

"L'évolution vers la liberté"

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

Bienvenue !

Vous avez éteint vos portables, apparemment ! Et qu'en est-il de votre mental ? Ce n'est pas aussi facile, parce que ce n'est pas juste une voix dans la tête. Certes, c'est une voix, mais avec les années, les siècles, les millénaires, elle est devenue plus qu'une voix. Elle s'est transformée en une sorte d'entité, un moi, non pas réelle ultimement, mais apparemment assez réelle pour que vous confondiez qui vous êtes avec l'entité réactive et volubile dans la tête, énergisée, amplifiée par les émotions dans un cercle vicieux. Les émotions sont créées par tout ce que l'entité pense et l'énergie des émotions renforce encore l'entité. L'égo, l'égo !

La force 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 que l'on appelle karma en Orient. Ce sont des schémas hérités qui sont en vous que vous prenez pour qui vous êtes. La conscience s'identifie aux schémas. Pour certains humains, c'est une entité très lourde, extrêmement exubérante, colérique, particulièrement triste, facilement contrariée, cherchant sans cesse à l'extérieur une offense, une chute, toujours sur la défensive, demandant même le point de vue des autres, parce que vous êtes identifiés au mental qui est l'égo.

Tout point de vue est investi d'un sentiment de soi. L'égo est dans votre point de vue que vous exprimez à propos d'une chose ou d'une autre. Même quelqu'un qui vous demande votre point de vue peut conduire à des mesures défensives extrêmes ou à l'attaque, comme vous pouvez le voir partout, à la télévision ou dans la vie quotidienne.

Une discussion paisible avec cette entité n'est pas vraiment possible, parce qu'une discussion paisible à propos de quelque chose implique qu'il y ait un certain degré de désidentification d'avec cette entité fabriquée par le mental, qu'il y ait au moins un peu d'espace en vous et en l'autre personne, principalement en vous. Il ne s'agit pas d'exiger qu'il y ait de l'espace en l'autre personne, mais de s'assurer qu'il y ait de l'espace en vous quand vous discutez une chose ou une autre.

Et vous pouvez le voir, si l'autre personne se fâche, s'énervé, vous pouvez voir pourquoi immédiatement. Il y a une identification à une position mentale. C'est l'égo. L'entité se sent menacée et elle vous aboie dessus. Des chiens le font également, mais pas comme les humains. Même pour les chiens méchants, ils ne sont méchants qu'à cause de leur passé. Sous la méchanceté, il y a en chaque chien la bonté. Et sous la folie de l'entité égoïque, il y a aussi la vérité de qui vous êtes ou de quiconque est.

Quand vous êtes confrontés à ces entités, et vous l'êtes tout le temps, parfois peut-être encore dominés par la vôtre – une ou deux personnes parmi vous peuvent encore l'endurer à

l'occasion – votre tâche est d'être là en tant qu'observateur ou témoin de votre mental. Vous n'êtes plus alors sous l'emprise de l'entité égoïque. L'égo est le mental non observé, un manque complet de conscience. Autrement dit, il n'y a que le mental. On pourrait appeler ça l'état hypnotique ou l'état onirique dans lequel vous inventez votre vie.

Il y a ensuite les choses qui arrivent autour de vous, parce que vous venez en ce monde et vous êtes pris dans une situation donnée. Des choses vous arrivent et vous y réagissez. L'entité réagit sans conscience. Elle réagit conformément à son conditionnement « attaque / défensive ». Elle est donc complètement à la merci de ce qui se passe autour d'elle et elle perpétue son propre état. Pour quelqu'un qui est relativement libéré de l'égo, au moins dans ce contexte particulier de sa vie, tel événement qui lui arrive reste sans importance : « Oh, Eckhart n'a pas répondu à mon e-mail ». Une personne pourra dire : « Il doit être très occupé ou peut-être qu'il ne l'a pas lu ». En fait, c'est juste ce qui est.

Une autre personne se sentira profondément offensée : « Je lui ai écrit, trois fois, et rien ! Ne pourrait-il pas prendre la peine de me répondre ? » Et c'est le début de l'histoire d'une personne épouvantable qui ne va pas cesser de grossir. Vous combattez ensuite d'autres choses sur lesquelles vous pouvez vous concentrer. C'est la façon dont l'entité se renforce elle-même, se développe, gonfle à travers ces réactions. Comme cette chose relativement insignifiante, l'entité personnalise tout ce qui arrive : « Ça a à voir avec moi ! Ils essaient de m'atteindre. Il m'ignore. Comment peut-il se permettre ? ». C'est de pire en pire. L'e-mail suivant est plein de colère, d'accusations. Ou encore des appels téléphoniques : « Je t'aurai ! ». Voilà comment ça empire ! « La prochaine fois que tu sortiras de chez toi, je serai derrière toi ! »

Ça peut aller jusque-là. Ce sont des exemples extrêmes, mais ils ne sont pas rares. Peu importe dans quelle mesure c'est amplifié, vous pouvez voir que le simple fait que quelqu'un ne donne pas de réponse devient éventuellement quelque chose d'épouvantable. « C'est à moi que cela arrive », ça devient toute une histoire. Et ça peut prendre une place énorme dans votre vie. Et une autre personne dira simplement : « Eh bien, la chose est ainsi ».

Quand « Le pouvoir du moment présent » est sorti, certaines personnes m'ont dit que ce serait une bonne idée de l'envoyer à Deepak Chopra et je l'ai fait. Il avait été publié en trois mille exemplaires pour la première édition. J'allais les déposer dans les librairies en les portant dans des sacs en plastique. Je lui ai donc dédicacé et... rien ! Comme si le livre avait disparu dans le tout ! C'est ce qui arrive quand des gens m'envoient aujourd'hui leur livre, mais je sais pourquoi désormais. Il n'est même pas envisageable de les lire tous. Il est impossible de lire tous ces manuscrits, tous ces livres.

