

Transcription de  
"Evoluer en direction de la liberté" par Eckhart Tolle,  
visible sur <http://blogbug.filialise.com>  
(L'épée de la conscience tranche...)

Gracieusement et généreusement traduit par **Robert Geoffroy**  
[www.geoffroyrobert.com](http://www.geoffroyrobert.com)

~ ~ ~

Bienvenue,

Vous avez éteint vos téléphones cellulaires, j'ai entendu, et qu'en est-il de votre mental ? Pas si facile, parce que ce n'est pas seulement ... oui, c'est une voix dans la tête, mais avec les années et les siècles et les millénaires, c'est plus qu'une voix, elle s'est transformée en une sorte d'entité, un "moi", non pas réel en définitive, mais assez réel apparemment pour que vous confondiez qui vous êtes avec l'entité dans la tête qui parle et réagit, énergisée et amplifiée par les émotions en un cercle vicieux. Les émotions sont créées par tout ce que pense l'entité et l'énergie des émotions amplifie davantage l'entité.

L'ego.

L'intensité de cela varie d'une personne à l'autre. D'une certaine manière, on pourrait dire que l'entité est un aspect du karma, ce qui est appelé "karma" en orient. Ce sont des schémas héréditaires en vous que vous confondez avec qui vous êtes. La conscience s'identifie avec ces schémas. Et pour certaines personnes, c'est une entité très lourde, complètement prise dans le drame ou la colère, très lourde et triste, facilement contrariée, toujours en train de chercher une soi-disant blessure ou offense, toujours prêt à bondir pour se défendre, demandant même le point de vue d'autrui, parce que vous êtes identifié au mental, qui est l'ego. Tout point de vue est empreint d'un sentiment de soi. L'ego se trouve dans le point de vue que vous exprimez à propos de ceci ou de cela.

Vous pouvez même vous montrer particulièrement sur la défensive ou agressif quand quelqu'un vous demande votre point de vue. Vous pouvez le voir partout, à la télévision ou dans la vie quotidienne. Une discussion paisible avec cette entité n'est pas possible, parce qu'une discussion paisible à propos de quelques chose suppose un certain degré de désidentification de cette entité fabriquée par le mental. Il y a au moins un petit peu d'espace en soi et en l'autre personne, surtout en soi. Il ne s'agit pas principalement d'exiger qu'il y ait de l'espace en l'autre personne, mais de s'assurer qu'il se trouve en soi-même quand on est en train de discuter.

Et vous pouvez le voir, si l'autre personne se met rapidement en colère, vous pouvez voir pourquoi immédiatement : l'identification avec une position mentale, l'identification à l'ego. L'entité se sent menacée et elle se rebiffe contre vous. Certains chiens le font aussi. Mais c'est

pareil que pour les humains. Même pour les chiens méchants, ils ne sont méchants qu'à cause de leur passé. Sous la méchanceté, en chaque chien, Il y a une bonté. Et sous la folie de l'entité égoïque, il y a également la vérité de qui vous êtes ou de qui est cet autre être humain.

Donc, votre tâche, quand vous êtes confronté(e) avec ces entités – et vous l'êtes tout le temps ; à l'occasion, c'est la vôtre qui prend encore le pouvoir, peut-être ; une ou deux personnes parmi vous peuvent le vivre de temps en temps – votre tâche consiste à être là en tant qu'observateur ou témoin de votre mental pour ne plus être sous l'emprise de l'entité égoïque. L'ego est donc le mental non observé, Un manque total de conscience. En d'autres termes, il n'y a que le mental. Et c'est l'état qu'on pourrait qualifier d'hypnotique ou d'onirique, dans lequel vous imaginez votre vie. Et des choses se produisent alors autour de vous, parce que dans la vie de toute personne, il y a – vous arrivez dans ce monde et vous vous retrouvez dans une certaine situation. Des choses vous arrivent ; vous réagissez. L'entité réagit, sans conscience. Elle réagit en fonction de son conditionnement agressif/défensif. Elle est donc complètement à la merci de ce qui se passe autour d'elle. Et elle perpétue son propre état.

Ainsi, un événement qui, pour une personne relativement dégagée de l'ego, au moins dans ce domaine particulier de sa vie, le même événement qui arrive à une telle personne et qui est relativement sans importance : "Oh, Eckhart n'a pas répondu à mon email". Cette personne pourra dire : "Il doit être très occupé" ou "Il ne l'a peut-être pas lu". Et c'est ainsi tout simplement ! Et une autre personne pourra se sentir profondément offensée : "Je lui ai écrit trois fois... Rien ! Il ne s'est pas donné la peine de me répondre". Et c'est le début de l'histoire. Cela s'envenime : "Il est vraiment épouvantable !". Vous trouvez ensuite d'autres choses sur lesquelles vous pouvez vous concentrer. Voilà comment l'entité se renforce elle-même. Elle grossit, elle se gonfle elle-même par cette "réactivité".

Donc, une chose relativement insignifiante – bien sûr, cette entité personnalise toute chose qui arrive : "ça a à voir avec moi". "Ils essaient de me faire quelque chose". "Il m'ignore". "Comment peut-il oser... ?". Et ainsi, elle grossit. La suite est un email plein de colère, des accusations, ou des appels téléphoniques : "Je t'aurai !". Voilà comment elle grossit. "La prochaine fois que tu sortiras de chez toi, je serai derrière toi". C'est de cette façon qu'elle peut grossir. Ce sont des exemples extrêmes qui ne sont pas rares. Peu importe dans quelle mesure elle grossit, mais vous pouvez remarquer que le simple fait de ne pas avoir de réponse peut devenir quelque chose d'horrible : "Cela m'arrive à moi" et devenir toute une histoire. Elle peut prendre beaucoup de votre temps. Et une autre personne dira : "Oh, c'est ainsi !".

