

Transcription

"La montagne et la vallée..."

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

Bienvenue à notre rassemblement, méditation, causerie !

Comme vous le savez peut-être, j'ai récemment passé un peu de temps avec le Dalai-lama et l'une des choses les plus impressionnantes qu'il a dites et il l'a dites plusieurs fois lors de ces journées... Quand les gens lui posaient toutes sortes de questions, des questions compliquées : l'impact de la technologie sur l'économie, et l'économie, et ceci, et cela... Et plusieurs fois, je l'ai entendu dire : "Je ne sais pas !". Maintenant, vous pouvez considérer ce "je ne sais pas" en lien aussi bien à des choses superficielles qu'à quelque chose qui est vraiment très significatif, parce que cela renvoie à un certain état de conscience dans lequel le domaine du penser conceptuel n'est plus aussi important.

Et j'ai vraiment pu sentir que beaucoup de gens lui vouaient un amour approfondi quand il disait : "Je ne sais pas". Les gens riaient et il riait. Et il y avait une ouverture qui n'aurait pas été là s'il avait donné une réponse très ingénieuse. Et parfois, après avoir dit "je ne sais pas", il disait en fait quelque chose qui était très significatif et très profond, et d'autres fois, il ne disait rien. Mais cela se faisait selon que quelque chose émergeait ou non de ce non-savoir. Le point de départ, la base est cet état dans lequel on n'a pas besoin de savoir de façon conceptuelle.

Et une fois que l'on s'en rend compte, il y a comme un déni du soi, du soi fabriqué par le mental, parce que le soi fabriqué par le mental se nourrit des prises de position, du savoir, des opinions, des points de vue, des jugements, et plus on est identifié avec les opinions, les points de vue, les jugements, les réactions, et plus fort est le soi que le Bouddha avait déjà repéré il y a fort longtemps, ce sentiment du moi qui est illusoire au bout du compte et qui crée toutes sortes d'ennuis et de problèmes pour soi-même et pour autrui si c'est là tout ce qu'on connaît. Si c'est la seule dimension dans laquelle vous évoluez, ce soi créé par le mental, vous créez la souffrance pour vous-mêmes et pour les autres.

Donc, en arriver à une position, non pas à une position, mais à un endroit de non-savoir, c'est un acte qui, du point de vue du soi, semble négatif, pourrait-on dire. Cela ressemble à une sorte de suicide, un anéantissement du soi : "Qui suis-je si je ne sais pas, si je n'ai pas une position, une position mentale à laquelle je suis identifié ? Qu'est-ce qu'il reste de moi ?". Nous en venons donc au déni de la réalité absolue de la forme du moi. Nous n'avons cependant pas besoin d'aller aussi loin que le font certains enseignements.

Certaines traditions spirituelles proclament que tout est complète illusion. D'un certain point de vue, on peut le dire effectivement. Il y a tout le phénomène des egos qui évoluent en ce monde, qui traversent leur drame, qui se dissolvent. Ensuite, d'autres egos se présentent, traversent le même genre de drames et se dissolvent, traversent le même genre de drames et se dissolvent. . . Vous êtes nés, vous vivez un bouleversement ici ou là, un ou deux petits bonheurs et puis c'est la fin.

Mais la plupart du temps, bien sûr, pendant que vous êtes entre la naissance et la mort, vous attendez la fin des problèmes et pendant que vous attendez la fin des problèmes, vous créez

des problèmes pour vous-mêmes et pour les autres. C'est l'existence ordinaire, l'existence normale. Et donc, cet acte d'auto-anéantissement... – C'est une façon de le dire et ça a l'air un peu effrayant, l'auto-anéantissement, mais tout ce qui est anéanti n'était pas réel de toute façon, non pas dans l'absolu. C'était relativement réel, pourrait-on dire. Le fait que nous soyons ici est relativement réel, mais cela ne durera pas très longtemps. Donc, cela fut-il jamais réel ? Si tout est comme un rêve, si toute l'histoire de "moi" disparaît très vite tel un rêve, dans ce sens, c'est très éphémère, comme un nuage.

Il s'agit donc essentiellement de savoir si vous revendiquez ou si vous niez le soi. Pouvez-vous vivre en équilibre, où le soi est toujours là mais sans le prendre pour qui vous êtes ? Donc, quand le Dalaï-lama dit "je ne sais pas"... - Et bien sûr tout le monde projette quelque chose sur lui : "C'est le Dalaï-lama. Ils lui donnent ainsi une identité forte. Or, son défi consiste à ne pas tomber dans la même illusion. En d'autres termes, les gens croient qu'il est une montagne et lui sait que sa réalité plus profonde est d'être une vallée. Savoir cela pour vous-mêmes, c'est également votre travail : connaître, non pas le soi illusoire, mais l'essence de qui vous êtes.

Il y a donc les deux modalités, les deux dimensions dans lesquelles vous évoluez. D'un côté, dans le monde de la relativité, dans le relatif, certes, vous existez en tant que forme, une forme physique et une forme psychologique qui pense, qui agit, qui a des ressentis, une histoire, un soi-disant futur, non pas qui n'arrive jamais, mais c'est une autre question. Dans le monde du relatif, vous pouvez dire qu'il y a un passé et un futur. Ce n'est pas vrai dans l'absolu, parce que vous n'avez jamais fait l'expérience du passé, ni du futur. Cela ne peut donc pas être vrai dans l'absolu.

Dans votre expérience immédiate, il n'y a jamais eu ni passé ni futur, seulement le moment présent. Vous vous rappelez le passé... maintenant ! Vous pensez au futur... Maintenant ! Dans l'absolu... Seulement du point de vue relatif... Disons pour un moment qu'il y a un passé et un futur. Ils font partie de l'identité en tant que forme sous laquelle vous apparaissez temporairement, une montagne, moi. Maintenant, l'identité en tant que forme veut naturellement se renforcer, grandir si c'est possible, une montagne plus grande : "Je ne suis qu'une petite colline, Je veux devenir une montagne plus grande".

Vous faites donc des choses pour renforcer votre identité en tant que forme. Cela peut être fait de nombreuses manières. La plupart des gens – beaucoup de gens, probablement la plupart – passent toute leur vie à essayer d'une manière ou d'une autre de défendre, de défendre au moins ce qu'ils ont, la montagne, de maintenir cette montagne, de défendre leur identité en tant que forme contre les blessures et autres. Même la moindre insulte est une blessure pour votre identité en tant que forme. Vous devez être sur vos gardes.

