LE LIVRE DE L'ÉVEIL

Tableau de la couverture:

Consolata Radicati di Primeglio - **L'essenza** – 2007

Tableau à l'intérieur : "Il Respiro" de Consolata Radicati di Primeglio -

60x70 - 2007

LE LIVRE DE L'ÉVEIL

(Intuitions, phrases, poèmes, qui pointent vers la vraie source de la vie, réunis et commentés par Isabella di Soragna - email: sunyata@bluemail.ch) - traduites de : "Il libro del risveglio" publié en Italie – Artegrafica Silva - 2004.)

Le théâtre de la Réalité, le jeu de l'Absolu.

Le malentendu de l'Être, le mirage de l'existence

ou des phrases, des intuitions, des poèmes,

de la part de mystiques, physiciens, poètes… anciens et modernes

qui sans se connaitre indiquent

la seule vraie Source de la Vie.

&

Pourquoi partir pour le Tibet ?

Je suis assis à côté de toi, mon épaule touche la tienne.

Je suis la respiration à l'intérieur de la respiration. Celui qui t'aime.

Kabir

Tu es déjà tous les Bouddhas. Il n'y a rien que tu doives entreprendre.

Ouvre seulement les yeux

Siddharta Gautama

INDEX

Avant-propos pag.

Introduction

1) Il n'y a ni rien ni personne

2) Corps – mental

3) Pensée – personne

4) Je suis – Conscience – Dieu

5) Création du monde – monde des apparences

6) Espace - temps – illusion

7) Hologramme

8) Réalité – miroir

9) Non – localité

10) Projection de l'image

11) Jette loin !

12) Chercheur – recherche

13) Souffrance – peur

14) Témoin

15) Maître

16) Pratique

17) Dernier obstacle

18) Abandon

19) Pensée – liberté – esclavage

20) Tout est o.k.

21) Rêve

22) Illumination

23) Avant la conscience

23) Pas de fin pas de commencement

Notes fin de page

Le Sutra Mâyâvada

Upekkhâ

AVANT- PROPOS

Encore un livre sur la spiritualité ? Nous aimerions qu'il soit le dernier et le définitif, à jeter après l'avoir lu, pour en faire un feu de bois avec tous les autres du même genre. Ce livre est dédié à tous ceux qui se sont rendu compte d'avoir tourné à vide dans une recherche spirituelle qui les éloigne au lieu de les rapprocher du but.

Tous les sages de n'importe quelle culture ou race et qui ont dépassé toute croyance religieuse affirment à l'unanimité :

« Réveille-toi ! Ce que tu cherches avec tant de passion est simplement ce qui est en train de chercher ! »

Désespérément, sans arrêt et pendant toute une vie nous cherchons l'Amour, la Liberté, l'Union, à travers le faux sentier des concepts qui continuent à créer des illusions. En réalité tout cela est déjà en nous et porte un seul nom : ***Conscience.***

La Conscience contient ces aspirations, les incarne : Liberté est Conscience, Amour est Conscience. Nous nous attachons à des échantillons coloriés éparpillés ici et là en oubliant notre robe royale. Nous n'arrivons pas à ***concevoir*** notre vraie identité : de la même façon nous ne pouvons voir notre propre visage, ni exprimer le goût de notre bouche, ni voir notre propre œil. Ainsi nous nous épuisons dans une ronde sans fin.

La ronde n'a pas de but, c'est le ***but***.

Notre ***visage originel*** n'a ni commencement ni fin. Nous ne pourrons le trouver ni à travers l'hédonisme, ni à travers des rituels ou des disciplines. Les pratiques, en réalité, aident seulement à se fixer dans l'ici et maintenant et à se dés-identifier de l'image de soi. Nous pouvons seulement ***reculer*** et lorsque tous les noms, les idées et les suppositions se seront évanouies comme un mirage dans le désert, voilà…ce que nous sommes pourra se révéler.

Ainsi tout ce que nous considérions comme « ***autre*** » et qui nous effrayait – même si nous faisions semblant de l'aimer – pourra reprendre sa vraie place, comme notre propre vêtement ou plutôt une deuxième peau.

Alors ce monde, qui apparaît si solide et que nous cherchons à posséder, de peur qu'il nous détruise, se révèlera comme étant une pensée – ombre fugace d'une aussi fragile mémoire. L'univers qui nous entoure, redevient vraiment un ami et pulse avec nous : nous voyons alors notre ennemi comme partie intégrante de notre moi, projection de nos peurs, miroir de certaines inhibitions ou tabous, que nous ne pourrions voir autrement.

La physique quantique parle d'interdépendance de phénomènes, et de relativité d'espace-temps (il est toujours ***maintenant*** et chaque lieu est ***ici)*** et de

participation entre observateur et observé. La science des électrons et des hadrons découvre que le monde n'existe pas ***en soi***, mais est totalement lié à la présence consciente. La vraie séparation entre nous et l'environnement - affirment-ils – est la ***description*** du monde dans lequel nous nous enfermons.

Les conventions nous étouffent.

Heisenberg – physicien moderne bien connu – énonçait, il y a plus de cinquante ans, le principe d'Indétermination, comme base des phénomènes de la vie. La conscience apparaît maintenant plutôt comme un hologramme (1°) : chaque être est une centrale d'information qui contient toutes les informations. Les anciens textes du Védanta affirment que toute mesure ou dimension est ***mâyâ*** – l'illusion – dont la racine sanscrite est ***matr***, comme matrice, matière, mesure ou… Marie. L'Immaculée Conception du dogme chrétien est la ***mâyâ*** qui crée le monde tout en restant vierge et pure.

Nous ne devons pas confondre de nouveau la Réalité – ce que nous sommes profondément, notre fond… sans fond – avec les ***paraphrases*** des physiciens qui ***décrivent*** encore quelque chose, tout en réalisant la nature insaisissable de ce que nous observons, puisqu'en effet ils continuent à s'observer…eux-mêmes. Ils ne peuvent éliminer leur conscience de l' « observation » et continuent donc à *objectiver* ce qui est en réalité l'observateur.

Le serpent qui se mange la queue. Leur mérite est de s'approcher du « grand saut », dont parlent les mystiques de tous les temps. Mai est-ce qu'il existe vraiment ce grand saut ? Le fameux « saut quantique » dont on parle beaucoup n'est pas vraiment un saut, parce que l'électron ***ne*** change ***pas*** son orbite ! Cela montre qu'il y a quelque chose d'immuable dans l'apparent mouvement continu de la vie.

Le MOI, le vrai, n'est pas lié à la personne, pourtant il se manifeste pendant la création spontanée d'une vie et est <u>inexprimable</u> par des mots : il ne change jamais depuis la naissance jusqu'à la mort. Pendant le rêve nocturne aussi il y a un indéfinissable sentiment d'être où tout apparait et disparait, comme un orage soudain dans le ciel bleu. Nous n'avons pas un souvenir précis du sommeil profond, car en ce moment-là il n'y a pas d'identification avec un corps ou un état mental : nous sommes pour ainsi dire noyés en nous-mêmes, pourtant il y a un souvenir d'un bien-être total, et non pas d'un trou noir dans lequel on tombe régulièrement. La forme corporelle est vue comme projection mentale, à laquelle nous nous attachons à l'état de veille et qui nous emprisonne dans le concept central « je suis le corps ». Lorsqu'on dort ne sommes-nous pas incorporels ?

On parle beaucoup de compassion, mais selon cette nouvelle vision, elle devient un mot sans signification, puisque nous découvrons qu'il n'y a pas d' « ***autres*** » et que notre totale pauvreté c'est notre plus grande richesse.

Nous ne sommes rien. Nous sommes tout. Rien et Tout se fondent dans un claquement de doigts: ils sont identiques.

Cette vie qui apparaît et disparaît en un éclair, dont les physiciens reconnaissent l'imprévisibilité de base, ***l'incertitude***, et les mystiques l'impermanence spontanée, n'est-il pas un monde de rêve ? Dans les rêves nocturnes les personnages et les paysages sont nos créations et lorsque nous nous réveillons nous constatons: « Ce n'était qu'un rêve ! »

Nous nous réveillons le matin du sommeil nocturne et nous continuons à rêver les yeux ouverts, mais nous nous en rendons compte qu'au moment où nous nous ***réveillons*** complètement.

Tous ceux qu'on appelle « ***éveillés*** » affirment que cela est possible et très simple : il suffit d'abandonner nos convictions les plus chères et de chercher à regarder à travers le miroir, comme Alice. Comme Alice nous devons effectivement ***traverser*** le miroir, c'est à dire laisser de côté ce que le mental nous suggère constamment : mémoires, opinions, concepts. Nous ne pouvons rester à mi-chemin. Nous ne pouvons vivre la Réalité en restant attachés au monde du rêve, à la *description* des choses.

L'éveil, l'illumination se révèle après, la plus grande des illusions.

Qui est « illuminé » ? Qui est éveillé ? Personne !

L'individu ne pourra jamais expérimenter sa propre origine, car il *l'est déjà,* depuis toujours et ce qu'il peut concevoir ou objectiver est arbitraire, un dédoublement, un reflet dû au système perceptif et de cognition. Notre image dans le miroir nous envoie un « autre », mais en réalité c'est une *seule* personne.

Toutefois nous avons peur. Peur de quoi, de qui ? De nous-mêmes, de notre vrai visage, de la liberté qui est amour. Nous avons peur de l'inconnu.

D'accord. Qu'est-ce ***l'inconnu*** ? C'est un faux problème qui provient de notre identification à nos habitudes et à nos mémoires.
« L'inconnu – dit U.G.*- est *ce que nous sommes* ! »
Les biologistes modernes affirment : « Nous sommes la branche sur laquelle on est assis ».
Chacun de nous possède - ou mieux « est » tout l'or du monde, mais il s'identifie avec des miettes ou un ornement bon marché.
Alors les guerres, les famines, la misère ? Ils existent comme la paix, la richesse. L'un peut-il exister sans l'autre ? Avez-vous vu un acheteur sans un vendeur ? L'un et l'autre s'alternent comme la naissance et la mort, la création et la destruction : ils font partie de l'hologramme. Dans notre propre corps, n'y a-t-il pas des batailles constantes, accompagnées de moments de tranquillité ? Mille morts en guerre ou mille corps ensevelis dans un tremblement de terre sont identiques.
La différence gît dans l'arrogance de croire que c'est nous qui avons tué, tandis que c'était seulement le moment approprié. Qui dirige notre vie ? ***Seulement un paquet de conditionnements que nous appelons « volonté propre*** ».
Mais toi**,** ***qui*** es-tu ? ***Où*** es-tu ? Voilà la seule et ***unique*** question à se poser. Ensuite, en ce moment peut-être le ***qui*** et le ***où*** peuvent disparaître, tandis

que seul ***l' ê t r e*** – qui est aussi conscience et béatitude – reste, sans forme et sans nom.

Observons le film et laissons la vie suivre son cours : cela ne signifie pas adopter une attitude passive, au contraire. Cela requiert une vigilance passionnée qui n'est pas un effort : l'amour est-il une imposition ? Tout cela dépend aussi du « programme » que nous incarnons, des tendances innées, rien d'autre : cependant nous manifesterons notre potentiel d'une façon plus spontanée, sans se fatiguer et sans appréhensions.

Cet appareil psychosomatique a surgi sans le consentement de notre petit cerveau, il nous est ***arrivé*** – corps, mental, monde – et il s'en ira comme il est venu. Ce que tu es vraiment, observe et ***est ce*** qui observe : voilà le paradoxe d'un dualisme seulement apparent. Le monde nous apparaît, immense et constant, mais en réalité c'est notre « ordinateur » intérieur qui le fabrique : un homme drogué, une abeille ou un martien en donneraient une image toute différente.

« C'est une hallucination collective !» - affirmait le sage Nisargadatta et le physicien Schrödinger nous le confirme aussi. Ils étaient des personnes mentalement saines et lucides.

Les concepts sont utiles, mais enfin seulement comme une écharde que nous employons pour sortir *définitivement* une autre écharde qui nous blesse : cela fait, nous jetons les deux, mais il y a des gens… qui gardent les deux !

Jamais la pensée pourra s'approcher du vrai Silence : quand le mental n'a plus de ressources, ainsi que le dragon terrassé par l'archange Michael, la vraie compréhension pourra avoir lieu.

« Ni ceci, ni cela », « transparence », « vide de concepts, mais plein de ***ce qui est*** » : voilà les mots employés par ces personnages à des siècles et des milliers de kilomètres de distance – sans l'usage de téléphone – et qui se considéraient ***inexistants***, mais qui vivaient tranquillement leur vie. Réaliser sa propre nature, n'est pas la recherche d'extases ou de pouvoirs surnaturels, ni un dénigrement de la vie terrestre : c'est pourtant un renversement total de notre optique habituelle, tout en continuant à vivre la vie d'une façon plus riche et sereine.