Or, heureusement, cette entité n'agissait plus en moi et il n'y avait donc pas de plainte au sujet de Deepak. Il n'avait pas répondu, c'était juste ce qui était ! Peut-être est-il trop occupé. Peut-être l'avait-il lu et ne l'avait pas aimé. Peut-être ne l'avait-il pas lu, qui sait ? Dès que j'interprète quelque chose, je le projette. Il est vain d'interpréter quelque chose dont vous ne savez rien. C'est comme c'est, c'est le simple état d'être du fait. En vérité, il ne l'avait même pas vu, parce qu'il en reçoit beaucoup trop. C'est impossible !

Pour être complet, plus tard, quand le livre marchait bien, il a écrit un mot de soutien bien qu'il ne fût plus nécessaire... C'était très gentil ! Mais si je lui avais envoyé des e-mails plein de colère : « Je n'ai toujours pas eu votre réponse après vous avoir écrit dis fois en trois mois. Vous ne daignez pas me faire savoir si... », etc., etc., je ne pense pas qu'il aurait écrit son mot de soutien.

Votre réaction détermine aussi ce qui arrive par la suite. Si votre réaction est égoïque, cela ne reste pas simplement une réaction contre quelque chose qui arrive dans le moment présent, mais elle détermine également la façon dont les événements vont se dérouler à partir de là. Si la réaction égoïques est agressive, négative, exigeante, plaintive, tout ce que peut faire l'égo pour se renforcer, pour se sentir plus fort, cela crée un écho dans le monde extérieur. C'est comme crier un son, le crier dans le monde, qui fait écho. Ce que vous émettez avec la réaction, à travers les mots et les actions, vous revient.

Les gens réagissent à vos réactions, peut-être parce qu'ils ne sont pas totalement illuminés. S'ils l'étaient, ils ne réagiraient pas à vos réactions, mais ils ont leur propre égo. Ils réagissent donc à vos réactions et vous créez des réactions en chaîne. Voilà comment les drames sont alimentés et empirent. Et tout est vécu comme si c'était complètement réel : « c'est vraiment ce qui est ». L'entité ne se rend pas compte qu'elle crée toute l'histoire et que tout ce qui est là n'est que l'écho de son propre conditionnement.

Cela vous revient ensuite de l'extérieur, du monde extérieur. Or, vous utilisez ça comme confirmation puissante de votre interprétation initiale de l'événement. Vous aviez donc raison ! Vous vous dites : « Il avait vraiment l'intention de me tromper. Il s'est mis en colère quand je l'ai affronté, parce que j'avais raison ! » et ainsi de suite.

Et si vous essayez de discuter avec l'entité égoïques, avec une personne, vous pouvez voir que c'est vain. C'est impossible. Vous ne pouvez pas convaincre cette entité égoïques quant à sa nature illusoire. Vous ne le pouvez pas. Vous ne faites que la renforcer. Discuter avec l'égo est finalement très drôle, mais c'est une entreprise absurde. En fait, elle gagnera toujours et elle vous attirera... Bon, dès que vous vous mettez à discuter avec l'égo, vous êtes déjà piégés dans vos propres schémas mentaux.

C'est là un aspect du karma. Habituellement, on dit que le karma est ce qui nous arrive, mais plus important encore, le karma est la façon dont vous réagissez à ce qui arrive. C'est ce qui perpétue le conditionnement et cela crée ce que vous expérimentez comme étant votre vie. Cela crée aussi la façon dont les autres réagissent avec vous, donc la façon dont vous vivez les interactions. C'est incroyable !

Très souvent, je peux observer la futilité de la réaction égoïques contre des riens dont les gens font d'immenses bulles de savon, en parlent pendant des jours, jusqu'à ce que la réalité confirme finalement que c'est bien vous qui aviez raison. Quel piège ! Plus l'entité égoïques est lourde et plus elle est dense. Je parle de l'égo. Une grande partie de l'aspect émotionnel

est le corps de souffrance. Le corps de souffrance est en fait l'aspect émotionnel de l'entité égoïques. La densité de l'égo en soi varie d'une personne à l'autre.

Il n'y a probablement personne écoutant ces mots, ici ou... Là, dans ce petit trou de la caméra à travers laquelle les mots sont propagés et il y a une personne à l'autre bout... Bonjour ! Non pas juste une personne, beaucoup plus que les gens assis ici, des milliers de gens à l'autre bout ! Il n'y a personne parmi les gens assis ici et ceux au-delà du petit trou dont l'égo est extraordinairement dense. Et si c'était le cas, la personne ne resterait pas ici très longtemps ou éteindrait vite son écran en se disant : « C'est horrible ».

Il n'est rien que l'égo aime moins que d'entendre parler de lui-même. Il est donc peu probable qu'il y ait en vous cette forte densité de l'égo et du corps de souffrance, mais dans la vie quotidienne, vous rencontrerez toujours beaucoup de gens qui manifestent une densité extrême d'égo et de corps de souffrance. Et ces gens créent bien sûr de la souffrance pour eux-mêmes et les autres. C'est leur but dans la vie. C'est là où ils en sont dans leur voyage d'évolution.