Ils peuvent aussi essayer d'ajouter quelque chose, quelque chose de plus à quoi je peux m'identifier en tant que moi de sorte que je puisse me démarquer davantage. C'est le besoin de l'identité en tant que forme, du soi de se démarquer davantage. Maintenant, est-ce que c'est mal ? Eh bien, c'est ni bien, ni mal. C'est juste qu'il manque quelque chose de très important. Je ne dis pas, si votre désir est d'être un grand acteur ou une grande actrice... - Je dis juste cela car nous sommes à Los Angeles et il y a plein de gens qui veulent être de grands acteurs ou actrices – se démarquer.

Je ne dis pas : "Ne faites pas ça !". Non ! Mais votre vie est-elle unidimensionnelle ? Votre vie consiste-t-elle seulement à défendre et à renforcer votre identité en tant que forme, la

montagne, en ajoutant plus de choses auxquelles vous pouvez vous identifier et pour faire grandir la montagne ? Et si vous ne pouvez pas trouver des choses positives à ajouter au concept "moi", si tout le reste échoue, vous pouvez vous mettre à vous plaindre à propos des autres et du monde, être très négatif en éprouvant tout comme horrible, en considérant ce que la vie vous a fait, combien tout est injuste. Et ce faisant, vous renforcez également votre identité en tant que forme, parce que vous êtes traités plus injustement par la vie que la plupart des autres gens.

Ainsi, la montagne peut grandir également de cette façon. La montagne peut grandir, non pas seulement en devenant multimillionnaire ou un acteur célèbre, mais la montagne, le soi peut aussi grandir en se plaignant continuellement, en étant en colère, en étant contre ceci, contre cela, en trouvant toujours quelque chose contre quoi être, prenant position contre... Donc, certains egos, certains sois sont principalement préoccupés à trouver quelque chose à propos de quoi être malheureux qu'ils expriment ensuite, soit dans leur tête, soit à haute voix, et ce faisant, leur sentiment de soi, leur montagne grandit.

Et c'est ainsi que, dans des formes très extrêmes, vous pouvez le voir de temps en temps... Vous rencontrez des gens dans la rue qui poussent des cris et profèrent une insulte après l'autre. Et ils accusent tout le monde. Quand vous passez à côté d'eux, ils vous interpellent – vous n'êtes évidemment pas concernés : "Horrible personne, pour qui est-ce que tu te prends ?" . . . Ils ont ainsi érigé une énorme montagne.

Tout peut être utilisé par le soi pour se renforcer lui-même et bien entendu, cela peut également être fait de façons très subtiles. Certaines personnes sont très spirituelles, bien plus spirituelles que la plupart des autres gens, et elles font toutes les bonnes choses de sorte que leur concept du soi, qui là encore est la montagne, soit, d'une façon très subtile, plus grand que les autres montagnes. Cela peut être leur religion qui implique qu'elles aient raison et que tous les autres aient tort, excepté leur petit groupe. Oh, c'est une très bonne manière de renforcer la montagne, l'identité du soi en tant que moi, sa droiture.

Et à nouveau, il vous manque la dimension de l'absolu, la dimension où vous n'êtes pas la montagne... - Parce que quand vous êtes la montagne, vous y êtes identifiés, identifiés avec la surface de la vie. Vous en êtes inconscients. Quand vous êtes identifiés à la vallée – et nous allons venir à ce que cela signifie – certes, il y a toujours de la forme ici, mais il y a avant tout le sans-forme.

On peut donner un exemple similaire. Vous avez un bol – c'est mentionné en fait dans le Tao-tê-king, je crois, si je ne me trompe pas – vous avez un bol ou un récipient et vous avez d'une part la forme du bol ou du récipient et pour la plupart des gens, c'est ce qui est là, c'est tout ce qui est, sans se rendre compte que la chose la plus importante concernant ce récipient n'est pas la forme, mais c'est l'espace qu'on ne peut pas voir, qui ne peut être perçu par les sens, qui semble ne pas avoir d'existence du tout, parce que l'espace ne se démarque pas. L'espace est la vallée.

En chaque être humain se trouvent les deux dimensions. Oui, vous êtes une montagne, vous Exister. Exister signifie être dehors, sortir, se démarquer. La racine latine ex signifie hors, exister. Vous existez, vous vous démarquez en tant que forme-identité. Oui, mais vous êtes aussi – et plus fondamentalement – le sans-forme... maintenant. Cela ne peut être trouvé qu'en-dessous de tout le faire dans lequel le soi est tout le temps engagé : se rendre compte

qu'au-delà de tout le faire, du penser, de l'activité, il y a un silence ou un calme en vous également.

Et cela pourrait se produire, vous pourriez en avoir un aperçu, la prochaine fois que quelqu'un vous pose une question et que vous dites : "Je ne sais pas". Pour un moment alors, la montagne est devenue une vallée. Et au moment où vous dites "je ne sais pas", Où vous n'avez pas fait valoir votre identité en tant que forme, On pourrait dire que vous avez abandonné votre identité en tant que forme et si vous êtes très vigilants, vous ressentez à ce moment-là une paix intérieure profonde : "Je ne sais pas". C'est en fait très agréable de ne pas savoir. Je n'ai pas besoin de savoir. Cela peut donc arriver dans ce petit moment : "Je ne sais pas".

Quelle est votre position quant au débat sur la santé ? Tout le monde a bien sûr son point de vue : "C'est comme ça ! Tu as tort ! J'ai raison !". Maintenant, je n'ai pas suivi de près, je peux donc vraiment dire sans faire d'efforts "je ne sais pas". Mais si vous aviez suivi de près, c'est plus difficile de dire "je ne sais pas". Et si vous avez une position mentale, est-ce que je dis de vous en débarrasser ? Non, ce serait trop demander. Mais si vous vous rendez compte qu'il y a bien une position mentale en vous – "je pense que les choses sont ainsi – si vous reconnaissez une position mentale comme telle, il y a aussi de la liberté. Vous n'êtes pas complètement identifiés à la forme, la forme mentale, Il y a aussi un peu de la vallée en vous.

Vous n'avez pas alors à être agressif envers quelqu'un qui proclame le contraire de votre position mentale. Vous pouvez toujours dire ce que vous croyez. Oui, et vous connaissez cette belle phrase qui doit remonter aux années 60 dans le milieu de la psychothérapie et qui appartient désormais au discours normal : "J'entends ce que tu dis". Elle n'est pas toujours utilisée dans son sens original. "J'entends ce que tu dis". Sous la déclaration, il y a parfois : "Et je sais que tu as tort". à l'origine, elle était censée être utilisée dans un état d'ouverture – le début d'une ouverture est une chose magnifique – où vous ne vous identifiez pas complètement avec une position du moi, et il y a donc la liberté.