Toutefois, comme les chevaliers à la recherche du Graal, il faut une grande détermination, une passion qui ne peut venir de notre petit ego conditionné. Toute notre attention sera constamment dirigée vers « cela », comme l'amant éperdument amoureux a toujours la bien-aimée dans son cœur. Il n'est pas nécessaire de se mortifier ou d'entreprendre des voyages périlleux, mais simplement de garder la flamme vivante. Cela fera mûrir le fruit, par la chaleur de l'attention à « je suis » : ce sentiment de présence dissoudra les cadavres idéologiques, les incrustations d'opinions, qui nous empêchent de pénétrer le vrai monde d'Alice.

C'est l'innocence de la pensée conceptuelle qui nous fait conquérir le Graal.

« La seule innocence est celle de ne pas penser » dit le poète Fernando Pessoa.

Le dernier pas à faire dans cette « voie sans voie », c'est de voir sans l'ombre d'un doute que nous sommes ***a v a n t*** l'apparition de la conscience-pensée : elle est encore un ***objet***, une définition. La conscience, le sens d'exister est la dernière corde qui nous attache à l'illusion. Le soi-disant état non-mental n'est pas celui d'un arriéré – bien qu'il jouisse inconsciemment de cette liberté – c'est un état de plénitude que les mots ne peuvent décrire. Si l'on vit cela, alors les

pensées utiles restent et deviennent plus efficaces, et on sait distinguer le mental ***fonctionnel*** du mental ***pensant*** – dont les images appartiennent aux émotions du passé et aux anticipations.

En deçà, avant la respiration, « plus près encore de la veine jugulaire », se révèle l'ineffable ***visage originel,*** qui nous unit. Comme un parent affectueux, toujours disponible, patiemment il nous attend : la parabole de l'enfant prodigue nous le raconte.

Bien des gens se poseront la question comment maintenir cet état de grâce qu'ils ont redécouvert à l'instant : ce sentiment d'espace qui épouse chaque forme, sans dimensions, nous attirera toujours plus, ***spontanément*** vers lui. C'est la Conscience le metteur en scène, elle seule tire les fils invisibles et quand l'heure sonnera, maintenant peut-être…la contemplation se maintiendra toute seule. Dans cette absence de dimensions, donc de mesures, la motivation même est Conscience, Liberté, Amour. Si la barrière ***dedans-dehors*** disparaît, où sont les frontières de l'ego ? L'ego s'évanouit dans tout ce qui est.

Et lorsque le chercheur disparaît, ***qui*** cherche encore et ***qu'est-ce qui est*** cherché ?

Pourtant **ce n'est pas encore la dernière étape : *l'observateur* se révèle aussi partie du mirage,** un concept utile au début, mais inexistant comme tout point de référence qui crée une mesure, aussi imaginaire que le reste.

Nisargadatta Maharaj disait :- Tu es le témoin de la paix – il y a donc la paix ET le témoin. La paix et le témoin s'évanouiront le moment venu. **Ce qui restera ce sera l'Absolu.** Cette dernière étape est très subtile. En elle il n'y a rien de tangible, compréhensible aux sensations grossières. **Tu ne peux que la vivre**.-

L'Inconnu est notre vraie demeure. Alors **l'hypnose** du corps, du monde, de l'Un et des multiples se dissout comme la brume au soleil : elle n'a jamais existé.

-Le condiment de ma nourriture est la faim : mon habit intime est la crainte de Dieu ; mon manteau extérieur est la laine ; le manteau hivernal, ce sont les lieux exposés au soleil : ma lampe, la lune ; ma jument, mes pieds ; mes aliments, ce que la terre produit spontanément. À chaque coucher de soleil, je ne possède rien et à chaque aube qui pointe, je n'ai rien. Et pourtant personne sur la terre…n'est plus riche que moi.

St. François d'Assise

---

* U.G. = Uppaluri Gopala Krishnamurti (à ne pas confondre avec Jiddu Krishnamurti.

Introduction

Paroles !

La voie est au-delà des mots,

Puisqu'en elle il n'y a

Ni hier,

Ni demain,

Ni aujourd'hui

Hsin Hsin Ming

La page parfaite, la page dont aucun mot ne peut être altéré sans dommage, c'est la plus précaire de toutes. Inversement, la page qui a une vocation d'immortalité peut traverser les feux des errata, des versions approximatives, des lectures distraites, des incompréhensions, sans perdre son âme dans cette épreuve.

Jorge Luis Borges

Je ne crois pas qu'il y ait des livres indispensables. Je crois plutôt qu'il y a des pensées essentielles auxquelles on finit par arriver, en général, à propos de n'importe quel livre. Ou bien sans aucun livre.

Jean Paulhan

Un poème n'exprime pas, mais il EST : en cela il diffère d'un texte de doctrine. Il révèle un sentiment du réel en dehors de tout concept logique…le poète décrit ce que le méditant explore silencieusement.

Anonyme

Q. : Prévoyez-vous un temps dans le futur pas trop lointain dans lequel il y aura beaucoup de personnes Illuminées sur la terre ?

R. : **Il n'y a pas de futur, il n'y a pas de personnes, il n'y a pas de terre, il n'y a personne qui cherche l'Illumination et personne qui la trouve. Celle-ci est la seule et ultime vérité.**

Poonja

Bien de personnes ont peur de vider leur mental car ils craignent de précipiter dans le Vide. Ils ne savent pas que leur propre mental EST le Vide. **Les ignorants évitent les phénomènes et non pas la pensée, les sages évitent la pensée et non pas les phénomènes.**

La naissance et l'élimination de l'illusion sont toutes les deux illusoires. L'illusion n'est pas quelque chose d'enraciné dans la Réalité ; elle existe à cause de

votre pensée dualiste. Si vous arrêterez de vous laisser aller à des concepts opposés comme *ordinaire* et *Illuminé*, l'illusion cessera d'elle-même. Et donc, si vous voudrez encore la détruire dans tout endroit où elle puisse être, vous découvrirez qu'il n'y a rien, même de l'épaisseur d'un cheveu, dont on puisse s'emparer.

Bodhidarma dit :

Lorsque la nature du Mental est comprise,

Aucun discours humain ne pourra la renfermer ou dévoiler.

L'Illumination n'est pas quelque chose à obtenir

Et celui qui l'atteint ne dit pas qu'il le sait.

John Blofeld

Vide ici, Vide là,

Mais l'univers infini

Est toujours devant tes yeux.

Infiniment grand et infiniment petit;

Aucune différence, puisque les définitions

Ont disparu

Et on ne voit plus de limites.

Ainsi pour l'Être et le non-Être.

Ne perd pas ton temps en doutes et discussions

Qui n'ont rien à avoir avec ceci.

Hsin Hsin Ming

Vraiment ici, le Réel.

Comment l'exprimer, sans l'oubli des mots ?

Chuang tzu

Sache-le: être vide de toute créature est être plein de Dieu et être plein des créatures c'est être vide de Dieu.

Meister Eckhart

L'une des filles spirituelles de Padre Pio lui dit qu'elle ne pouvait pas partir loin de lui. Il lui dit :

« Ma fille, pour les enfants de Dieu il n'y a pas de distance. »

« Mais c'est dur pour moi, Père.»

Padre Pio lui montra sa montre-bracelet.

« Dis-moi, qu'est-ce qu'il y a ici au milieu ? »

« Le pivot, Père. »

« Exactement. Le pivot est semblable à Dieu qui est immobile et les aiguilles attachées au centre, indiquent le temps. Entre le centre et les chiffres il n'y a pas de distance car les aiguilles font un pont avec le centre. Dieu est le centre, les heures sont les âmes, Padre Pio une des aiguilles qui fait le pont entre le centre et les heures. »

Revue Mountain Path 1997

il n'y a ni rien ni personne

Au commencement du commencement, même le rien n'existait pas.

Chuang-Tzu

Tout, dans le ciel intelligible, est partout. Toute chose est tout. Le soleil est toutes les étoiles, et chaque étoile est toutes les étoiles et le soleil.

Plotin

La plus incroyable transformation de la vision du monde que la nouvelle physique a entrepris est celle-ci – que **la conscience a un rôle actif dans le soi-disant univers physique.** Le résultat d'un certain type d'expérimentations semble dépendre de la conscience de l'observateur. Nous ne pouvons pas observer le monde physique, puisque **la nouvelle physique nous dit : il n'y a pas un monde physique**. Nous **participons** à l'intérieur d'une gamme de toutes les réalités possibles.

Michael Talbot

Lorsque tu n'es pas conscient, ton monde n'existe pas. Tu es conscient de ta présence et du monde à l'extérieur, mais ce ne sont pas deux choses distinctes. Comprends cela. Le monde peut exister seulement si cet apparat psychosomatique est présent.

Nisargadatta Maharaj

Q. : Ce corps-mental, ce n'est pas lui qui agit. La seule qui agit c'est la Conscience. Mais c'est la même conscience qui pousse ce corps-mental à penser de pouvoir penser et agir.

R. : Exactement. **Il n'y a personne** qui puisse réellement se préoccuper du fait que l'Illumination se produise ou non dans ce corps-mental. **Non seulement l'Illumination, mais aussi la Réalité est un concept.**

Nisargadatta M.: - Qu'est-ce au fond « Dieu » ? N'est-ce pas la Conscience, «le sentiment d'être» qu'on a, grâce auquel tu peux poser des questions ? **« Je suis » lui-même est Dieu**. **Il n'y a pas de possibilité d'une preuve de la Réalité, excepté le fait de l'être.** En effet tu **es** cela et tu l'as toujours été. La conscience s'en va à la fin du corps (elle est liée au temps) et avec elle la dualité qui est à la base de la conscience et de la manifestation.

Ramesh-Balsekar

Q. : Pourquoi niez-vous le monde ?

R.: Je ne nie pas le monde. Je le vois apparaître dans la conscience, qui est la totalité du connu dans l'immensité de l'inconnu. Ce qui commence et finit est pure **apparence**. On peut dire du monde qu'il ***apparaît*** et **non** pas qu'il **est**. L'apparence peut durer très longtemps sur une certaine échelle, très bref sur une autre, mais à la fin le résultat ne varie pas. Tout ce qui est lié au temps est momentané et irréel.

Nisargadatta Maharaj

Une fluidité qui n'est pas de l'eau, une limpidité qui n'est pas l'air ; une lumière qui est sans feu et un esprit sans corps.

Ibn al-Farid

La conscience est le seul instrument que nous avons pour examiner la conscience. De ce fait nous sommes enfermés dans un dilemme sans fin – un miroir qui reflète infiniment une situation reflétée et de laquelle il n'y a pas moyen d'en sortir.

Michael Talbot

Q. : Qui suis-je ?

R. : Par l'incessante recherche intérieure « Qui suis-je ? » vous vous connaîtrez vous-même. Le vrai moi ou Soi n'est pas le corps, ni le mental, et même pas l'état de sommeil profond dans lequel il n'y a plus aucune perception de tout cela. Après avoir rejeté chacun de ses états, ayant dit « je ne suis pas cela », ce qui reste est seulement le « je » c'est-à-dire la Conscience.

Revue The Mountain path 1995

C'est assez plausible à présent que le « siège de la conscience » ne puisse jamais être trouvé par un neurochirurgien, parce qu'elle semble inclure non pas un organe ou plusieurs organes, mais par contre l'interaction de champs énergétiques à l'intérieur du cerveau. Ces modèles d'énergie seraient endommagés par une intervention chirurgicale, et dans les cadavres ils n'existent plus depuis longtemps. Les neurophysiologistes ne trouveront certes pas ce qu'ils cherchent en dehors de

leur propre conscience, car **ce qu'ils cherchent est justement ce qui est en train de chercher.**

Keith Floyd

Où est le siège de la conscience humaine ? Je dirais par nécessité de communication qu'il existe une « sphère de la pensée » et chacun a pour ainsi dire un « antenne » qui provient du milieu culturel dans lequel il est né. Jamais il ne pourra découvrir seul le siège de la conscience humaine, car elle est partout et parce *qu'il n'est pas séparé* de cette conscience collective. Toutes les expériences que les physiologistes du cerveau et les psychologues produisent, ne changeront jamais rien au problème : *ils ne le découvriront jamais.*

U.G.

corps-mental

Qu'est-ce qu'il y a autour de mon jardin ?

Rochers incultes qui embrassent les nuages blancs.