Ils sont là en tant que maîtres spirituels. Ils créent de la souffrance qui finira par les éveiller en se rendant compte que la souffrance qu'ils endurent est celle qu'ils créent eux-mêmes, mais cela peut prendre du temps avant de le réaliser. En attendant, ils pourraient essayer de vous créer de la souffrance, parce que cela va ensemble. Ils deviennent donc vos enseignants, parce qu'ils vous obligent à plus de présence ou ils vous entraînent dans l'inconscience égoïques.

Donc, quand vous êtes confrontés à des égos denses qu'un enseignant spirituel indien appelle « egojis », « ji » étant une expression de respect, il en reste beaucoup tout autour, comprenez qu'ils sont là pour vous enseigner davantage la présence, évidemment. Ils ne savent bien sûr pas que c'est ce qu'ils font, mais de la perspective globale, c'est ultimement en quoi consiste leur fonction dans le voyage d'évolution de l'humanité. À un certain moment, ils se rendront eux-mêmes compte de ce qu'ils font. C'est alors là un moment d'éveil.

Maintenant, une personne avec des structures égoïques très denses nécessite beaucoup plus de présence qu'une autre dont les schémas conditionnés égoïques ne sont pas aussi irrépressibles qu'une personne avec un égo qui existe bien mais qui n'est pas si mauvais. Vous pouvez vivre avec, jusqu'à ce que la vie devienne frustrante, mais en attendant, c'est OK.

Juste un peu de présence peut déjà faire une grosse différence dans votre vie, mais une personne avec un gros karma, pour utiliser cette expression, nécessite beaucoup plus d'intense présence, parce que même en venant ici, restant assis ici dans le champ d'énergie, à l'écoute et même en reconnaissant la vérité de sorte qu'il y ait déjà l'émergence de la présence, si vos schémas sont très profondément enracinés, denses et rigides, dès l'instant où se produisent ces situations qui déclenchent normalement les schémas égoïques en particulier, vous retombez . . . Vous êtes alors complètement dominés. Il y a donc des gens en qui la présence émerge déjà, mais il y a des structures qui restent pesantes. Il y a une ouverture, mais quand ils sont réactivés, ils rechutent. Ils ont donc besoin de plus de présence intense.

Donc, si c'est le cas pour vous, mettez la lumière, le variateur de conscience, pour que vous soyez vigilant quand approche une situation dont vous savez qu'elle a tendance à réactiver votre inconscience, quoi que ce soit. En considérant un peu votre vie, peut-être pouvez-vous repérer le genre de situations qui ont tendance à vous faire ça. Parfois, cela a à voir avec les relations, les relations amoureuses, avec des questions de pouvoir ou de perte de pouvoir, ayant l'impression que l'on vous retire votre pouvoir, avec la peur d'être abandonné.

Dans ce dernier cas, tout événement mineur tel que quelqu'un qui ne se présente pas à un rendez-vous peut conduire à une réaction intense, parce que des vieilles choses à l'intérieur sont remuées. Elles ont pu devenir un aspect important de votre égo, du faux sentiment de soi. Il y a alors une énorme réaction. Donc, vérifiez dans votre vie ce que sont ces situations si cela vous arrive encore, ne serait-ce qu'à une ou deux personnes d'entre vous !

L'entité égoïques veut toujours s'affirmer, même si c'est de façon négative. Même pour quelqu'un qui a peur de parler en public, il y a en fait ce désir d'affirmation, mais il y a en même temps cette peur. C'est alors essayer de s'affirmer de façon négative.

Vous observer vous-mêmes est très important, en particulier lors de vos interactions avec les gens. Soyez là en tant qu'observateur de votre mental. C'est le seul moyen pour se libérer. Autrement, vous êtes complètement prédéterminés. Peut-être est-ce pourquoi des voyants peuvent facilement prédire des choses. Ils ont peut-être une perception intuitive de votre conditionnement, de vos schémas conditionnés.

Il est donc question de libération et c'est le voyage d'évolution de l'humanité. Cela va bien au-delà de la dimension personnelle. Il semble que vous vous libériez en tant que personne, mais en fait, ce n'est pas tout à fait vrai. Ce n'est pas une libération en tant que la personne, c'est se libérer de la personne. Ce qui émerge est parfois appelé une nouvelle naissance ou un plein éveil et c'est vraiment ça. Quelque chose émerge qui semble complètement nouveau, mais ce n'est évidemment pas nouveau, c'est intemporel. Cela a donc toujours été là, enfoui sous le mental en mouvement.

La présence, « l'épée de la présence » est ce qu'il vous faut brandir afin de vous libérer de l'égo. Parfois, je parle effectivement de « l'épée de la présence ». C'est peut-être la signification de la statue tibétaine, de la déité appelée Manjushri, je crois. Il brandit l'épée, comme ça . . . et il a l'air féroce. J'interprète cela comme l'épée de la conscience ou de la présence qui transperce l'égo. C'est l'aspect dynamique de la présence.

C'est presque paradoxal, parce que la présence invite à accepter le moment présent tel qu'il est et c'est l'aspect réceptif de la présence. Or, cette acceptation contient aussi quelque chose d'apparemment féroce. Ce n'est pas juste . . . « ça ne sert à rien ! ». Il ne s'agit pas de cette sorte d'acceptation. On peut s'y tromper facilement quand on parle d'abandon : « OK ! Qu'est-ce que ça peut faire ? » Et cela ne marche pas. Très vite, vous allez reperdre le contrôle.

L'acceptation n'est donc pas une sorte de consentement mou ou je ne sais quoi. C'est un « oui ». Dans une certaine mesure, cette gestuelle vous dit ce que c'est. En même temps, c'est féroce, très tranchant et vivant. C'est donc simultanément cette épée. On pourrait dire que c'est l'union du féminin et du masculin, la réceptivité du principe féminin que l'on voit parfois sur les images archétypales des déités féminines, comme Marie ou Cuan Yin qui représente cette réceptivité magnifique qui embrasse tout.

