

# Transcription

## "Peur et intuition"

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

- Q. – Eckhart, vous m’avez tant donné ces dernières années que je veux vous donner quelque chose que j’ai fait.
- E. – Merci. Oh, des biscuits moelleux à la pâte d’arachide! Merci.
- Q. – Faits maison !
- E. – Oh, faits maison ! Oh ! Faits à la main avec grand soin, par vous-même ?
- Q. - Oui.
- E. – Ils sont donc investis de présence, de l’énergie de la présence. C’est pourquoi ils sont puissants.
- Q. – Ils viennent de la source.
- E. – Faits avec beaucoup d’amour : oh, merci, merci ! Par Bonnievilles. Biscuits puissants et moelleux à la pâte d’arachide.
- Q. – Bon appétit ! Et j’ai une question : comment percevez-vous la différence entre l’intuition et la peur ? Par exemple, j’ai quatre enfants et je me sens particulièrement sensible vis-à-vis de l’un d’eux, une fille. Parfois, je la regarde et je sens, j’ai des moments de peurs: elle va peut-être être malade, avoir un accident ou quelque chose comme ça. Je me bats pour interpréter ça. Je ne sais s’il s’agit de mon intuition qui m’informe, un savoir profond ou si ce n’est que de la peur.

Je sais que ces choses sont difficiles à traduire en mots. Bien que nous étiquetions les émotions, beaucoup d’émotions se chevauchent et le mental essaie de les distinguer : c’est telle émotion et c’est telle autre, mais elles dépendent l’une de l’autre en quelque sorte. Par exemple, nous avons parlé de la colère et ensuite de la peur comme s’il s’agissait de choses très distinctes, mais elles sont interdépendantes. D’une certaine manière, la colère est parfois la face que montre la peur et nous l’appelons la colère. Étant reliées, les émotions sont bien sûr aussi difficiles à décrire de façon conceptuelle.

- Mais qu’est-ce que vous ressentez quand vous avez une intuition, alors que vous n’en êtes pas sûre, laquelle pourrait donc être de la peur ? D’une façon ou d’une autre, pouvez-vous dire un peu ce que sont vos impressions concernant cette peur ou cette intuition ?

- Q. – Eh bien, je n’aime pas vraiment ça. Je n’aime pas l’énergie que cela engendre. Quand ça surgit dans ma tête, je n’aime pas ça, parce que je sens ça. Je n’alimente pas cette énergie, ni ne la projette sur quiconque. Parfois, je peux la laisser partir facilement en me disant que ce n’est qu’une pensée. Votre pratique et vos paroles sont une aide dans ce sens, mais parfois, je me questionne et j’espère que c’est le pouvoir supérieur qui m’informe de la vérité. En fait, quand cela arrive, c’est une lutte. C’est ce que je sens.

- E. – Ça serait par exemple une situation où votre enfant est en train de faire quelque chose et où la peur ou l’intuition vous dit de l’arrêter ou de le retirez ! Est-ce que vous pouvez donner juste un exemple, parce que c’est plus facile de comprendre à partir d’un exemple ?

- Q. – Oui, pour prendre un exemple différent, si je dois prendre l’avion, vraiment partir, hou ! Est-ce de la peur ou une intuition ?

- E. – Est-ce que vous vivez ça parfois ?

- Q. oui !

- E. – Et est-ce que vous agissez là-dessus ou est-ce que vous partez quoi qu’il en soit ?

- Q. – Habituellement, j’y vais de toute façon et je traverse le pays pour vous rencontrer.

- E. – Et vous êtes toujours ici ; vous êtes toujours vivante !

- Q. – Oui.
- E. – C'est peut-être la réponse. La peur a une qualité différente de ressenti.

Parlons d'abord de la peur. D'un côté, il y a la peur psychologique qui est la peur qu'éprouvent les gens majoritairement la plupart du temps. Il y a ensuite ce que nous pouvons encore appeler peur et qui concerne une circonstance réelle avec une vraie menace dans l'instant présent. Cette peur est donc réelle. Vous êtes menacés physiquement.