Han Shan

Est-ce qu'il n'est pas important pour toi de savoir si tu es seulement un corps ou autre chose? **Ou rien du tout** ? Tu ne vois pas que tous tes problèmes viennent de ton corps: la nourriture, le refuge, la famille, le nom, la renommée, la sécurité, la survie? Tout cela perd sa signification le moment où tu réalises que tu n'es pas seulement un corps.

Nisargadatta Maharaj

Sache que le monde entier est un miroir,

Dans chaque atome se trouvent

Cent soleils flamboyants.

Si tu casses le cœur d'une seule goutte d'eau,

Cent purs océans en émergent.

Si tu examines un grain de poussière,

Tu peux y découvrir mille Adams…

Un univers entier se cache dans un grain de millet;

Tout se réunit dans le point du présent…

De chaque point du cercle

Des milliers de formes naissent.

Chaque point, en tournant en rond,

Est parfois un cercle,

Parfois une circonférence en mouvement.

Mahmoud Shabestari

L'homme apparaît comme un dérivé du monde, mais intrinsèquement il est l'origine du monde.

Djalâl-ud Din Rumi

Loggia 56

Jésus disait: Celui qui connait le monde

Découvre un cadavre,

Et celui qui découvre un cadavre

Le monde ne peut pas le contenir.

Comme dit le Prologue de St. Jean: « Sans Lui « nihil», sans le Verbe, l'information créatrice, rien. » Meister Eckhart se fera condamner en disant : « Toutes les créatures sont un pur rien. »

L'Evangile de Thomas

Le corps a une sagesse innée : c'est le mauvais usage du cerveau qui crée les désastres.

Charlotte Yoko Beck

Le *nagual* est l'Imprononçable. Tous les possibles sentiments et êtres sensibles fluctuent en lui comme des chalands, tranquilles, inaltérables, éternellement. Puis la colle de la vie en relie ensemble quelques-uns et un être vivant apparaît. Cet être *perd le sens de sa vraie nature* et reste aveuglé par le scintillement et le bruit du *tonal*, dans lequel existent toutes les organisations unifiées. Cette grappe de sentiments peut être réordonnée et peut se reformer à l'instant partout. En d'autres mots on pourra voir l'ici et là au même temps. Le *nagual* peut être témoigné par la **volonté**, le *tonal* par la **raison**.

Carlos Castaneda

Considère ce qui arrive si tu jettes en l'air un caillou. Il laisse son point d'origine, s'élance, puis retombe et continue sa course jusqu'à ce qu'il n'ait pas rejoint sa base d'origine où il reste à nouveau immobile. Ainsi les eaux de l'océan s'évaporent,

forment les nuages qui, poussées par le vent, se condensent en pluie qui retombe sur les montagnes, elles descendent les pentes pour former des ruisseaux, des fleuves qui finissent dans l'océan, lieu de repos. Tu vois donc que dès qu'il y a un sentiment de séparation de sa propre source il se produit une agitation et un mouvement jusqu'à ce que le sentiment de séparation disparaisse. Ainsi pour toi. Tu t'identifies avec ton corps et tu penses être séparé de l'Esprit, le vrai Soi. Il faut supprimer ce sentiment de séparation en retrouvant la *Source* et ainsi tu seras heureux.

Ramana Maharshi

Q.: Quel type de réincarnation se manifeste si quelqu'un se suicide?

R.: « Sui » signifie « soi ». Le vrai suicide c'est ôter la vie à ce « soi » que tu crois être. Si tu arrives à le faire, il n'y aura plus ni morts ni réincarnations. Si tu tues seulement le corps, tu en trouveras vite un autre pour souffrir à nouveau.

Poonja

L'individualité a seulement une existence illusoire. Tant que nous imaginons avoir une existence séparée, nous *imaginons* aussi qu'elle ait le libre arbitre. En vérité l'ego n'a pas de libre arbitre, car il n'y a pas d'ego; mais sur le plan de la réalité apparente l'ego est composé de libre arbitre: c'est l'illusion du libre arbitre qui créé l'illusion de l'ego.

Q.: Est-ce possible de jouir du samadhi en étant pris par le travail mondain ?

R.: C'est le sentiment « je travaille » l'empêchement. Demandez-vous « QUI travaille ?» Il est faux de supposer que si on se fixe sur le Soi les devoirs de la vie ne seront pas exécutés comme il se doit. Un acteur s'habille avec un costume, il joue son rôle et ressent ce qu'il dit, mais il sait qu'il n'est pas ce personnage, mais quelqu'un d'autre dans la vie réelle. De la même manière pourquoi la conscience du corps, le sentiment du corps devrait vous troubler, puisque vous savez avec certitude de ne pas être le corps, mais le Soi ?

Ramana Maharshi

Puisque nous sommes déjà le Soi, la souffrance provient du fait que nous croyons « je suis le corps» ou bien « il y a un Soi que je dois atteindre »

Q.: S'il vous plait, y-a-t-il une méthode pour détruire le mental ?

R.: Trouve *qui* a le mental ? Si le mental existe encore après avoir réussi dans ton intention, alors tu pourras chercher une méthode pour le détruire. *L'ajnani* est comme celui qui observe seulement les noms et les formes qui apparaissent sur l'écran du cinéma. Le *Jnani* par contre est toujours conscient de l'écran sur lequel apparaissent les noms et les formes.

Annamalai Swami

Imagine de te trouver dans un certain point de l'espace-temps; ta personnalité se tient sur ton identification avec le corps. Les pensées et les sentiments se suivent et te font croire, grâce à la mémoire, que tu es durable. En réalité ce sont l'espace et le temps à exister en toi et non pas toi en eux. Ce sont comme des paroles écrites sur une feuille : la feuille est réelle, les mots une pure convention.

Nisargadatta Maharaj

Q. : Qu'est ce qui nait alors ?

R. : Les *samskaras* non-réalisés [aussi *vasanas ; sam*=ensemble-*kara*=action]

Le Soi n'est pas touché. Seul le corps nait et meurt. L'ensemble de tes *samskara*s provoque l'impulsion à une nouvelle vie. Les renaissances continuelles se nomment *samsara*.

Poonja

Tu es resté cloué au récit de tes parents : tout sur la conception, la grossesse, l'accouchement, l'enfant, l'adolescent, le jeune homme, et ainsi de suite. Pour te désancrer de l'idée d'être un corps tu dois recourir à l'idée opposée : tu n'es pas le corps. Justement parce que c'est une idée comme une autre, traite-la comme quelque chose à jeter après usage.

Les paroles sont des barrières mais aussi des ponts. C'est la seule réalité qu'a le corps.

Nisargadatta Maharaj

J'ai un corps ou je n'en ai pas?

C'est moi ou ne suis pas moi ?

En considérant ces choses, en les soupesant,

Assis, appuyé aux rochers, le temps passe

Entre mes pieds pousse l'herbe verte

Sur mon crâne tombe la poussière rouge,

Je vois déjà les hommes du monde vulgaire,

Près de mon lit de mort avec leurs offrandes

De vin et de fruits.

Han Shan

Q. : Alors, notre difficulté fondamentale est la pensée…

R. : Vous ne pouvez faire aucune expérience à moins d'y penser. **Vous ne pouvez même pas ressentir votre corps sans l'aide de la pensée. Il y a les perceptions des sens, mais c'est votre pensée qui donne forme au corps et le définit, sinon vous ne pourriez pas l'expérimenter comme tel. Le corps existe seulement comme pensée : il y a une seule pensée et tout existe en fonction de cela. Cette pensée est le « je ».** Toutes vos expériences basées sur la pensée sont une illusion.

U.G.

Q. : Qu'arrive-t-il lorsqu'un être réalisé quitte son corps ? S'il n'a pas besoin de se réincarner, où va-t-il ?

R. : Il n'existe pas une personne réalisée. Lorsque **la *personne* n'est plus, le Soi est réalisé.** Quand il n'y a plus de *personne*, la question d'aller ou venir ne se pose plus. Le corps est une apparition dans le Soi. **Quand le corps disparait, le Soi reste comme il était et il est toujours.** La réalisation c'est la compréhension « je ne suis pas ce corps » qui vient et va, je suis cette réalité qui ne change jamais, dans laquelle le corps et tout le reste apparait.

Je t'indique seulement ce que tu es ici. Ne t'en va pas avec la pensée : « Je pense faire l'expérience du vide ». **D'abord enlève l'activité, le faire qui est penser et expérimenter, ensuite enlève le « moi »**. Alors on pourra commencer… ce sont les habitudes endormies, héritées du mental et ensevelies dans la mémoire, quand les circonstances appropriées se présentent, elles surgissent pour attraper l'objet. Elles reviennent donc à la mémoire, où elles s'impriment à nouveau, pour se présenter selon les circonstances requises. L'illumination en annule le pouvoir, car l'identification avec un « agissant » n'est plus, la vision a changé et il n'y a plus d'intérêt.

Poonja

Je le répète encore et encore ; comprends ce que c'est la chose par laquelle nous nous sentons vivants, comprends sa nature, son goût, alors l'identification avec le corps s'en ira.

Vous vous identifiez avec le corps et vous vous limitez, mais rappelez-vous : ne négligez pas ce corps, c'est la maison de Dieu, soignez-le. Dieu peut être réalisé seulement dans ce corps. C'est seulement à cause d'une mauvaise analyse que votre corps et le Soi ont été divisés, mais tout est seulement un seul Soi, tout est intimement relié.

Que le corps mental fasse son travail, mais comprends que ce qui le fait ce n'est pas toi : **tu es le sens de présence**.

Naturellement ton corps reste dans le monde et du monde, mais il ne te trompe plus.

Nisargadatta Maharaj

Le corps est pensée, la vie est pensée, le sexe est pensée. Vous êtes pensée et pensée est ce que vous êtes. S'il n'y avait pas la pensée vous ne seriez pas. Si la pensée ne serait pas là, le monde ne serait pas là.

U.G.

L'univers commence à se présenter plutôt comme une grande pensée qu'une grande machine.

James Jeans

L'état antérieur à la conscience est permanent. L'apparition et la disparition spontanées, sont une qualité de la conscience. Si tu t'endors avec la conviction que tu es la conscience, cette pensée règnera toute la journée suivante. Endors-toi avec la certitude que ton corps est espace. Tu souffres parce que tu te crois un corps. Rappelle-toi jour après jour que tu n'es pas un corps, que tu es connaissance, conscience. Après la mort le corps se transforme en espace. Par conséquent, pourquoi ne pas supposer qu'il l'est déjà dès maintenant.
Tu n'es pas le corps. Tout ce qui apparait et ensuite disparait se sont des projections mentales.

Nisargadatta Maharaj.

La pensée crée le temps et l'espace. Quand la pensée est là il y a le temps et l'espace. La pensée a créé le demain. Vous vous sentez désespérés car vous avez créé l'espoir du demain. La seule possibilité que vous ayez c'est maintenant; l'espoir n'est pas du tout nécessaire. Et aussi l'idée du Soi, de *l'Atma,* n'a pas de valeur. J'ai tout fait pour trouver ce Soi. Mais c'est une invention des philosophes.
Lorsque, même pour un instant vous arrêtez de désirer, la pensée est absente et il ne vous reste que le simple problème de prendre naturellement soin du corps : la nourriture, quelques habits, un refuge.

U.G.

Il est facile d'arrêter de s'identifier au corps : observe le corps, observe la force vitale de la respiration. Si tu peux les observer, cela signifie que tu en es distinct. De la même façon lorsque tu observeras la conscience, tu seras au-delà de la conscience. Mais au début sois une seule chose avec la conscience. Tu ne peux en aucun cas te confondre avec cette fiction qu'est le corps.

Nisargadatta Maharaj

pensée – personne

Essayez d'être, uniquement être. Accordez-vous journellement assez de temps pour vous asseoir dans le calme pour essayer, seulement essayer de dépasser la personnalité et ses obsessions. En persévérant ainsi vous ne pouvez pas échouer. Ce qui importe surtout est le sérieux et la sincérité ; il faut vraiment que vous ayez la nausée d'être la personne que vous êtes et que vous voyez le besoin urgent d'être libre des identifications inutiles à un faisceau de souvenirs et habitudes.