Donc, de très nombreuses manières qui échappent facilement, qui échappent d'un côté, de nombreuses manières, la vallée en vous, la nature de la vallée qui est en fait l'intemporel, l'absolu, le non-relatif, l'éternel en vous, quel que soit le nom que vous vouliez lui donner, se trouve là, le sans-forme sans quoi rien ne pourrait exister dans le monde de la forme, la conscience elle-même (vous l'appellez comme vous voulez). Être conscient de cette dimension en vous-mêmes, même quand vous prétendez être quelqu'un dans ce monde. Vous continuez à vaquer à vos affaires avec un nom, une histoire et même des opinions, mais sans plus être complètement identifiés à votre nom, à votre histoire et à vos opinions.

Il y a une énorme différence entre "avoir une opinion" et "être la proie d'une opinion". Être la proie d'une opinion veut dire être la proie de son mental et le prendre pour qui l'on est en essence en défendant ce qui n'est finalement qu'une vérité relative. Pourquoi est-ce relatif ? Parce que très bientôt, vous n'existerez plus sous cette forme.

Votre vie doit donc évoluer dans cette danse entre la vallée et la montagne, non pas qu'à un certain moment vous ne soyez que la montagne pour vous dire ensuite : "OK, maintenant, je vais faire silence pour être la vallée". Le téléphone sonne alors et vous avez votre banquier au bout du fil : "Vous êtes à découvert !". "Quoi ? Comment ça ?". Vous êtes soudainement la proie d'une réaction pleine de peur, d'émotions, de pensées et vous vous mettez à crier. Non,

les deux doivent être là en même temps au lieu de naviguer entre le fait d'être piégé dans le monde de l'illusion et une méditation quotidienne. . .

"Ne me dérange pas ! Ne bouge pas les meubles ! Il faut que ça reste comme ça. OK, je peux maintenant être en paix".

Et bien sûr, tôt ou tard, généralement très vite, il se passe quelque chose qui vous dérange. Un marteau-piqueur se met en marche à proximité. Donc, l'art de vivre, l'art suprême consiste à incarner simultanément le relatif et l'absolu en soi-même et c'est la raison d'être pour laquelle vous êtes ici et je ne veux pas dire dans cette pièce, mais ici sur cette planète, ici sous cette forme humaine... passagère.

La raison d'être consiste à vivre cet état de perfection où les cieux et la terre s'assemblent, pourrait-on dire, la terre étant le monde de la forme et les cieux le sans-forme (pour utiliser ces termes). Il s'agit d'incarner cela. C'est votre pratique. Et quand pratiquez-vous ? Vous pratiquez à chaque instant et vous utilisez votre vie quotidienne pour voir si vous pouvez être spacieux tandis que vous êtes engagés dans le monde. "Spacieux" renvoie à la vallée. Et vous ne perdez pas la capacité d'être engagés dans le monde. On pourrait quasiment dire que c'est comme sur un fil. Nous marchons.

Maintenant, quand nous parlons du fait d'être présent, cela veut dire bien sûr avoir la conscience de l'espace, non pas tant la conscience de l'espace – l'espace et la conscience sont la même chose – en vous-mêmes, être conscients de cette dimension en vous-mêmes. C'est la présence. La présence est la conscience sans pensées conceptuelles, l'espace de la conscience. Être cela, tout de suite, tout de suite, en cet instant. Vous êtes cela. C'est la lumière même dans laquelle tout ceci est perçu. C'est essentiellement qui vous êtes, C'est le sans-forme. C'est la vallée.

Donc, tandis que vous écoutez ces paroles, il y a un espace en vous et vous ne pouvez pas en faire grand-chose. Vous ne pouvez pas le connaître en tant qu'objet de connaissance : "Maintenant, voici l'espace. Je l'ai maintenant". Évidemment, vous ne le pouvez pas, parce que c'est ce que vous êtes. C'est toujours sujet, cela ne peut jamais être un objet. Dans ce sens, vous ne pouvez pas vous connaître vous-mêmes. Vous pouvez seulement être vous-mêmes.

Vous pouvez connaître tout autre chose. Vous pouvez connaître toutes les choses qui fabriquent la montagne à travers la psychanalyse ou tout autre méthode, l'introspection, la thérapie par la régression, se rappeler son passé, les vies antérieures, etc., etc. Vous pouvez connaître toutes sortes de choses concernant l'identité en tant que forme, ce qui fabrique l'identité en tant que forme.

Vous ne pouvez pas connaître ce qui se trouve au-delà, derrière tout ça, parce que vous pouvez seulement l'être. C'est le sujet éternel. C'est ce à travers quoi tout est connu, la conscience elle-même, la lumière de la conscience, l'éternel. L'univers, le non-manifesté qui sous-tend l'univers à travers cette forme, s'éveille à sa propre nature, se connaît lui-même, mais non pas en tant que sujet/objet, l'autoconnaissance qui est un état de non-connaissance, hors du point de vue conceptuel.

Donc, sur un plan pratique, il est par conséquent important que vous ayez de l'espace en vous-mêmes, que vous soyez conscients de l'espace en vous-mêmes, le silence ou l'espace. Ce sont

deux indicateurs différents de la même chose, de la même non-chose. En cet instant, en cet instant, y a-t-il de l'espace en vous. Maintenant, si vous ne vous ennuyez pas en écoutant ces propos, il y a de l'espace en vous.

Donc, ne cherchez pas à savoir, ne cherchez pas à savoir s'il y a ou non de l'espace en vous à travers le mental qui dit : "Voyons, comment est-ce que je sais s'il y a ou non de l'espace en moi ?". C'est un critère très simple à utiliser : si vous ne vous ennuyez pas ou si vous n'êtes pas en colère, dans l'instant, ni irrités, il y a de l'espace en vous. La dimension est là, parce que c'est seulement à partir de là que vous pouvez être assis ici sans vous ennuyer, ni être irrités ou en colère.

Maintenant, si vous vous ennuyez, si vous êtes irrités ou en colère, vous pouvez soit vous en aller et être ennuyés, irrités ou en colère quelque part ailleurs, soit là encore, vous dire : "Oh, je m'ennuie, je me sens irrité, en colère". Et qui sait cela ? Comment le savez-vous ? "Eh bien, je suis conscient de m'ennuyer, d'être irrité ou en colère". Donc, êtes-vous l'ennui, la colère ou l'irritation ou êtes-vous la conscience de l'ennui, de la colère, de l'irritation. Je vous donne une seconde chance. Donc, avant de vous en aller, vous pouvez essayer ça.

