

# Relations amoureuses

## Loving relationships

par Kala Kos

Quand je pense aux perspectives de *Huna* sur comment entretenir des relations d'amour, je me souviens immédiatement de l'importance et du pouvoir de *Aloha*.

Dans le sens hawaïen actuel, *Aloha* se réfère à « un partage d'énergie positive et joyeuse dans le moment présent ». En d'autres mots, c'est être « heureux avec » soi et les autres. Et le degré avec lequel vous pouvez le faire est votre degré de partage de l'amour.

Ici, l'amour est considérée comme un principe actif – une énergie joyeuse qui est passée entre participants. Il est certain que l'énergie partagée entre vous-même et les autres est influencée par la focalisation de vos pensées.

Alors, comment peut-on focaliser nos pensées pour renforcer nos relations amoureuses?

Voici cinq solutions :

1. Focalisez-vous sur les qualités positives de vous-même et des autres. Cela accroît la confiance. Focalisez-vous sur les bénéfices positifs de vos relations. Cela accroît l'harmonie.
2. Lorsque votre focalisation est continuellement attirée vers des événements passés (spécialement s'ils ont été malheureux) ou des événements futurs, l'amour est diminué. Sachez que l'amour est créé de nouveau, à chaque moment, chaque jour.
3. Bénissez. C'est-à-dire donnez et recevez des prières, reconnaissances et appréciations – l'amour s'en trouve accru. L'amour est diminué par la séparation due aux jugements et aux critiques. Rappelez-vous de bénir souvent.
4. Quand vous vous focalisez souvent pour reconnaître votre propre source de pouvoir, l'Esprit, vous générez plus de confiance et d'harmonie en vous-même. Cela accroît vos interactions d'amour avec les autres. Choisissez de vous focaliser sur l'Esprit plus souvent.
5. Quand vous utilisez des techniques ou moyens d'amour, comme des combinaisons de mots, images, sentiments et actions qui apportent l'harmonie dans vos relations, l'amour est accru. Si vous voulez l'aboutissement d'un amour, utilisez des moyens d'amour.

Vous connaissez tout. C'est si simple et si puissant et efficace à la fois. Certes j'admets que cela n'est pas toujours facile. Je suis sûr que vous vous attrapez vous-même, comme je le fais, entrain d'agir selon de vieux standards négatifs plutôt qu'avec ces concepts.

Cependant, alors que les relations d'amour deviennent de plus en plus une priorité, notre focalisation nous permet d'adopter ces nouveaux concepts comme un « mode de vie » plutôt que comme un outil que nous utilisons lorsque nous nous en souvenons.

Devons-nous choisir de faire des relations amoureuses nos priorités?

Comme le disait un bon vieux livre *Das Energi* : « Vêtez avec votre vie, vêtez OUI ! ».