Nisargadatta Maharaj

Dans la traversée de la vie, le sens de *l'ego* est la ***mouche cochère***… qui bourdonne constamment, soit que la diligence grimpe sur une montée soit qu'elle ne bouge pas. **S'occuper de l'ego signifie s'occuper de la mouche cochère :…c'est…lui confirmer son importance. LA MOUCHE COCHÈRE C'EST NOUS**. Elle prétend aspirer à la paix, mais elle ne peut qu'en jouir en cessant d'exister : voilà…la contradiction fondamentale. **La conscience de soi n'est qu'un sous-produit de la mémoire.** La connaissance réfléchie (« je sais et je sais que je sais ») c'est seulement une idée générale désincarnée…un **fait de mémoire** qui se prend pour un centre de décision, d'action, de vie.
L'homme n'est pas un centre de conscience *qui a* des projets, des désirs…L'homme *est* « son » désir, « son » projet…Eux mis à part, il n'y a rien… : c'est le désir qui s'expérimente soi-même.
Le sens de *l'ego* – cette *intuition* de mon existence – c'est un effet secondaire…de ces désirs, peurs,…qui - en faisant l'expérience de soi-même – découvrent leur existence…c'est le résultat d'un processus, ce n'est pas sa cause. **La libération (de l'ego) c'est justement ce que l'ego désire, tandis que la libération n'est autre que la fin de l'ego : plus il la désire, plus il se renforce.**
Nous sommes déjà libres, MAIS NOUS VOULONS LE SAVOIR, EN FAIRE L'EXPÉRIENCE. Celui qui dit expérience ou connaissance parle d'une idée réfléchie, …c'est-à-dire de *l'ego*.
L'ÉTAT NATUREL EST QUELQUE CHOSE QUI NE PEUT ÊTRE CONNU…C'EST IMPOSSIBLE DE L'EXPÉRIMENTER.

Jean Michel Terdjman

L'homme ne peut considérer la possibilité que CE qui est éternellement présent, n'ait pas besoin d'une forme - visible ou invisible, matériel ou immatériel – pour être présent, puisqu'il ne peut renoncer à un « je », à l'idée donc d'une entité séparée. Son instinct d'une éternelle présence est juste, mais son intellect ne peut laisser tomber le reflex conditionné de personnaliser ce principe éternel. Le résultat est qu'il voit le principe éternel comme un « je », qui laisse le corps existant au moment de la mort, mais qui continue son existence phénoménique ailleurs.

Ramesh Balsekar

Pourquoi l'art est expérimenté dans la culture japonaise comme une « voie » ? Hisamatsu, sollicité par les questions de Heidegger, nous l'explique dans sa synthèse du bouddhisme zen : « L'art est une voie par laquelle l'homme est introduit à son origine, et trouve son sens dans le fait que l'homme, une fois introduit dans son origine, revient à la réalité…L'origine de la réalité c'est la vraie vie originaire, le Soi, et au même temps le divin abandon de chaque lien formel. Cet **être libre est aussi appelé le Rien**.»

Franco Volpi

Personne ne peut connaître Dieu si d'abord il ne se connait lui-même.
Toutes les créatures sont un pur rien. Je ne dis pas qu'elles valent peu ou qu'elles soient quelque chose : elles sont un pur rien. **Ce qui n'a pas d' « être » est**

rien. Les créatures n'ont pas d' « être », car leur présence dépend de la présence de Dieu : si Dieu s'éloignait un instant, les créatures seraient anéanties.
Il ne faut pas penser à ce qu'on fait, mais à ce qu'on est. Si tu es juste, tes œuvres sont justes.

Meister Eckhart

Comme le temps n'existe pas hormis le présent, et dans lequel rien n'existe sauf le « tout », il n'y a rien à gagner malgré le plaisir du jeu qui est de faire semblant qu'il existe.
Du point de vue des yeux, la tête semble être un vide invisible… immédiatement derrière à tout ce qu'on observe…le champ entier qui s'ouvre devant nos yeux, c'est une sensation qui se passe dans la partie postérieure-inférieure de la tête où se trouvent les centres optiques du cerveau…tout ce qu'on écoute et touche est une vibration particulière qui agit en rapport avec le cerveau : **c'est le cerveau qui traduit la vibration dans ce qui se présente, sous forme de lumière, couleur, son. Séparées du cerveau, ces vibrations seraient comme le son d'une main qui applaudit toute seule**.

Ne cherchez pas à vous libérer de la sensation du « je ». Considérez-la tant qu'elle dure, comme un aspect ou un jeu du processus entier, comme un nuage ou une vague, la sensation de chaud ou froid. *Se libérer de son propre moi c'est la dernière possibilité qui reste à l'invincible égoïsme. Elle finirait par renforcer la réalité de cette sensation.* Lorsque la sensation d'être séparés est vécue comme n'importe quelle sensation, elle s'évanouit, en se révélant un mirage, ce qu'elle est en réalité. Quand « les exercices spirituels » sont pratiqués dans le *but* **d'atteindre** le réveil spirituel, ils renforcent l'illusion que le moi puisse être arraché et jeté quelque part.

Alan Watts

Pouvez-vous observer une chose nommée « je » ? Il s'échappe. Observez-le à présent et dites-moi : comment le regardez-vous ? Et quelle est la chose qui est en train de regarder ce que vous appelez « je » ? Voilà le noyau de la question : **ce qui regarde ce que vous appelez « je », est le … « je ». Il est en train de créer une division illusoire de soi-même en sujet et objet et justement grâce à cette division il peut continuer**. Il est seulement intéressé à continuer ainsi. Tant que vous voudrez comprendre ce « je » ou le changer en quelque chose de spirituel ou saint…il va continuer. Si vous le laissez en paix il n'est plus, il est parti.

U.G.

Il y a un banquet en honneur du roi. Il y a beaucoup d'invités, chacun placé selon son rang. Il y a seulement une place libre, destinée au roi. Un disciple soufi, habillée avec des haillons entre et s'assied sur le siège destiné au roi. Le premier ministre indigné, s'approche du soufi et lui demande:
-Comment oses-tu t'asseoir sur la chaise destinée au roi ? Est-ce que tu es un important ministre ?
Soufi:- Non, je ne suis pas un important ministre, mais beaucoup plus.-
Premier ministre :-Es-tu le roi ?-
Soufi:- Non, je ne suis pas le roi. Je suis plus important.-
Premier ministre :-Es-tu le Prophète ?-
Soufi:-Non, je ne suis pas le Prophète. Je suis plus important.-
Premier ministre: -Es-tu Dieu ?-

Soufi:- Non, je ne suis pas Dieu. Je suis plus important.-
Premier ministre : (indigné)- Comment peux–tu dire cela ? Il n'y a rien de plus que Dieu.-
Soufi :- Je suis ce « RIEN ».-

Histoire soufi

Q. : Et la renaissance ?
R. : Il y a le *karma* et il y a la renaissance, mais pas d'un individu. La confusion est due au préfixe *-re*. Il y a des nouvelles naissances, des nouveaux personnages, des nouveaux organismes, mais pas quelqu'un qui renaît. La confusion est due à la connexion entre karma et renaissance.

Q. : L'Absolu n'est jamais né et ne meurt jamais ?
R. : Exact. L'activité procède.
Vous devez savoir que comme individus vous n'êtes pas les agissants de l'action, mais conduisez-vous dans la vie comme si vous l'étiez.

Ramakrishna

… tu dois agir, car en fait, tu ne peux *ne pas* agir. L'organisme corps-mental doit réagir aux stimuli. Tu dois prendre des décisions *comme si* elles étaient les tiennes.

Dans le Bhagavadgita, le seigneur Krishna mentionne clairement la « **nullité** » (*avant la conscience laquelle est simultanée au concept de l'espace-temps et de la manifestation*) **comme la vraie nature de l'homme, bien que la « nullité » soit en réalité la plénitude de la totalité nouménale.**

Ramesh Balsekar

La créature humaine est encore un nom et une forme. Quand vous ne **pensez** pas à vous-même comme être humain, où est l'être humain ?

Jean Klein

Je parle toutes les langues et écoute avec toutes les oreilles.
Étrange, je n'ai toutefois ni langue ni oreilles.

Iraqui

Qu'est-ce la vie ? L'étincellement d'un ver-luisant dans la nuit. La respiration d'un bison en hiver. La petite ombre qui court dans l'herbe et se perd au coucher du soleil.

Chef Isapwo Muksika Crowfoot

J'ai élu domicile au cœur de la montagne:
Sur la voie des oiseaux, il n'y a plus de trace humaine.
Il y a des années que je vis dans ces lieux :
Combien de fois j'ai vu fondre l'hiver au printemps.
Allez dire aux riches et aux gens de la Cour,
Qu'un nom vide ne sert à rien.

Han Shan

Le moi est fait de labyrinthes
Mais je ne suis que mon être inconnu.
J'ai, je ne sais pas pourquoi,
Une autre façon de voir…
Dans lequel voir est connaître,
Dont la vie est foi, affliction
Rejetée par la main du doute.

Fernando Pessoa

Considère ceci : observe ta main. À présent regarde la lumière qui vient de la lampe à tes côtés. Et le chien qui repose à tes côtés. Tu n'es pas fait seulement de ces mêmes choses. **Tu es la même chose**. Une seule chose.

Michael Talbot

Q.: Qu'est le Soi inférieur ? Et le Soi supérieur ?
R. : Dans le Soi il n'y a ni supérieur ni inférieur.

Q. : Dans ma vie, tout - le moment et la manière dont je mourrais - est déterminé précédemment ?
R. : Toutes les activités du corps sont prédéterminées. La seule liberté que tu possèdes est celle de ne pas t'identifier avec le corps qui exécute les actions. L'illumination n'arrive pas dans le temps. Elle arrive lorsque le temps s'arrête.

Poonja

Lorsqu'un anachorète entre dans un bistrot, le bistrot devient sa cellule et lorsqu'un client assidu d'un bistrot entre dans une cellule cette cellule devient son bistrot.

Hujwîrî

Le terme *observateur* devrait être substitué par le terme *participant*. Cette substitution pourrait indiquer le rôle radicalement neuf de la conscience dans la physique…la réalité subjective et objective dans un certain sens se créent l'une l'autre. Est-ce possible que l'univers dans un sens étrange soit « amené à la lumière » *par la participation de ceux qui y participent* ?

John Wheeler, physicien de Princeton

Nous avons pénétré la matière et nous avons trouvé un peu de *mâyâ* – et entrevu quelque chose de nous-mêmes.

Michael Talbot

Je ne suis Personne ! Et toi qui es-tu ?
Toi aussi tu es - Personne ?
Bien, alors on est deux !
Mais ne le dis à personne !
Ils nous chasseraient – et tu le sais !

Emily Dickinson

La vraie perception n'est pas exclusivement interne ou externe. Quand tu perçois l'intérieur, tu peux voir le changement correspondant dans le monde « objectif ». Quand tu perçois l'extérieur, qui est toujours une stimulation, tu peux voir le changement correspondant en toi-même. Mais s'apercevoir de l'un ou de l'autre est tout au plus un jeu, car la perception totale signifie devenir conscient de la nature limitée des deux et de **l'étendue illimitée dans lesquels ils surgissent.**

G. Bluestone

Si vous voulez être un « Fils » **détachez-vous de chaque « non », car le « non » cherche la distinction.** Comment ? Si tu « n'es pas » cet homme-là, ce « non » crée une distinction entre toi et cet homme. Donc si vous voulez être sans distinction, séparez-vous du « non ».

Meister Eckhart

Le mental n'a pas de forme, ni couleur; cela se rapporte à son aspect vide. Mais il peut connaître les choses et percevoir une variété infinie de phénomènes ; ceci est son aspect lumineux, de connaissance. L'union inséparable de ces deux aspects – vacuité et luminosité - constitue ce qu'on appelle *l'esprit originel immuable*. Pour le moment la clarté naturelle de votre mental est voilée par le troubles du mental. Mais à fur et à mesure que ces voiles disparaîtront, vous connaîtrez la splendeur de la conscience éveillée, jusqu'au moment où vos pensées se libèreront au moment même de leur apparition, comme le signe sur l'eau disparait dès qu'il est tracé. Lorsqu'on reconnait directement la nature de l'esprit, c'est ce qu'on appelle *nirvana*. Si elle est voilée par l'équivoque on l'appelle *samsara*. Mais le *samsara* comme le *nirvana* n'ont jamais été distincts du continuum de la nature absolue.
Le mental qui divise les expériences en sujet et objet, s'identifie d'abord avec le sujet, le « *je* », après avec l'idée de *mien*, enfin avec *mon* corps, *mon* mental et *mon* nom. Au fur et à mesure que cet attachement augmente, nous nous préoccupons toujours plus de notre bien-être personnel. Notre recherche acharnée du bien-être, le refus des situations désagréables, nos préoccupations envers la critique et les louanges, sont tous dus à cette notion de « *je* ». Lorsque nous réalisons que l'objet de l'attachement et le mental sont des concepts vides, il nous est facile de voir que les « autres » ne sont pas différents de nous.

