Transcription
"Que faire de plus ?"

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

Comment puis-je être moins effrayée et réactive face à une opération chirurgicale sérieuse?

Léone demande : Comment puis-je être moins dans la peur, dans la réaction, et demeurer présente alors que j'ai à faire face à une opération grave qui fera que je guérirai ou non ?

Quand une telle chose se présente, quand une situation critique approche, peut-être même la mort, vous avez deux possibilités. Vous pouvez plonger dans la peur de plus en plus ou aller dans la présence intensifiée. La peur croissante implique que l'événement imminent fait fonctionner le mental plus qu'il ne le fait habituellement. Il y a des pensées de peur qui engendrent les émotions correspondantes : « Je pourrais mourir ». Il y a alors une spirale de réactions inconscientes.

Or, une telle circonstance est une excellente occasion d'intensifier la présence ; elle vous incite à le faire. Que pourriez-vous faire d'autre, à moins que vous vouliez souffrir ? Dans ce cas, vous allez dans les pensées. Si vous voulez vous libérer de la souffrance, une circonstance de ce genre peut potentiellement procurer une motivation considérable pour ne pas quitter le moment présent, parce que si l'on quitte le moment présent, on se met à souffrir.

Cela peut donc être une chose magnifique et j'ai rencontré pas mal de gens qui ont pu pratiquer ça, des gens qui ont eu le cancer, le sida ou d'autres maladies. Bien sûr, nous avons tous cette maladie d'être affecté de mortalité. Nous sommes déjà tous contaminés par la mort, celle du corps, et en fait, nous devrions tous pratiquer. Nous nous trouvons dans une situation urgente. Permettez-lui de vous entraîner dans la présence où vous êtes si absolument là.

« Non, je vais nulle part à partir d'ici. Je sais qu'il y a une opération qui m'attend - disons dans une semaine ou demain – mais je ne quitte pas le moment présent. Je maintiens simplement mon intention d'y rester aligné. Je peux sentir mon champ d'énergie. Je suis présent à ce qui est. Je ne quitte pas le moment présent ».

Vous devenez ainsi très simple. Ce qui se passe, c'est le parchemin de votre vie. Vous voyez ces vieux parchemins. Avant les livres, on utilisait des parchemins, sur un rouleau, parfois sur deux rouleaux. Il y a donc votre passé sur la gauche et votre avenir sur la droite. Vous avancez donc avec le parchemin de votre vie. Habituellement, ce qui intéresse les gens concernant leur vie, c'est se référer continuellement au passé : « Lisons ce qui est arrivé dans le passé ». Ils pensent au passé. Ils lisent donc le côté gauche du parchemin : « Oh, que c'était horrible ! Oh ! Ce qu'il a fait, je n'oublierai jamais ! Elle m'a trahi, c'est affreux . . . Voyons ce qu'il y a d'autre. Oh non, ça aussi ! »

Ça peut aussi être quelque chose de fantastique : « Oh, c'était vraiment le bon temps ! Où est-ce que c'est tout ça ? Tout ça est fini ! »

Et puis vous regardez sur le côté droit où il y a des gribouillages très difficiles à déchiffrer. Ils concernent le futur. Ils sont quasiment illisibles : « Je me demande ce que ça veut dire. Est-ce que ça parle de ma mort ? » Et évidemment, si vous allez plus loin dans le parchemin, vous rencontrerez votre mort quelque part. Il sera écrit : « Mort ». évidemment, vous ne voulez pas allez aussi loin et vous vous arrêtez un peu avant. Vous essayez de déchiffrer le futur, ce qui est très ennuyeux, parce que vous ne pouvez pas vraiment comprendre ce qui est dit là.

En fait, la plupart des gens vivent de cette manière. Leur attention est continuellement attirée par l'un et l'autre et ils passent à côté de la partie centrale qui ne comporte aucun écrit ici. Tous les écrits sont là.