Maintenant, je suppose que la plupart d'entre vous ne vous ennuyez pas, n'êtes pas irrités ni en colère, en sentant le champ d'énergie. Pourquoi est-ce que vous ne vous ennuyez pas, n'êtes pas irrités ni en colère ? Parce qu'il y a le silence ou l'espace en vous maintenant. Oh !... Et votre identité en tant que forme n'a pas disparu. Vous êtes toujours assis là sur une chaise. Oui, il y a le corps. Il peut même y avoir des pensées de temps en temps, par ci par là, et au-dessous, c'est... Vous pouvez même avoir une sensation au niveau de l'estomac qui vous fait dire : "OH, j'aurais dû prendre un petit déjeuner". Est-ce que je prends la pensée de quelqu'un : "Si seulement j'avais pris un petit déjeuner, je n'aurais pas faim maintenant".

OK ! Et à nouveau le silence au-dessous, et entre-temps. Et votre vie reste alors continuellement le mouvement du fait d'être là avec votre identité en tant que forme mais en vous connaissant vous-mêmes en tant que l'espace. Vous êtes alors dégagé du piège de la forme et de la tendance à rendre votre vie misérable, parce que quels que soient vos efforts et ce que vous faites – vous pouvez faire toutes les bonnes choses – si la vallée manque dans votre vie, il vous manque la dimension la plus essentielle dans votre vie.

Peu importe combien vous êtes conscients, que vous fassiez les bonnes choses, que vous soyez ordonnés, que votre vie soit organisée rationnellement... - Vous avez peut-être un plan de vie pour les quinze prochaines années. Vous savez ce que vous voulez faire chaque année. Pas de problème avec ça ! Et vous continuerez de créer de la souffrance, parce que quels que soient vos efforts, s'il n'y a pas cette dimension essentielle, votre vie est unidimensionnelle. Et même le plus grand succès... - Qui sait ?

Pour quelques-uns d'entre vous, pendant deux ou trois ans, quatre ou cinq ans, on écrira peut-être sur vous dans People, le journal. Et il y a des revues qui sont pires que le magazine People. People n'est pas si négatif. Il y en a beaucoup d'autres qui sont plus négatifs encore et vous goûtez alors à ce à quoi ressemble le succès et la renommée. Non, je n'ai jamais dit : "Ne recherchez pas le succès". Non ! Ce qui est magnifique est que vous pouvez toujours jouer dans le monde de la forme et vous jouez de façon plus agréable quand vous vous rendez compte que c'est seulement une vérité relative et tout ce à quoi vous réalisez en tant que cette montagne est seulement relativement vrai et valable. Et cela a une fin.

Et tout ce que vous réalisez en tant que montagne a aussi un autre côté. Vous gagnez et vous perdez. Il y a toujours l'effet inverse. Vous pouvez gagner beaucoup de choses, ces choses produiront leurs propres défis. Vous verrez alors l'autre côté du succès. Quoi que vous fassiez, vous ne trouverez jamais durablement que votre vie est désormais vraiment épanouissante, que tout marche enfin. Sur le plan de la forme, cela ne dure jamais longtemps, mais ça n'a pas d'importance quand vous êtes en contact avec le sans-forme.

Cependant, je ne dis pas non plus, si vous êtes en contact avec la vallée, qu'elle n'affecte pas le monde de la forme. Elle le fait. Vous remarquerez, en premier lieu, que le sentiment de lourdeur et de sérieux, ce qui est finalement la peur, sort de votre vie. Quand vous ne vivez plus les situations et les gens à partir de cet endroit de sérieux, de lourdeur, finalement de peur et d'angoisse, le monde que vous expérimentez ou ce que vous expérimentez comme étant le monde change, parce qu'une qualité différente s'écoule. C'est cette qualité qui provient du non-manifesté. La façon dont vous expérimentez le monde a tendance à s'améliorer grandement, parce que vous l'expérimentez d'une façon beaucoup plus douce.

Même les soi-disant problèmes sont expérimentés d'une manière plus... parce que vous ne leur donnez pas... parce que vous ne nourrissez pas les soi-disant problèmes avec vos réactions, votre lourdeur et votre peur, parce que plus vous amenez de peur aux défis et plus ces défis grossissent ou plus les soi-disant problèmes grossissent à travers vos réactions. Et c'est seulement de l'endroit où vous êtes la vallée que vous pouvez être dans un état de non-réaction quand le défi se présente sous la forme d'une personne ou d'une situation.

Les gens peuvent vous mettre face à beaucoup de défis. Les situations peuvent vous provoquer. Chaque défi fait ressortir la peur. Vous ne pouvez pas être sans peur tant que vous vous identifiez à la montagne, parce que vous voulez survivre en tant que cette chose. La peur vous quitte seulement quand vous êtes en contact avec l'espace. Vous n'avez alors pas besoin de réagir. Répondre si c'est nécessaire, oui ! Réagir, non ! Et beaucoup de problèmes se résolvent simplement quand vous ne réagissez pas, parce que très souvent, il n'y a pas grand-chose que vous puissiez faire. Tout ce que vous faites, dans beaucoup de cas – pas toujours : une action est requise – mais dans beaucoup de cas, tout ce que vous faites empire simplement le problème.

Quand ma mère a été plus âgée, elle a essayé de s'ouvrir un peu à la vérité essentielle. Elle en a eu quelques aperçus et c'était bien, mais dans l'ensemble, elle n'a pas pu lâcher toute son identification à son identité en tant que forme. Quand elle avait 84-85 ans – elle est morte à 86 ans – elle m'appelait tous les jours pour se plaindre. Bien sûr, son corps s'affaiblissait, sa vue baissait. Ce n'était pas tant un problème physique. C'était un problème du mental qui disait : "Qu'est-ce qui va m'arriver ?". C'était la peur qui remontait. Elle disait toujours : "Qu'est-ce que je dois faire ? Qu'est-ce que je dois faire ?". Je ne pouvais pas supprimer de son mental le mot "faire".