Dilgo Khyentse

L'état que nous appelons Réalisation est simplement être soi-même, ne pas connaitre ou devenir quelque chose. Celui qui a réalisé (sa vraie nature) ne peut décrire cet état. Il peut seulement **l'être**.

Ramana Maharshi

L'enclos du cerf.
Sur la montagne vide l'homme n'a pas de forme,
Où la voix seule vient de l'écho.
Les ombres du soleil couchant s'inversent dans la forêt :
Sur la mousse la lumière renait.

Wang Wei

Si tu n'arrives pas à abandonner l'idée que tu vas mourir, alors accueille cette révélation : tu es l'ensemble de la manifestation. La stabilité existe seulement dans le sans-forme.

Nisargadatta Maharaj

Quelle étrange créature l'être humain :
Il avance à tâtons dans le noir avec une expression intelligente.

Koso Sawaki Roshi

Dans un grain de blé
L'univers entier.
Dans la marmite
Mijotent montagnes et fleuves.

Taisen Deshimaru Roshi

La vérité est que tu as oublié qui tu es : et cela est le pire crime, le seul qu'on ne peut pardonner. Tu es l'unique « je ». Il n'y a que toi. Mais surtout n'en déduis rien ! Ce serait dangereux. Tu es l'Unique.
La destruction à accomplir est énorme. On ne peut affronter le rêve par petits morceaux. Lorsqu'on se réveille le matin, le rêve disparait à l'instant. Donc **il faut extirper les yeux de la pensée, en découvrant au même temps que tu n'as jamais vu qu'avec les yeux de la pensée.** Le cosmos n'est qu'une bulle que l'âme est en train de souffler. Il faut faire exploser cette bulle de savon. L'état de conscience habituel n'a aucune solidité et peut exploser d'un moment à l'autre. Tu es seul en face de tes projections mentales. Il faut seulement voir l'irréalité de la chose et se réveiller du rêve. L'état de conscience habituel est un « je » qui se dégrade dans une « pensée de moi »

Stephen Jourdain

Q.: Lorsque je contemple ma vraie nature, je suis dans le « je-suis ». Un sentiment d'amour sans cause m'envahit alors. Ce sentiment est juste ou est-ce encore une illusion ?
R. : C'est la félicité de l'être, la présence du je suis. C'est une expérience élevée, mais elle fait partie du mental. L'être n'éprouve ni plaisir ni déplaisir. C'est sans le « moi », sans l'expérience. Si on vous appelle, vous répondez « me voilà », mais avant de le dire vous étiez là. Votre sentiment d'exister n'était pas là, mais lorsqu'on vous appelle ce sentiment surgit spontanément. Vous ressentez de **l'amour**, mais après tout **c'est un état conditionné**. **Le non-conditionné est *sans* état**. Cela a été toujours comme cela, mais vous ne le savez pas, voilà la difficulté. Il n'y a pas un seul lieu où la réalité ne réside pas. **Puisque vous êtes la réalité, comment pouvez-vous la voir** ? Pour voir votre visage vous avez besoin d'un miroir. **Ne me demandez pas si vous pouvez obtenir la réalité, vous êtes la réalité.**

Ranjit Maharaj

je suis-conscience-dieu

Loge 15

Jésus disait: Lorsque tu verras
Celui qui n'a pas été généré par une femme,
Prosterne-toi, adore-le.
Voilà le Père !

…..je vous invite à découvrir en nous l' « incréé » - ce qui n'est pas né d'une femme, de la chair, de l'émotion et à diriger notre regard vers notre vraie origine, non-née, non-crée.

Loge 19

Jésus disait : Bienheureux celui qui EST avant d'exister…

« Avant qu'Abraham fut, Je Suis ». Meister Eckhart dira lui aussi : « Avant de naître, Je SUIS, de l'éternité ». Bienheureux celui qui dans l'espace-temps, se rend compte de son être éternel. « **Il est dans le monde, mais pas de ce monde.** »

L'Évangile de Thomas

L'âme trouve son bonheur dans la perception de soi.

Dieu peut être vu seulement par la cécité, connu par l'ignorance, compris seulement par les fous.

Tout l'amour de ce monde est fondé sur l'amour de soi. Si tu l'abandonnais tu aurais abandonné le monde entier.

Meister Eckhart

Nous tous avons fait l'expérience de ces moments d'oubli total dans lesquels nous nous sentons comme des plantes, animaux, créatures des grands fonds marins, habitants des demeures célestes. Je crois que dans ces moments-là nous essayons de dire à nous-mêmes ce que nous savons depuis longtemps, mais que nous refusons d'admettre : **que vivre et être morts c'est la même chose et que vivre un jour ou mille ans ne fait aucune différence.**

Henri Miller

Que voulez-vous dire quand vous parlez de **conscience** ? L'inconscience n'existe pas. Vous voyez une personne ***évanouie…***mais **elle n'a pas le moyen de savoir si elle est inconsciente** ; quand elle sort de cet état d'inconscience elle devient consciente. À présent, pensez-vous d'être conscients, d'être réveillés, d'être vivants ? De cette façon, c'est votre **pensée** qui vous fait ressentir que vous êtes conscients ou non, que vous êtes vivants ; cela est seulement possible lorsque la connaissance fonctionne, quand la connaissance est absente, que la personne soit vivante ou morte n'a pas d'importance pour ce moment de pensée – qui cesse lorsque la mort arrive. Vous n'avez pas la possibilité de savoir si vous êtes vivants ou morts, conscients ou pas : **vous devenez conscients seulement avec l'aide de la pensée.**

U.G.

Le « Je suis » lui-même est Dieu. La recherche elle-même est Dieu. Tandis que tu cherches tu découvres que tu n'es ni le corps ni le mental, mais l'amour de soi en

toi pour le soi en tout. Les deux choses sont une même chose en réalité : elles cherchent l'unité et cela est amour.

Nisargadatta Maharaj

En pensant au passé
Tu trouves que c'est le rêve d'un soir.
Réalises cela et tu verras
Que tout est seulement un mensonge.

Ceux qui sont assombris
Par cette fluctuante vie de douleurs
Se chagrinent, affligent leur mental
En ruminant sur des rêves insignifiants,

Car au fond, ce monde fluctuant
Est irréel.

Bankei

En réalité il n'y a ni vérité ni erreur, ni oui ni non, ni aucune distinction d'aucun genre. Puisque tout – les contraires inclus – est UN.

Chuang Tzu

La compréhension de Dieu ce n'est pas une approche envers *quelque chose*, mais plutôt vers le RIEN ; et **l'ignorance sacrée** m'enseigne que **ce qui semble être rien pour l'intellect est justement le Maximum Incompréhensible.**

Nicolas Cusano

Chaque chose est de la nature d'aucune chose.

Parménide

Q. : Qui suis-je ?
R. : Quiconque tu t'imagines être. Quand tu arrêteras de te créer des identités, tu trouveras qui tu es vraiment.

Poonja

Expérience faite les yeux fermés pour retrouver à tout moment sa propre vraie nature. (*Demandez à quelqu'un de lire cela très lentement)*
Je ferme les yeux. J'oublie tout ce qu'on m'a dit d'être : il n'y a que cet espace, cette expérience éveillée…comme un écran sur lequel passe cette voix…puis une sensation…une pensée…peut-être. Ils arrivent de je ne sais pas où. D'autres sensations apparaissent encore…peut-être un pincement…une légère oppression… un endolorissement, qui apparaissent toujours dans cet espace présent… égal à lui-même. San les nommer, je les laisse s'exprimer… j'observe la respiration qui nait et disparait puis revient dans cet espace éveillé…elle arrive sans qu'on lui demande de venir. Je peux la ralentir, l'accélérer…l'oublier, mais elle émerge de ce silence. Où est l'extérieur, où est l'intérieur en ce moment ?…..J'écoute un léger bruit à peine audible dans cet espace… quelques mots prennent forme. Où est l'ici et où est le là-

bas ? Quelle est la vraie distance ? Ce n'est pas mieux de dire qu' **il n'y a pas de distance ?** Et que tout naît et meurt ici, dans cette présence silencieuse, im-mo-bi-le et éveillée que je suis…ICI. Dans cette vacuité fertile et créative…les noms et les formes apparaissent, restent quelque temps, disparaissent à nouveau de cet écran immaculé, toujours présent et égal à soi-même. Il ne dépend de rien, est libre et donne la vie à toute chose. J'essaie de me rappeler une situation désagréable…ou une personne, un …problème peut-être. En réalité je suis la lumière qui donne la possibilité à tout cela de se manifester…voilà encore un souvenir qui est l'écho d'une tempête émotionnelle…je suis l'œil du cyclone autour duquel s'anime le jeu des pensées, la pointe de conscience qui permet le déploiement du film. Mais au fond le film…est-ce qu'il à faire avec ce que… **je suis** ? Voilà une situation agréable : je suis la capacité transparente qui lui permet de surgir. Sans faire appel à la mémoire ou à l'imagination… combien de doigts a ma main…combien de têtes ai-je ?…Quel est mon adresse, ma profession…mon âge…suis-je un homme,… une femme,… ai-je un poids? Suis-je un père, une mère, un enfant ? Toutes ces identités vont et viennent comme des habits qu'on change, mais cette clarté ICI reste immaculée, toujours présente et égale, donc RÉELLE. Cette conscience impérissable que je *suis* (que nous *sommes* tous) permet à ce qu'on m'a *dit* qu'on appelle « corps » de prendre toutes les formes, depuis le nouveau-né jusqu'à l'adulte. Et justement grâce à cette Immobilité, le Mouvement, lié à l'espace-temps, peut s'exprimer. L'Immobilité et le Mouvement se fondent dans l'Inexprimable, ils sont la même chose. Si par hasard la sensation de ce corps disparaissait à présent… est-ce que je serais détruit ?
Est-ce que l'espace peut-il être détruit ? À présent **il y a encore un point de référence… même cela disparait maintenant !…**
Aucun concept, aucun objet d'observation…

Ma vraie nature est libre, ne dépend pas du film constant des sensations et des mémoires…voilà pourquoi nous avons tant besoin de **liberté et de sécurité** au même temps ! Elles se retrouvent réunies seulement ICI dans cette transparence éveillée et absolument tranquille… l'ORIGINE DU MONDE !
CE QUE JE SUIS, MAIS JE NE SAIS PAS D'ÊTRE, EST LE SEUL PORT DE SÉCURITÉ.

Lentement je rouvre les yeux…et je retrouve les sensations du monde autour de moi : est-ce qu'il est séparé de ma perception de lui ? N'est-ce pas la même chose ? Voilà à nouveau réunies la forme et le sans-forme…mais au fond… ont-elles jamais été séparées ?
*(inspiré du texte de **Douglas Harding** - La voie sans tête-)*

Je ne suis rien,
Jamais je ne serai rien.
Je ne peux vouloir être rien.
Cela dit, je porte en moi tous les rêves du monde.

Fernando Pessoa

Toi (être humain) tu es ce qui n'existe pas. Je suis ce que je suis. Si tu perçois cela dans ton âme, jamais l'ennemi te trompera, tu déjoueras toutes ses tromperies.

Sainte Catherine de Sienne.

Jésus dit : -Connais ce qui est devant ton visage et tout ce qui est caché se révèlera. Tu as abandonné celui qui vit devant tes yeux.-

L'Évangile de Thomas

Je suis ce que je suis.

Exodus

Avant qu'Abraham fût, Je suis.

Jésus

Lui, dans son unité est toute chose; ainsi doit-on soit appeler avec Son Nom toutes les choses, ou L'appeler avec le nom de chaque chose.

Hermès

Mon nom est Dieu, ni je reconnais aucun autre moi, excepté mon Dieu Lui-même.

Sainte Catherine de Gênes

Nous ne pouvons décrire pleinement l'indescriptible, indéfinissable aspect de la Réalité. L'aspect descriptible de la Réalité est ce que nous pouvons décrire et définir. Ainsi si nous devons penser ou parler de quelque chose, nous pouvons le faire seulement en nous référant à ce qui est pensable, exprimable donc distinguable. Alors on peut bien décrire ce qu'on peut décrire, mais n'oublions pas que **la distinction n'est pas réelle dans l'absolu** et que le monde pensable ignore le monde indescriptible de l'indistinct et de sa nature ineffable.

J.Mc Farlane

Du moment qu'il n'y a pas d'autre approche au divin excepté celui des symboles, nous pouvons seulement employer les symboles mathématiques grâce à leur signification de nature indestructible.

Nicolas Cusano

C'est comme si au milieu de notre être il y avait un non-être…les confucianistes l'appellent le centre de la vacuité ; les bouddhistes la terrasse de la vie, les taoïstes le pays des ancêtres ou le château jaune…ou l'espace du ciel primordial.