Lors de la première édition du "pouvoir du moment présent", des personnes m'ont dit que ce serait une bonne idée d'envoyer un exemplaire à Deepak Chopra. Et je l'ai fait au cas où il pourrait le lire. 3000 exemplaires ont été imprimés pour cette première édition. Je les ai apportés à des librairies dans un sac en plastique. Je lui ai donc dédié et... rien ! Comme s'il avait disparu dans la masse ! Et maintenant, c'est ce qui arrive quand les gens m'envoient leur livre, mais désormais, je sais pourquoi... Parce qu'on ne peut même pas les lire tous. C'est impossible de lire tous les manuscrits et tous les livres.

Heureusement, cette entité n'agissait plus en moi. IL n'y avait donc pas de plainte à propos de Deepak. Simplement, il n'y avait pas de réponse : "Les choses sont ainsi. Il doit être occupé. Peut-être l'a-t-il lu et ne l'a-t-il pas aimé. Peut-être ne l'a-t-il pas lu, qui sait ?". Dès lors que j'interprète quelque chose, je fais de la projection. Il ne sert à rien d'interpréter quelque chose à propos de quoi on ne sait rien. C'est juste comme c'est, c'est simplement l'état d'être d'un

fait. Et bien sûr, la vérité, c'est... Il ne l'a même pas vu, parce qu'il en reçoit trop. C'est impossible !

D'ailleurs, plus tard, quand le pouvoir du moment présent s'est très bien vendu, il a bien écrit une recommandation qui n'était plus utile alors. C'était très gentil. Mais si je lui avais envoyé des emails pleins de colère : "Je n'ai toujours pas eu de vos nouvelles après 3 mois où je vous ai adressés 10 emails. Vous continuez de les négliger...", etc., etc. Je ne pense pas qu'il aurait alors écrit une recommandation. Donc, vos réactions déterminent aussi ce qui se passe par la suite. Si votre réaction est égoïque, elle ne s'applique pas seulement à ce qui s'est passé dans le moment présent, elle détermine aussi la manière dont les événements se dérouleront dorénavant. Si la réaction égoïque est agressive, négative, exigeante, plaintive, quoi que fasse l'ego pour se renforcer, pour se sentir plus fort, cela crée un écho dans le monde extérieur. C'est comme crier un son particulier, il est crié dans le monde et il revient en écho.

Donc, vous revient ce que vous extériorisez comme dans vos réactions, à travers des mots et des actes. Les gens réagissent à vos réactions, parce qu'ils ne sont peut-être pas complètement éclairés. Autrement, ils ne réagiraient pas à vos réactions. Mais ils ont aussi leur ego. Ils réagissent donc à vos réactions. Et vous créez tout une suite réactionnelle et c'est ainsi que le drame se développe, grossit. Et tout est pris comme absolument réel : c'est ainsi. Vous ne réalisez pas, l'entité ne réalise pas qu'elle crée toute l'histoire et que tout ce qui lui revient est l'écho de son propre conditionnement. Cela vous revient de l'extérieur, du monde extérieur. Et cela vous sert comme confirmation convaincante que votre interprétation initiale de l'événement était absolument exacte. Parce que vous dites : "Tu vois, il avait bien l'intention de me tromper" ou n'importe quoi d'autre, "Et quand je l'ai confronté, il s'est mis en colère, parce que j'avais raison !", et ainsi de suite.

Et si vous avez jamais essayé d'argumenter avec l'entité égoïque de quelqu'un, vous avez pu voir que cela ne servait à rien. C'est impossible. Vous ne pouvez pas convaincre cette entité égoïque à propos de sa propre nature illusoire. Vous ne pouvez pas. Vous ne faites que la renforcer. Argumenter avec l'ego, c'est finalement très drôle, mais c'est une entreprise absurde. A son niveau, il gagnera toujours. Et il vous entraînera... - bon, dès l'instant où vous vous mettez à argumenter avec l'ego, vous êtes déjà piégés par vos propres schémas mentaux.

C'est ici un aspect du karma. Le karma est ce qui se produit. Habituellement, les gens disent que le karma est ce qui vous arrive, mais plus important encore, le karma est la façon dont vous réagissez à ce qui vous arrive. C'est ce qui perpétue le conditionnement et cela crée ce que vous éprouvez comme étant votre vie et cela crée la manière dont les autres gens réagissent envers vous, donc la manière dont vous ressentez les interactions. C'est étonnant ! J'observe si souvent la futilité des réactions égoïques, le fait de réagir au rien et d'en faire une énorme bulle de savon, en en parlant pendant des jours et des jours jusqu'à ce que la réalité confirme que vous aviez raison depuis le début. Quel piège !

L'entité égoïque en vous est ... – plus elle est dense – parce que la densité, on peut la nommer ainsi, je parle de l'ego – l'aspect émotionnel de l'ego – une grande partie de l'aspect émotionnel de l'ego est le corps de souffrance. Le corps de souffrance est en fait l'aspect émotionnel de l'entité égoïque et la densité de l'ego en soi varie d'une personne à l'autre. Il n'y a probablement personne qui écoute cela ici ou là – C'est le tunnel spatiotemporel de la caméra à travers lequel les mots sont propagés et il y a quelqu'un à l'autre bout : "Coucou !". Pas seulement quelqu'un, beaucoup plus de gens que ceux qui sont assis ici. Il y a des milliers de gens – mais il n'y a personne, parmi les gens qui se trouvent ici ou à l'autre bout du tunnel

spatiotemporel, dont l'ego est extraordinairement dense, ou s'il y en a, ils ne resteront pas ici longtemps. Ils arrêteront la vidéo en disant : "C'est horrible !".

