à sortir de l'addiction, de la dépendance ?

J'ai mis en place dernièrement un accompagnement pour comprendre, accepter et sortir de l'addiction.

Une rubrique sera bientôt disponible sur mon site.

Cet accompagnement n'est pas nouveau pour moi, je le fais depuis 2008, mais il était intégré à l'intérieur de ce que je nomme « chemin spirituel ».

Le chemin spirituel permet de prendre conscience de nombreuses choses, de mieux se connaître, de ne plus lutter surtout contre le présent et ainsi le nier, et ne pas pouvoir en sortir.

Que ce soit un problème d'attachement dans une relation, un problème d'anxiété, de peur, avec la mort, le suicide, la nourriture, l'apparence physique, l'alcool, les drogues en général, le travail, ... le chemin spirituel est d'une grande aide, car il permet de clarifier, de prendre conscience, de se libérer.

Il est donc une option non négligeable, une aide de plus, pour mieux sortir de vos soucis.

Le problème principal des gens, c'est qu'ils se rendent malades, et tombent dans des problèmes de dépendance, d'addiction, car ils ne voient pas qu'ils ne sont pas libres de certaines choses.

Ils ne voient pas que leur orgueil les emporte dans des luttes qui sont violentes pour elles, qu'elles agissent finalement contre elles, et que ce qu'elles font est contre productif, car cela ne permet pas de sortir du problème, mais au contraire les enfonce petit à petit encore plus dedans.

Tout cela vient toujours d'une incompréhension, d'une absence de conscience, de clarté.

En se voulant autrement que l'on est, on va contre soi, c'est la première chose.

Deuxièmement, cela nous fait nous piéger en essayant d'adhérer à ce que nous ne sommes pas.

La société est un chaos, elle est contre nature et oblige à se forcer pour se sécuriser à cause de nos peurs.

Elle produit des esclaves, elle fonctionne grâce à la peur, la comparaison et la culpabilité. Elle utilise l'orgueil des gens pour les coincer.

Tant que nous ne le voyons pas, nous essayons de nous adapter, puis en le faisant, nous souffrons, nous ne sommes pas heureux de ne pas être libre, de nous plier à un système que nous pensons être la seule possibilité pour vivre.

La première chose à savoir c'est que personne n'a de droit sur vous, que vous naissez libre, et que personne n'est en dessous ni au dessus de vous. Nous sommes toutes et tous différents, uniques, mais pas supérieurs ou inférieurs. Vous êtes déjà libre !

Le problème est donc de pouvoir dépasser vos peurs, vos anxiétés, et donc déjà de pouvoir les accepter.

Mais ce système vous a appris à les refouler, à les penser comme mauvaises et faisant de vous des êtres faibles.

Cela est faux !

Rien de ce que vous êtes n'est mauvais, car c'est vous. La base est l'acceptation de soi, quoi que vous soyez.

Ensuite, vous pouvez changer si vous le souhaitez, et seulement de cette manière, sans quoi vous resterez malheureux de suivre les autres.

Cela vous demandera de prendre conscience que ce qui est proposé, comme soit-disant bien et bon pour vous, ne l'est peut-être pas !

Demandez-vous si la vie que vous avez vous convient, si vous souhaitez travailler pour vivre, si le système vous convient, si vous êtes en accord avec des armées, des territoires, des guerres, des classements, et si ce que l'on vous propose vous paraît être libre ou si c'est une prison. Si le monde tel que nous le vivons est une bonne manière de vivre, si cela est aimant, dans la compassion, l'écoute et la disponibilité.

Tant que vous vous forcerez à correspondre et à ne pas vous écouter, vous souffrirez et serez mal, que ce soit conscient ou inconscient.

Alors, vous vous détruirez par le travail, par des drogues, par tout ce qui vous permettra de tenir. Mais vous allez vous détruire.

Vous lutterez contre le système en continuant d'y adhérer, vous lutterez contre vous en continuant d'espérer un changement, mais rien en se fera.

Prendre des drogues pour ne pas sentir votre déprime, vos peines, votre souffrance, cela vous éloigne de vous et vous plonge en enfer petit à petit et ne résout pas les problèmes.

Faites-le en conscience si vous le faites et vous verrez ce que je dis.

Rester dans le chaos, sans avoir le courage de dépasser vos peurs, cela fera que l'avenir sera encore du chaos.

Tant que vous aurez la peur de ne pas être en sécurité et que vous agirez pour cela, vous continuerez à créer un monde chaotique.

Je ne dis pas que cela est facile, c'est même très difficile, mais c'est un chemin à parcourir et à être aidé dans le sens d'apprendre à voir, à écouter, à aimer et à changer.

Il est d'ailleurs très important de pouvoir aimer l'anxiété, la peur, l'angoisse, lorsque l'on choisit ce chemin, car plus on va regarder la vérité en face, plus on va rester libre et plus il y aura d'anxiété et d'angoisse, du fait que l'ego va rechercher la sécurité et qu'il ne l'aura pas. Mais vous apprendrez aussi que la sécurité n'existe finalement pas, et qu'en essayant de l'obtenir et de la garder, vous passerez votre vie sans vivre.

La spiritualité est un chemin qui n'est pas encore pratiqué ou très peu. La « spiritualité » qui est à la mode aujourd'hui n'est qu'une illusion de plus, ce n'est pas un véritable chemin.

Tant que le chemin authentique ne sera pas pratiqué, celui qui est le sens ultime de la vie, ce monde sera dans le chaos et vous aussi.

Concernant l'addiction, nous savons aujourd'hui que de nombreuses drogues circulent et sont en augmentation chez les jeunes et ce de plus en plus jeune.

Des fausses ordonnances sont en augmentation aussi pour des médicaments utilisés pour ce défoncer.

Des trafics de plus en plus importants avec des problèmes de société, des morts, des innocents, des drames, des peines.

Tout le monde se détruit pour fuir un monde chaotique. Et ce que va faire le système, qui est la cause, c'est d'accuser les vendeurs et les consommateurs, pour remettre la faute sur eux. Mais jamais ceux qui produisent le chaos ne vont changer ce chaos, car ils en vivent. N'attendez pas de ceux là pour vous en sortir, ils ne veulent pas que vous le fassiez ou bien ce sera leur perte.

Il est temps d'agir si cela est en vous, faites-le ! Soyez ce que vous êtes, pensez et agissez par vous-même ! Ne laissez personne décider de votre vie. C'est le seul moyen pour que ce monde puisse vivre main dans la main, et que ce qui n'est plus bon aujourd'hui pour vivre en paix disparaisse.

Patrice Bailly