Le secret de la Fleur d'or

Je suis en train de lire les paroles de cette page, et la page semble être séparée de celui qui est en train de la lire. Mais si j'abstrais la « page » du champ de la vision pour en faire une image mentale, ce **concept** apparait séparé de moi comme un **objet** de la conscience. **Il n'y a pas une sensation appelée « moi » qui ressent une sensation appelée « page » !! Il y a seulement une sensation <u>unique</u>.** Le dedans est le dehors…vous **êtes** en effet **ce que vous observez**. Ainsi la division, **l'espace** entre le « sujet ici dedans » et l' « objet là dehors » est une subtile illusion.

Ken Wilber

Le mental relatif ne peut percevoir cette réalité, seul le mental non conditionné le voit… du moment que tout ce qui **est**, est tout ce qui existe, il n'y a rien qu'il doive voir en dehors ou dedans de soi-même. D'une façon absolue il n'est ni un mental ni une conscience, car personne sait ce qu'il est, mais *seulement qu'il existe*. Donc, une fois libérés d'un mental réfléchi, relatif, auto-conscient, nous pourrons rencontrer ce qui EST : **celui qui voit et qui est vu et l'acte de voir sont une seule et même chose, l'UN**.

Bernadette Roberts

Ce concept « je suis » a besoin d'être constamment soutenu. Le flux des concepts renouvelle et renforce le « je suis » initial.

Ce spectacle éphémère peut être comparé à ceci : supposons que je sois en bonne santé et que tout à coup je tombe malade. Le docteur arrive me donne un médicament et trois jours après la fièvre a disparu. Cette période de trois jours de fièvre est comme la conscience « je suis ». Exactement la même chose : un spectacle passager, lié au temps. Ce principe « amour de l'être, de la vie », il ne s'agit pas de le dénigrer. Ce sentiment contient l'univers tout entier.

En réalité rien n'arrive. Sur l'écran du mental le destin projette éternellement ses images qui sont les souvenirs de projections antérieures, ainsi l'illusion se renouvelle constamment…les images vont et viennent : lumière interceptée par l'ignorance. Aperçois la lumière et oublie l'image.

R. : Quand est-ce que ce processus d'observation a commencé ? Il a commencé avec l'arrivée des trois états : veille, sommeil profond et savoir « je suis » : tout cela enveloppé par le « je suis ». Cela est connu comme « naissance ». Au moment où ce «je suis» apparait il est employé pour observer, expérimenter, etc. mais **avant cette naissance où était ce « je suis » ? Il n'y était pas.** Quelle sont les questions que tu peux avoir sans cette triade ? Supposons que tu aies cinquante ans. Tu as eu l'association avec cette triade pendant cinquante ans. Reviens en arrière… avant, quelle était ton expérience ? Qu'étais-tu ?
D. : Je ne sais pas.
R. : Cela est exact. C'était un état de **non-connaissance**. **Dans cet état de non-connaissance, à l'improviste la capacité de connaître est apparue.** Cela a créé tout ce méfait.

Cette conscience est seulement de l'énergie. Quand l'essence du corps devient plus faible, la conscience s'affaiblit et à la fin s'en va ; rien ne meurt.
Une fois que cette conscience est consciente de soi-même, à cause du conditionnement elle considère certains objets comme siens et d'autres comme non siens et elle combattra pour ceux-ci en cherchant à protéger ceux qu'elle considère comme siens. Quand la conscience réalise son pouvoir latent, les concepts « moi » et « mien » disparaissent.
Cette **conscience universelle** est connue comme Dieu, omnipotent, omniscient, omniprésent : ces attributs sont donnés à Dieu-Conscience et non pas à l'Absolu. **L'Absolu est sans attributs.**

N'importe quelle chose tu puisses avoir compris, tu ne l'es pas.
Pourquoi est-ce que tu te perds dans des concepts? Tu n'es pas ce que tu connais, tu es le connaisseur. Cet ensemble des trois états et des trois attributs est né

(veille, sommeil, « je-suis » et les trois *gunas: sattwas, rajas tamas,* n.d.a) et quoiqu'il arrive, arrive à cet ensemble et je n'ai rien à faire avec cela. Pour cette raison je suis totalement dépourvu de peur, sans aucune réaction à l'égard d'une maladie qui pour d'autres serait traumatisante.
Celui qui en dormant rêve, se réveille d'abord dans un univers de rêve. Au moment où il surgit, l'être crée un espace qui est immédiatement occupé par l'univers du rêve ; mais la source gît dans ce profond sens d'être…l'espace en réalité n'existe pas. L'espace est une illusion.

Nisargadatta Maharaj

création du monde
le monde des apparences

L'illusion cosmique avait jeté sur moi son filet,
Mais Viththal a eu pitié de moi.
Il me fit sortir et me mit de côté,
Ouvrit mes yeux à une merveille.
On danse on saute, on prend l'illusion pour une merveille,
On prend pour vraie un bonheur périssable.
On pleure, on gémit, on se casse la tête,
On pleure un ami à en mourir.
Je m'étonne moi-même, dit Toukà,
En m'écoutant prononcer ces paroles.

Toukârâm

Nous sommes pris au piège, à l'intérieur de la bulle de perception et ce dont on est témoin est un **reflet de notre vision du monde, notre description**.

Carlos Castaneda

Lorsqu'on regarde une personne, l'image de la personne est en réalité sur la surface de nos rétines des yeux. Pourtant nous la percevons comme si elle n'était pas sur nos rétines, mais **comme si elle était dans le « monde là-dehors »**. De la même manière, quand nous heurtons le doigt d'un pied. Nous ressentons la douleur dans ce point, mais la douleur n'est pas réellement dans le doigt : c'est un processus neurophysiologique en action. Créer l'illusion que les choses sont localisées là où en effet elles ne sont pas, c'est la principale caractéristique de **l'hologramme** (1) : une des implications les plus surprenantes du potentiel quantique est son implication dans la nature de la position. Au niveau de notre vécu quotidien, les choses ont des positions déterminées, mais **au niveau quantique l'emplacement cesse d'exister.** Tous les points de l'espace deviennent égaux à tous les points de l'espace et cela n'a pas de sens de parler de quelque chose qui soit séparée de tout le reste. Les physiciens quantiques appellent cela « **non-localité** ».
Nous devrions toujours admettre que notre représentation de la réalité puisse être plus facile à saisir que la réalité elle-même, mais il ne faut pas confondre les deux choses. Les mots sont employés pour conduire à des idées, mais lorsque les idées sont saisies, les hommes oublient les mots.
L'univers est un gigantesque hologramme fluctuant.

Michael Talbot

Le monde est la construction de nos sensations, perceptions, mémoires. Il faut le regarder existant comme objectif, mais il ne devient pas manifeste grâce à sa propre existence. Il dépend de différents facteurs de ce monde, c'est-à-dire de ce qui se passe dans notre cerveau.

La raison pour laquelle notre ego est introuvable dans notre représentation scientifique du monde est explicable en huit mots : **parce-que lui-même est cette représentation du monde.**

Le monde m'est donné une seule fois : il n'y en a pas un existant et l'autre perçu. Le sujet et l'objet sont une seule et même chose. On ne peut dire que la barrière entre eux se soit écroulée, grâce aux résultats des dernières expériences, pour le simple fait que **cette barrière n'a jamais existé**.

Erwin Schrödinger (physicien)

Lorsque l'herbe poussera sur ma tombe,
Que ce soit là un signe qu'on m'oublie tout à fait.
La Nature jamais se rappelle, pour cela elle est belle.
Et si on éprouve le besoin morbide d'interpréter
L'herbe verte sur ma tombe,
Dites seulement que je continue à verdoyer et à être naturel.
Je crois au monde comme à une marguerite,
Car je le vois, mais…je ne pense pas lui.
Car penser à lui n'est pas le comprendre…
Le monde n'est pas fait pour qu'on pense à lui,
(penser fait mal aux yeux)
Mais pour qu'on le regarde avec un sentiment d'accord….
Je n'ai pas de philosophie, j'ai des sens.
Si je parle de la nature, ce n'est pas que je sache ce qu'elle est,
Mais parce que je l'aime et je l'aime pour la raison
Que celui qui aime, jamais ne sait ce qu'il aime,
Ni sait pourquoi il aime, ni ce qu'est aimer.
Aimer c'est l'innocence éternelle,
Et la seule innocence est celle de ne pas penser.

Fernando Pessoa

La chose la plus importante qui a été négligée dans les études du « **seuil de la mort** » **c'est que toutes ces expériences…sont des mouvements de la conscience, de la nature du rêve, donc conceptuelles et illusoires.**

Ramesh Balsekar

Observateur et chose observée sont reliés d'une façon réelle et fondamentale. L'exacte nature de cette corrélation n'est pas claire, mais il y a de plus en plus des preuves que la distinction entre « ici dedans » et « là dehors » soit une illusion. L'accès au monde physique arrive grâce à l'expérience. En bref, **ce que nous expérimentons n'est pas la réalité extérieure**, **mais notre interaction avec elle.** Cela est la thèse fondamentale de la complémentarité. La complémentarité est le concept développé par Niels Bohr pour expliquer le **dualisme ondes-particules** de

la lumière. Les caractéristiques *ondulatoires* et des *particules* – explique la théorie - ce sont des aspects, qui s'excluent mutuellement ou complémentaires, de la lumière. Comment peuvent deux caractéristiques qui s'excluent mutuellement, être **toutes les deux** une propriété de la lumière, **qui est une seule chose** ? Elles ne sont pas une propriété de la lumière, mais une propriété de **notre interaction** avec la lumière. Selon le type d'expérimentation qu'on choisit, on peut faire en sorte que la lumière se manifeste avec des propriétés ondulatoires ou de particules.

Gary Zukav

Tu voulais te connecter avec l'arbre…Hélas tu t'es trompé d'arbre. La lymphe, les molécules…**n'appartiennent pas à l'arbre, mais à ton intellect…**un peu de pensée coagulée, caillée. L'arbre en réalité n'était pas là-bas, en dehors de ta tête et de tes yeux, **mais dans ta tête**, uniquement en elle.

Stéphen Jourdain

Nos sens ne sont pas séparés de ce qui est « là-dehors », mais sont intimement impliqués dans un processus complexe de feed-back, dont le résultat final est de **créer** ce qui est là-dehors. **Qu'est-ce que c'est « là-dehors » ?**
Notre monde est « construit » par les paroles…par nos crédos culturels. Ce qu'on appelle réalité est appris.

Il y a des univers dans notre tête – des univers superposés à d'autres univers.

Michael Talbot

L'expérience filtrée à travers mes mécanismes humains crée mon monde. **Tout est expérience**, autant dans le monde interne, qu'externe.
Nous pouvons donc distinguer entre le « premier moment » (Dieu, Nature de Bouddha, Absolu, Ce qui est) et le monde qui en résulte instantanément, qui est l'autre facette de la question. En réalité les deux côtés sont un seul : **le premier moment et le monde qui en dérive ne sont pas différents.** En le comprenant, tous les problèmes finissent, parce que il devient évident qu'il n'y a pas de passé ni de futur. Et notre montagne de préoccupations se révèle absurde.

Charlotte Yoko Beck

Lorsqu'un homme va dormir il prend avec soi le tissu de ce monde qui contient tout, lui-même le détruit, lui-même le construit et rêve à travers la propre clarté, la propre lumière. Alors cette personne est illuminée. Là il n'y a pas de chars, ni bœufs, ni routes. Mais il extrait de lui-même chars, bœufs et routes. Là il n'y a pas de joies, ni plaisirs ni délices. Là il n'y a pas de citernes, ni vasques de fleurs de lotus, ni courants. Mais il extrait de lui-même citernes, vasques de fleurs de lotus, courants. **Car il est le créateur**.

Upanishad

Le mental en attrapant quelque chose, expérimente les sensations qui <u>sont une qualité du mental seulement</u>. Ces sensations sont projetées par le mental – comme pour revêtir des corps adaptés dans la nature environnante. Ainsi les corps sont conçus avec des qualités qui en réalité n'appartiennent pas à eux, mais ce sont des <u>qualités qui *surgissent seulement dans le mental*</u>. Ainsi la nature assume le mérite

qu'en réalité n'est pas de notre essor : la rose pour son parfum, le rossignol pour son chant, le soleil pour sa brillance…**la nature est une histoire insipide, sans sons, sans couleurs, sans parfums ; seulement un tourbillon de matière sans fin, sans but.**
(Ce que Whitehead veut dire c'est que le mental qui pourrait concevoir un objet *comme il est vraiment* (sans modification ou erreur) *ne comprendrait absolument* ***rien***. Cela est le mental du *jnani* ou sage.)

