

Transcription

"Comprendre la Conscience"

(Traduction [Robert Geoffroy](http://blogbug.filialise.com), vidéo visible sur <http://blogbug.filialise.com>)

Comprendre la Conscience

Q. – Je vous ai écrit un mot dans lequel j'ai j'expliqué l'expérience de la nuit obscure de l'âme que j'ai eue il y a un certain nombre d'années et qui a vraiment culminé dans une sorte de dépression catastrophique pour moi, peut-être quelque chose de similaire à ce que j'ai lu dans votre livre, *Le pouvoir du moment présent* et à cette occasion, il y eu une libération cathartique, j'étais dans une position fœtale sur le sol à pleurer franchement et il y avait une sorte de total abandon. C'est une sorte d'histoire humiliante. Après que cela fût arrivé, j'étais assis sur une chaise et il y avait une incroyable quiétude post-cathartique qui s'était emparée de moi et un silence complet. Et la chose la plus étrange est alors arrivée. J'ai commencé à être le témoin de mes pensées et alors que j'étais le témoin de mes pensées, j'ai eu cette simple perception incroyable : si je suis le témoin de mes pensées, que suis-je ? Cela a changé complètement ma vie. Je ne peux même pas vous dire ce qui s'est passé, après cette prise de conscience et ensuite une chose en entraîne une autre et il y eut alors un moment où je me suis en quelque sorte rendu compte que je ne pouvais pas trouver de limites à ce que je suis. OK ? J'étais donc assez intéressé, parce que dans votre livre, *Le pouvoir du moment présent*, vous parlez de l'expérience de la nuit obscure de l'âme, mais je me demande en quelque sorte concernant votre voyage à partir de là, par le processus de compréhension que cette conscience que je suis n'est pas personnelle. Elle est intime, mais elle n'est pas personnelle. Et cela semble être la partie la plus coriace Donc, si vous pouviez, j'en serais très heureux.

- E. – Je vais commenter, mais il semble que ce que votre mental essaie de faire est de comprendre la conscience. Vous ne le pouvez pas en réalité. Le mental ne le peut pas. En fait, vous ne pouvez pas en arriver à une conclusion satisfaisante quant à la nature de la conscience. C'est seulement la conscience elle-même en réalité... Dans la conscience, la conscience est connue, mais ce n'est pas la conscience en tant qu'objet ou pensée et c'est pourquoi le Tao-tê-King commence par cette phrase : « Le Tao qui peut être formulé n'est pas le véritable Tao ».

Donc, tout ce que peut faire le langage, c'est pointer vers la direction de la conscience ou encore indiquer les obstacles, les obstacles probables ou possibles en vous-mêmes à l'état de conscience. Il y a donc ces deux sortes d'indicateurs. L'un indique la lune, la lune représentant la conscience. Donc, les mots « il n'y a que ce moment », etc. pointent vers la même chose. Tout ce dont je parle n'est que cela, ce qui pointe vers. Il y a des choses qui pointent, soit vers la conscience, soit vers les obstacles qui peuvent apparaître en vous, en l'être humain de sorte que vous les reconnaissiez quand ils se présentent, de sorte que les obstacles sous forme de schémas mentaux ne vous dominent plus, ni n'obscurcissent la conscience qui émerge.

Une fois que la conscience est apparue, le mental n'est plus utile et vous n'avez pas besoin d'autres indicateurs. Le mental va continuer de vouloir en comprendre un peu plus concernant la conscience, mais en réalité, c'est là où la compréhension conceptuelle finit. On peut qualifier la conscience de personnelle et l'on peut la qualifier d'impersonnelle. Elle n'est pas personnelle au sens usuel. Je vais dire quelques mots à ce sujet, mais nous n'allons pas essayer de comprendre la conscience. Nous ne le pouvons pas.

Tout le monde a un sentiment de « je », de l'identité. Tout le monde a un sentiment de soi-même en tant que - c'est difficile de le décrire – un sentiment de « je ». Or, le sentiment de « je » est habituellement confondu avec certains mouvements mentaux, avec certains schémas mentaux que vous pouvez aussi appeler « les histoires », des schémas mentaux qui marchent ensemble en tant qu'histoire. Donc, votre sentiment de « je » est confondu avec une histoire, des pensées dans la tête et cela s'appelle le sentiment du soi personnel, mais en réalité, l'histoire n'est rien. Elle n'est que des formes-pensées temporaires. Le vrai sentiment de « je » est la conscience dans la forme-pensée sans quoi la forme-pensée ne pourrait même pas exister.