Et il y a le principe masculin . . . Il y a les deux principes ensemble. Un seul des deux n'irait pas, parce que si vous n'aviez que la férocité, cela vous égarerait. Vous voudriez alors attaquer votre égo. La férocité serait alors l'égo. C'est comme un film de science-fiction. Vous tirez sur une entité et vous vous rendez compte tout à coup que l'énergie qui sort de votre fusil est dévorée par la chose que vous visez, ce qui la rend plus forte. J'ai vu des choses comme ça dans des films de science-fiction.

Si vous n'avez donc que la férocité, dirigée sur l'égo, vous ne faites rien d'autre que l'alimenter, parce que c'est une forme d'attaque. Vous utilisez là la volonté pour surmonter votre égo. Vous pouvez essayer ! Chose étrange, vous n'y arriverez pas ! C'est une réalisation étonnante, très importante, en particulier pour les hommes forts. Des femmes aussi essaient, quand elles ont un principe masculin très marqué : « Je vais le faire ! Je vais tuer mon égo et atteindre l'illumination ».

Il peut même arriver que vous pensiez avoir réussi. Vous ne vous rendez alors pas compte que ce qui dit « j'ai enfin tué mon égo » est une autre facette de l'égo : « J'ai réussi, oui ! . . . et je suis supérieur à toi maintenant, évidemment, puisque j'ai réussi. Demande-moi, je vais pouvoir t'aider ! » Parfois, c'est ainsi que certains deviennent des gourous, mais ce ne sont que de gros égos. Ils ont tendance à attirer des gens dont l'égo aime être en leur présence.

Or, tout ça est aussi une bonne chose finalement, parce qu'à la fin, ils vont tous apprendre ce qu'ils ont besoin d'apprendre. Le gourou égoïque finira par tomber, parce que l'égo a bâti en lui-même un mécanisme d'autodestruction. Il peut créer tout un drame ; ce n'est pas rare ! Le gourou chute et ses disciples sont alors très contrariés, ce qui leur offre une occasion de s'éveiller de leur inconscience. Tout a sa place. Les gourous égoïques ont donc la leur. Tout a sa place, c'est très bien.

Ne confondez pas la présence avec la volonté. Elle n'en est pas. Ce sur quoi je pointe le doigt ici n'est pas juste une chose dont je parle : j'ai envie que vous sentiez ici et maintenant ce qu'est ce vers quoi pointe le doigt ou ces mots, la réalité intrinsèque. Voyez si vous pouvez sentir le paradoxe apparent du positionnement qui englobe à la fois la douce réceptivité et la férocité qui s'y cache. C'est là. Les mots ne peuvent nous en dire plus. Pour sentir cela, il n'y a finalement pas de « comment ». Soit vous le sentez, soit vous ne le sentez pas.

Ici, la démonstration n'est pas juste dans les mots, mais c'est l'énergie derrière les mots et quelque chose en vous reconnaît ce vers quoi pointent les mots. La reconnaissance est la présence. C'est un état de vigilance extrême. Il ne rejette, pas ni ne nie, ni n'attaque, mais il est toute intensité. L'intensité de la présence varie selon là où vous êtes et ce que vous faites.

Vous pourriez demander s'il est possible de vivre sa vie de cette façon. En parlant à son comptable, à un agent immobilier, à un agent de change, à un conseiller d'investissements. Ça devient plus difficile avec le conseiller d'investissements. Si vous n'avez rien à investir, vous avez de la chance. Vous ne le perdrez pas.

Est-ce possible de vivre sa vie dans cette intensité de présence ? Bon, cela peut ne pas être continuellement le même degré d'intensité, mais notre tâche consiste à être enraciné dans la présence et l'avoir au moins à l'arrière-plan de notre vie. Quand vous parlez à votre conseiller d'investissements, vous ne devez pas forcément rester assis là dans l'intensité quoi que vous puissiez y avoir intérêt, parce que vos vieux schémas sont réactivés. Il faut alors que vous soyez très intenses. Vous êtes peut-être avec un grand enseignant ! Vous faites vos investissements, quels qu'ils soient et vous êtes là . . .

Et vous pourriez demander s'il vous est possible de maintenir ça. Probablement pas continuellement et c'est OK. Ne vous demandez pas l'impossible. Vous faites partie du voyage d'évolution, d'un déroulement collectif d'évolution. Ne vous en demandez pas trop et ayez de la compassion pour votre propre voyage. Si vous rechutez, ayez la même compassion que celle que vous pouvez avoir quand vous apprenez à marcher à un petit enfant. L'enfant tombe de temps en temps et vous tombez de temps en temps, vous retombez dans la réaction et l'égo. Vous vous relevez vous-mêmes sans vous condamner.

Le mental, l'égo déclare : « Ça n'est même pas la peine d'essayer, tu ne vois pas ça ? » « À quoi ça sert tout ça ? » dit l'égo. « C'est quoi toutes ces absurdités à propos de la présence ? De quoi est-ce qu'il parle ? Vous feriez mieux de vous préoccuper d'autres choses ! Vous devriez vous inquiéter ! »

Comme vous pouvez le voir, dans cet enseignement comme dans tout enseignement spirituel véritable, il n'y a qu'une seule chose dont on parle et c'est l'éveil, la présence. Une petite chose qu'on peut ajouter, c'est l'aptitude à reconnaître ce qui en nous-mêmes empêche l'éveil, ce qui a tendance à empêcher que l'éveil se produise. C'est un autre aspect, mais le point central de l'enseignement spirituel est unique. C'est pourquoi je dis toujours : finalement, je ne parle toujours que d'une seule chose. C'est incroyable de pouvoir parler si longtemps d'une seule et même chose.