Alfred North Whitehead

D. : Nous vivons dans des temps d'abondance. Nous pouvons choisir parmi tant d'objets divers et nous sommes pris par le désir sans fin de quelque chose de plus, de mieux. Comment vivre « au marché » sans en être attirés ?
R. : En n'allant pas à faire des emplettes d'objets plaisants.

D. : Qu'est-ce le désir ? Quelle est la voie vers le bonheur vrai ?
R. : En discriminant entre ce qui est réel et permanent et ce qui est irréel et impermanent et donc en désirant le premier et non pas le deuxième.

Poonja

En se rendant compte que notre monde quotidien est réellement en constant changement, la compréhension d'une conscience intrinsèque est implicite. Cette conscience imprègne toutes les formes apparemment solides. Quand on découvre le changement, comme la nature réelle de l'existence, notre vieille conception du monde se rapetisse. Le monde devient vivant et nous sommes complets à nouveau. *Au lieu de s'occuper simplement de chaque unique moment,* la conscience **recueille et nourrit des modèles d'images et de concepts à partir desquels elle crée un sentiment d'identité séparée**. Nous croyons avoir appris ou accumulé des informations, mais en réalité **le soi est en train simplement de recréer et perpétuer soi-même**. Le même processus arrive dans l'état de rêve. Les images, les concepts et les interprétations sont **tissés dans un modèle et l'un active l'autre**; notre expérience de vie entière est comme une **tapisserie mobile**. En **définissant** et en **jugeant** chaque chose expérimentable, la vie devient tellement complexe qu'il n'y a aucun espace, **aucune image sans une étiquette.**

Tarthang Tulku

C'est à cause de cette semence de conscience que vous cherchez un compagnon ou une compagne, et non pas parce que vous l'avez décidé. Vous réagissez seulement à cette qualité de force universelle. Ne croyez pas de vous marier parce que vous avez rencontré la personne juste; c'est seulement à cause du besoin de cette conscience de se reproduire dans la même forme. Ainsi le monde se conserve.

Les questions que vous posez concernent un monde qui <u>pour vous est réel</u>, tandis que <u>moi je vous réponds d'un niveau dans lequel ce monde n'a aucune réalité.</u> <u>Voilà pourquoi mes réponses ne vous satisfont pas</u>.

Nisargadatta Maharaj

La découverte que la matière est essentiellement faite d'espace vide, détruit les notions d'objets solides du scientifique de physique. **Selon la manière dont nous**

l'observons, une entité subatomique manifeste les propriétés de particules *et* d'ondes. Lorsque ces entités se comportent comme des *particules* elles agissent comme si elles étaient mises en paquets dans un petit volume d'espace.

Michael Talbot

Regarde la nature du monde
Impermanente comme un mirage ou un rêve,
Même le mirage ou le rêve n'existent pas.
Reste dans l'état de non-méditation.
Si tu obtiens la non-obtention, alors tu as obtenu
Le *mahamudra.***

Chögyam Trungpa
(***mahamudra est le grand symbole : ce sont les instructions orales données par Sri Tilopa à Naropa sur les bords du fleuve Ganges*)

Selon Bohr le modèle impalpable et nébuleux des **atomes se concrétise seulement s'il y a une observation. En l'absence d'observation, l'atome est un fantôme**. **Il se matérialise seulement si tu le cherches**. Et ti peux décider ce que tu veux chercher. *Si tu cherches le lieu dans lequel il est, tu trouveras un atome, si tu cherches son mouvement tu trouveras un atome qui a une vitesse :* ***mais tu ne peux avoir les deux.***

Paul Davies

D. : Alors le monde ne se sauve pas ?
R. : **Quel monde veux-tu sauver ? Si c'est celui de ta projection, sauve-le toi-même**. Se c'est le mien, montre-le moi et je m'en occuperai. **Je ne suis pas conscient d'un monde séparé de moi** et que je sois libre de sauver ou pas.
Pourquoi te préoccupes-tu de sauver le monde, lorsque la seule chose qui soit nécessaire au monde c'est **de se sauver de toi** ? Sors de la scène et regarde : est-ce qu'il y a quelque choses à sauver ?

Le monde n'est qu'un spectacle scintillant et vide. Il est et il n'est pas. Tant que je veux le voir et y prendre part, il est là. Quand je ne m'en occupe pas, il se dissout. Quand tu n'es pas conscient, ton monde n'existe pas. Tu es conscient de **ta** présence **et** du monde extérieur, mais ce ne sont pas deux choses distinctes. Comprends cela. Le monde peut exister seulement si cet appareil psychosomatique est présent.

Nisargadatta Maharaj

Lorsque tu dors tu ne perçois plus le monde, tout en continuant à exister. **Le monde t'apparait seulement au réveil**. **D'ù vient-il ? De ton mental**. *Tes pensées sont tes projections.* Au commencement naît la pensée JE, ensuite le monde. Le monde est créé par la pensée JE qui provient du Soi éternel. Par conséquent l'énigme de la création du monde est résolu, si tu réussis à résoudre l'énigme de la création du JE.

Ramana Maharshi

De ce qui n'a pas de **distinction** (*sunyata* en sanscrit), *la pensée crée les choses en découpant la réalité en petits morceaux qu'elle peut facilement attraper.* Ainsi, si tu es en train de « penser », tu es en train de créer les choses. **La pensée** ne fait pas un rapport exact, mais ***elle déforme la réalité pour créer des choses***. Ce n'est pas que le monde des apparences soit faux ; ce n'est pas qu'il n'y ait pas des objets, **à un certain niveau** de réalité. Il y a que si vous pénétrez en lui et vous *regardez l'univers à travers un système holographique, vous arriverez à une réalité différente.* Et cette autre réalité peut expliquer des choses jusqu'à présent restées inexplicables scientifiquement : les phénomènes paranormaux, la synchronicité, l'apparente coïncidence des évènements.

Karl Pribram

A la base de l'arbre (de la forme) il y a peu de distinctions ; et là où il y a peu de distinctions il y a peu de limitations et conditions, de là le haut degré d'universalité et de compréhension – cela est le règne des archétypes, des dieux, et des principes universels. À la racine même de l'arbre il y a la seule graine, la plus universelle : la première distinction…pourtant *avant* cette distinction très subtile, il n'y a ni distinction ni non-distinction.

J. MacFarlane

Lorsque la différence n'est pas évidente, il n'y a ni différence ni identité.

Nagarjuna

Les plus récents pas en avant (de la physique quantique) ne sont pas la découverte de la part de la physique, d'avoir eu un caractère réfléchi ; elle l'avait déjà à l'époque de Démocrite d'Abdera et avant encore, **mais nous n'étions pas conscients de cela; nous pensions de nous occuper du vrai monde comme il est vraiment.**

Le fait essentiel est que toutes les représentations que la science fait de la nature, sont des représentations mathématiques, elles ne sont que des **représentations – des fictions si vous voulez – si par fiction j'entends que la science n'est pas en contact avec la réalité ultime**.

James Jeans

Si vous voulez voir l'intérieur de votre tête, tout ce que vous devez faire c'est de garder les yeux bien ouverts, car tout ce que vous expérimenterez dans le champ visuel extérieur, est un état de votre cerveau. Toutes les couleurs et les formes que vous voyez sont la manière avec laquelle les nerfs de votre cerveau traduisent les impulsions électriques dans le monde extérieur au-delà du périmètre de votre peau. ***Formes et couleurs sont des états de vos nerfs, de sorte que tout ce que vous voyez quand vos yeux sont ouverts c'est ce qui arrive dans votre cerveau***. *Vous* ne voyez pas votre cerveau comme une structure ondulatoire intérieure, vous voyez le cerveau comme n'importe quelle chose qui se présente à l'extérieur. Ainsi le vide qu'on entrevoit de sa propre tête (*du moment qu'on ne peut la voir, sauf dans un miroir n.d.a.),* c'est la condition pour pouvoir voir quelque chose, comme la transparence d'une lentille optique c'est la condition pour pouvoir voir les couleurs.

Alan Watts

Puisque mon œil n'a pas de couleurs il est capable de discerner les couleurs.

Meister Eckhart

Être absents c'est la condition pour être présents.

Sage taoïste

Espace-temps-illusion

Imagine qu'un édifice immense s'écroule. Quelques chambres sont détruites, d'autres sont intactes. Et l'espace ? Est-ce qu'il a été détruit ou est-il resté intacte ? C'est seulement la structure qui a souffert et les gens qui ont été surpris dedans. Rien n'est arrivé à l'espace en soi. De la même manière, rien n'arrive à la vie lorsque les formes s'écroulent et les noms disparaissent.

Nisargadatta Maharaj

Vent

Au murmure du paysage nait une fraicheur
Qui lave les bois de ma vallée :
Galop de fumées de la porte du ravin,
Spirales de brouillard au-delà des colonnes des cimes.
Libre et sans traces elle s'en va,
Comme le mouvement de la vie.
Le soleil décline, paix du paysage,
La voix des pins se réveille.

Wang Po

J'ai fait mon refuge dans la sphère des humains
Mais la ville est pour moi sans tumulte.
Il vous semble impossible cela ?
Pour l'esprit détaché tous les lieux sont lointains.

Han Shan

Où est l'espace ? Est-ce qu'il y aurait de l'espace si ces quatre parois n'étaient pas là ? Comment faites-vous pour **savoir s'il existe quelque chose appelé espace? Sans la pensée, ce que vous expérimentez ou que vous pouvez expérimenter est une illusion.** La pensée par sa nature est passagère. Mais **chaque fois qu'une pensée nait vous naissez aussi.**

U.G.

Je n'habite nulle part,
Je dors dans l'Absolu,

Je grimpe dans le Nirvana.
Au temple du bois d'encens
Je joue un instrument.
Le plus souvent je fais sans faire.
Fortune ou renommée ? Bulles d'illusion.
Même si l'océan se revêtait de muriers***,
Nos pensées ne pourraient se rencontrer.

Che-To
(****muriers dans l'océan=dans un temps incalculable…)*

Le moi antérieur
J'avais un moi et une vie,
Avant cette vie et ce moi.
Quand la lune peuple les bois
Avec elfes et fées probables,
Alors surgit en moi un rêve
Lumineux comme la lumière,
Dans un espace en moi lointain
Au sein de mers que j'ai connues
Et de pays non étendus inondés
Par un autre type de jour.

Fernando Pessoa

Le monde est mon corps et cela d'où je regarde est ce que je suis en train de regarder.

La mémoire me donne la connaissance du passé véritable, mais **je connais seulement les mémoires du passé et ces mémoires existent seulement comme expériences présentes.** De la même manière je ne connais jamais le **futur**, je **connais seulement les anticipations**…qui font elles-mêmes partie de l'expérience **présente**. Voir que soit le *passé* comme mémoire que le *futur* comme anticipation sont des *faits présents*, signifie voir que **tout le temps existe maintenant.**

Ken Wilber

L'ouroburos, le serpent qui se mord la queue, est le symbole de l'infini spatial et temporel. L'*ouroburos* est aussi le symbole du paradoxe logique…*l'ouroburos,* le serpent avec la queue dans sa bouche, c'est le prototype du cercle vicieux. Qu'est-ce plus « vicieux » que de se mordre soi-même, avec l'idée probable de se manger soi-même. Ce qui est au fond, impossible. La mâchoire ne peut dévorer la mâchoire, l'estomac ne peut digérer soi-même…une bonne définition du paradoxe… le « serpent infini » représente un *ouroburos* *qui se réunit avec soi-même.* Il est tombé dans le signe mathématique de l'infini.

Wendy Doniger O'Flaherty

Tous discutent et émettent
Des catégories des contraires.
Je voudrais écouter un discours
Qui n'entre dans aucune catégorie.

S'il existe le début du monde
Alors il existe un temps avant ce début
Et un temps avant ce temps d'avant.
Alors il existe aussi la non-existence
Et un temps avant le néant.
Il n'y a rien de plus vaste sous le ciel
Que la pointe d'un épi automnal
Et une grande montagne
Est une petite chose en face du firmament.
Rien n'est plus vieux qu'un enfant mort.

Une petite connaissance ne se peut comparer
À une grande connaissance.
Une vie courte n'est pas comparable
À une existence longue.
Comment savoir cela ?
Le champignon d'un matin ne connait pas
L'alternance du jour et de la nuit.
La chrysalide ne connait pas l'alternance
Du printemps et de l'automne.

Si votre corps est semblable
À une branche sèche
Si votre mental est semblable
À la cendre éteinte,
Comment pourriez-vous être touchés
Par une catastrophe ?