Une circonstance comme celle-ci est donc une occasion excellente, parce que si vous continuez de lire le parchemin, vous avez la nostalgie du passé : « Je vais tout perdre ». Et c'est encore pire avec le futur. Vous le déroulez . . . Et sur la partie centrale, rien n'est écrit ou peut-être y a-t-il le soleil, la lumière du soleil qui transparaît à travers le papyrus ou je ne sais quoi. Donc, quand une telle situation survient, elle devrait procurer une motivation suffisante pour revenir à cela, pour refuser d'aller à gauche et à droite. Vous restez simplement ici. Et très rapidement, cela consume l'inconscience en vous, toute la structure de l'ego qui se nourrit des références constantes au passé et au futur. Le faux soi est rapidement consumé en cela et si vous y demeurez, vous constaterez bientôt la transformation intérieure qui se produit.

La première chose que vous remarquez, c'est que vous êtes plus vivant à l'intérieur et vous sentez une énergie qui traverse chacune des cellules du corps, un peu comme de la lumière, et il n'y a pas de peur. J'ai donc vu des gens qui se sont transformés de cette façon. Certains d'entre eux savaient qu'ils allaient bientôt mourir, même si cela peut ne pas arriver. Vous pouvez ne pas mourir, même quand le médecin vous annonce qu'il ne vous reste plus qu'un mois à vivre. Il peut se tromper. On avait dit à Stephen Hawking, quand j'étais à l'université il y a une trentaine d'années, qu'il ne lui restait plus que cinq années à vivre. Plus de trente ans sont passés et il est toujours là.

Vous finirez par mourir de toute façon et le moment n'est pas important. La seule question qui importe est de savoir si vous avez réalisé qui vous êtes au-delà de votre forme et vous ne pouvez le faire qu'en demeurant dans la partie centrale. J'emprunte cette image à la femme qui a recueilli le Cours en Miracles, pour ainsi dire, et qui a été inspirée par une vision ou par un rêve. Le cours lui a été dicté par une voix intérieure et elle avait eu des visions avant que tout le processus se mette en place. Dans l'une de ses visions ou l'un de ses rêves, elle trouva dans une vieille boîte un parchemin très ancien. Elle le sortit et le déroula. La voix lui dit : « Si tu lis ce qui est sur la gauche, tu connaîtras le passé. Si tu lis ce qui est sur la droite, tu connaîtras le futur. »

Et dans cette vision ou dans ce rêve, elle ne considéra que la partie centrale où il était simplement écrit : « Dieu est » et elle répondit : « C'est tout ce qui m'intéresse ». Elle ne voulait rien savoir du passé, ni du futur. À ce moment-là, la voix lui dit (c'était juste avant que la dictée du cours commence) : « Félicitation, cette fois, tu as réussi ! ». « Dieu est », c'est tout ce qu'on a besoin de savoir en réalité. Et Dieu est en toute chose et en chacun, la lumière de la conscience, la conscience qui prend forme.

Donc, si une telle circonstance vous arrive, c'est une occasion excellente . . . Vous pouvez aussi le faire si vous avez à faire face à toute situation critique dans votre vie, des gros problèmes . . . « OK ! », il vous est toujours possible de passer à l'action si une action est nécessaire, mais vous ne quittez pas le moment présent. C'est incroyable, c'est magnifique. Je reçois souvent des lettres de personnes qui sont en prison. Certaines savent qu'elles vont finir leur vie en prison ou y passer une vingtaine d'années et elles pratiquent ça. Certaines ont trouvé la fin de la souffrance, juste en refusant de quitter le moment présent.

Tout votre karma est ainsi consumé, dans la présence intense. Pourquoi cela marche-t-il de façon aussi puissante ? C'est parce que dans cette présence intense, vous vous connaissez vous-mêmes en tant que la présence sans forme. Toute votre identité passe de la forme au sans-forme. C'est ce qui est magnifique. C'est ainsi que ça marche. C'est alors la fin de la mort. Je crois que c'est ce qui est arrivé à Don Miguel Ruiz, l'auteur des quatre accords Toltèque. Cela a été déclenché par un accident de voiture où il s'était endormi au volant. Quand il se réveilla, il ne restait plus que 4 ou 5 secondes avant qu'il heurte un mur en béton. Il a vu son corps et ce fut sa première mort, non pas qu'il mourût complètement, mais presque.

Vous refusez d'aller dans le passé et le futur, sauf si vous avez besoin de vous y référer. C'est OK de vous référer au passé pour vous rappeler votre numéro de téléphone par exemple. C'est OK aussi pour le futur quand vous notez ce que vous avez à faire le lendemain. C'est le futur, mais vous n'y restez pas !