Or, il est important d'en apprendre au sujet des obstacles en soi qui font barrage à cette seule chose qui émerge en soi. C'est un aspect subsidiaire de l'enseignement spirituel qui est important, parce que si vous n'apprenez pas à reconnaître en vous les obstacles à l'émergence de la présence, ils vous piégeront sans arrêt. Ils sont profondément enracinés, depuis fort longtemps, dans la conscience humaine collective, et peuvent très facilement vous replonger dans l'état d'hypnose collective profonde, dans le sommeil ou le cauchemar. Il est donc important de reconnaître la sorte d'obstacles qui ont tendance à apparaître, ce qu'est la nature de ces obstacles. C'est pourquoi j'en ai parlé et que j'y mets régulièrement l'attention.

Même la reconnaissance des obstacles requiert déjà un certain degré de présence, parce que ce n'est qu'à partir de la perception, de la présence que vous pouvez être conscients des

obstacles. Si la présence n'émergeait pas en vous, vous n'écouteriez pas cela. Le fait que vous écoutiez cela, que vous écoutiez encore, veut dire que quelque chose en vous répond et reconnaît la vérité, parce que la vérité est en vous. Cela le reconnaît par soi-même.

Des gens me demandent parfois : « Je veux m'éveiller, qu'est-ce que j'ai à faire pour m'éveiller ? » Ils étaient venus et avaient été à l'écoute pendant tout un temps en appréciant énormément l'enseignement. Si vous écoutez, si quelque chose répond et si vous appréciez, vous devez être en train de vous éveiller, mais le mental revient : « Est-ce que je suis en train de m'éveiller ? Non, je ne vois rien ! »

N'attendez pas que se produise dans votre vie un grand feu d'artifice. Cela peut arriver, mais c'est rare et ce n'est pas une chose désirable. Soyez heureux avec ce qui transforme déjà votre vie de l'intérieur, parce qu'indubitablement, cela transforme déjà votre vie de l'intérieur. C'est pourquoi je peux habituellement reconnaître, quand je regarde un être humain, si le processus d'éveil se met déjà en place en lui. Des erreurs occasionnelles sont possibles, mais en général, je peux le dire et vous pouvez probablement en faire autant.

En le vivant, vous l'enseignez, non pas forcément en paroles, celles-ci sont toujours secondaires. Si vous incarnez la non-réaction et si vous brandissez l'épée de la présence, en même temps que vous incarnez la douce réceptivité ou l'abandon à tout ce qui se présente dans le moment présent, La vigilance et l'acceptation – la vigilance est l'épée et l'acceptation est l'abandon – si vous incarnez cela, vous l'enseignez. Cela se propage.

Il y a une chose étonnante. Traditionnellement, le karma est représenté avec une roue, parce qu'il se perpétue en l'absence d'une conscience éveillée. La roue du karma est un cercle vicieux, une chose ou une autre se perpétue continuellement. La roue du karma ne s'arrête jamais à ce niveau, mais vous, en réalité, vous faites cesser la roue du karma en étant dans l'état férocité-réceptivité, l'abandon et l'épée simultanément. IL y a cette expression : la responsabilité commence ici. Au lieu de réagir, avec la férocité et l'abandon, par vous, cela se dissout. Vous n'alimentez plus le drame. Vous n'alimentez plus l'inconscience.

Il y a beaucoup d'histoires à ce sujet, j'en ai mentionné quelques-unes dans Nouvelle Terre que vous pouvez vous rappeler. Je ne vais pas les raconter à nouveau, parce que vous les connaissez probablement : le maître zen qui avait été accusé d'avoir fait un enfant et qui est resté dans une non-réaction totale. L'histoire est une leçon qui montre la nature de la non-réaction sous une forme extrême. Tout ce qu'il disait en étant accusé était : « Ah bon ! ». Les mots sont secondaires, comme toujours, Mais ce que les mots impliquent renvoie à la férocité-réceptivité : « Ah, ah bon ! » Rien d'autre. L'attaque a rencontré un espace vide, semble-t-il. Il ne renforce rien en y résistant. C'est bien sûr la position du pouvoir absolu. La position pourrait être interprétée comme de la faiblesse, mais c'est tout le contraire.

Et en faisant cela, comme le montre aussi l'histoire, à la fin, ce qui apparaissait comme mal ou mauvais, les mensonges le concernant, ce que l'on racontait à son sujet et qui était complètement faux, ce que qu'ils diraient CNN sur lui s'il s'agissait d'une histoire actuelle, ce qu'écrivait la presse à scandale, tant de choses fausses, toutes ces choses considérées

mauvaises, malveillantes, à la fin, grâce à la non-réaction et au maintien de la présence absolue, se sont finalement avérées bonnes. Finalement, l'enfant a retrouvé sa famille sans reproches, il a retrouvé sa mère. Entre temps, il a vécu la plus belle première années possible de sa vie, parce qu'il l'a passée auprès d'un maître zen.

Pas la moindre plainte, d'aucune sorte ! Ce qui est dit n'a aucune importance, il aurait pu dire autre chose, par exemple : « Non, ce n'est pas vrai, je n'ai pas fait ça ». C'est la même chose en ce sens qu'il n'y a aucune réaction derrière et c'est ce qui est important. Qu'il dise « Ah bon ! », « Non, je ne suis pas le père » ou qu'il ne dise rien du tout, la clé est la non-réaction, la présence absolue.

