

"Désir sexuel, guérison, famille."

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

Ne devrais-je pas plutôt être hédoniste avant?

- Q. – Bonjour.
- E. – Bonjour.
- Q. – J'ai un problème. Je vais parler franchement, je suis un puceau de 29 ans et j'ai beaucoup de mal, en lutte avec le désir sexuel, en particulier quand je vois une belle fille quand je vais en ville par exemple. Parfois, peut-être, je peux gérer ça ou d'autres désirs comme celui d'avoir de l'argent. Et parfois, quand je vois une belle fille, la question spirituelle s'est volatilisée.
- E. Oui, je sais ce que vous voulez dire. J'avais un ami – avant que vous poursuiviez – il y a de nombreuses années à l'université. J'étais étudiant de troisième cycle. C'était après ma transformation. Cette personne m'avait posé une question très profonde qui avait à voir avec le sens de la vie et la spiritualité. On était dans une cafeteria. Je sentais une réponse me venir et je commençai à lui répondre, le regardant dans les yeux. Soudainement, j'ai vu ses yeux changer de direction. Je ne pouvais plus continuer, son regard était ailleurs et j'ai fini par me retourner et j'ai vu une très jolie fille assise derrière moi. Elle était donc devenue plus importante que le sens de la vie.

La question est donc « Qu'est-ce que je fais ? »

- Q. – Oui, le désir est très fort et c'est peut-être parce que c'est une chose biologique. Peut-être que je devrais d'abord passer une vie d'hédonisme pendant 10 ans et ensuite m'occuper du pouvoir du moment présent.
- E. – Oui. N'y a-t-il pas quelqu'un qui a dit quelque chose de similaire ? N'était-ce pas Saint-Augustin ? Qu'est-ce qu'il a dit ? « Rends-moi saint, mais pas tout de suite ! »
- Quelqu'un dans la salle – La chasteté.
- E. « Accorde-moi la chasteté, mais pas encore maintenant ! »

Maintenant, sans vouloir faire une séance de thérapie avec vous, qu'est-ce qui vous empêche d'être en contact avec la forme féminine ?

- Q. – Je dirais une suite de malchances et les nœuds qu'il y a là-dedans. J'ai aussi une sorte de peur de l'engagement, je veux en quelque sorte la gratification sexuelle sans m'engager dans une relation douloureuse. Vous savez, après avoir vu l'expérience de beaucoup de mes amis. Je peux voir beaucoup de misère et pour éviter ça, c'est comme si je cassais la relation avant qu'elle ne commence.
- E. Oui, ça veut dire que vous vous êtes créé un petit piège.
- Q. – Mon plus grand désir est d'avoir juste le bonheur que vous décrivez quand vous dormiez sur des bancs dans un parc mais comme je vous disais c'est comme une envie biologique irrésistible quand je vois une jolie fille, c'est très perturbant. C'est vraiment tout ce que je peux dire. Je pense que je veux juste savoir si c'est possible de ne pas perdre cette sorte d'état de bonheur sans être perturbé par une fille qui passe à côté.
-
- E. – Oui, il y a quelque chose appelé tantra qui est souvent mal interprété comme s'il s'agissait de nombreuses pratiques sexuelles excitantes. En réalité, le tantra consiste à amener la conscience dans une force presque irrésistible qui existe biologiquement dans le corps humain et qui vous amène complètement dans l'inconscience à cause de

son pouvoir colossal. C'est la façon dont les humains survivent en tant que forme.

Ils ont en eux une attraction biologique énorme. Les humains sont attirés par l'autre polarité. Cela s'applique même dans une certaine mesure aux relations homosexuelles. On est attiré par l'autre polarité dans le but de trouver la complétude. Il y a donc cette attraction profonde qui n'est pas seulement sexuelle. Il y a une attraction au niveau de la forme où l'on veut fusionner avec la polarité opposée.

En fusionnant avec l'autre polarité, on fait un temporairement à travers l'orgasme, mais paradoxalement, on crée à nouveau la dualité parce que le résultat, c'est un bébé. C'est le paradoxe de l'existence humaine.

Je vous recommande de ne pas rester trop dans les considérations mentales concernant l'engagement ou le non-engagement, mais si vous vous sentez attiré par un être féminin et non pas attiré seulement au niveau sexuel... Vous pouvez remarquer parfois qu'en plus de l'attraction sexuelle, il y a autre chose qui vous attire. Je ne sais pas si vous avez déjà senti ça. L'aspect sexuel peut prendre le pas, être la première chose que vous ressentez, mais si vous êtes en contact avec une femme, vous pouvez remarquer parfois qu'il y a également quelque chose de plus profond en jeu. Ayez alors le courage de vous embarquer dans une relation.

