

# Transcription

## " Se perdre?"

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

« Mon mental me répète que je perds mon âme si je m'abandonne pleinement à l'éveil. Quelle est la relation entre le corps, le mental, l'âme et la présence ? »

« Mon mental me répète que je perds mon âme si je m'abandonne pleinement à l'éveil ». Oui, bien sûr, le mental le dira ou vous fera le sentir, parce que ce qui est perdu, c'est le pouvoir sur vous du mental et l'identification au mental. Ce qui est perdu, c'est le faux sentiment de soi ; c'est le mental égoïque, le faux sentiment d'identité, le faux sentiment de « je ».

Le mot « je » est la plus grande illusion. Les gens le disent tout le temps : « je ». À quoi font-ils référence ? À un sentiment illusoire d'identité. Cela se dissout ensuite à mesure que vous vous éveillez spirituellement et émerge alors quelque chose d'autre qui est la présence. Quand vous dites alors « je », c'est davantage vrai. Vous parlez de la présence une intemporelle. « Je » a alors un sens véritable. Cela émerge donc et si vous croyez que vous allez perdre votre identité en cela, c'est une illusion. Votre seule identité est déjà cela. Même si vous êtes complètement inconscient, votre seul sentiment d'identité provient du « Je universel Un » qui est la conscience elle-même, qui brille à travers les créations mentales qui peuvent être très denses. Mais il brille à travers et les créations mentales sont des formes-pensées et des histoires que le mental raconte.

Ces formes-pensées et ces histoires, le « moi », l'histoire de « moi », mes problèmes, etc... Vous croyez que ces formes-pensées qui fabriquent l'histoire sont votre sentiment d'identité, qu'il en découle, mais si vous regardiez de plus près et plus profondément, vous verriez qu'il n'y a pas d'identité dans l'histoire de votre vie. Si vous êtes très attentifs et vigilants, vous voyez ou sentez d'où provient ce sentiment de « vous », de « je ». Il y a quelque chose dans votre sentiment d'identité qui ne peut pas être nommé en réalité. C'est confondu avec l'histoire, mais ce qui se passe en fait, c'est que la lumière de la conscience brille à travers l'histoire de « moi » et cela vous donne le sentiment de qui vous êtes. Vous vous méprenez donc sur ce qui brille à travers les formes-pensées et l'histoire. Vous vous méprenez là-dessus et vous croyez que ce sont les formes-pensées qui vous donnent votre sentiment d'identité. Il n'en est rien.

Et c'est pourquoi, quand vous devenez tranquilles et que les pensées se calment pour un moment, par exemple maintenant, il n'y a aucune perte dans votre sentiment véritable de soi. En fait, vous êtes plus pleinement vous-mêmes dans cet espace sans pensées que vous ne l'êtes quand vous êtes identifiés à l'histoire. Même quand vous êtes identifiés à l'histoire et aux formes-pensées, c'est la lumière qui brille à travers la conscience qui était autrement la base de votre sentiment d'identité... Ou pour ressentir « je ». Or, quand vous le comprenez véritablement, dans sa forme non diluée, non obstruée, en tant que présence pure, même sans vous rappeler votre histoire, ni même votre nom, parce que vous ne savez pas votre nom tant que je ne vous le demande pas : « Comment vous appelez-vous ? » Vous allez alors dans les recoins de votre esprit et vous y extrayez l'information.

Mais même en cet instant, sans vous rappeler votre nom ou votre histoire, en étant juste absolument présents ici, vous êtes-vous perdus ? Avez-vous disparu ou l'essence de qui vous êtes n'est-elle pas en réalité plus pleinement présente maintenant sans référence à l'histoire de « moi » ? Vous remarquerez que vous êtes en fait plus pleinement présents ici sans référence à l'histoire. L'essence de qui vous êtes a toujours été, sera toujours, est toujours la lumière de la conscience.

La libération revient donc à la rencontrer, à s'en rendre compte de façon directe. Vous ne pouvez donc pas vous perdre. Vous ne pouvez que vous trouver, parce que vous vous êtes déjà perdus, temporairement, pour ainsi dire, quand vous êtes perdus dans les formes-pensées. Et les formes-pensées disent : « Je suis la seule chose qui soit réelle te concernant ». Mais comment sont-elles capables de dire cela ? Comment sont-elles capables de dire « Je suis la seule chose qui soit réelle » ? C'est parce qu'il y a là une conscience qui s'écoule dans les formes-pensées et elles adoptent une forme, mais l'essence derrière la forme est la lumière de la conscience.

Vous ne vous perdez donc pas ou vous ne perdez pas votre âme si vous vous abandonnez pleinement à l'éveil, mais vous vous réalisez ainsi pleinement, au-delà du passé et du futur, au-delà du mental. Vous vous êtes déjà perdus ; vous avez fait ça.