Donc, le vrai sentiment de « je » est la conscience qui a été confondue avec l'histoire ou avec les pensées. La plupart des gens ont donc un sentiment identitaire de cette sorte de confusion où la conscience a été enchevêtrée dans le penser. Dès lors, les gens se connaissent eux-mêmes avec le penser. Ils croient être ce que leur mental leur dit être, leurs souvenirs, etc. Et c'est appelé le sentiment de soi personnel, mais là encore, la substance derrière et en cela est la conscience et non pas l'histoire.

C'est là d'où provient le sentiment précieux du « je suis » que tout le monde ressent et où le mental dit « je ne peux pas perdre cela, je ne veux pas mourir ». C'est ce dont les gens ont peur. Ils pourraient se perdre, perdre ce qu'ils ont de plus précieux. En son for intérieur, tout le monde ressent ce précieux à l'intérieur. Même les gens qui sont malheureux, ils sont toujours là, ils n'ont pas encore sauté du pont, ils ressentent toujours ce précieux caché quelque part à l'intérieur et ce précieux est la conscience elle-même et non pas votre histoire.

Maintenant, cette conscience n'est pas personnelle. En fait, elle ne devient personnelle que lorsqu'elle est confondue avec les souvenirs ou avec les attentes et les souvenirs. Donc, si vous vous demandez ce qui vous est arrivé quand la libération s'est produite spontanément, il y avait donc la réalisation de ce qui est là quand la conscience n'est plus empêtrée dans la forme, parce que la conscience est le sans-forme, la conscience non conditionné.

C'est appelé la réalisation de soi dans certaines traditions ou l'éveil dans d'autres traditions. Qu'importe comment vous le nommez, c'est se rendre compte de l'essence sans forme de qui vous êtes. Le mental demeure bien sûr, mais sans être investi. La conscience continue de s'écouler dans l'activité mentale, mais ce qui est important, c'est qu'il n'y a plus de soi dans l'activité mentale, parce que le soi est compris comme étant essentiellement le sans-forme, l'intemporel. C'est donc magnifique.

Maintenant, le fait que l'activité mentale se poursuive encore veut dire qu'occasionnellement, le mental se pose des questions sur la conscience. Le mental doit voir alors sa futilité. Puisqu'il n'y a plus de soi, ce ne sera pas trop difficile. Le mental a juste besoin que lui soit dit qu'il ne peut pas, que vous ne pouvez pas aboutir à une conclusion satisfaisante quant à la nature de la conscience, ni à plus de compréhension conceptuelle sur ce qu'est exactement la conscience.

Le mental aimerait ça, mais il y a une immensité dans la conscience et la conscience commence à agir à travers le mental sans que le mental ait besoin d'en savoir plus à son sujet, parce que c'est ce que le mental dit toujours : « Il faut que j'en sache plus, que je comprenne mieux ». Vous ne le pouvez pas. Vous pouvez comprendre beaucoup plus concernant les choses de ce monde. Il y a beaucoup de choses que vous pouvez encore étudier. Tout le monde le peut. Vous pouvez trouver beaucoup de livres, vous pouvez lire des choses, vous pouvez apprendre. Il y a toujours la possibilité d'obtenir plus de renseignements dans ce monde et c'est très bien. Il n'y a rien de mal là-dedans, mais quant à la réalisation de soi, il n'y a pas de plus.

Il peut y avoir un approfondissement où l'état de conscience peut s'exprimer de plus en plus pleinement à travers votre mental, le mental devenant le serviteur de la conscience peut faire quelques ajustements à partir de lui-même pour tenter de s'aligner sur l'état de conscience, ce qui peut prendre du temps. Je parle de ma propre expérience, non que j'eusse pu expliquer la conscience. On ne peut pas expliquer le vide, mais quant à la capacité de dire des choses, de donner des indications à autrui, quant à la capacité de comprendre même ce qui m'est arrivé quand le changement s'est produit, cela a pris plusieurs années, par exemple pour comprendre que mon activité mentale avait été diminuée après le changement de 80 % environ.

Autrement dit, je passais de longues périodes, pour évoquer le temps du point de vue extérieur, de longues périodes dans l'intemporel. C'est paradoxal, parce qu'on a l'extérieur et l'intérieur. C'était la raison pour laquelle je me sentais aussi paisible, mais je ne savais pas que mon mental n'était plus aussi bavard, parce qu'il ne disait pas : « je ne dis pas grand-chose ». La seule chose que je savais est qu'il y avait un sentiment profond de paix et de vie et je percevais les choses à travers le sentiment de paix et de vie de sorte que même la

circulation automobile était devenue paisible. Il n'y avait plus de problème avec la circulation, ni avec quoi que ce soit, avec les choses qui me déplaisait fortement avant.