Toute votre peur peut être là, une forme-pensée : « Bon, je ne suis pas prêt à m'engager ». C'est une pensée. « Et est-ce que ça va durer ? Cela pourrait finir de la même façon que les relations de mes amis », c'est une autre forme-pensée. Si vous écoutez excessivement ce que disent vos pensées, les raisons de ne pas vous engager, vous passerez à côté des situations d'apprentissage. Très peu de gens sont destinés au célibat et vous ne l'êtes probablement pas. Vous apprendrez et évoluerez plus rapidement avec le courage de vous embarquer dans une relation. Si ça ne marche pas, vous aurez au moins appris tous les deux quelque chose.

Voyez si vous pouvez maintenir votre présence à travers la relation, Même si la relation ne dure qu'une semaine ou deux. C'est au moins un début. Vous ne débutez pas une relation avec l'intention de tromper l'autre. Vous ne ressentez pas seulement un attrait sexuel, mais vous sentez également un lien humain à un niveau plus profond. Donnez-vous assez de temps pour être avec une femme. Prenez au moins quelques heures pour communiquer. Voyez alors comment ça évolue. Vous apprendrez plus rapidement de cette façon qu'avec vos idées dans la tête concernant le célibat en ayant en même temps des fantasmes qui sont loin du célibat. Cela ne peut pas vous aider.

Donc, faites le saut, au lieu de penser : « Eh bien, si je fais le saut, qu'est-ce qui va se passer ? Je ne sais où je vais atterrir et je risque de me faire mal. Est-ce que je ne vais pas me casser la figure ? » Non, vous faites le saut. Autrement, vous resterez au bord toute votre vie. Vous faites le saut dans la vie, dans la pleine expérience de la vie en tant que forme physique.

Vous avez l'avantage d'être attiré par cet enseignement et de savoir déjà qu'il y a en vous une présence, ce qui n'est peut-être pas le cas pour la plupart des gens que vous connaissez. Cette présence peut d'abord être obscurcie par les désirs ou ressentis sexuels, mais vous réaliserez qu'il y a la possibilité d'amener la conscience également dans la sexualité, ce qui est le tantra. Cela implique que votre première demande à une

femme ne soit pas d'ordre sexuel. Donnez-vous le temps !

- Q. – Je ne veux pas finir en prison.
- E. Et autrement, vous passez toute votre vie dans un piège mental. Nous nous reverrons peut-être d'ici un an et vous pourrez nous faire le récit de vos aventures.
- Q. – ça semble être un bon deal.

Comment rester présent avec les membres de ma famille?

- Q. – Bonjour
- E. – Bonjour
- Q. J'ai deux questions. Voici la première : comment puis-je rester présente avec les membres de ma famille quand nous sommes tous ensemble ? ça se passe au moment du dîner. Je peux être présente avec moi-même et avec un membre de ma famille, mais quand il y en a trois ou même seulement deux, ma présence se volatilise et je suis prise dans le drame qui se déroule. Ma seconde question est pour mon mari qui n'est pas là ce soir. On lui a récemment diagnostiqué la maladie de Parkinson et il vous demande comment il peut la guérir.

E. Commençons avec la seconde. Je ne sais pas s'il peut guérir, mais il y a quelque chose de plus important que la guérison de cette condition physique ou de toute autre condition physique. Et ce qui est plus important que la guérison et dont je vais brièvement parler maintenant est aussi ce qui permet la guérison dans certains cas. Or, ce n'est pas le principal. Ce qui est plus important que la guérison, c'est utiliser la condition, dans ce cas c'est une détérioration de la forme physique qui se produit lentement avec les années (si j'ai bien compris), pour vous inciter à une pratique intense de la présence. C'est tout ce que vous pouvez faire.

Permettez à la maladie de vous entraîner dans ce qui change toute la vibration ou la fréquence du corps physique. Quand vous vivez vraiment dans la présence, ce qui a un impact sur toutes les cellules du corps, toute la fréquence de la forme physique change. Si vous pratiquez intensément la conscience du corps, vous pouvez le sentir par vous-même. C'est un champ d'énergie énormément dynamisant. Et cette pratique consume aussi l'égo. Il y a là l'occasion d'une immense motivation pour embrasser l'état de conscience que nous appelons la présence, la chose la plus importante, et cela peut provoquer la guérison ou, si cela ne provoque pas la guérison, cela peut retarder considérablement le début ou le processus de détérioration qu'implique cette maladie.