Et cela représente votre pratique. Quand des choses arrivent, n'alimentez pas l'égo et le corps de souffrance des autres. C'est une belle pratique. Au niveau pratique, il semble y avoir toujours quelque chose qui justifie toute circonstance qui survient dans votre vie, mais en vérité, à un niveau plus profond, tout ce qui arrive dans votre vie, au niveau le plus profond, au niveau spirituel, c'est là ultimement pour que vous puissiez le vivre et transformer le monde en vivant cela à partir de ce nouvel état de conscience.

Les situations qui se présentent à vous dans votre vie ont toujours deux aspects. L'un est le niveau pratique, la circonstance se produisant à cause de telle ou telle raison. L'autre est le niveau plus profond, la circonstance se produisant pour que vous dissolviez l'inconscience qu'elle véhicule, pour vous-mêmes et ultimement pour le collectif, pour l'humanité. Si la roue du karma arrive ainsi à sa fin, elle arrive à sa fin à travers vous, à travers l'état de conscience que vous incarnez. C'est en vérité l'émergence d'un nouveau monde permise par cet état de conscience.

Nous n'avons donc pas besoin de nous plaindre concernant l'inconscience des gens qui est encore là autour de nous. Elle est là pour un but, elle a un but. Autrement, comment pourrait-on pratiquer la présence ? Elle s'approfondit. Sans l'inconscience, il n'y aurait pas d'approfondissement de la présence, pas d'intensification de la présence. Les choses n'arrivent que lorsqu'elles sont nécessaires. Dans l'évolution de la vie sur la planète, des transformations surviennent quand elles sont nécessaires.

Si vous étiez dans un monde surprotégé, n'ayant à être en contact qu'avec des gens complètement éveillés ou gentils avec vous, notamment du fait de votre position sociale et où les gens sont là, « Oh ! », vous n'évolueriez pas du tout, votre conscience n'évoluerait pas. Vous dormiriez, pour ainsi dire. Il n'y a pas de croissance de conscience en l'absence de défis, mais les gens s'en plaignent. Ce que j'appelle défis, pour le dire autrement, ce sont les choses qui vont mal, les choses qui ne devraient surtout pas arriver. Et quand les choses vont mal, les gens sont contrariés, réagissent, parce qu'ils pensent que rien ne devrait aller mal dans la vie. C'est adopter une position absurde.

« Tout ce qui arrive a sa raison d'être », comme on dit en jargon new age. Je ne suggère pas que vous exploriez spécifiquement pourquoi ces choses arrivent, parce qu'il vous faudrait remonter loin dans l'histoire pour découvrir pourquoi cette chose-ci vous arrive à vous. Il est

plus important d'être dans un état de non-réaction, dans un état de présence, et la chose se dissout alors. Autrement, il vous faut retourner dans le temps. Cela pourrait être intéressant, mais... OK, vous êtes finalement remontés cinq mille ans en arrière : « Je vivais près des pyramides !... » Mais ce n'est pas le début non plus. « Il faut que je remonte plus loin ». Et vous voici au fond de la mer où tout a commencé. « J'ai été attaqué par cet autre poisson.

« Les choses vont mal », c'est une formule conventionnelle et très utilisée. « Pourquoi est-ce que les choses doivent aller mal dans ma vie ? Tout devrait aller bien. Je dois faire quelque chose de mal... » Non, ce sont des défis qui se présentent. Ce qui est étrange, quand vous pratiquez la non-alimentation de l'inconscience, c'est que l'on découvre peu à peu également un certain changement autour de soi, dans le monde extérieur. À mesure que vous vivez de façon plus consciente, vous allez remarquer une diminution des situations conflictuelles autour de vous, donc plus d'harmonie dans votre environnement.

Il y a incontestablement une relation entre votre état intérieur de conscience et la façon dont vous vivez la réalité extérieure. La façon dont vous vivez la réalité extérieure dépend de votre état de conscience ou d'inconscience. Vous allez sans nul doute constater un changement favorable. Cela ne veut pas dire qu'il n'y aura plus de défis, ni que le monde autour de vous va tout à coup manifester la permanence, que les choses ne changeront plus, ne disparaîtront plus. Non, il n'y a pas de changement à cet égard, parce que toutes les choses qui vous entourent sont impermanentes, éphémères. Rien ne dure longtemps.

Vous ne bâtissez pas une vie qui vous procure un sentiment de sécurité absolu où tout est merveilleux. Non, ce n'est pas tout à fait ça, parce que le monde extérieur n'est finalement pas la source de la satisfaction. Le monde extérieur est la source de la transformation. Il est là dans ce but. Il n'est pas là pour vous satisfaire. Une fois que vous le savez, il devient en fait relativement satisfaisant, parce que vous n'en avez plus besoin pour vous satisfaire. Vous pouvez aborder la situation qui ne se présente pas selon vos attentes et demeurer tranquilles.

Ce qui est... est, tout simplement ! Avant, cela vous aurait peiné, mais ce qui est... est, tout simplement ! « Je n'en ai pas besoin pour me satisfaire ; je suis déjà satisfait, parce que... » Pourquoi êtes-vous satisfait ? « Parce que je me connais en tant que la conscience sous-jacente. Je peux sentir la présence que je suis et c'est intrinsèquement satisfaisant. Je peux sentir la vie que je suis ; je peux sentir la présence que je suis au-delà de la personne, la vie qui s'épanouit, la clarté, l'intelligence. Je peux le sentir directement ». Et c'est à partir de là qu'émerge la joie et que s'épanouit la vie. C'est donc la source de la satisfaction et c'est inséparable du moment présent.