C'est là toute l'intensité avec la parole du maître zen : « C'est ce qui est ». Il n'y a rien d'autre. Il refuse tout simplement de quitter le moment présent. C'est ce qui donne de l'intensité. Quand on voit des anciens dessins de maîtres zen, ils ont un regard féroce. Si les dessins sont très bons, on peut deviner la douceur sous la férocité, mais extérieurement, il y a . . . « Je ne quitte pas le moment présent ». C'est là tout son pouvoir.

Le zen n'est en rien conceptuel, même si des concepts ont été accumulés un peu au cours des siècles, mais à l'origine, le zen écartait toute conceptualisation. C'était un renouvellement total du bouddhisme. Quand le bouddhisme fut lourdement encombré de conceptualisation et de philosophie, le zen est arrivé pour redécouvrir le cœur du bouddhisme qui avait été obscurci. C'est l'expérience directe, la réalisation directe. C'est le but, sans référence à quelque structure que ce soit. Ils les brulaient…

Bien sûr, au fil des siècles, des gens qui n'ont pas atteint la réalisation ont ajouté au zen un peu plus de structures et même des écrits. Leurs pratiques qui sont très simples sont toujours destinées à nous ramener dans le moment présent, à nous y contraindre. Elles sont devenues un peu ritualistes, mais à l'origine, il s'agit de l'enseignement le plus beau, parce qu'il est principalement sans contenu. C'est aussi pourquoi tant de gens passent à côté, même au Japon. Vous ne vous en sortez pas mieux en étant japonais. Le zen a aussi été destiné à dépasser les manières conditionnées de se comporter qui étaient très marquées au Japon en particulier. Il s'agit de dépasser tous les comportements conditionnés, tous les positionnements conventionnels. C'est l'enseignement le plus incroyable, le plus magnifique. Mais le zen est ici et maintenant. C'est le zen, parce que le zen est sans contenu et ceci est sans contenu, n'est-ce pas ?

Bien que je pratique le fait d'être dans le moment Présent je n'ai toujours pas fait l'expérience du Bien-aimé. Que faire de plus?

Une question de Christina qui vit en Autriche ou en Australie (A, U) : Je désire ardemment l'expérience de l'amour de Dieu et bien que je pratique le fait d'être dans le moment présent, je n'ai toujours pas connu l'expérience du bien-aimé. Que puis-je faire de plus ?

Elle n'a pas trouvé l'amour de Dieu, parce qu'elle ne se rend pas compte que son amour est l'amour de Dieu. Peut-être ne s'est-elle pas rendu compte que c'est là quand elle apprécie la beauté, où que ce soit. Et la beauté se trouve finalement partout, même dans les choses les plus insignifiantes, telle que dans la texture du parquet. La beauté est même dans la lumière artificielle. Quand on apprécie la beauté, c'est une forme d'amour. Quand vous avez de la gratitude pour ce qui est, c'est une forme d'amour. Et d'où vient cet amour ? Où apparaît-il ? En vous !

Quand vous n'entretenez pas des attentes artificielles à travers des concepts mentaux, tel que « Où est l'amour de Dieu ? », quand vous ne créez pas ces concepts artificiels qui deviennent des attentes, dès l'instant où vous abandonnez les concepts concernant le monde, les autres, la nature, vous vous rendez compte que quelque chose s'écoule de vous qui est de la reconnaissance, de l'appréciation pour toute forme de vie et cela peut seulement être là quand vous ne plaquez pas des concepts sur les choses, sur les formes de vie. Il y a un espace ouvert et cet espace ouvert est un flux d'énergie qui est réciproque. Il y a un flux d'énergie vers cette fleur et la fleur le reflète.

C’est encore plus fort avec les êtres humains quand vous les regardez dans les yeux sans rien penser, en étant simplement un espace vide. Il y a alors l’amour. Vous n’érigez pas la barrière conceptuelle entre vous-mêmes et autrui. Sans la barrière conceptuelle, il y a la réalisation de l’unité. C’est une réalisation directe. Vous n’avez pas à vous convaincre que nous sommes tous un et qu’il vous faut essayer d’aimer cette autre personne que vous n’aimez pas du tout en réalité. Cela ne marche pas de cette façon. Or, il y a une réalisation véritable : l’unité est là naturellement quand on cesse de plaquer des concepts qui divisent, des jugements, quand on permet d’être à ce qui est. Il y a alors un écoulement d’amour.