Imaginez qu'un animal sauvage surgisse dans cette salle ou un pitbull qui n'a pas encore rencontré César Millan et qui est prêt à bondir de la scène ! . . . Vous pourriez alors éprouver de la peur, tout au moins ceux qui sont devant dans les premiers rangs. Cela ne serait pas vécu à travers la pensée, mais avec certaines modifications physiologiques : les battements du cœur, une respiration accélérée, peut-être certains muscles qui se contractent, peut-être une forme de paralysie ou, pour certaines personnes, le fait de se relever d'un bond et d'aller se réfugier au fond de la salle, etc.

On peut évoquer la peur, mais je ne parlerais même pas de peur. C'est une réponse immédiate à une menace physique. Imaginez encore un incendie. Admettons que les rideaux s'enflamment subitement. Beaucoup de gens vont probablement éprouver une réaction physiologique associée à la peur tandis que d'autres, profondément présents, pourront simplement regarder les flammes et se voir sortir tranquillement ou peut-être en courant. On ne peut pas prévoir la réponse apportée à partir de la présence, mais ce n'est plus de la peur.

La peur qui accompagne la plupart des gens est presque toujours de la peur psychologique, quand il n'y a pas de menace réelle. Elle est largement produite par l'activité mentale et elle est souvent rattachée aussi à de vieilles émotions. C'est le corps de souffrance. Cela provoque souvent également des changements physiologiques comme s'il y avait une menace physique réelle. Il peut y avoir des contractions dans le champ d'énergie du corps sans même qu'on en soit conscient. C'est la plupart du temps l'état normal de beaucoup de gens et cela peut se passer à l'arrière-plan.

Tant qu'on est identifié à l'ego, il y a toujours de la peur quelque part, même si elle peut ne pas être au premier plan, mais il y a de la peur, de la peur psychologique, une grande peur d'un affaiblissement psychologique, d'une perte de soi. Très souvent, les gens considèrent les circonstances qu'ils vivent à travers le regard de cette vieille peur. Cela peut être à travers le corps émotionnel quand c'est une situation qui fait écho au corps émotionnel ou à travers les structures mentales de la peur, du penser craintif. La perception de la réalité est donc déformée par la peur. Elle peut aussi influencer ce que vous faites, modifier votre comportement.

Certaines personnes sont paralysées par la peur. Qu'elles agissent ou non, c'est paralysant de percevoir la réalité principalement à travers ce filtre.

Il peut vous arriver de temps en temps d'avoir l'intuition que quelque chose n'est pas juste, mais c'est alors un ressenti différent. Il y a un savoir. Une intuition est un savoir. C'est très différent de l'énergie de la peur. C'est comme ça l'énergie de la peur. Avec l'intuition, il y a un savoir puissant. Quand cela arrive, vous remarquez la différence entre une pensée ou une émotion de peur et ce savoir puissant. Il n'y a pas de peur dans ce savoir et ce n'est en rien un ressenti négatif. Et si c'est une telle intuition que vous avez avant d'embarquer, mieux vaut ne pas embarquer, mais ce n'est pas de la peur. Il est peu probable que cela arrive, parce que peu d'avions s'écrasent. C'est statistiquement peu probable, mais cela pourrait arriver.

C'est la même chose avec vos enfants. Quand vous observez ce qu'ils font, vous n'avez pas besoin de la peur. La peur est très contagieuse. Elle se transmet aux enfants. Quand vous dites à un enfant d'arrêter de faire quelque chose à cause de la peur, cette énergie passe chez l'enfant. L'enfant absorbe votre peur et cette vieille émotion finit par faire partie du corps de souffrance de l'enfant. La peur est donc un mal très contagieux.

Il en va de même avec la réaction quand l'enfant n'obéit pas. D'ailleurs, un rien suffit pour que la peur devienne de la colère. Donc, quand l'enfant fait quelque chose qui peut être dangereux, le parent manifeste souvent une réaction de colère. Or, le parent est en colère, parce qu'il y a surtout sous la colère une grande peur de ce qui pourrait arriver à l'enfant. Et l'on repousse alors l'enfant brusquement en criant : « Ne refais jamais plus ça ! Tu m'entends ? Tu ne refais jamais ça ! ». On aime l'enfant et c'est pourquoi on fait ça, mais c'est insensé. « Tu ne dois plus jamais aller là, tu m'entends ? ». C'est un choc terrible pour l'enfant. L'énergie qui est là projetée sur l'enfant est une agression sur le plan émotionnel. Il serait mieux que l'enfant fasse la chose et se casse une jambe plutôt que de recevoir ce terrible paquet émotionnel.