Les occidentaux en particulier sont conditionnés à croire que tout a une solution dans le faire. Pour tout problème, vous avez quelque chose à faire à ce sujet... pour le résoudre. Pour la moindre irritation : "Qu'est-ce qu'on peut faire là ?". Bien sûr, certaines choses requièrent une action, mais beaucoup d'autres choses demandent simplement d'amener un autre état de conscience pour la situation plutôt que de faire. Ils le font subir à leur propre corps. Ils courent chez le médecin au moindre malaise. Et je ne dis pas : "N'allez pas chez le médecin !". Non ! La moindre chose : "Oh, OK, je vais vous prescrire un médicament. Ils font quelque chose contre. Il y a une petite douleur là, faites quelque chose !

Et donc, j'ai dit quelques fois à ma mère : "Il n'y a rien qui soit à faire, juste à accepter le moment présent tel qu'il est". Elle croyait également que c'était un problème personnel, qu'elle était affligé par la maladie appelée "vieillesse" et qu'elle avait été choisie par le destin. Et j'ai essayé de lui expliquer que ce n'était que la condition humaine. "Pourquoi à moi ? Pourquoi cela m'arrive-t-il à moi ?". Cela s'appelle "vieillesse". "Qu'est-ce que je dois faire ?". Rien ! C'est donc l'obsession du faire. Et là encore, je dois préciser que je ne dis pas qu'on ne fera plus rien. Non ! Mais cette obsession du faire fait partie de la dimension du moi. Et vous croyez que si vous en faites assez, tout finira par être réglé dans ce monde, toute situation dans votre vie sera résolue. Il vous faut juste faire, faire, faire et vous pourrez alors vous arrêter pour déclarer : "Maintenant, j'ai fait tout ce qu'il faut".

Il y a donc le faire et il y a le silence, le calme, les deux. C'est une autre façon d'évoquer les deux dimensions : Le mouvement extérieur et le mouvement intérieur. Le mouvement extérieur dans le faire, dans la création, dans la manifestation et le mouvement intérieur qui est le retour vers là où tout a commencé, la source ou l'unité d'où tout le spectacle phénoménal, nous sommes à Los Angeles, c'est pourquoi je parle de "spectacle", d'où tout le spectacle a commencé et où cela retourne quand le spectacle est terminé. Il peut y avoir alors un autre spectacle. Cela continue.

Maintenant, là encore, au lieu de renoncer complètement au faire, ce qui est peut-être recommandé par quelques yogis – vous pouvez aussi essayer ça – faites... et... soyez. J'utilise là différents indicateurs pour désigner la même réalité : faites et soyez en même temps. Si vous ne pouvez pas faire et être... - Maintenant, qu'est-ce que je veux dire par "être" ? Par "être", je veux dire un arrière-plan d'espace, de silence, de conscience pendant que vous êtes ici dans le faire. Ne vous perdez pas dans le faire - c'est vraiment ça – de sorte que le faire ne vous domine pas.

Pour beaucoup de gens, ce n'est pas qu'ils fassent des choses, le faire a pris le pouvoir sur eux. C'est un champ d'énergie, un courant d'énergie qui inclut le penser. Le penser fait partie du champ d'énergie du faire ; il est une forme du faire. C'est la forme primordiale du faire. Ils se sont faits dominer par un courant d'énergie collectif du faire qui inclut le penser : "Qu'est-ce que je dois faire maintenant ?". Et bien sûr, puisqu'ils sont perdus dans le faire et avec une dimension essentielle qui manque, ils sont seulement conscients de ceci et inconscients de cela. Donc, ils dansent à la surface de la vie dans le faire en ne sachant pas qu'en-dessous, il y a un pouvoir immense, un état de vie, une énergie qui n'ont rien à voir avec le faire. C'est l'énergie ou l'intelligence primordiale elle-même.

C'est là, mais vous ne le savez pas et vous essayez de trouver des petites miettes à la surface, comme mon chien, sauf que le chien est bien sûr en contact avec... mais il ne le sait pas, mais il est, elle est comme ça . . . Vous savez que les chiens sont toujours en train de chercher la chose suivante à manger. Et parfois, dans les endroits les plus improbables, le chien est en train de mâchonner quelque chose. Qu'est-ce qu'elle trouve ? Elle trouve toujours quelque chose dans un coin dans l'ascenseur, dans un coin. Elle trouve quelque chose à manger. Qu'est-ce qu'il peut y avoir à manger dans un ascenseur ? Mais elle croque quelque chose.

Et de la même façon, les humains sont à la recherche de la prochaine chose à faire pour se sentir un peu mieux, pour résoudre tel problème. Ils sont dans l'angoisse. Pour le chien, c'est plus simple. C'est juste le prochain morceau à manger qui l'intéresse, mais pour les humains, ce désir primordial se fixe sur des centaines de choses, mais c'est la même tendance. Ils

évoluent donc à la surface de la vie en ne sachant pas ce qui leur manque. Vous connaissez cette expression : "Tu ne sais pas ce que tu rates !". Vous ratez l'immensité sous la surface de la vie qui est en vous, en vous mais aussi dans l'univers. Vous êtes un microcosme de l'univers.

Cette immensité, ce pouvoir est donc en vous et si vous pouvez le contacter, cela peut même s'écouler dans ce que vous faites et le changer. Donc, ce que vous faites pourrait être investi de pouvoir par l'intelligence qui est supérieure au mental bruyant limité qui dit : "J'ai besoin, je veux, je dois avoir". Tout ce que vous faites est ainsi destiné à vous faire obtenir ce que vous devez avoir, ce dont vous avez besoin et ce que vous voulez. Mais peut-être y a-t-il une sorte de faire différente qui provient d'un endroit beaucoup plus profond. Or, il vous faut vous ouvrir à cette dimension : "Ah !". Et vous vivez alors votre vie en étant et en faisant, être... non pas alternativement, mais en même temps. Tandis que vous agissez, vous êtes. Ce sont les deux dimensions actives en vous.

Or, vous n'avez plus besoin d'agir constamment. C'est une chose magnifique. Vous êtes libérés du faire compulsif qui crée beaucoup de sottises et d'ennuis, parce qu'au moins 50 % de ce que vous faites dans l'état d'illusion est non seulement inutile, mais surtout contreproductif. Tout ce que cela fait, c'est créer des problèmes. Et la soi-disant amélioration que les gens mettent souvent en avant... Chaque amélioration crée une autre série de problèmes et il vous faut maintenant résoudre ces derniers. On voit la même chose avec beaucoup de médicaments. Vous prenez ce médicament et vous devez en prendre un autre à cause de ses effets secondaires. Pour éviter les effets secondaires, vous devez prendre cet autre médicament.