Regardez un autre être humain dans les yeux et ne pensez pas qui il est, ni qui vous êtes. Si l’autre peut être avec vous de la même façon, c’est une chose magnifique. Le flux de la conscience circule entre vous. Il y a alors la connaissance de l’unité qui n’a besoin d’aucune explication mentale. On peut dire qu’il y a alors le feeling de l’unité. C’est l’amour. Alors, qu’est-ce que l’amour ? C’est la réalisation, au niveau de l’expérience, du sentiment d’unité. C’est cela l’amour et qu’est-ce que ça veut dire ? Cela veut dire que vous reconnaissez que votre essence est également en l’autre. Vous voyez en l’autre le reflet de votre essence. C’est l’amour. L’amour, ce n’est pas : « J’ai besoin de toi ». Ça, c’est la version égoïque de l’amour : « J’ai besoin de toi ».

L’amour est déjà la plénitude, la plénitude de l’être. Vous ne pouvez l’empêcher qu’en recherchant l’amour de Dieu avec des concepts dans la tête. « Il ne me montre pas d’amour. Pourquoi est-ce qu’il ne me montre pas d’amour ? J’ai besoin de l’amour de Dieu. Est-ce que tu m’entends, Dieu ? »

Et évidemment, cela vous est renvoyé. Quand vous dégagez cela, les autres vous le renvoient. Ils peuvent penser que vous êtes une personne merveilleuse, mais ce n’est pas vraiment ce dont il est question. Ce n’est pas que vous deveniez une personne merveilleuse ; vous devenez une non-personne et la lumière divine transparaît en vous. Pourquoi est-ce qu’elle transparaît en vous ? Parce que vous êtes devenus transparents. La personne a perdu sa densité. Vous ne vous améliorez donc pas en tant que personne ; vous êtes érodés en tant que personnes.

« Je dois être digne de l’amour de Dieu » : ce genre de choses ne marche pas en réalité.

Certaines personnes disent que Dieu est amour. Je le formulerai de façon un peu différente, parce que l’amour implique en fait une certaine dualité : celui qui aime et celui qui est aimé, mais il n’y a pas de dualité en Dieu ; il n’y a qu’unité. Donc, quand on dit que Dieu est amour, qu’est-ce que cela veut dire ? Eh bien, je dirais que Dieu est la reconnaissance de l’unité dans le monde de la dualité, ce qui signifie que l’amour est un moyen pour Dieu de venir en ce monde et se reconnaître lui-même, elle-même, parce que ce monde est le monde de la dualité. Il y a alors la reconnaissance de l’unité et c’est Dieu.

La naissance de Dieu en ce monde est l’amour et il dépend de vous que vous vous ouvriez à cela, mais pour vous ouvrir à cela, la personne doit avoir considérablement disparu, ce qui reste étant suffisant pour que vous puissiez continuer de vivre dans ce monde et faire comme si vous étiez quelqu’un. Et au niveau de l’évolution, c’est vers quoi nous allons, dans cette transmutation, dans cette transformation.

Je suis toujours amusé quand je vois des gens qui spéculent sur des espèces avancées, sur les extraterrestres. Ils pensent que la manifestation la plus évoluée de la civilisation humaine se résume à une technologie de plus en plus sophistiquée. C’est là tout ce qu’ils peuvent envisager, des extraterrestres tellement évolués qu’ils doivent avoir une technologie bien plus avancée que la nôtre. Ils n’envisagent jamais, sinon très peu d’entre eux, semble-t-il, la possibilité que cette civilisation plus évoluée n’ait pas de technologie, ni je ne sais quoi d’autre, simplement parce qu’ils n’en ont pas besoin. Et ils ne captent pas nos signaux radio, parce qu’ils n’ont pas de récepteurs et qu’ils ne sont pas intéressés.

La transmutation implique donc une espèce différente où nous n’améliorons pas qui nous sommes maintenant et ce que nous avons, ce qui reste extrêmement limité. Et je suis sûr que la technologie va

également arriver à sa fin. Quelque chose de beaucoup plus puissant va survenir et d’une certaine manière, cela en fait déjà partie.