J'ai mentionné dans « Nouvelle Terre » que, lorsque j'étais étudiant du troisième cycle, j'observais tous les jours à la cafeteria le physicien, Stephen Hawking, qui mangeait là ou, plus exactement, que l'on faisait manger là tous les jours. Il avait une condition similaire. Ce n'était pas la maladie de Parkinson. En Angleterre, on appelle ça une sclérose latérale amyotrophique. Est-ce que c'est aussi appelé comme ça ici ? Peu importe,

c'est sa condition.

À l'époque, il n'était pas mondialement connu. Il n'était connu qu'à l'université. Tout le monde disait, c'était notoire, qu'on lui avait donné à l'époque, je crois trois ou quatre ans à vivre, cinq ans au maximum. C'était il y a trente ans ou plus. Il endurait cette détérioration et tous les médecins disaient : « Il ne vous reste plus que quelques années à vivre ». Trente ans plus tard, il est toujours vivant. Oui, il est invalide, mais son mental ne l'est pas.

Je ne pense pas qu'il soit éveillé spirituellement, mais il est entré dans un état d'abandon remarquable à sa condition. Il n'y a rien en lui qui a créé de la négativité en réaction à sa condition physique. C'est très rare. Je pouvais le voir quand je le regardais dans les yeux. Il n'y avait pas de souffrance dans ses yeux. S'il était quelqu'un qui ait pu justifier sa souffrance, c'eût été lui, parce que déjà à l'époque, il ne pouvait plus bouger, il ne pouvait plus parler. On n'avait pas encore inventé cette machine qu'il utilise maintenant pour communiquer.

Tout ce qu'on entendait, c'étaient des grognements incompréhensibles. Et il y avait toujours quelqu'un à côté de son fauteuil roulant. Une personne qui devait le nourrir. Oui, si quelqu'un avait pu justifier sa souffrance, c'était bien lui. Il était assis là : . . . Tout le monde avait pitié de lui, mais lui non. Quand je l'ai regardé dans les yeux, je n'ai pas vu d'apitoiement sur soi. Il n'avait rien d'autre à faire qu'à penser à son travail et sa pensée est devenue très féconde. De la présence a dû émerger en lui pour que sa pensée soit aussi inspirée dans son domaine.

Les pronostics des médecins ne sont pas forcément exacts, d'autant moins s'il y a abandon. Il n'est pas inhabituel que l'état d'abandon ralentisse la progression de la maladie. Il arrive aussi parfois qu'une guérison ait lieu avec l'abandon, lequel cause la présence. La guérison est un sous-produit magnifique de l'apparition de la présence qui se produit parfois, mais n'attendez pas forcément qu'elle se produise.

Étant donné l'importance de la survenue de la présence, la guérison du corps physique est une chose secondaire. La survenue de la présence est d'une importance incommensurable, parce qu'elle fait partie de toute l'impulsion pour l'évolution de l'univers. En comparaison, que ce corps soit guéri ou non et qu'il vive quelques années de plus grâce à la guérison, ce n'est vraiment pas important.

Vous êtes déjà tous les deux embarqués dans le processus d'éveil, vous pouvez aussi l'aider. C'est merveilleux si vous pratiquez tous les deux la présence. Il pourrait être rapidement plus avancé que vous, parce qu'il a une motivation beaucoup plus forte du fait de sa condition physique. C'est donc une belle occasion. Ne croyez pas à tous les pronostics. Accueillez la guérison si elle se produit, mais ne croyez pas que la guérison est ce qui est le plus important ici. Qu'il soit guéri ou non, je ne sais pas quel âge il a maintenant. Quel âge a-t-il ?

- Q. – 59 ans.
- E. OK, qu'il soit guéri ou non, dans quarante ans d'ici, il sera probablement mort. En attendant, ce qui importe vraiment, c'est que l'épanouissement de la conscience ait lieu sous cette forme particulière. Qu'il lui reste quarante ou dix ans à vivre, c'est moins important. L'épanouissement de la conscience est ce qui importe. Et maintenant, votre famille !
- Q. – Mes enfants et mon mari, oui.
- E. – Quand ils viennent ensemble ?
- Q. – Quand on se retrouve à table, le drame, le cinéma commence !
- E. – Comment est-ce que vous perdez la présence ? Vous êtes attirée dans... ?
- Q. – Je me laisse prendre. Ma plus jeune fille est très demandante. Elle veut mon attention ; mon mari veut mon attention ; j'ai une fille ado qui elle ne veut surtout pas mon attention. Il y a là une dynamique. Mon mari et ma fille ado démarrent, moi voulant la protéger, prendre soin des besoins de la plus jeune. En fait, elle veut partir et ne plus revenir à la maison.