Il n'y a rien que l'ego aime moins que d'entendre parler de lui-même. Il est donc peu probable qu'il y ait en vous cette grande densité de l'ego et du corps de souffrance, mais dans votre vie quotidienne, vous rencontrerez encore beaucoup de gens qui manifestent une extrême densité de l'ego et du corps de souffrance. Et bien sûr, ces gens créent de la souffrance pour eux-mêmes et pour les autres. C'est leur but dans la vie. C'est là où ils en sont dans leur parcours d'évolution. Ils sont ici en tant qu'enseignants spirituels. Ils créent de la souffrance qui finira par les éveiller quand ils réaliseront que la souffrance endurée est créée par soi-même, mais ça peut prendre du temps avant qu'ils le réalisent. Entre temps, ils peuvent essayer de créer de la souffrance pour vous, parce que ça va de pair. Ils deviennent ainsi vos enseignants, parce qu'ils vous obligent à de la présence plus intense ou ils vous entraînent dans l'inconscience égoïque.

Donc, quand vous êtes confrontés avec des egos qui sont denses – il y a un enseignant spirituel en Inde qui les appelle "egojis", j'ai un terme qui évoque le respect. Donc, les egojis ! Il y en a toujours beaucoup autour de nous. Et ils sont là pour vous enseigner plus de présence, bien sûr sans savoir qu'ils le font. Mais au sein de la totalité, c'est en définitive leur fonction dans le parcours d'évolution de l'humanité. A un certain point, eux-mêmes réaliseront ce qu'ils font, ce qui est alors le moment de l'éveil. Or, une personne avec des structures égoïques denses a besoin de beaucoup plus de présence intense qu'une personne dont les schémas conditionnés égoïques ne sont pas autant envahissants, une personne avec un ego qui est là, mais qui n'est pas aussi mauvais. Vous pouvez vivre avec... jusqu'à ce que la vie devienne vraiment frustrante. Mais en attendant, c'est OK !

Là, vous avez besoin d'un peu de présence. Ça peut déjà faire une énorme différence dans votre vie, mais quelqu'un avec un lourd karma, pour utiliser cette expression, a besoin de beaucoup plus de présence intense, parce que même en venant ici, en étant assis ici dans le champ d'énergie, en écoutant tout cela et en reconnaissant la vérité, la présence se manifestant déjà, si ses schémas sont profondément enracinés, denses et rigides, dès l'instant où ces situations provoquent comme d'habitude... les schémas égoïques en particulier... dès l'instant où ces situations se présentent, vous êtes repartis, complètement dominés.

Il y a des gens chez qui la présence se manifeste déjà, mais à cause des lourdes structures – il y a une ouverture, mais quand ils sont provoqués, ils retombent. Ils ont donc besoin de plus de présence intense. Donc, si c'est le cas pour vous, augmentez la lumière, le variateur de lumière de la conscience de sorte que vous soyez vigilant à l'approche d'une situation dont vous savez la tendance à provoquer votre inconscience, quoi que ce soit. En regardant votre propre vie, vous pouvez peut-être déjà savoir quelle sorte de situations est susceptible de vous provoquer. Cela peut concerner les relations, les relations amoureuses, des problèmes de pouvoir et d'impuissance, ressentant que quelqu'un vous retire votre pouvoir, la peur de l'abandon. Dans ce dernier cas, un tout petit incident comme quelqu'un qui ne vient pas à un rendez-vous ou qui vous croise quelque part aboutit à une réaction intense, parce que ça provoque une vieille histoire qui est à l'intérieur. Cela a pu devenir une partie importante de votre ego, le faux sentiment de soi. Une énorme réaction !

Donc, vous regardez votre vie pour voir où il y a risque... si cela vous arrive encore, pour une ou deux personnes d'entre vous... Et l'entité égoïque veut toujours s'affirmer, même si c'est d'une manière négative. Même quelqu'un qui a peur de parler en public... il y a en fait le

désir de s'affirmer, mais il y a en même temps la peur. C'est un moyen négatif d'essayer de s'affirmer.

L'observation de vous-même est essentielle, en particulier dans les situations d'interaction avec les gens. Soyez là en tant qu'observateur de votre mental. C'est le seul moyen de devenir libre. Autrement, vous êtes complètement prédéterminé. Toute votre vie... - c'est peut-être la manière dont les médiums peuvent aisément prévoir des choses, parce qu'ils ont peut-être une perception intuitive de votre conditionnement, de vos schémas conditionnés. Donc, il est question de devenir libre et c'est le chemin d'évolution de l'humanité. Cela dépasse de beaucoup le personnel. Il semble qu'en tant que personne, vous devenez libre, mais en réalité, ce n'est pas tout à fait vrai. C'est la liberté, non pas en tant que personne, mais la liberté par rapport à la personne. Ce qui émerge, parfois appelé "une nouvelle naissance", ou un éveil complet, et c'est cela. Quelque chose émerge qui semble complètement nouveau, mais ça n'est pas nouveau, bien sûr, c'est intemporel. C'était donc tout le temps là, enfoui sous l'activité mentale.

La présence... l'épée de la présence est ce qu'il vous faut manier afin de vous libérer de l'ego. J'appelle parfois cela l'épée de la présence. C'est peut-être le sens... - il y a la statue tibétaine qui représente la déité qui, je crois, s'appelle Manjushri, ou quelque chose comme ça. Je ne suis pas sûr. Qui brandit l'épée comme ça et qui a l'air tout à fait féroce. Et je l'interprète comme l'épée de la conscience ou de la présence qui tranche l'ego. C'est l'aspect dynamique de la présence. C'est presque paradoxal, parce que la présence, c'est accepter toute chose, accepter ce moment comme il est. C'est l'aspect réceptif de la présence.