J'avais peu d'argent et il me fallait vivre dans une petite pièce, une studette, avec un petit poêle dans un coin, le lit, un coin salon et une salle de bains à partager avec 8 ou 9 personnes. Avant, je n'aimais pas être là et tout à coup, c'était parfait ! C'était magnifique, parce qu'il y avait cette belle lumière amenée par la fenêtre, les petits objets sur la table pleins de vie et même devoir attendre pour utiliser la salle de bains n'était plus un problème, si ce n'est que je faisais de temps en temps de la constipation du fait de l'attente, mais ce n'était plus un problème non plus.

Je me plaignais aussi d'avoir à prendre le métro, ce qui peut être parfois désagréable, et maintenant, j'y voyageais dans un état merveilleux, en attendant le métro . . . mais cela ne se passait pas dans le monde de la forme. La forme était perçue à travers la conscience, mais avec très peu de compréhension. Tout ce que j'aurais pu dire, c'était : « Je me sens tellement en paix, je ne sais pas ce qui s'est passé ». Pendant à peu près deux ans, ce fut la limite de ma compréhension.

Voilà donc ce qui se passe. Ce qui peut effectivement prendre du temps du point de vue extérieur est l'alignement du mental sur l'état conscient pour s'écouler petit à petit dans les structures mentales. Vous pouvez alors parler de l'ouverture à la conscience, beaucoup d'autres choses qui pointent vers l'essentiel se présentent et qui peuvent être utiles aux autres. Vous pouvez écrire un livre, mais pas trop tôt. Cela arrive souvent que les gens écrivent un livre trop tôt. Simplement, laissez se faire la maturité. La chose que vous n'allez pas comprendre beaucoup plus de façon conceptuelle, c'est la conscience elle-même. Et c'est la réponse.

Pouvez-vous m'aider à réconcilier mon chagrin avec le pouvoir du moment présent ?

- Q. – *Bonjour, Monsieur Tolle, je m'appelle Lise Bristown et je suis très reconnaissante de pouvoir être ici aujourd'hui. Et je suis aussi très consciente dans l'instant de ne pas le ressentir dans le moment présent, parce que je suis très impressionnée. Je m'invite à respirer et à être une seconde silencieuse.*
- E. – *Sentez le corps subtil.*
- Q. – *Merci. J'ai eu la chance de lire Le pouvoir du moment présent dès qu'il a été publié et il a eu sur moi un énorme impact. J'ai depuis suivi vos enseignements spirituels. Tandis que je vivais mon quotidien, incluant ma pratique, l'impensable est arrivé : mon mari et moi avons perdu notre fils il y a eu deux ans ce mois d'août.*

Tout à coup, j'ai eu l'impression de passer du pouvoir du moment présent au

cauchemar du pouvoir de la mort et quand vous en avez parlé ce matin, ce que j'ai trouvé si intéressant, ce fut la première fois que je vous ai entendu mentionner la perte. On a besoin de s'en remettre et de pleurer. Et je crois absolument qu'il nous faut faire le travail de deuil pour nous guérir, mais voilà où j'en suis: je ne peux pas m'empêcher de penser à mon fils tous les jours. Nature humaine. Mais ce que cela fait, ça me catapulte constamment dans le passé, parce que tout ce qu'il me reste de lui, ce sont mes souvenirs, lesquels sont dans le passé, et inversement, même si je sais qu'il n'y a pas de futur, je fantasme sur ce qui aurait pu se passer pour nous tous s'il avait vécu.

Je me demande donc si vous pouvez m'aider à comprendre et à concilier le fait d'être présent, de créer l'espace pour la conscience alors qu'il y a ce lien avec le profond chagrin dû à la perte d'un être cher qui ne fait rien d'autre que me propulser dans le passé et dans un futur fantasmé non existant. Merci.

-

- E. – Merci. Si je peux poser une autre question : quand vous pensez à votre fils, en dehors de l'activité mentale qui peut être faite des souvenirs du passé ou, comme vous le dites, des fantasmes sur ce qui aurait pu être dans le futur, pouvez-vous également sentir votre fils quelque part à l'intérieur ? Outre les souvenirs, pouvez-vous sentir son essence en vous-même ?

- Q. – Absolument.