E. – Il y a aussi une très bonne pratique ici. Quand vous accordez votre attention, quand vous devez le faire – c'est magnifique d'accorder son attention, à votre enfant, à un autre être humain – veillez à ne pas vous perdre dans cette attention accordée. Vous restez alors connectée à la source de l'attention qui est en vous. Sans perdre le lien avec la source, votre attention peut se manifester, vous faisant dire quelque chose à l'enfant, à une autre personne, sans vous perdre dans ce mouvement. Là encore, la conscience du corps subtil peut être l'ancrage pour rester présent. Quand vous êtes assise à table, vous devez vous ressentir, sentir votre être intérieur. Vous êtes alors enracinée dans l'être et de là, vous pouvez accorder de l'attention. Vous pouvez sentir le lien avec l'être, vous n'êtes pas perdue dans le plan mental.

Vos proches peuvent être perdus, mais si une seule personne reste connectée, cela affecte généralement tout le champ d'énergie de la pièce, de la même façon qu'une personne profondément inconsciente affecte tout le champ d'énergie de la pièce. Et s'il y a une personne profondément inconsciente, par exemple une personne extrêmement négative, ce qui peut ne pas être le cas dans votre famille, votre présence devra être très intense pour contrebalancer cela. Votre présence ne le combat pas ; vous ne combattez pas l'obscurité. La lumière a simplement besoin d'être plus forte. Vous montez le variateur, mais vous devez le monter de toute façon, dans une certaine mesure, quand vous êtes avec des gens à la maison.

Il y a aussi le facteur supplémentaire de tout un passé que vous partagez avec des gens avec qui c'est alors parfois plus difficile de rester présent qu'avec des gens avec qui vous ne partagez pas autant de passé, des connaissances, des amis. Mais avec les membres de la famille, ça remonte souvent à très longtemps. C'est un beau défi également. Pratiquez alors quand vous êtes juste avec une ou deux personnes. Il y aura ensuite assez de pouvoir de la présence en vous pour que vous puissiez soutenir la présence même quand vous serez plus nombreux.

Ce qui est nécessaire ici, c'est la vigilance pour votre propre énergie, pour votre propre conscience. Sans vigilance, on peut encore parler d'attention. Un maître zen explique que l'essence du zen est... juste ceci, le doigt levé. C'était son explication du zen. C'est tout ce qui est nécessaire, une vraie attention, à savoir la présence vigilante . . . Elle doit être particulièrement forte quand vous êtes en présence d'un certain nombre de gens dominés par leur mental, comme le sont encore la plupart des gens, et elle doit être plus forte encore quand

vous êtes avec quelqu'un qui est mentalement dérangé. De la vigilance intense, de la présence intense est nécessaire.

La présence vigilante doit être particulièrement forte quand vous avez une condition physique éprouvante, ce qu'on appelle une maladie grave, laquelle peut être la force motivante pour une présence ou une vigilance intense. Vous pouvez voir combien le doigt levé est d'une aide plus grande que toute explication conceptuelle. On ne peut pas expliquer conceptuellement, pour le mental, ce qu'est la présence ou ce qu'est la vigilance car elle vous emmène immédiatement au-delà du mental.

Il arrive que des gens demandent encore... Il y a quelques années, après une retraite de toute une semaine, une personne m'a demandé : « Pouvez-vous m'expliquer à nouveau le concept de la présence ? J'ai envie d'entendre encore ce que c'est en réalité. Je n'ai pas vraiment compris ». Toute la semaine avait été consacrée à la pratique de la présence. On est dans le mental : « Je n'ai pas vraiment compris ». Bien sûr qu'il n'avait pas compris, parce qu'il voulait précisément comprendre, de façon conceptuelle, et il pensait que si j'allais juste expliquer un peu plus, il allait être présent. Non, j'en avais déjà dit trop.

Cette présence est simplement l'attention. L'attention est l'intelligence non conceptuelle. C'est la conscience spacieuse, ceci. En fait, l'attention implique qu'il y ait peu ou qu'il n'y ait pas de pensées. Il n'y a que la conscience, juste la lumière. Vous braquez la lumière sur les gens. Vous pouvez alors parler et la lumière est toujours là. Et vous parlez. La présence est là et les mots viennent. Tandis que je vous parle maintenant, la présence est là, mais les mots sont là également. Ils viennent de la présence.

Et s'il y a ici un enfant qui dit « Papa, Papa, il a pris mon jouet, il n'a pas à faire ça ! », vous pouvez le regarder dans cette douce présence qui comprend aussi la compassion, la bienveillance, et les mots vous viennent. Vous vous exprimez sans vous perdre dans le drame, dans le drame quotidien, le drame de l'existence quotidienne, dans la nervosité impliquée. C'est votre travail.

- Q. – Merci, merci beaucoup.