Mais cette acceptation a également en soi quelque chose de féroce en apparence. Ce n'est pas seulement "à quoi bon ?" Ce n'est pas cette sorte d'acceptation. Cela pourrait être mal interprété quand on parle de renoncement : "Ok, qu'est-ce que ça peut faire ?" Et cela ne marche pas. Très vite, vous serez à nouveau dominé. L'acceptation n'est pas une sorte de consentement mou. C'est un OUI, il y a cela. Ces gestes vous montrent dans une certaine mesure ce que c'est, mais en même temps, c'est féroce, intensément pénétrant et vivant. Et donc en même temps, c'est une épée. On pourrait dire que c'est la combinaison du féminin et du masculin : la réceptivité du féminin qu'on peut voir parfois dans les représentations archétypales du féminin, des déités, Marie souvent est souvent comme ça ou Guanyin avec cette merveilleuse réceptivité toute englobante. Et il y a aussi l'aspect masculin... Ensemble, mettez-les ensemble.

Juste un des deux ne marcherait pas, parce que si vous n'aviez que la férocité, vous vous égareriez, parce que vous tenteriez d'attaquer votre ego. Et la férocité serait alors... - l'ego est comme un film de science-fiction. Vous tirez sur une entité et vous pouvez soudainement réaliser que l'énergie qui vient de votre fusil est dévorée par la chose que vous visez et elle est plus forte, ça la rend plus forte. J'ai vu des scènes comme ça dans des films de science-fiction. Et si vous n'avez que la férocité, dirigée contre l'ego, vous remarquerez que vous finissez par l'alimenter à nouveau, parce qu'il y aurait une forme d'attaque. Vous utiliseriez la volonté pour dominer votre ego. Vous pouvez essayer !

Mais ce qui est étrange, vous constaterez que vous ne réussissez pas. C'est une réalisation importante, en particulier peut-être pour des hommes forts. Vous ne pouvez pas utiliser – mais certaines femmes essaient aussi, elles ont un fort aspect masculin – "Je vais le faire, je vais tuer mon ego et parvenir à l'illumination". Ensuite, vous pouvez même penser que vous y êtes arrivé sans réaliser que la chose qui proclame "j'ai finalement tué mon ego" est une autre

facette de l'ego : "J'ai réussi, ouais ! Et je suis supérieur à toi maintenant, bien sûr, puisque je l'ai fait. Tu peux me demander, je le ferai pour toi aussi !".

Et parfois, ce genre de personnes peuvent devenir des gourous, mais ce sont seulement de gros egos et ils ont tendance à attirer des gens dont l'ego aime se trouver en leur présence. Mais tout ça est aussi une bonne chose en fin de compte, parce qu'à la fin, ils apprendront tous ce qu'ils ont besoin d'apprendre. Le gourou égoïque finira par chuter, parce que l'ego a construit en lui-même le mécanisme d'autodestruction. Il peut provoquer un drame, ce n'est pas inhabituel, et le gourou tombe. Ses disciples sont alors complètement bouleversés, ce qui leur donne une chance de s'éveiller de leur inconscience. Tout est excellent. Les gourous égoïques ont donc leur place. Tout a sa place. C'est parfait.

Donc, pas de volonté... - Ne confondez pas la présence avec la volonté. Ce n'est pas la même chose. Ce que j'indique ici... - je ne suis pas seulement en train d'en parler – je veux que vous sentiez ici et maintenant ce qu'est-ce que les mots désignent, la réalité intérieure en cause, si vous pouvez sentir – appelez ça comme vous voulez – la réunion apparemment paradoxale provenant de la réceptivité douce et de la férocité cachée dans la réceptivité douce. Elle est là. Les mots ne peuvent donc pas aller plus loin. En fin de compte, pour le sentir, il n'y a pas de comment. Vous le sentez ou non. Ici, la démonstration ne repose pas seulement sur les mots, mais sur l'énergie derrière les mots. Et quelque chose en vous reconnaît ce que les mots désignent. Et la reconnaissance est la présence.

C'est un état d'extrême vigilance. Elle ne rejette pas, ne nie pas, n'attaque pas, mais elle comporte une intensité. Maintenant, l'intensité de la présence varie en fonction de là où vous êtes, de ce que vous faites, parce que vous pourriez demander : est-il possible d'aller dans la vie de cette façon. Même en parlant à son comptable, à un agent immobilier, à un agent de change ou un conseiller d'investissement. Ça devient la chose la plus difficile. Le conseil en investissement : si vous n'avez rien à placer, vous avez de la chance, vous ne le perdrez pas !

Est-il possible d'aller dans la vie avec cette intensité de présence ? Eh bien, ça peut ne pas être le même degré d'intensité tout le temps, mais notre tâche consiste à être enraciné dans la présence et de l'avoir au moins à l'arrière-plan de notre vie. En parlant avec votre conseiller en investissements, vous ne devez pas nécessairement être assis là... bien que vous puissiez avoir intérêt à le faire, parce que vous voyez qu'il provoque vos vieux schémas. Dans ce cas, vous avez besoin de manifester de l'intensité. C'est peut-être un grand enseignant. Donc investissez avec, peu importe comment s'appelle les banques et quand vous y allez, vous êtes...

Maintenant, vous pouvez demander: "Puis-je soutenir cela ?" Probablement pas continuellement ! C'est excellent. Ne vous en demandez pas trop. Vous faites partie d'un voyage d'évolution, un déroulement collectif d'évolution. N'en demandez pas trop. Ayez de la compassion pour votre propre parcours et quand vous chutez, vous avez la même compassion que vous auriez pour apprendre à un enfant à marcher. L'enfant tombe de temps en temps. Vous tombez de temps en temps, vous retombez dans la réaction et dans l'ego. Ensuite, vous vous reprenez et vous ne vous condamnez pas. Le mental, l'ego dit : "ça ne sert à rien d'essayer, tu ne vois pas ça ?" "A quoi bon tout ça ?", dit l'ego. "C'est quoi toutes ces absurdités à propos de la présence ? De quoi est-ce qu'il parle ? Tu ferais mieux de te préoccuper d'autres choses ! Tu ferais mieux de t'inquiéter !".