Tout le reste, ce sont des choses qui se produisent autour de vous. Oui, il y a dans votre vie une énorme amélioration, mais certaines caractéristiques du monde de la forme demeurent inchangées. La stabilité n'est pas à l'extérieur. Les choses extérieures demeurent instables et c'est tout simplement ainsi. Des choses vont vous venir encore et vous les perdrez ensuite. D'autres arriveront et vous les perdrez à leur tour. Les gains et les pertes continuent de se produire. Vous ne pouvez pas n'avoir que des gains. Vous ne pouvez pas être en expansion permanente dans votre vie.

Pendant un temps, votre vie peut se développer. Vos activités extérieures se développent. Vous faites plus de choses, rencontrer plus de gens, devenez plus influents... jusqu'à ce que vienne un temps où vos activités extérieures commencent à péricliter au plus tard quand vous avez 95 ans. Il y a moins d'activités, moins de connexions... Ensuite, un nouvel essor ! Cela peut être une période dans votre vie, non pas forcément la vieillesse. Il peut y avoir une période de croissance considérable au niveau extérieur. Vous acquérez des choses, devenez peut-être riches. Ensuite, c'est une période de relâche, soit du fait des circonstances, soit parce que vous en décidez ainsi. Il y a cette fluctuation continue à l'extérieur, pas de stabilité.

Une fois que l'on sait cela, tout est bien. On cesse de rechercher la stabilité à l'extérieur. On apprécie les formes qui se présentent, joue avec ces formes, mais on n'en attend pas de soutien ultime. Le compte en banque n'est pas un soutien ultime. Les investissements avec Madoff ne sont pas un soutien ultime ! Et l'on ne recherche plus cela.

Il s'agit de vivre dans le monde extérieur d'une façon différente où l'on est libéré intérieurement de l'extérieur et cependant capable de danser magnifiquement avec ce qu'offre le monde extérieur. Et il se peut que vous soyez de ces gens qui ne sont pas si intéressés à produire des choses à l'extérieur. Certains humains sont davantage enclins à simplement rester tranquilles, dans le silence, les porteurs de la fréquence. C'est très bien. Vous gardez simplement la fréquence de la présence dans votre secteur d'activité plus réduit . . .

Regarder, percevoir, être vivant... Arrive quelqu'un : « Veux-tu un thé ? » Chaque mouvement est un enseignement, quelqu'un est présent. « Que voudrais-tu d'autre ? . . . Oh, regarde le ciel ! Le chien arrive ». Chaque moment est précieux, sans grandes choses, et pourtant, cette vie-là est tout autant accomplie.

Des gens sont appelés pour faire des choses à plus grande échelle, mais au niveau plus profond, vous ne pouvez pas mesurer la valeur ou l'importance de la vie d'une personne en considérant ce que cette personne fait sur le plan extérieur. La valeur de la vie d'une personne dépend du degré de conscience qu'elle manifeste. Ce n'est donc pas ce que la personne fait, mais c'est l'être. Plus vous manifestez de conscience et plus votre vie est précieuse. Tout le monde a potentiellement la même conscience-source. En profondeur, tous les humains sont de valeur égale, mais ils ne le manifestent pas encore tous. La réalité de tous les humains est ultimement une. C'est la conscience Une. Mais tout le monde ne le manifeste pas au même degré.

À ce niveau, Albert Einstein a raison quand il dit : « La vraie valeur d'un homme se détermine d'abord en examinant dans quelle mesure et dans quel sens il est parvenu à se libérer du moi ». C'est ce qu'il voulait dire. La mesure dans laquelle vous êtes libéré du soi, de l'égo, détermine le degré de conscience qui arrive dans ce monde à travers vous. Vous êtes un canal pour la conscience qui arrive en ce monde.

Vous ne pouvez pas déterminer l'importance d'une personne sur cette planète en considérant ce qu'elle fait à l'extérieur, peut-être des grandes choses, peut-être des petites. Le porteur de

la fréquence, présent à chaque geste et à chaque mouvement, qui est dans une appréciation profonde, en allant et venant, admirant la beauté de toute chose, l'aspect vivant du monde, est aussi important que la personne qui crée une énorme entreprise, peut-être une entreprise illuminée qui a bien sûr également toute sa place.

Et certains humains vivent en fait les deux à des périodes différentes de leur vie. Certains ont une période où ils sortent et créent sur le plan extérieur et subitement, ils n'ont plus envie de créer à l'extérieur. Ils ressentent qu'ils ont fait ce qu'ils avaient à faire. Ils se retirent et perdent l'intérêt à créer de la forme sur le plan extérieur. Ils retournent à l'intérieur et vivent simplement en tant que témoins.

Grâce à tout ce que vous percevez alors, du fait d'être présent, vous devenez un point dans lequel l'univers s'éveille à lui-même. Vous êtes témoin. Qui êtes-vous ? Vous êtes un aspect du tout et là où vous êtes, le tout est témoin de sa propre création, par exemple quand vous regardez un arbre : « Ah ! » L'arbre ne s'était jamais connu lui-même, jusqu'à ce que vous le reconnaissiez : « Oh ! » Pour la première fois, l'arbre connaît sa propre beauté à travers vous, parce que vous n'êtes pas séparés de lui. Vous semblez seulement l'être.