Donc, au lieu de vous retirer dans la vallée... - Dans le Tao-tê-king, il y a une belle expression : "L'esprit de la vallée". L'esprit de la vallée est la dimension du Tao, du non-manifesté, la vie même, la vie sans forme sous le monde de la forme, la source de toute chose qui pénètre toute chose, le sans-forme, l'intemporel en vous maintenant.

La pratique consiste alors à ne pas perdre le contact avec cela quand vous êtes dans l'action, ce qui inclut le penser, et c'est un grand défi, parce que c'est quand le flot mental vous domine que vous êtes totalement unidimensionnel. Vous avez tous connu le fait d'être dominé par un flot de pensées. Cela peut même arriver alors que vous êtes assis ici. Vous perdez la connexion avec le silence sous-jacent et tout à coup, vous n'entendez plus les paroles ou celles-ci n'ont plus de sens. "La vallée !! L'esprit ! Qu'est-ce que je dois faire pour y arriver ? Dites-nous quoi faire ! Donnez-nous une technique ou un programme, un programme sur cinq ans, 25 étapes... pour ne pas faire !". Un cours de 15 ans au bout duquel vous allez vous trouver...

Vous avez donc tous connu le fait d'être dominé par un flot de pensées et de vous y perdre. Et Il est probable que vous le connaissiez toujours de temps en temps. Si vous êtes vraiment pris par un flot de pensées, vous ne le savez même pas, c'est le problème. Vous ne savez même pas que vous êtes dominés, parce que... Maintenant, si vous savez que vous avez été dominé par un flot de pensées, vous n'êtes pas dominés à 100 %, parce qu'une partie de vous le sait : "Oh, je suis complètement pris dans mon mental". Comment savez-vous cela ? Eh bien, vous n'êtes pas totalement coincés dans votre mental. Et si vous savez qu'effectivement, votre mental ne s'arrête pas, eh bien, au moins vous savez cela.

Si vous le savez, vous pouvez choisir de le stopper. "OK, comment est-ce que je fais ça ?". La réponse est : "Cessez de faire !". Cela veut dire "cesser de penser". "OK, comment est-ce que j'arrête de penser ?". Ce n'est peut-être pas la bonne approche, parce que si je dis "arrêtez de penser", cela peut aboutir à un gros problème en vous : "Je ne peux pas le faire". Je vais donner une petite astuce pour les gens qui ne peuvent pas arrêter de penser et une autre pour les gens qui n'ont pas pu jusque-là ou qui croient qu'ils ne peuvent pas arrêter de penser.

Certains d'entre vous sont déjà capables d'arrêter de penser à moins que vous ne soyez vraiment dans l'agitation. Pratiquez quand vous n'êtes pas réactivés par la vie. N'attendez pas d'être réactivés, de vivre un bouleversement : "Oh, il faut que j'arrête de penser, mais je ne peux pas". Quand rien ne va de travers pendant un moment... Pouvez-vous arrêter de penser quand vous n'êtes pas défiés par la vie ? N'attendez pas un défi, par exemple le médecin qui vous dit – en pouvant d'ailleurs se tromper : "Vous n'avez plus que 6 mois à vivre".

Certes, c'est une belle occasion d'arrêter de penser, de faire, de se préoccuper du futur et tout ça, mais n'attendez pas ça. C'est probablement plus facile de le faire à ce moment-là que lorsque vous croyez avoir encore trente ans avant de partir, parce qu'alors, vous avez le temps : "OK, j'arrêterai de penser dans quelque temps, mais d'abord, il faut que je... D'abord, il faut que je règle mes problèmes".

Certains d'entre vous peuvent déjà, non pas par la volonté, mais par simple décision, se dire : "Je n'ai pas envie de penser maintenant. Je laisse aller les pensées maintenant". Vous pouvez arrêter votre mental, mais ce n'est pas un faire. Vous pouvez abandonner la pensée, mais ce n'est pas un faire en réalité. Maintenant, vous pourriez demander, d'autant plus si certaines philosophies spirituelles vous intéressent, comme l'Advaita, la non-dualité : "Qui accomplit l'arrêt du mental ? Qui arrête de penser ? Qui peut décider d'arrêter de penser ?".

Si vous êtes ultimement une illusion, cela devient très compliqué. Le fait est que, si vous êtes capables de choisir la présence, laquelle est ce qui est... - Vous dire : "OK, je choisis d'être présent maintenant au lieu de penser. À la place des pensées, il y a simplement l'espace vigilant, pas de tension, une vigilance détendue, une vigilance détendue. Vous pouvez choisir cela, certains d'entre vous. Je ne sais pas combien. Je recommande de le faire de nombreuses fois pendant la journée : "OK, Il n'y a rien à quoi il faille penser".

À chaque fois que vous vous arrêtez aux feux, pourquoi penser ? Regardez. Soyez. Pourquoi penser à vos problèmes quand vous êtes arrêtés aux feux. Il n'y a rien là que vous ayez à faire. Soyez. Vous pouvez ainsi être la vallée tandis que vous êtes là. Ensuite, vous repartez. C'est une chose étonnante quand vous essayez de pratiquer cela, aller simplement dans le non-penser. Quand on dit que vous pouvez choisir de ne pas penser, ce que cela veut dire, ce qui se passe, c'est que la Présence choisit de venir en ce monde à travers cette forme, mais de notre point de vue relatif, on dirait qu'il y a une personne qui arrête de penser et qui choisit d'être présente.

Et c'est magnifique si vous avez cette capacité et si vous pratiquez ainsi dans votre vie quotidienne. Par exemple, vous ne pensez pas lorsque vous écoutez quelqu'un. Soyez là en tant que silence vigilant plutôt qu'en tant qu'une entité réactive, ce qui veut dire la vallée là encore. Quand vous écoutez un autre être humain au téléphone ou en personne, êtes-vous là en tant qu'une entité réactive ? "Qu'est-ce qu'il essaie de faire ? Qu'est-ce qu'il veut ? Qu'est-ce que je vais...",". En essayant là de résoudre toutes sortes de choses... Ou pouvez-vous être là en tant que présence spacieuse pendant que vous écoutez ? Une énergie complètement

différente arrive quand vous êtes là en tant que présence spacieuse à chaque fois que vous écoutez quelqu'un.