Maintenant, comme vous pouvez le voir, dans cet enseignement, comme dans tout véritable enseignement spirituel, une seule chose est enseignée et c'est l'éveil, la présence. Une petite chose en plus, c'est la capacité de reconnaître en soi ce qui empêche l'éveil, qui a tendance à empêcher à l'éveil de survenir. C'est un autre aspect, mais l'enseignement spirituel a un seul point central. C'est pourquoi je dis toujours qu'en fin de compte, je ne parle jamais que d'une seule chose. C'est incroyable qu'on puisse parler si longtemps à propos d'une seule chose. Mais c'est important d'en apprendre concernant les obstacles en soi à cette chose unique qui émerge en soi. C'est un aspect secondaire de l'enseignement spirituel, apprendre à propos... - c'est essentiel, parce que si vous n'apprenez pas à reconnaître en vous les obstacles à la manifestation de la présence, vous vous ferez avoir sans cesse par ces derniers, parce qu'ils sont profondément enracinés, qu'ils sont là depuis fort longtemps dans la conscience humaine collective et peuvent vous ramener très facilement dans l'état de profonde hypnose collective, de sommeil ou de cauchemar.

Il y a donc le fait de reconnaître pour voir quelle sorte d'obstacles ont tendance à se présenter, quelle est la nature des obstacles. Et c'est pourquoi j'en ai parlé et j'insiste régulièrement là-dessus. Mais même la reconnaissance des obstacles requiert déjà un degré de présence, parce que c'est seulement à partir de la conscience ou de la présence que vous pouvez être conscient des obstacles. Si la présence n'émergeait pas en vous, vous ne seriez pas en train d'écouter. Le fait que vous écoutiez encore veut dire que quelque chose en vous y répond et reconnaît la vérité, parce que la vérité est en vous. Elle la reconnaît elle-même.

Les gens me demandent parfois : "Je veux m'éveiller, qu'est-ce que j'ai à faire pour m'éveiller ?" Or, ils sont venus, ils ont écouté pendant pas mal de temps et ils ont énormément apprécié. Si vous écoutez, si quelque chose en vous répond et si vous appréciez, vous devez être en train de vous éveiller, mais le mental dit : "Est-ce que je m'éveille ? Non, je ne vois rien". Ne vous attendez pas à ce qu'un grand feu d'artifice se produise dans votre vie. Cela peut arriver, mais c'est rare et ce n'est pas la chose souhaitable. Soyez heureux avec ce qui transforme déjà votre vie de l'intérieur, parce que sans nul doute, c'est déjà en train de transformer votre vie de l'intérieur. C'est pourquoi je peux reconnaître... - habituellement, quand je regarde un être humain, je peux dire si le processus d'éveil est déjà engagé en cet être humain. Des erreurs sont toujours possibles, mais dans l'ensemble, je peux le dire. Et vous pouvez probablement faire la même chose.

En le vivant, vous l'enseignez, non pas nécessairement à travers les mots. Les mots sont toujours secondaires. Mais si vous incarnez la non-réaction et si vous maniez l'épée féroce de la présence, en même temps que vous vivez la réceptivité douce, l'abandon à tout ce qui se manifeste dans le moment présent, la réceptivité vigilante – l'aspect vigilant est l'épée, l'acceptation est l'abandon, la réceptivité vigilante, si vous incarnez cela, vous l'enseignez. Cela se propage. Et chose étonnante, la roue du karma – parce qu'il est traditionnellement représenté par une roue du fait qu'il se perpétue dans l'absence d'une conscience éveillée. La roue du karma est un cercle vicieux : une chose ou une autre qui se perpétue continuellement. Il n'y a pas de fin à la roue du karma à ce niveau. Mais en fait, vous mettez fin à cette roue du karma en étant dans l'état de la réceptivité féroce, abandon et l'épée en même temps. La responsabilité finale passe par moi.

Donc, au lieu que vous réagissiez, cela cesse ; cela vient à vous et avec la férocité et l'abandon de la présence, cela disparaît. Vous n'alimentez plus le drame. Vous n'alimentez plus l'inconscience. Ça vient et... - il y a beaucoup d'histoires comme ça, j'en relate plusieurs dans Nouvelle Terre, vous en rappelez peut-être. Je ne vais pas la raconter à nouveau, parce

que vous l'avez probablement tous lue, l'histoire du moine zen accusé d'avoir fait un enfant, etc. Il est complètement sans réaction. La leçon de l'histoire montre une forme extrême de la non-réaction. Tout ce qu'il dit en étant accusé, c'est : "Est-ce ainsi ?" Maintenant, les paroles sont secondaires, mais ce que les paroles veulent dire renvoie à la réceptivité féroce : "Oh, est-ce ainsi ?" Rien d'autre ! L'attaque arrive dans un espace vide. C'est ce qu'il semble. Il ne la renforce pas en y résistant. C'est bien sûr une position de pouvoir absolu. On pourrait à tort interpréter cela pour de la faiblesse, mais c'est le contraire de la faiblesse.

Et en faisant cela – ce que l'histoire montre aussi – à la fin, ce qui apparaissait comme malfaisant ou mauvais, les mensonges le concernant, tout ce que les gens disaient à son propos et qui était faux, si c'était une histoire moderne, qu'est-ce qu'on dirait sur CNN à son sujet ? Qu'écriraient les journaux à scandale ? Tout était faux. Apparemment, les choses survenues auraient été perçues au début comme mauvaises ou malfaisantes... Mais à la fin, à cause de la non-réaction et de la présence absolue soutenue, cela s'est transformé de façon positive : En l'absence de tout reproche, l'enfant a finalement été rendu à sa mère. En attendant, l'enfant a bénéficié de la meilleure première année possible de sa vie, parce qu'il a vécu avec un maître zen pendant cette première année. Aucune plainte quoi qu'il en soit ! Non.

