

# Exercițiu de reglarea a atașamentelor

**Ce reprezintă o supă cremă ?**

În mare un amestec de legume și apă.

**Care este valoarea ei și cât de mult te poți atașa de o mâncarea ?**

Eu, ființa evoluată, care lucrăm la depășirea unor atașamente dificile de moralitate, dreptate, iubire exagerată față de persoanele dragi, spiritualitate etc. m-am împiedicat de o supă.

Mai exact de o supă cremă de linte.

Ieri pe la ora 12:00 am făcut una special pentru mine și Felix noi fiind fani supe creme.

De data aceasta pusesem în ea și câțiva păstârnaci , făcuți la cuptor, cu dedicație pentru Honeybunny. Am gustat-o și ieșise incredibil de bună . Fiind fierbinte am lăsat-o pe aragaz și am plecat la treabă.

Seara pe la 20:30 ne-am întors, eu și Laura, și am găsit toată bucătăria sub un val de praf. Inițial am crezut că norul de praf din Sahara a ajuns înaintea noastră acasă dar se pare că exista totuși o explicație.

Cu câteva ore mai devreme au venit meșterii să ne desființeze ușa de la bucătărie dar se pare c-au făcut-o într-un mod destul de violent și fără nicio măsură de siguranță pentru celelalte lucruri din jur.

Aceasta a fost o mini prezentare a imagini exterioare a evenimentelor.

Acum reacția de supărare a Laurei a fost normală adică orice femeie pune preț pe curățenie și îi place să aibă casa frumoasă și curată.

Ce **m-a șocat** foarte rău la mine a fost atașamentul incredibil pe care l-am simțit față de acea supă.

Deși o acoperisem la plecare, prin deschizătura dintre capac și polonic, acum la suprafață avea un strat bunicel de praf cu mici bucățele de beton prin ea. Nu

mai era chiar o supă cremă fină.



Nu-mi venea să cred cât de supărat puteam să fiu pentru o mâncare. Dacă îi aveam pe oamenii aceia în față probabil că nu le-aș fi spus mare lucru dar în interior **i-am ucis de câteva ori**. Laura îi ucide în exterior iar eu în interior adică reacția la eveniment este aceeași doar modul de exprimare diferă.

În loc să-i privesc ca pe niște mijloace prin care atașamentele mele sunt corectare eu critic și judec.

Adică eu încerc să mă detașez de partea materială, de consumerism , de multe altele și nu pot să mă detașez de pierderea unei supe.

Se pare că atașamentul meu față de mâncare este mult mai puternic decât credeam.

Atașamentele noastre sunt cele care **ne țin din evoluție** și trebuie să le recunoaștem, să le înțelegem , să ne luptăm cu ele și să le depășim.

Credeam că sunt mult mai puternic și mai evoluat dar am realizat că încă sunt departe.

**Principala energie hrănitoare a omului vine din dăruire, din sacrificiu.**

Când nu ești dispus de bună voie să renunți la anumite lucruri Universul vine și-ți **ia cu forța**. De obicei mult mai mult decât n-ai fost prima oară dispus să dai.

Dacă nici atunci nu înțelegi, și te revolți, că trebuie să-ți păstrezi același sentiment pozitiv și în pierdere, și în boală și în suferință de orice natură atunci sufletul nu se mai poate salva aici iar trupul trebuie să moară.

**P.S.** Pentru cei mai evoluți ca mine, eu încă mă lupt cu supe, un exercițiu bun este să vă imaginați că o persoană dragă a murit, a plecat de lângă voi, v-a înșelat toate așteptările sau v-a tratat umilitor și în același timp să vă păstrați sentimentul de iubire față de ea.

**Iubirea adevărată este cea care rămâne după ce conștiința pierde tot.**

**P.S.2** În apărarea mea pot spune că era o supă de linte foarte gustoasă încărcată cu multă iubire și într-un fel nu pierderea alimentului m-a deranjat ci ceea ce am investit în el.

Sentimentele investite în acea mâncare mi-au fost rănite deci este vorba tot de iubire.

Valoarea unui lucru este dată de investiția pe care am făcut-o în el, cea mai valoroasă fiind cea emoțională, și de aceea atașamentul este mai puternic.

0 zi frumoasă și spor în lupta cu atașamentele voastre.