La peur et la colère vont donc ensemble. Il y a des choses évidentes pour lesquelles on pourrait dire que vous n'avez besoin ni de l'intuition pour être renseigné, ni de la peur. L'enfant pourrait marcher sur un mur. Les enfants aiment grimper et marcher sur des murs. Je me rappelle que je le faisais aussi. Tous les enfants aiment ça, mais vous vous apercevez qu'il y a de l'autre côté un précipice de cent mètres de profondeur et le mur est large comme ça. Maintenant, pour enlever l'enfant de là, vous n'avez besoin ni d'intuition ni de peur. Simplement, vous percevez et vous voyez le danger qui est là. Vous dites alors simplement : « Je suis désolé, je dois t'enlever de là. »

Certaines situations sont si manifestement dangereuses pour l'enfant que vous n'avez pas besoin d'intuition ni de peur. Il vous suffit de regarder et de voir qu'il y a un danger immédiat. Vous enlevez l'enfant, gentiment. Vous lui expliquez. Il peut comprendre ou non. Il peut même protester et pleurer, mais c'est ce que vous avez à faire. Il est très important de ne pas imposer aux enfants l'énergie de la peur ou de la colère, mais en réalité, les deux vont ensemble.

Vous pouvez vous retrouver dans une situation en sachant soudainement qu'elle n'est pas juste ou qu'il n'est pas juste que vous soyez là. Beaucoup d'entre vous ont pu déjà en faire l'expérience. Vous marchez dans la rue et vous voyez tout à coup un groupe de gens un peu plus loin. Si vous êtes présents, vous pouvez parfois sentir un champ d'énergie inquiétant dans le groupe qui se présente et vous pouvez même le sentir à une certaine distance. Vous pouvez sentir la perturbation qui se trouve dans le champ d'énergie un peu plus loin. Pour cela, vous n'avez pas besoin de la peur. Simplement, vous remarquez la perturbation et vous traversez spontanément la rue pour vous retrouver de l'autre côté.

Il ne se serait peut-être rien passé, mais il y a vraiment là un champ d'énergie violent. Que la violence soit déjà exprimée extérieurement ou qu'elle soit encore seulement latente, on peut parfois sentir cela. Dans certains endroits, dans des quartiers de certaines villes ou parfois dans des villes entières, il y a une violence latente que l'on ressent dans l'énergie collective de cet endroit. Là encore, si vous avez besoin de vous trouver là, il vous faut y être dans la présence. Si vous avez peur, vous risquez davantage d'attirer la violence.

C'est bien sûr la même chose avec les animaux. Si vous êtes avec la peur et que vous croisez un chien méchant, il risque de vous attaquer. C'est autre chose si vous croisez un chien méchant en demeurant présent. Or, cela requiert un degré élevé de vigilance. Le commutateur doit être sur la position maximale. Je parle de l'intensité de votre présence qui doit être la plus élevée. Si le chien ne perçoit aucune émotion, il est peu probable qu'il vous attaque. Il ne le pourra pas.

Donc, dans une situation dangereuse –admettons qu'il vous faut passer dans un quartier dangereux – tournez le commutateur de la présence, comme je le dis parfois. En cas de présence normale, vous êtes là comme ça . . . Et quand quelque chose arrive, Vous êtes plutôt comme ça . . . Si c'est quelque chose d'encore plus critique . . . Je mime juste un peu ! Vous n'avez pas besoin de faire ça ; ce n'est qu'une démonstration symbolique.