Les paroles ne sont pas importantes. Ses paroles auraient pu être différentes. Il aurait pu dire : "Non, ce n'est pas vrai, je n'ai pas fait ça". Cela ne change rien. La non-réaction aurait toujours été bien là. C'est ce qui importe. Donc, qu'il dise "Est-ce ainsi ?", qu'il ne dise rien du tout ou qu'il dise "Non, je ne suis pas le père", ce qui compte, c'est qu'à l'arrière-plan, il n'y a que la présence absolue. Et c'est là votre pratique. Et également, quand des choses arrivent, n'alimentez pas l'ego et le corps de souffrance d'autrui. Et c'est une pratique magnifique.

Donc, pour chaque situation qui se présente dans votre, vie... - au niveau pratique, il semble y avoir une raison pour laquelle elle se produit, mais en vérité, à un niveau plus profond, tout ce qui arrive dans votre vie est là en définitive, à un niveau spirituel plus profond, de sorte que vous puissiez le vivre, transformer le monde en le vivant à partir de ce nouvel état de conscience. Il y a donc toujours deux aspects à la situation qui se présente dans votre vie : l'un est le niveau pratique ; la situation arrive à cause de ceci ou de cela. Mais à un niveau plus profond, cette situation se produit, pour vous, afin de dissoudre l'inconscience en cause, pour vous-même et en définitive pour le collectif, pour l'humanité. Donc, si la roue du karma s'arrête, elle s'arrête à travers vous, à travers l'état de conscience que vous incarnez. C'est en vérité l'avènement d'un nouveau monde provenant de cet état de conscience.

Nous n'avons donc pas besoin de nous plaindre concernant l'inconscience des gens qui demeure autour de nous. Elle est là pour un but, parce qu'autrement, comment pourrions-nous pratiquer la présence ? Et elle s'approfondit. Sans cela, il n'y aurait pas d'approfondissement de la présence, pas d'intensification de la présence, parce que les choses n'arrivent que lorsqu'elles sont nécessaires. Dans l'évolution de la vie sur la planète, les transformations adviennent quand elles sont nécessaires. Si vous meniez une vie complètement protégée, n'étant en contact qu'avec les gens tout à fait éveillés, gentils avec vous – et peut-être parce que vous avez une position sociale faisant l'admiration de tout le monde, vous n'évolueriez pas du tout. Votre conscience n'évoluerait pas. Vous vous endormiriez, pour ainsi dire. En l'absence de défis, il n'y a pas de croissance, pas de croissance de la conscience.



Mais les humains se plaignent à propos de ce que j'appelle "les défis". Une autre expression pour "défis", c'est "les choses qui tournent mal", "les choses qui ne devraient pas arriver". Et quand les choses vont de travers, on est contrarié, parce que rien ne devrait aller mal ! Dans la vie, il est absurde d'adopter une telle position. Tout ce qui arrive est là pour une raison, comme on dit dans la terminologie du New Age. Je ne suggère même pas que vous exploriez spécifiquement le pourquoi de ceci qui arrive, parce que vous auriez à consacrer beaucoup de temps à remonter dans l'histoire pour voir pourquoi cette chose vous arrive à vous. Il est plus important de rester dans un état de non-réaction, de présence, et elle se dissout alors. Autrement, vous vous mettez à remonter le temps. Ça pourrait être intéressant, mais...

"OK, finalement, je suis remonté cinq mille ans en arrière. Je vivais près des pyramides". Mais ce n'est pas non plus le début de l'affaire. "Je dois aller plus loin". Et vous vous retrouvez au fond de la mer où ça a démarré. "Et j'ai été attaqué par cet autre poisson".

Les choses qui tournent mal. Une façon conventionnelle de reprendre cette évocation : "Pourquoi les choses doivent tourner mal dans ma vie ? Tout devrait aller bien. Je dois faire quelque chose de travers". Non, ce sont des défis qui se présentent. Chose étrange, en pratiquant Le non-maintien de l'inconscience, vous remarquerez peu à peu un certain changement autour de vous, dans le monde extérieur également. En vivant plus consciemment, vous remarquerez une diminution des situations conflictuelles autour de vous. Vous constaterez plus d'harmonie dans votre entourage.

Il y a vraiment une relation entre votre état intérieur de conscience et la façon dont vous éprouvez la réalité extérieure. La façon dont vous éprouvez la réalité extérieure découle de votre état de conscience ou d'inconscience. Et vous remarquerez vraiment une amélioration. Ce qui ne changera pas... - cela ne veut pas dire qu'il n'y aura plus de défis. Cela ne veut pas dire que le monde autour de vous va soudainement manifester de la permanence, des choses qui ne changeront plus, qui ne disparaîtront plus. Non, cela reste, parce que toutes les choses autour de vous sont impermanentes, fugaces. Rien ne dure très longtemps.

Donc, ce n'est pas que vous bâtissez finalement une vie qui procure un sentiment de sécurité absolue autour de vous où tout est si merveilleux. Non, pas vraiment ça ! Le monde extérieur n'est pas la source de la satisfaction en fin de compte. Le monde extérieur est la source de la transformation. Il est là pour ça, mais il n'est pas là pour vous satisfaire. Et quand vous savez cela, il devient en fait relativement satisfaisant, parce que vous n'en avez plus besoin pour vous satisfaire. Vous pouvez vous retrouver dans une situation qui ne se présente pas de la façon envisagée, et c'est simplement comme c'est. Avant, cela vous aurait rendu malheureux. C'est simplement comme c'est. Je n'en dépends pas pour me satisfaire, je suis déjà satisfait, parce que... - pourquoi êtes-vous satisfait ? Parce que je me connais moi-même en tant que la conscience sous-jacente. Je peux sentir la présence que je suis et c'est en soi satisfaisant. Je peux sentir la vie que je suis. Je peux sentir la présence que je suis... au-delà de la personne, la vie, la clarté, l'intelligence de cela. Je peux le ressentir directement et c'est là où la joie émerge et où la vie émerge. Et c'est donc la source de la satisfaction et c'est inséparable du moment présent. Tout le reste ne sont que des choses qui arrivent autour de vous.