- E. – Et, bien sûr, cette essence n'est pas dans le passé. Elle est dans le moment présent. Ce qui est donc nécessaire, c'est une concentration plus grande sur cela plutôt que d'accorder de l'attention aux pensées. Peut-être les pensées ont-elles tout de même une utilité limitée. Quand les souvenirs reviennent, cela fait aussi remonter le ressenti de son essence. Il y a les souvenirs du passé et il y a le ressenti de l'essence. Le ressenti de l'essence est vivant dans le moment présent. C'est une aide si vous pouvez accorder à cela plus d'attention qu'aux pensées, diriger là davantage votre attention, peut-être en fermant les yeux, diriger là davantage l'attention que sur les souvenirs. Les souvenirs étaient bien, mais ils vous ont maintenant amenée là.

S'il y a les fantasmes concernant le futur, ce qui peut arriver, amenez là encore l'attention, comme choix conscient, sur le ressenti de l'essence de qui il est, parce que l'essence... est. Cela vous permet de vous relier à l'essence sans forme qui était en réalité ce que vous aimiez et ce que vous aimez toujours chez lui, l'indestructible. Et vous ne pouvez le trouver qu'à travers le vôtre, parce qu'ils viennent ensemble en réalité. Quand vous le sentez, vous vous sentez également vous-même comme faisant partie de cela. En tant que choix conscient, faites plus attention à cela. Si vous le pouvez, si c'est un moment où vous pouvez fermer les yeux sans danger, fermez alors les yeux et allez là. Sentez cela. Rendez-vous compte que c'est vivant, que c'est maintenant.

Ensuite, petit à petit, vous allez chercher votre fils là où il a été dans le passé durant ces deux dernières années, vous ressentez en vous-même l'essence vivante. Les souvenirs ne disparaîtront pas. Il y aura toujours des souvenirs, mais peu à peu, à travers cela, la lourdeur associée aux souvenirs et la tristesse profonde sont transmues en quelque chose d'autre. Il y aura toujours une légère tristesse avec les souvenirs, mais émerge surtout la compréhension de ce qui est en lui au-delà de la mort. C'est ce que vous aimez, ce que vous avez aimé et aimez toujours.

Maintenant, le mental va dire : « L'objet de mon amour est parti et c'est horrible ! ». L'amour n'a pas d'objet. Ce que vous avez aimé en lui n'a jamais été la forme. Ce que vous avez aimé en lui et aimez toujours, c'est l'essence sans forme de qui il est. Et je ne veux pas venir avec aucune sorte de croyances dont vous avez besoin pour survivre, mais ce que je sais, tout ce que je sais, c'est qu'il y a une essence en tout être humain – je le sais en moi-même – qui est au-delà de la mort. Je sais cela.

Je ne veux pas aller au-delà et dire aux gens qu'ils devraient croire ceci ou cela. Je ne vais jamais au-delà de mon expérience. Je connais l'immortel en tant que l'essence en moi-même et en tous les humains. Et vous le connaissez aussi, vous devez simplement aller là plus profondément.

Pour toute personne qui est touchée par la mort, je recommande en plus – cela peut sembler un peu étrange – de se promener de temps en temps dans un cimetière. Je le recommande pour tout le monde, parce que vous avez une vision de la vie très déformée si vous ne vous êtes jamais rendu compte de combien la mort est imminente pour tous les êtres humains, la soi-disant mort de la forme.

En vous promenant ainsi, la chose excessivement personnelle concernant la mort sera... Vous voyez qu'elle est en fait universelle. J'ai trouvé très paisible de se promener dans un cimetière. Le mental est complètement silencieux. Il y a une stupéfaction face à ces vies qui se sont dissoutes, les formes qui sont parties. C'est pourquoi, dans certaines traditions, les moines bouddhistes se rendent à la morgue et y méditent à chaque fois plusieurs heures, simplement entourés de corps morts. Ils vont donc profondément à l'intérieur pour toucher ce qui est appelé l'immortel dans le bouddhisme.

Donc, la libération de ce en quoi vous avez été piégée se trouve là en vous-même. Simplement, allez là, allez là, là. N'allez pas trop dans le mental. C'est un choix conscient et la transmutation se produit alors

- Q. – *Merci.*

Quel rôle le service aux autres joue-t-il dans l'impulsion évolutive?

Marina demande, de la Caroline du Nord : En faisant des efforts pour être dans le moment présent, je remarque que je suis capable d'atteindre un état de paix et de connexion. Je ne parlerais pas d'efforts, mais je vois ce que vous voulez dire. Cela semble complet et épanouissant, mais il y a pourtant une voix dans la tête qui me dit que pour être vraiment connectée, je devrais trouver un moyen d'être utile aux autres. Pouvez-vous m'aider à comprendre le rôle que joue l'aide accordée à autrui dans l'impulsion de l'évolution de l'univers ? Merci d'apporter un rayon d'espoir à l'humanité. C'est pour moi une synchronicité intéressante que le lancement de votre programme soit le jour de mon anniversaire. Bon anniversaire !