Et bien sûr, vous faites cela très souvent chaque jour. Tout le monde le fait bien sûr. Chaque jour, vous écoutez des gens et vous pouvez écouter en tant que l'esprit de la vallée plutôt qu'en tant que l'entité limitée, la montagne qui a besoin de quelque chose, veut quelque chose, qui se protège et qui a des plans. Elle n'est donc pas connectée à une intelligence plus profonde. C'est seulement quand vous pouvez être là en tant que présence vigilante qu'une intelligence plus profonde arrive en ce monde et c'est la conscience non conditionnée à travers vous.

L'interaction est alors fraîche, renouvelée, et quel que soit son objet, quand vous écoutez un autre être humain et qu'il y a la présence, il y a toujours quelque chose dans cette interaction qui est plus important que l'objet de la conversation. Cela signifie que vous n'êtes pas perdu dans le faire, parce que ce qui est discuté, qu'il s'agisse d'une affaire, d'un échange d'informations ou d'une histoire qu'on vous raconte "Tu sais ce qui s'est passé ? Je vais te raconter ce qui s'est passé !", peu importe ce que c'est, quelque chose d'autre est présent et cela vous connecte à l'autre être humain, parce que si vous êtes seulement au niveau des mots, pendant l'échange, vous n'êtes pas vraiment connectés avec l'humain en tant qu'être. Vous êtes seulement connectés avec l'humain, Mais non pas avec l'être. L'humain est la forme, l'être est le sans-forme.

Vous êtes un être humain, ce qui veut dire que vous êtes la forme et le sans-forme en un, mais l'être est l'essence de qui vous êtes. L'humain est une forme temporaire, la vérité relative dans laquelle vous êtes bloqués pour un temps. Ce n'est pas grave. Il y a la vérité relative et l'absolu, l'humain qui est. Or, s'il n'y a que l'humain dans toute interaction... - J'ai un peu écrit là-dessus dans "Nouvelle Terre" en parlant d'enfants, de la façon que vous écoutez les enfants, que vous leur répondez – S'il n'y a que l'humain, il manque la dimension plus profonde et les enfants finissent même par être en colère après leurs parents et les parents ne savent pas pourquoi.

C'est parce que vous n'êtes pas là en tant que l'être en vous-mêmes et vous ne reconnaissez pas leur être si tout reste au niveau du faire : "Fais ceci. Est-ce que tu as fait cela. Maintenant, il faut que tu fasses ceci. Faisons cela". Si vous pouvez amener l'être dans l'interaction... - Habituellement, quand je vais dans des endroits comme... Disons pour parler à quelqu'un à propos de choses administratives, de ceci, de cela, quoi que ce soit, la banque, pour tous renseignements... Oui, vous parlez à propos de ce que vous avez besoin de savoir, vous posez des questions... Ensuite, habituellement, après avoir terminé de gérer l'affaire du moment, je ressens l'envie de poser une question personnelle. Cela vient de l'intérieur.

Je ne peux pas quitter cet être humain sans... Parce que je me suis déjà connecté au niveau de l'être en me rendant compte que, quel que soit le rôle que jouent les gens dans le monde du faire, le rôle n'est que relativement vrai. Ce n'est pas qui ils sont. Ainsi, si vous pensez qu'il y a un serveur qui vous apporte le repas dans votre chambre d'hôtel, ce n'est pas un serveur. C'est un être qui joue ce rôle temporairement et vous n'êtes pas un client de l'hôtel. C'est absurde de dire "je suis un client". C'est ridicule. Pouvez-vous vous connecter, sentir le sans-forme en vous d'abord ? Il vous faut le sentir en vous-mêmes, l'espace, et vous pouvez alors le sentir en l'autre. Vous ne croyez pas alors qu'il est absolument vrai que cette personne soit un serveur. Elle n'est pas un serveur !

C'est merveilleux quand il y a tout à coup une connexion qui est plus profonde que le monde relatif de la forme, une connexion avec l'autre être humain et c'est là, parce que c'est l'être sous la forme. Or, vous devez un moment être silencieux. Quand vous regardez cet autre être humain, vous devez un moment être silencieux et regarder. Et dans ce silence, vous ressentez votre propre être, l'espace, le silence, et vous pouvez alors pénétrer en l'autre à travers la forme et ressentir en lui le même être.

Vous avez là transcendé le jeu de rôles et le fait d'être piégé dans l'identité en tant que forme. C'est votre propre identité en tant que forme et l'identité d'autrui en tant que forme. Vous pouvez toujours fonctionner dans le monde de la forme, mais vous n'y croyez plus complètement. Et en cessant d'y croire complètement, Vous fonctionnez beaucoup mieux. Et les gens vous aiment alors.

Ils disent tout à coup : "Il ou elle est si sympathique !". Qu'est-ce qui est sympathique chez cette personne ? Eh bien, ils ne connaissent pas la réponse. Ils sentent que, d'une manière ou d'une autre, quelque chose en eux est reconnu par vous. Et quand ils sentent que quelque chose en eux est reconnu – et ce qui est reconnu transcende bien sûr la forme – quand ils sentent que leur essence est reconnue, l'essence vous aime. Vous devenez alors très populaires. Les gens veulent savoir pourquoi ils vous aiment. Ils disent simplement : "Oh, c'est vraiment une personne ou un être très sympathique". Et c'est très bien. Vous n'avez pas besoin d'expliquer.

Et il y a à cela une conséquence indirecte, un bénéfice secondaire : si vous faites des affaires, plus les gens vous aimeront et plus ils viendront vous voir pour leurs affaires. C'est bien sûr une autre question, un avantage, mais c'est secondaire. D'ailleurs, si vous avez à négocier quoi que ce soit, vous n'êtes pas centrés de façon excessive sur le résultat. Vous êtes centrés sur le moment présent qui est en soi satisfaisant.

Être là en tant que présence et ressentir la présence en l'autre est satisfaisant en soi. Vous n'avez pas besoin du résultat pour vous sentir mieux à votre sujet ou dans la relation. Bien sûr, il est alors plus probable que le résultat soit positif du point de vue limité des affaires. Ce n'est pas la raison pour laquelle vous le faites. Ce n'est pas un moyen pour une fin. Ce n'est pas du faire de toute façon. C'est seulement quand nous passons par le langage que cela devient du faire.

C'est donc votre pratique. Peu importe où vous pratiquez ! Où que vous soyez dans votre vie, vous pratiquez. Dans toute situation, à tout moment, il y a les deux dimensions. Avec cela vient la fin de la peur, la peur étant une condition humaine normale pour la plupart des gens, enfouie parfois sous quelque chose d'autre. La peur se manifeste de très nombreuses manières : la nervosité, la tension, l'anxiété. La colère provient en fait de la peur. Le stress est en fait une forme de peur. Toutes les nombreuses formes de la peur sont tout à fait normales. Pourquoi ? Parce que c'est là tout ce que vous connaissez, la peur ! Et vous ne le savez pas. Une fois que vous savez cela également, c'est la fin de la peur, parce que là, rien ne peut être détruit.