Oui, il y a une énorme amélioration dans votre vie, mais certaines caractéristiques du monde de la forme demeurent. La stabilité ne se trouve pas à l'extérieur ; les choses extérieures restent instables et c'est simplement ainsi. Donc, des choses continueront de venir et vous les perdrez ensuite. D'autres choses arrivent et vous les perdez. Donc, gains et pertes se produisent toujours. Vous ne pouvez pas avoir des gains permanents. Vous ne pouvez pas

avoir une expansion permanente dans votre vie. Pendant un temps, votre vie peut être en expansion. Vos activités extérieures se développent. Vous faites plus de choses, vous communiquez avec plus de gens, vous avez plus d'influence... jusqu'à ce que vienne un temps où vos activités extérieures se réduisent, au plus tard quand vous avez 80 ou 95 ans. Il y a moins d'activités, moins de relations...

L'expansion.

Ou cela peut être une période dans votre vie, non pas nécessairement en lien au grand âge. Il peut y avoir une période d'expansion énorme sur le plan extérieur. Vous acquérez des choses, vous vous enrichissez peut-être. Et il y a une période de lâcher-prise, soit les choses vous quittent en certaines circonstances, soit vous les laissez aller vous-même, vous donnez tout. Il y a le changement continu à l'extérieur, pas de stabilité. Une fois que vous savez cela, tout va bien. Vous ne cherchez même plus la stabilité à l'extérieur. Vous appréciez les formes qui surviennent, vous jouez avec les formes, mais vous ne cherchez pas un soutien définitif. Votre compte en banque n'est pas un soutien définitif. Vos investissements avec M. Madoff ne sont pas un soutien définitif. Vous ne comptez même plus là-dessus. Donc, c'est vivre avec le monde extérieur d'une manière différente où vous êtes intérieurement détaché de l'extérieur et cependant capable de danser merveilleusement avec les choses du monde extérieur.

Et vous pouvez être de ces humains qui ne sont pas si intéressés à faire des choses à l'extérieur. Il y a des humains qui sont davantage enclins à simplement demeurer silencieux, les "mainteneurs de la fréquence". C'est excellent. Ils maintiennent alors la fréquence de la présence à l'échelle plus modeste de leurs activités quotidiennes : ils regardent, perçoivent, sont vivants. Ou quelqu'un vient : "Voudrais-tu une tasse de café ?"

Tout mouvement est un enseignement. Quelqu'un est présent : "Qu'est-ce que tu voudrais d'autre ?" "Oh, regarde le ciel ! Un chien passe". Chaque instant est précieux, pas de grandes choses, et cependant, cela aussi est une vie accomplie. Certaines personnes sont appelées à faire des choses à plus grande échelle. A un niveau plus profond, on ne peut pas mesurer la valeur ou l'importance de la vie d'une personne en considérant ce que cette personne fait à l'extérieur. La valeur de la vie d'une personne dépend du degré de conscience que cette personne manifeste. Donc, ce n'est pas ce que la personne fait, mais l'être. Donc, plus on manifeste de conscience et plus la vie a de valeur. Potentiellement, tout le monde a la même conscience d'origine en son for intérieur. Les humains sont de valeur égale en leur for intérieur. Mais tous les humains ne le manifestent pas encore. La réalité de chaque humain est donc une en définitive. C'est la conscience unique. Mais tous les humains ne le manifestent pas au même degré.

A ce niveau, Albert Einstein a raison quand il dit : "La valeur d'un être humain est déterminée par le degré auquel il est dégagé du soi (du petit soi)". Voilà ce qu'il voulait dire, parce que le degré auquel vous êtes dégagé du soi, de l'ego détermine le degré de conscience qui passe à travers vous dans ce monde. Vous êtes donc un canal pour la conscience qui arrive dans ce monde. Vous ne pouvez donc pas déterminer l'importance d'une personne sur cette planète en considérant ce qu'elle fait extérieurement, peut-être des grandes choses, peut-être des petites. Le "mainteneur de la fréquence" qui est présent à tout petit geste et à tout mouvement, qui, marchant dans la vie en témoin, apprécie profondément toute la beauté et la vie du monde, est aussi important que la personne qui crée une énorme entreprise, voire une entreprise éclairée. Excellent, ça a sa place aussi !

Et en fait, certaines personnes vivent les deux à différentes périodes de leur vie. Elles ont une période où elles sortent et créent sur le plan extérieur et soudainement, elles ne veulent plus créer. Elles sentent qu'elles ont fait ce qu'elles avaient à faire, elles se retirent et perdent l'intérêt de créer de la forme sur le plan extérieur. Elles retournent à l'intérieur et vivent simplement en témoins. Tout ce que vous percevez alors à travers la présence... vous devenez un point dans lequel l'univers s'éveille à lui-même. Vous êtes le témoin. Parce que qui êtes-vous ? Vous êtes un aspect de la totalité. Et là où vous êtes, la totalité est témoin de sa propre création quand vous regardez un arbre... L'arbre ne s'était jamais connu lui-même jusqu'à ce que vous-même le reconnaissiez... Pour la première fois, l'arbre connaît sa propre beauté à travers vous, parce que vous n'êtes pas séparé de lui, vous semblez l'être. La lumière de la conscience retombe sur le monde de la création à travers le "mainteneur de la fréquence" en particulier. Mais dans une certaine mesure, tout le monde le fait par la présence. C'est magnifique !