L'impulsion de l'évolution de l'univers, l'avènement de la présence ? Vous ne pouvez pas ne pas être utile aux autres, d'une manière ou d'une autre, quand la présence survient. La manière dont vous êtes utile aux autres varie d'une personne à l'autre. Vous pouvez ne pas savoir immédiatement ce qu'il en est pour vous. Là encore, le mental veut parfois savoir trop vite : « OK, qu'est-ce que je vais en faire maintenant ? » Soyez présents et petit à petit, vous

vous rendrez compte de la manière dont vous devez apporter votre aide, que ce soit par l'enseignement spirituel direct ou par une activité dans laquelle s'écoule la fréquence énergétique de la présence. Je ne sais pas.

Cela peut vous venir. Cela peut prendre du temps. Cet enseignement a pris des années pour émerger de l'état de présence, de nombreuses années. Cela peut prendre un temps ou cela peut arriver très rapidement. Il y a maintenant sur la planète une accélération de l'arrivée de la présence. Cela se passe certainement pour vous plus vite que pour moi.

Comment aider les autres ? Que ce soit par l'enseignement spirituel direct ou par quelque activité, cela pourra vous venir par une circonstance extérieure qui vous dira ce que vous devez faire. Cela peut venir de l'extérieur telle une synchronicité. Beaucoup de gens me disent qu'ils constatent, à mesure qu'ils vivent de plus en plus dans la présence, que des choses justes arrivent dans leur vie : l'offre juste, la personne juste.

Et tout à coup se présente de même ce que vous avez besoin de faire. Ici, cela provient de l'extérieur. Autrement, vous vous réveillez un matin avec la prise de conscience de ce qu'il vous faut faire. J'attendrais alors pour voir, pour m'assurer que cela provient d'un endroit suffisamment profond. Si c'est toujours là le lendemain, une semaine plus tard, avec un sentiment profond de paix et de puissance, cela provient alors d'un endroit profond et il est bien d'agir là-dessus.

C'est de cette façon que j'ai quitté l'Angleterre. J'aimais l'Angleterre, mais un matin, j'ai su que je devais déménager sans savoir pourquoi et ce fut si fort que j'ai déménagé : je savais qu'il me fallait aller sur la côte ouest de l'Amérique du Nord, sans savoir pourquoi. Cela a pris du temps pour m'organiser. Je suis parti : « J'atterris sur la côte ouest, et maintenant ? Je ne sais pas ». Je suis alors resté là quelques semaines, dans la présence, et le mental venait de temps en temps et disait : « Qu'est-ce que tu es venu faire ici ? ». Le mental envisageait même le vol de retour en Angleterre, le prix des billets.

Ensuite, à un certain moment, il y eut l'envie soudaine d'acheter un bloc-notes. Et j'ai emporté le bloc-notes, non pas à la maison. Je n'avais pas de logement ; quelqu'un m'hébergeait. Et là, dans la cuisine, il y avait un stylo et l'envie soudaine d'écrire a surgi et j'ai écrit : « Qu'est-ce que l'illumination ? ». Quelqu'un m'avait une fois posé cette question. Je me rappelais plus ou moins ce que j'avais répondu, mais ce qui vint était nouveau.

J'ai écrit une page et j'ai su que c'était un livre qui était en train d'apparaître. Il y avait simplement, quelque chose que je n'avais pas prédit, l'obéissance à ce qui surgit du moment présent et la confiance, avec un minimum d'argent, pour aller dans l'inconnu total. Mais ne le faites pas par impulsion quand c'est une sorte d'impulsion réactionnelle provenant d'émotions négatives. Vérifiez si c'est toujours là après un certain temps, après quoi c'est juste, c'est paisible et puissant.

Il semble que le livre ne pouvait être écrit que sur la côte ouest de l'Amérique du Nord grâce au champ d'énergie qui se trouve là. Je l'ai compris plus tard quand je suis retourné en Angleterre. L'écriture s'est arrêtée. Je ne pouvais faire que de l'édition.

Il y a toutes sortes de choses que les gens seront appelés à faire pour se rendre utiles, comprenant toutes sortes de capacités en fonction de leurs aptitudes. Il se peut que vous produisiez quelque chose d'artistique, de la musique qui soit inspirant pour beaucoup de gens.