C'est pourquoi "Un cours en miracles" débute, avec tout ce que vous avez besoin de savoir, avec ce prologue... Il est écrit, avant de commencer, que le cours peut être résumé en ces termes :

"Rien de réel ne peut être menacé.

Rien d'irréel n'existe.
En cela réside la paix de Dieu".

"Rien de réel ne peut être menacé". C'est ici, parce qu'ultimement, rien d'irréel n'existe dans le monde de la forme. Ultimement, la forme n'est pas réelle en soi. "Rien d'irréel n'existe".

"En cela", ce qui veut dire "savoir cela", "réside la paix de Dieu". Dieu est bien sûr le sans-forme, l'intemporel, l'éternel, le non-manifesté qui est à la fois à l'intérieur et au-delà du monde.

Certains d'entre vous, comme je l'ai mentionné tout à l'heure, sont capables de sortir de leur mental et vous pouvez le pratiquer par choix conscient. Soyez présents. Il n'y a rien dans l'instant à quoi il faille penser. Soyez simplement présents. Quand vous êtes présents, vous ne portez pas votre histoire avec vous, votre situation existentielle. J'utilise cette expression dans "Le pouvoir du moment présent". Tout le monde a une situation existentielle, un passé, un futur, des relations, un travail, la santé, les finances, l'endroit où vous habitez, ce qui vous arrive...

Toute votre situation existentielle, Vous avez une situation existentielle, vous êtes ici avec..., vous avez une situation existentielle, oui bien sûr ! Mais vous avez aussi une vie... Ce n'est pas que vous avez une vie, vous êtes la vie elle-même. Votre situation existentielle, c'est tout ce que vous savez à votre sujet, ce qui est une autre façon de le dire, c'est tout ce que vous savez. Vous manquez alors la vie. Maintenant, vous êtes excellents pour gérer votre situation existentielle, mais vous manquez la vie. Vous faites toutes les bonnes choses, mais elles ne vous mènent jamais nulle part, parce que vous manquez la vie. La vie est maintenant et la vie n'est pas dans le faire. La vie est dans l'être, maintenant.

Sortez de votre mental et venez dans le silence vigilant, si vous le pouvez ! Et également, un autre moyen consiste à ne pas croire complètement à chaque pensée qui arrive dans votre tête. Rendez-vous compte que c'est une pensée, que c'est une position, que c'est un jugement. Ne soyez pas complètement identifiés avec cela. C'est une histoire que vous vous racontez. C'est incroyable le nombre d'histoire que les gens se racontent à eux-mêmes dans leur tête. Beaucoup sont complètement déformées. Ce n'est pas la réalité, c'est une histoire, la façon dont vous voyez la réalité. La réalité est habituellement beaucoup plus simple et plus bénigne que l'histoire.

L'une des premières leçons d'Un cours en miracles dit – vous êtes invités à regarder les choses autour de vous dans la pièce et dire : "Rien de ce que je vois ne signifie quoi que ce soit". Cette table ne signifie rien ; ce verre ne signifie rien ; cette main ne signifie rien ; ce sol ne signifie rien. Maintenant, que signifie cette leçon ? Elle ne signifie rien. Ce qu'elle signifie, c'est une tentative d'effacer la conceptualisation continue de la réalité, comme les gribouillis sur un tableau . . . , parce que quelle que soit la signification à laquelle vous pensez, c'est un concept dans votre tête. Et si vous niez la conceptualisation continue et compulsive de la réalité, c'est comme effacer le conditionnement mental . . . et en arriver à l'endroit où se trouve le Dalai-lama : "Je ne sais pas".

Donc, cette leçon d'Un cours en miracles enseigne simplement d'en arriver à un endroit de vide spacieux, de vigilance, non plus piégé dans le penser conceptuel. Cela ne signifie rien. Et c'est bien sûr un autre... Vous évoluez dans une dimension différente. En vivant de cette façon, vous habitez... La vie s'ouvre tout à coup et toute l'étroitesse que le mental lui a

surimposée s'estompe. La vie devient spacieuse, parce que vous avez trouvé l'espace à l'intérieur. Il y a tout à coup un espace pour la vie qui n'est plus un endroit menaçant : "Qu'est-ce que la vie va me faire ? D'où va venir la prochaine menace ?".

Il y a encore la même chose, par exemple, avec tout un enseignement basé sur le déni de la réalité de votre histoire. L'enseignement de Byron Katie est basé sur le simple fait de nier sa propre histoire. "Est-ce que je sais vraiment que c'est vrai ? Non, je ne le peux pas". Cela vous mène donc au même endroit où se trouve le Dalai-lama : "Je ne sais pas".

C'est donc une chose magnifique si vous pouvez entrer dans cet état du non-savoir, mais c'est seulement le non-savoir du point de vue du mental conceptuel. Vous êtes en réalité connectés avec une intelligence plus profonde, non conditionnée, et si vous avez vraiment besoin de savoir quelque chose, cela vient, mais cela vient de l'espace du non-savoir.

Eh bien, c'est un peu comme sauter d'une falaise pour savoir si vous pouvez voler. Pour l'ego, c'est un peu comme ça. L'ego dit : "Ne va pas là". Parce que l'ego trouve ses solutions, ses explications ; il a sa philosophie de vie. Cela peut être une philosophie limitative, très insuffisante, mais c'est une sorte de philosophie de vie. Tout le monde a son histoire à travers laquelle il interprète la réalité et habituellement, ce n'est pas une œuvre de fiction très agréable. Mais au moins, vous pensez savoir. Cela vous donne un appui illusoire.

L'ego pense bien sûr que s'il y renonce, il ne saura plus rien, ce qui est vrai d'une certaine manière, mais non pas totalement vrai. Dans un sens plus profond, il s'agit seulement de renoncer à la déformation de la réalité créée par le mental conditionné, qui fait partie du mental humain collectif dans son stade actuel d'évolution. Et le mental collectif dont votre mental fait partie a donc créé ce monde fabriqué par l'humain qui est plein de problèmes. Et ils surgissent les uns après les autres. Vous pensez qu'une chose est mieux désormais et, "oh mon Dieu", maintenant c'est la situation économique et ceci et cela, une autre guerre.