La lumière de la conscience s'abat sur le monde de la création, en particulier à travers le porteur de la fréquence, mais dans une certaine mesure, quiconque est présent le fait. C'est magnifique. Vous avez donc un choix énorme dans la vie. Vous pouvez faire, mais vous n'êtes pas obligés de faire. Vous pouvez aussi faire pendant un temps et arrêter ensuite de faire. Vous pouvez être simplement, être présent. Vous pouvez faire des grandes choses, vous pouvez faire des petites choses, cela n'a pas d'importance. Votre vie n'est pas dans ce que vous faites mais dans comment vous le faites et ce « comment » implique votre conscience, votre état de conscience, la conscience qui vient en ce monde à travers vous.

Dès lors qu'on utilise le langage, il semble que vous et la conscience soient deux choses distinctes, mais c'est précisément parce que nous utilisons le langage, lequel est basé sur la dualité. Il n'y a pas de vous séparé de votre conscience. Donc, quand on dit « votre conscience », ce n'est pas une formulation vraiment correcte, parce qu'en dehors de la conscience, vous n'existez pas. Vous êtes la conscience. Or, quand on utilise le langage, il semble qu'il y aurait une dualité. « Ma conscience », une telle chose n'existe pas. Je suis la conscience. Autrement, je serais séparé de la conscience.

C'est exactement comme ce que j'ai déjà dit quelques fois. Il n'existe rien que l'on puisse appeler « ma vie ». C'est une illusion absurde, même si j'utilise parfois cette expression, mais je n'y crois pas cependant. Si vous croyez que pareille chose existe, « ma vie », cette simple erreur de syntaxe due au langage peut vous entraîner dans une réalité illusoire où vous pensez avoir une vie que vous pouvez donc perdre. Et vous pensez à votre vie : « Ma vie ».

Vous vous séparez ainsi de la vie : « Je suis ici et ma vie est là... Je ne suis pas content de ma vie ». Qui êtes-vous ? Vous devez être séparés de la vie ! « Oui, puisque ma vie est ici. Et je ne veux évidemment pas perdre ma vie. » 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. Comment puis-je donc perdre ma vie ? Je suis la vie.

Je l'ai déjà dit, mais c'est vraiment très important : Je n'ai pas une vie. C'est une affirmation absurde, « 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 que la vie est ultimement, non pas seulement la vie manifestée, mais la vie qui sous-tend toutes les manifestations, l'Unique, la conscience Une, la vie Une, l'Unique derrière le multiple, l'Unique qui est toujours au cœur de toutes les formes de vie en tant que son essence la plus intime, le « Je suis cela » unique.

« Je suis cela », C'est l'enseignement indien célèbre : vous êtes cela, je suis cela. C'est très simple, mais même une simple formulation peut vous égarer. C'est ce que fait le langage, c'est ce que fait le penser conceptuel. Il vous emmène dans un monde irréel. Il faut que vous soyez aussi capables de voir au-delà de la nature illusoire du langage. Vous ne pouvez pas atteindre la vérité ultime par le langage. Au mieux, nous pouvons utiliser le langage comme des doigts qui pointent et c'est ce que nous faisons ici. Le langage n'exprime pas la vérité de qui vous êtes.

Aujourd'hui, nous avons parlé du secret le plus profond de l'existence humaine et au-delà, il n'y a rien d'autre que vous ayez besoin de savoir. En toute circonstance dans votre vie – soi-disant vôtre, elle n'existe pas, mais on doit bien utiliser le langage – s'il y a quelque chose 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 du savoir, vous saurez au moment où vous en avez besoin.

Or, pour autant que l'existence humaine soit concernée, , ainsi que la transformation de la conscience, ce dont nous avons parlé et ce que nous avons réalisé en étant ici à l'écoute – soit dit en passant, j'écoute aussi ces paroles, parce que je ne sais pas ce que seront les mots suivants, ceux qui sortiront de ma bouche et je dois donc écouter, parce que la conscience est en train de parler – je suis la conscience et elle ne prépare pas la prochaine déclaration ; elle n'a pas besoin de le faire – tout ce que vous avez besoin de savoir sera là, si vous avez véritablement besoin de le savoir et non pas par intérêt superficiel comme, par exemple, « je veux savoir quelle est la distance entre la terre et la planète Mars ».

Non, savoir cela n'est pas un besoin. Vous pouvez bien sûr chercher la réponse, mais vous n'avez pas besoin de savoir cela et s'il s'agit d'un savoir vivant dont vous avez besoin à tout moment, il sera là. Ce pourrait être la réponse à une question que quelqu'un vous pose, non pas la question de la distance entre la terre et mars, mais une question vivante, quelque chose qui se rapporte à la transformation intérieure, qui se rapporte à l'éveil. La réponse viendra alors à travers vous. La conscience parlera à travers vous.

Je suis sûr que certains d'entre vous le vivent déjà de temps en temps, donner des réponses qui sont parfois éclairantes pour les autres, quand il y a réceptivité et que la bonne question est posée. Il a pu aussi vous arriver d'essayer d'éclairer quelqu'un qui n'est pas prêt et vous notez alors que ça ne marche pas. Or, s'il s'agit d'une vraie question, la réponse arrive. La

réponse vient là où il y a le plus de présence, l'absence du soi. Avec l'absence du soi, cette intelligence supérieure peut agir à travers vous. N'est-ce pas magnifique ?

Il y a aussi un enseignement dans le Silence, le Silence lui-même. Bien sûr, c'est la conscience, le non-conditionné. C'est à l'intérieur et à l'extérieur ; c'est en vous, c'est dans la pièce.

OK, tout le monde est ici maintenant.

Merci.

Cette intervention d'Eckhart Tolle s'inscrit magnifiquement dans le sujet de la projection que nous avons exploré toutes ces dernières semaines.