Nous ne savons pas ce que cela peut être, peut-être une affaire que vous montez et toute personne qui y passe est accueillie pour qui elle est. Vous reconnaissez donc tout le monde comme esprit, comme conscience, et toute personne qui part de votre maison se sent plus légère et plus elle-même.

Beaucoup de choses peuvent être utilisées comme des excuses pour la transmission spirituelle et pour l'enseignement spirituel. Et si vous avez déjà une affaire ou une certaine activité, il est tout à fait possible que cela soit encore utilisé comme véhicule pour la transmission de l'énergie spirituelle. Elle sera alors investie d'une plus grande puissance. C'est une chose magnifique. On ne peut pas prédire la façon dont votre vie sera changée, mais elle sera changée.

Même si des gens peuvent ne pas déménager, rester où ils sont, cela pourrait cependant changer ce qu'ils font ou encore ne pas le changer, mais changer fondamentalement la façon dont ils font ce qu'ils font. Le plus important n'est pas ce que vous faites, mais la façon dont vous le faites. Quelle est la conscience qui s'y écoule ? Est-ce la conscience égoïque ou est-ce la conscience non conditionnée ?

Est-il plus efficace d'être à proximité d'une personne éveillée ou écouter des CD suffit?

Une question de Nancy, de la Floride : Est-ce que le fait d'être près d'une personne qui est dans la présence est important ou est-ce que le fait d'écouter sur CD une personne éveillée peut de la même façon apporter de l'aide ?

Si la personne est prête, je dirais que l'écoute des CD peut de la même façon apporter de l'aide. Même un livre peut aider de manière égale pour ceux qui sont prêts. Pour d'autres, la présence physique réelle d'un enseignant peut parfois briser certaines résistances égoïques, mais c'est davantage le cas dans une relation disciple/gourou et je ne suis pas un gourou en tant que tel, même si certaines personnes le voudraient. Un gourou travaille près de ses disciples. J'ai fait cela un certain temps, quelques années, et c'était très bien, mais la vie m'a appelé à remplir une autre fonction. Il y a toujours la place pour des enseignants qui travaillent avec des disciples auprès d'eux pendant une période prolongée. Je pourrais en parler longuement : les dangers et les possibilités qui sont impliqués.

Je sais par la correspondance que je reçois que la vie de beaucoup de gens a changé suite à l'écoute de CD ou à la lecture de livres. Pour reconnaître la présence en quelqu'un, il doit y avoir la présence en vous. C'est toujours en vous. Si vous reconnaissez qu'il y a là un grand être spirituel, comment est-ce que vous le reconnaissez ? Par la même conscience en vous ! Si cela n'était pas en vous, vous ne le reconnaîtriez pas. Cette personne vous semblerait complètement ordinaire et vous diriez : « Je ne sais pas de quoi il s'agit ». Sans cette ouverture, vous pouvez vivre dix ans, vingt ans avec le Bouddha et dire : « Ce n'est qu'une personne tout à fait ordinaire ». C'est ce qu'il est d'une certaine manière. Je veux dire qu'il est même plus ordinaire qu'une personne ordinaire, sans ego c'est sûr !

Donc, quand vous reconnaissez la présence chez quelqu'un, à ce moment-là, il y a la présence en vous. Seule la présence peut reconnaître la présence. C'est donc toujours en vous. Vous pouvez la reconnaître en regardant un DVD et dire : « Ouah ! » D'où vient ce « ouah » ? « Le mental me dit que le pouvoir, que la vie habitent cette personne ». Non, c'est en vous. Il est donc mieux de ne pas la projeter en rendant spéciale l'autre personne, ce que le mental a tendance à faire. Oui, la personne est spéciale, mais tout comme vous l'êtes vous-même ! Vous êtes pareillement spécial.

Il n'y a personne plus près de Dieu que vous l'êtes, pour utiliser ce mot, sauf que vous pouvez l'ignorer. Vous pouvez l'ignorer. Donc, vous reconnaissez que ce qui est magnifique, c'est de tourner son attention vers l'intérieur et de se demander : où est la compréhension que c'est un être spirituel merveilleux qui est en train de parler là en ce moment ? Comment est-ce que je le sais ? Parce que vous êtes un être spirituel merveilleux, pour ainsi dire ! Vous n'êtes pas un être, vous êtes une expression de l'être, mais les mots sont une limite.

Mais alors il y a-t-il quelque chose qui justifie l'étiquette de "problème" dans le moment présent?