Vous avez donc un énorme choix dans la vie. Vous pouvez faire, mais vous n'êtes pas obligé de faire. Vous pouvez faire pour un temps et arrêter de faire ensuite ou vous pouvez être simplement, être présent. Vous pouvez faire des grandes choses, vous pouvez faire des petites choses. C'est égal ! Donc, votre vie n'est pas ce que vous faites, mais le comment et le comment veut dire votre conscience, votre état de conscience, la conscience qui vient à travers vous en ce monde.

Par l'utilisation du langage, il semble que vous-même et la conscience soient deux choses différentes, mais c'est seulement parce que nous utilisons le langage qui est basé sur la dualité. Il n'y a pas de vous séparé de votre conscience. Donc, quand nous disons "votre conscience", ce n'est pas vraiment une formulation exacte, parce que séparé de la conscience, vous n'existez pas. Vous êtes la conscience. Mais quand nous utilisons le langage, il semble qu'il y aurait de la dualité : "ma conscience". Il n'y a pas de chose telle que MA conscience : je suis la conscience. Autrement, je suis séparé de la conscience.

De la même façon, comme je l'ai dit plusieurs fois précédemment, il n'y a pas de chose telle que... On peut aussi l'appeler la vie. "Ma vie" : c'est une illusion absurde, même si j'utilise parfois cette expression, mais je ne crois pas en cela. Mais si vous croyez qu'il existe en réalité une chose telle que MA VIE... cette simple erreur syntaxique – si c'est le mot juste – causée par le langage, peut vous entraîner dans une réalité illusoire où vous pensez que vous avez une vie que vous pouvez perdre. Et vous pensez à votre vie en tant que MA VIE. Donc, vous vous séparez de la vie. Me voici et voici ma vie ! Je ne suis pas heureux avec ma vie. Qui êtes-vous ? Vous devez être séparé de la vie ! Oui, parce que ma vie est ici... Et je ne veux pas perdre ma vie, bien sûr. Qui êtes-vous ? N'êtes-vous pas qui parle ? La vie parle ! Je suis la vie. Il n'y a pas moi et la vie. Je suis la vie. Donc, comment puis-je perdre ma vie ? Je suis la vie.

Et à nouveau – je l'ai dit précédemment, mais c'est une formulation tellement importante – je n'ai pas une vie. C'est absurde de dire "j'ai une vie". Je ne suis pas séparé de la vie. Ce n'est pas quelque chose que j'ai, JE SUIS la vie. C'est le "je suis" intemporel, ce qu'est la vie en définitive, non pas juste la vie manifestée, la vie qui sous-tend toute manifestation, l'unique, la conscience une, la vie une, l'unique derrière le multiple, l'unique qui est toujours au cœur de chaque forme de vie en tant que son essence la plus intime, l'unique "je suis cela". Je suis cela. C'est le célèbre enseignement indien : "Vous êtes cela". Je suis cela. C'est très simple. Mais même une simple formulation peut vous induire en erreur. Mais c'est ce que fait le langage et c'est ce que fait la pensée conceptuelle. Elle peut vous emmener dans un lieu irréel.

Il vous faut donc être capable de regarder à travers la nature illusoire du langage. Vous ne pouvez pas accéder à la vérité ultime par le langage. Tout au mieux, nous pouvons utiliser le langage comme indicateur. C'est ce que nous faisons ici. Non pas la vérité de qui vous êtes.

Donc, nous avons parlé aujourd'hui à propos du secret le plus profond de l'existence humaine et il n'y a rien d'autre que vous avez besoin de savoir. Et si dans toute situation de votre vie – soi-disant votre vie, on doit bien utiliser le langage. Ça n'existe pas, mais nous utilisons le langage - S'il y a quoi que ce soit que vous avez besoin de savoir dans le monde de la relativité, des choses relatives, vous le saurez. La conscience que vous êtes vous donnera ce dont vous avez besoin à tout moment. Et si c'est quelque chose à savoir, vous le saurez au moment où vous en avez besoin.

Mais pour autant que l'existence humaine et la transformation de la conscience soient concernées, ce dont nous avons parlé et que nous avons en fait réalisé en écoutant ici – au fait, j'écoute également les paroles, parce que je ne sais pas ce que sera la prochaine parole. Ça sort de la bouche et je dois donc écouter, parce que la conscience parle. Je suis la conscience, mais elle ne prépare pas la prochaine formulation. Elle n'en a pas besoin. Quoi que vous ayez besoin de savoir, cela sera là, si vous avez véritablement besoin de le savoir, non pas quelque connaissance fallacieuse du genre : "Je veux savoir quelle est la distance entre la terre et la planète mars". Non, vous n'avez pas besoin de le savoir ! Ou vous pouvez faire une recherche, mais vous n'avez pas BESOIN de le savoir.

Mais si c'est un savoir vivant dont vous avez besoin une fois ou l'autre, il sera là. Cela pourrait être la réponse à une question qu'on vous pose, non pas la question de la distance entre la terre et mars, mais une question vivante, quelque chose qui a à voir avec la transformation intérieure, avec l'éveil. La réponse viendra alors à travers vous. La conscience parlera à travers vous. Je suis sûr que certains d'entre vous expérimentent déjà cela de temps en temps : donner des réponses qui éclairent autrui parfois. Quand il y a réceptivité, quand la question juste est posée ! Vous pouvez aussi avoir fait l'expérience d'essayer d'enseigner quelqu'un qui n'est pas prêt et vous pouvez voir alors que ça ne marche pas. Mais dès lors que la véritable question est posée, la réponse est là. Et la réponse arrive par qui est le plus présent. L'absence du soi. Par l'absence du soi, cette intelligence plus grande peut agir à travers vous. Magnifique !

Il y a aussi un enseignement dans le silence, la quiétude elle-même. Bien-sûr c'est juste la conscience, l'inconditionné, c'est à l'intérieur et à l'extérieur, en vous et dans la salle.

OK, tout le monde est ici maintenant.