La première fois que je suis allé à San Francisco, il y a des années, j'étais descendu dans un petit hôtel et le réceptionniste m'avait donné une petite carte. Il m'expliqua : « Nous sommes ici. Ici, il y a le centre-ville ». Cela m'a fait un peu penser au livre de la Genèse dans l'Ancien-Testament quand il me

dit : « Vous pouvez aller partout, mais pas ici ». Il dessina un petit carré sur la carte en répétant : « Il ne faut pas aller là, mais partout ailleurs, c'est sans danger. N'allez pas là ! ».

Le premier jour, je suis sorti avec ma carte et je ne suis bien sûr pas allé dans l'endroit à éviter. Le jour suivant, j'avais confiance et je suis sorti sans carte. Tandis que je continuais de marcher, j'ai soudainement remarqué que le champ d'énergie avait changé d'un pâté de maisons à l'autre. Il y avait des dealers dans les coins de rue. Je sentais le changement d'énergie : la violence, des gens qui se criaient dessus. Je me suis dit alors : « Oh, ce doit être le quartier interdit de la ville ». J'ai su plus tard qu'il était dit que c'était un de ces quartiers où la police est corrompue.

Le niveau de la présence étant plus élevé, j'ai remarqué une autre chose étrange. J'ai noté qu'en étant présent, même ma façon de marcher avait tendance à changer un peu. D'une certaine manière, je m'étais ajusté à la façon dont marchent les gens de ce quartier, une façon de traîner un peu les pieds. De cette façon, personne ne me remarquait. Je n'étais pas perçu comme un étranger. J'étais habillé normalement. Un homme m'a regardé, m'a dit quelque chose sans me suivre et c'est tout. J'ai poursuivi mon chemin tout à fait présent et quelques pâtés de maisons plus loin, le champ d'énergie avait changé à nouveau.

Il n'y avait pas de peur, parce que la présence avait monté. Le réceptionniste avait dû avoir de bonnes raisons pour me dire de ne pas aller là, mais c'était OK. Subitement, j'en étais sorti et je suis rentré dans la cafeteria d'un grand magasin où tout le monde était bien habillé et déjeunait. Les gens parlaient de façon animée de choses et d'autres, de leurs affaires, de la dernière mode. Je me retrouvais tout d'un coup sur une autre planète, cinq, quatre pâtés de maisons plus loin. Mon niveau d'énergie s'est modifié un peu. J'ai pris un café. Mon cœur s'est accéléré à cause du café, mais la présence avait un peu baissé. Ce fut la fin de l'épisode.

C'est devenu un fait très connu et vous pouvez le vérifier dans votre propre expérience : la peur attire la chose crainte. On a tendance à attirer ce dont on a peur. Il est donc important de s'élever au-dessus de la peur, mais en réalité, on ne peut pas s'élever au-dessus de la peur si l'on ne transcende pas le mental égoïque de sorte que son sentiment d'identité ne provienne pas de l'activité mentale, du mental égoïque. Vous pouvez contacter des niveaux plus profonds.

Il n'y a rien à craindre au niveau plus profond de qui vous êtes, parce que c'est sans forme. Rien d'autre que la forme ne peut être menacé. Qui vous êtes en essence ne peut pas être menacé. Si vous contactez cela, si vous le trouvez, c'est la fin de la peur. Donc, en fait, pour en arriver à la fin de la peur, vous devez vous connaître. Vous devez savoir qui vous êtes, ce que vous êtes ou plutôt, vous devez être qui vous êtes en essence. Et c'est la fin de la peur. C'est une chose magnifique.

Vous ne pouvez donc vous débarrasser de la peur que si vous ne retirez plus votre identité d'un faux sentiment de soi, de l'identification avec les pensées, de l'identification à la forme qui comprend également la forme physique, le corps... pour sentir l'essence sans forme de qui vous êtes. C'est ce que nous faisons ici. « Faire » n'est pas le mot exact, parce que ce n'est pas du faire, mais c'est ce qui est.

Et dans la présence, parfois, pour en revenir à ce que vous dites, une intuition peut survenir. Vous savez quoi faire. Il n'y a pas de question. Ce n'est pas une émotion agitée, discordante. C'est une connaissance profonde qui surgit et c'est bien d'en tenir compte. Or, c'est reconnu immédiatement. C'est sans violence, sans négativité. Ce n'est rien d'inharmonieux.