Il y a un gros titre ici : AUCUN PROBLÈME dans le moment présent. Si l'on vous diagnostique un cancer, par exemple, et qu'on en souffre, on peut l'accepter et ne pas ajouter de la résistance à la souffrance, mais la souffrance reste dans le moment présent. Ne peut-on pas dire qu'il s'agit d'un problème dans le moment présent ? Je veux dire que si nous ne le considérons pas comme un problème, comment peut-on être satisfait du moment présent quand il est douloureux ? Merci pour votre travail et d'être qui vous êtes.

Eh bien, il m'est arrivé d'être en contact avec des gens qui ont eu un cancer et de leur parler. Beaucoup d'entre eux ont pu sortir du schéma réactionnel ordinaire qui surgissait et dont on peut dire qu'il est normal : vous souffrez et bien sûr, vous résistez. Quand quelque chose de la sorte arrive, c'est une occasion extraordinaire : une situation critique de ce genre peut, soit vous entraîner dans une peur et une souffrance profondes, soit vous pousser dans la présence et l'état d'éveil.

Et parfois, les deux arrivent à une même personne. Parfois, elle plonge au début dans une peur et une souffrance profondes et tout d'un coup, parfois avec l'aide d'un enseignant ou d'un enseignement spirituel, un changement se produit et elle se trouve dans un état de pleine acceptation ou d'abandon total. Ce n'est pas l'abandon à l'idée de la maladie ; ce n'est pas l'abandon à la pensée « j'ai le cancer et je dois m'abandonner à cela ». C'est l'abandon à ce qu'est la condition de l'instant, quelle qu'elle soit. Tout ce à quoi vous avez jamais à vous abandonner n'est pas une idée dans la tête. Vous ne vous abandonnez pas à une maladie. La maladie est une idée dans la tête. La condition de ce moment-ci est ce qui est, faiblesse, incapacité, douleur, quoi que ce soit. L'abandon est toujours l'abandon au moment présent.

L'aspect problème de toute condition, qu'il s'agisse du cancer, du sida, de toute maladie ou de tout ce qui est habituellement considéré comme grave... Le problème n'est pas un problème tant que le mental n'en fait pas un problème. Cela semble un peu étrange, mais il en est pourtant ainsi.

Je me rappelle avoir lu une histoire de Byron Katie qui rendait visite à une femme dans un service de cancérologie, avec un cancer très avancé, et où Byron Katie lui dit : « Ce n'est pas un problème ». La femme était là dans son lit et elle se mit un peu en colère : « Ce n'est pas un problème ! Je vais vous montrer ce qu'est le problème ! » Et elle souleva ses draps. L'une de ses jambes étaient énorme, enflée, deux ou trois fois plus grosse que la normale.

Bien sûr, seul quelqu'un comme Byron Katie pouvait vraiment dire efficacement ce qu'elle a répondu : « Oh, vous pensez que... », je ne me rappelle plus maintenant, « Vous pensez que la jambe ne devrait pas avoir doublé ou triplé ! Est-ce cela le problème ? Penser que votre jambe ne devrait pas être deux ou trois fois plus grosse que l'autre, est-ce que c'est ça le problème ? » Elle a dit cela d'une telle façon, avec une telle présence, que la femme dans son lit s'est mise à rire. Elle a pu voir qu'il y avait une activité mentale, l'activité mentale disant que cela ne devrait pas arriver. Et toute la souffrance provenait en réalité de cette activité mentale qui disait « cela ne devrait pas arriver ! »

Au-delà de l'activité mentale, il n'y a jamais que les conditions du moment présent et c'est une compréhension étonnante. Elle se fait quand la maladie peut vous pousser, vous forcer à trouver l'état de la présence. Et j'ai vu la lumière transparaître chez des gens qui avaient le cancer. À un certain moment, tout à coup, ils ont été poussés dans l'état de présence. L'ego a été érodé et la lumière transparaissait. C'est merveilleux ! En réalité, la conscience s'épanouissait. Le mental avait cessé de dire que cela n'aurait pas dû arriver. Il y avait simplement un abandon au moment présent.

Et bien sûr, quand vous avez une maladie grave, quand le médecin vous dit que vous n'en avez plus pour longtemps, quand va être retirée la chose vers laquelle l'ego se tourne le plus, cela peut être très douloureux. Une chose horrible pour l'ego, c'est « pas d'avenir » : « Oh mon Dieu ! ». Imaginez un peu, il n'y a plus d'avenir, il vous a été enlevé ! Qu'est-ce qu'il vous reste ? Certes, il vous reste toujours le passé. Vous pouvez toujours vous réfugier là ! Or, avec l'aide d'un enseignement spirituel, vous pouvez être invité à centrer votre vie dans le moment présent, simplement cela, et c'est là où la lumière commence à transparaître.

Et vous marchez sur le fil du moment présent, parce que si vous quittez le fil du moment présent, vous souffrez. Vous pouvez également pratiquer cela avec la souffrance psychologique. Marchez sur le fil du moment présent. C'est juste le fil du moment présent, « Le fil du rasoir ». C'est en fait le titre d'un roman de Somerset Maugham, un très bon roman qui est spirituel dans une certaine mesure. L'un des personnages est Ramana Maharshi.

Le fil du rasoir du moment présent : les gens qui sont dans une souffrance intense ont une motivation énorme pour marcher sur ce fil du rasoir du moment présent. C'est là où la souffrance peut être très utile et bénéfique pour votre éveil spirituel. Permettez à la souffrance de vous forcer à aller dans cet endroit ou dans cette dimension où il n'y a pas de souffrance et c'est le moment présent absolu. Et vous vivez alors comme la rose qu'observe Emerson par la fenêtre, absolument dans le moment présent. Il y a alors un épanouissement de la conscience dans cette forme. La personne est érodée, sans passé ni futur. La personne elle-même est érodée. Seul le soi supérieur ou le non-soi – vous l'appellez comme vous voulez – émerge. C'est magnifique.

J'ai vu ça avec des malades du sida. J'ai vu ça avec des gens qui avaient le cancer. Il y a toujours cette possibilité. C'est une chose magnifique, ce qui serait conventionnellement considéré comme horrible devient la grâce. Si la vie vous le donne, c'est très bien. C'est ce que vous acceptez comme faisant partie de votre chemin ou si vous choisissez la présence, peut-être que la vie ne vous le donnera pas. Si vous choisissez la présence volontairement, la vie n'aura pas à vous y forcer. Je ne promets pas cela. Je l'émetts comme une possibilité. Vous pouvez aussi choisir la présence et la vie voulant que vous soyez présent de façon plus intense, elle pourra toujours vous donner quelque chose comme ça.

Or, il y a une beauté à simplement vivre sur ce fil du rasoir du moment présent, il y a là de la puissance. Vous n'avez pas besoin de beaucoup plus de temps pour votre vie. Votre vie est déjà complètement accomplie dans ce moment-ci. Habituellement, vous pensez avoir besoin de temps pour être plus complètement vous-même. C'est l'illusion égoïque : « J'ai besoin de temps ; il faut que je fasse ceci, cela ; je n'ai pas encore fait telle chose ». Vous êtes là déjà complètement vous-même. Dans la profondeur et l'intensité du moment présent, qui vous êtes émerge pleinement. Donc, tout ce qui vous arrive est la grâce, est magnifique.

J'ai récemment lu une histoire. Je ne sais pas si je vais bien m'en souvenir. C'est un roi et son conseiller ou l'un de ses ministres. Le roi a un accident. Il se blesse et son conseiller lève les bras au ciel en proclamant : « Dieu est grand, Dieu est grand ! ». Et le roi est là, gravement blessé, et il se met en colère et s'écrie : « Mettez-le en prison ! Il se réjouit, parce que je suis blessé. ». Le roi demande donc : « Mettez-le en prison » et à nouveau, le conseiller proclame : « Dieu est grand, Dieu est grand ! ».

Il est donc mis en prison et deux semaines plus tard, le roi va à la chasse. Il se perd et il est capturé par une tribu sauvage. Ils s'apprêtent à le mettre dans une marmite et à le faire cuire. Au dernier moment, le chef de la tribu se rend compte que le roi n'est pas un être humain parfait à cause de sa blessure et il le laisse donc repartir.

Le roi est donc de retour chez lui. Il fait venir son conseiller de sa prison et lui dit : « Je comprends maintenant pourquoi tu as levé les bras et dit que Dieu était grand », mais pourquoi as-tu levé les bras et dit que Dieu était grand quand je t'ai fait mettre en prison ? Je peux voir maintenant pourquoi tu l'as fait quand je me suis blessé parce que finalement, j'ai survécu grâce à ça, mais pourquoi l'as-tu fait quand je t'ai envoyé en prison ? » Et le conseiller de répondre : « Eh bien, si vous ne m'aviez pas fait mettre en prison, j'aurais été chasser avec vous et c'est moi qui aurais été pris ! »

N'est-ce pas un état de conscience étonnant ! Quoi qu'il vous arrive, pouvoir dire « Dieu est grand ! »