Chuang Tzu

Lumière éblouissante : l'âme sèche, la plus sage et la meilleure.

Eraclite

« L'âme sèche » est celle dans laquelle chaque trace d'ignorance ou de compromis avec une représentation du réel est évaporée, sous les rayons solaire de la Connaissance. Ce qui est sec possède la qualité de la transcendance et d'indépendance. L' « âme humide » est faible…privée de force par les plaisirs des sens.

Jean Bouchart d'Orval

Le temps procède à travers la cause et l'effet comme un interminable feuilleton télévisé écrit par Dieu.
La nature de la Conscience est telle qu'elle imprègne simultanément le passé, le présent et le futur et peut expérimenter une infinie variété d'univers. Mais tout cela est seulement le jeu de la conscience.

Ramesh Balsekar

Le prophète a dit :
-Mourez avant de mourir.-

- J'ai peur de la mort - disaient les oiseaux.
-La mort peut-elle exister pour celui
Dont le cœur est uni à Dieu ?-
Répondait la huppe.
-Mon cœur est uni à Lui,
Ainsi le temps et la mort
N'existent plus pour moi.
Car la mort casse le temps
Et le temps nait du lien
Avec ce qui périt.

Attar

Si nous nous rendons compte que la réalité du passé est…que nos esprits, en réalité y participent, il ne peut y avoir une ultérieure étude historique, comme on pouvait l'entendre avant. Puisque en fin de compte nous ne sommes pas séparés des objets que nous observons, et à un certain niveau nous sommes un « continuum » avec eux, nous ne pouvons interagir avec eux. Dans un sens étrange, **nous sommes les objets**.

Michael Talbot

Nous sommes tellement pris par des états d'excitation et de dépression, des rêves et des peurs, que nous ne voyons pas que notre tâche n'est pas l'immortalité, mais le moment présent.

Charlotte Yoko Beck

Avant la vie la mémoire

Qu'est-ce la mémoire ? Une fonction psychique, oui mais particulière, car elle permet de conserver…idées, images acquises **antérieurement**. C'est donc un retour en arrière du temps, l'expression d'un temps négatif accumulé…**Chaque mémoire implique une rétroaction** c'est-à-dire une réaction en sens inverse du temps positif auquel on est habitués. Comme si **le temps se refusait de couler totalement dans le même sens**…la conscience est seulement une rétroaction exclusivement psychique, obligée de regarder cette somme de mémoires et mémoires de mémoires, accumulées dans l'inconscient – non seulement l'inconscient des psychanalystes - mais celui des gènes qui réunit l'homme à ses ancêtres plus anciens, celui des molécules – non seulement l'ADN, mais celles du monde non vivant, du monde des particules qui sont le cosmos entier. Ne l'oublions pas **l'homme est fait des mêmes particules que les étoiles**. Et tout est relié. On peut penser que la psyché humaine reflète un peu comme *dans un miroir* – lorsqu'elle prend conscience de l'unité cosmique – *la totalité du cosmos.* Comme si tout à coup la conscience se fondait avec l'inconscient total, qui serait au fond un univers potentiel !
« L'univers commence à se présenter plus comme une grande pensée qu'une grande machine » : dit James Jeans, physicien de renommée mondiale.
Cela signifie que notre psyché est faite des mêmes éléments de l'univers, que l'énergie psychique est capable de rétroagir ave tout ce qui fait partie de son cercle, qui n'est autre que l'ensemble des champs psychiques. Si nous pouvons comprendre le mouvement des étoiles c'est parce que les étoiles suivent en quelque sorte notre logique. L'approche du « Summum énergétique » prévu par Lupasco,

mémoire absolue de l'équilibre, mais intégralement potentiel, fait penser étrangement à cet Absolu que les mystiques entrevoient et qu'ils appellent Dieu – lorsqu'ils en perçoivent la transcendance et l'omnipotence – Brahman si l'immanence et l'intériorisation – Tao quand ils en voient les antagonismes paradoxaux – et Nirvana s'ils se rendent compte de sa **non-actualisation absolue** ! Il s'agit d'une sorte d' ÊTRE – NON-ÊTRE, somme et source du Tout, au même temps infini et vide…ce **vide-plein** découvert en physique quantique : « Le vide fluctue de manière aléatoire entre être et non-être. Su l'échelle quantique le vide est plein.» (*Basarab Niculescu*)

Ida Rabinovitch

Le « vide » comme on le conçoit normalement, est un espace complètement vide. Les diagrammes du « vide » montrent toutefois graphiquement qu'une telle chose n'existe pas. Dans le monde subatomique le « vide » évidemment **n'est pas** vide. Et d'où vient alors la notion d'un espace désolé et stérile ? Nous l'avons construite nous-mêmes ! Dans le monde réel un « espace vide » n'existe pas. C'est une construction mentale qu'on a pris pour vraie. Vide et plein sont des « fausses distinctions » que **nous avons créées**, comme la distinction entre quelque chose et rien. Ce sont des abstractions de l'expérience que nous avons pris pour l'expérience elle-même…et nous **croyons** qu'elles **sont** le monde réel.

Gary Zukav

C'est à toi de voir si tu es plein ou vide. Le vide ne peut qu'être une évaluation de l'intellect. Et ce qui peut être décrit par l'intellect fait partie du connu, qui ne peut avoir aucune relation avec la Réalité.

Nisargadatta Maharaj

Enlève l' « heure, l'à présent » du temps et tu es partout et tu possèdes la totalité du temps. Être ceci ou cela ne signifie pas être tout ; en effet tant que je suis ceci ou cela et j'ai ceci ou cela, je ne suis pas tout et je n'ai pas tout. Enlève ton être ceci ou cela, ton avoir ceci ou cela et tu seras tout et tu auras tout.

L'instant ou Dieu fit le premier homme et l'instant dans lequel le dernier homme disparaitra et l'instant dans lequel je parle, sont un seul instant en Dieu, où il y a seulement le maintenant.

Meister Eckhart

-Allez, allez !- criait la Reine - plus vite, plus vite !- Ils allaient avec une telle rapidité qu'à la fin ils paraissaient voler, en effleurant à peine le sol avec les pieds, jusqu'à ce qu'à l'improviste, Alice se sentit épuisée, ils s'arrêtèrent et elle se trouva assise par terre, hors d'haleine et étourdie. La Reine l'appuya contre un arbre et gentiment lui dit :
- À présent tu peux te reposer un peu.-
Alice regarda autour d'elle ébahie :-Mais comment…je dirai que pendant tout ce temps nous n'avons pas bougé d'ici. Il n'y a rien de changé autour de cet arbre !-
-Naturellement - dit la Reine – qu'aurais-tu voulu ?-
- Mais dans notre pays - dit Alice encore un peu essoufflée – généralement on arrive dans un autre lieu…après avoir couru autant vite et pendant si longtemps comme nous avons fait.-

- Cela doit être un pays très paresseux, - dit la Reine - ici il faut courir autant vite que l'on peut, **si on veut rester à la même place**.-

Lewis Carrol

En apparence je suis une chose qui bouge dans l'Espace. En réalité je suis ce même Espace immobile… en conduisant la voiture, je regarde *devant moi* et mon corps humain est la même Immobilité dans laquelle la campagne entière est mélangée comme un paquet de cartes d'un géant… : (le corps) croit courir…en réalité il n'a pas bougé d'un pas. Toute son agitation est illusoire. Il n'a pas besoin ni peut faire quelque chose pour la calmer, sinon cesser d'ignorer le lieu dans lequel il y a toujours le repos, où la Paix qui est au de-là de toute compréhension, est si vivement auto-évidente. Il découvre que sa *tranquillité est dans son propre centre* et(elle)…**l'implore de la remarquer !**

Douglas Harding

(Stephen Albert dit :) « *Le jardin des sentiers qui bifurquent* » est une immense devinette ou parabole dont **le thème est le temps.** « *Le jardin des sentiers qui bifurquent* » est une image incomplète, mais pas fausse, de l'univers conçu par Ts'ui Pên. À la différence de Newton et de Schopenhauer, votre ancêtre ne croyait pas à un temps uniforme et absolu. Il croyait à une série infinie de temps, à une série croissante et vertigineuse de temps divergents, convergents et parallèles. Cette trame de temps qui s'approchent, bifurquent, se coupent ou s'ignorent pendant des siècles, embrasse toutes les possibilités. Dans la plus grande partie de ces temps nous n'existons pas ; dans quelques-uns vous existez et moi pas ; dans d'autres moi oui et vous non ; dans d'autres nous existons tous les deux. Dans ce temps-ci, qu'un hasard favorable me concède, vous êtes arrivé vers moi, dans un autre en traversant le jardin, vous m'avez trouvé mort ; dans un autre, je prononce ces mots, mais je suis un fantôme ».
- Dans tous – j'articulai avec un frisson - je vénère votre reconstruction du jardin de Ts'ui Pen et je vous en remercie.-
- Pas dans tous – murmura-t-il avec un sourire – le temps se bifurque dans de nombreux futurs. Dans un de ceux-là je suis votre ennemi.

Jorge Luis Borges

Sceptique : Je vois le temps comme un fleuve qui coule et porte des évènements futurs vers moi.
Physicien : Le mouvement est illusoire ! Comment peut-il bouger le temps ? S'il bouge il doit avoir une vitesse. Quelle vitesse ? Un jour par jour ? C'est une absurdité. Un jour est un jour est un jour.
Sceptique : Mais si le temps ne passe pas, comment font les choses pour changer ?
Physicien : Le changement arrive par ce que les objets bougent dans l'espace-temps. Le temps ne bouge pas…**La théorie quantique** révèle **qu'au niveau atomique, les évènements arrivent spontanément sans cause précédente**.
Sceptique : Vous ne m'avez pas encore expliqué pourquoi je *ressens* le flux du temps.
Phys. : Je ne suis pas un neurologue. Cela dépend des processus de la mémoire à brève échéance.
Sc. : Vous prétendez dire que **tout est dans le mental – une illusion** ?

Phys. : Se serait insensé si vous vous adressiez à vos sentiments pour attribuer des qualités physiques au monde extérieur. Avez-vous jamais eu des vertiges ?
Sc. : Oui, certainement.
Phys. : Mais vous ne cherchez pas à attribuer vos vertiges à la rotation de l'univers, même si vous ressentez le monde tourner autour de vous ?
Sc. : Non. C'est clair que c'est une illusion.
Phys. : Ainsi je soutiens que le tourbillon du temps est comme le tourbillon de l'espace – un genre de vertige temporel – auquel notre langage confus donne une fausse impression de réalité, avec sa structure des temps, ses phrases insignifiantes sur le passé, le présent et le futur.
Sc. : Expliquez- moi encore davantage.
Phys. : Pas maintenant. Je n'ai plus le temps !!!

Nous avons le soupçon alors, que le temps ne s'écoule pas du tout : tout est dans l'esprit. Le temps est le fondement de notre expérience du monde et de notre identité personnelle, qui sont liés à la mémoire et à une expérience **durable**.

Paul Davies

Le temps est mental. La peur est temps. Chaque fois qu'il y a peur il y a le temps. Ce dont on parle à présent n'est ni temps, ni mental, ni peur. Ici tu ne trouveras ni temps, ni mental, ni peur. **La peur es seulement dans la dualité. Où il y a deux il y a peur.** Mais si tu es seulement toi-même il ne peut y avoir de peur, tu es… unicité. Tu ne peux trouver rien d' « autre ». Le temps ne te touche pas, le mental ne te touche plus, il n'y a pas de désir, **ton esprit est vide. Et ce vide rend heureux.** Il n'y a pas de différence entre désir et *samsara*. **Aucun désir, aucun *samsara*.**

Poonja

Comme l'infini est complètement présent dans chaque point de l'espace, ainsi toute l'éternité est complètement présente dans chaque point du temps. Ainsi du point de vue de l'Éternité, absolument tout le temps est MAINTENANT, ainsi pour l'Infini tout l'espace est ICI. Puisque tout le temps est maintenant, le passé et le futur sont vraiment des illusions…
L'espace ne peut exister sans les objets, puisque c'est…ce qui les entoure… l'espace et les objets – dans ce sens – sont une seule chose. En outre les objets pour pouvoir exister, **doivent durer** ; ainsi la durée est nécessaire à l'existence des objets, puisque sans durée il n'y aurait rien de durable. **Donc espace, temps et objets sont réciproquement dépendants et inséparables, et donc l'irréalité de l'un d'eux implique l'irréalité des deux autres**.

Bohm : Oui, **l'espace et le temps sont construits pour nous, pour notre convenance.** Le mot « convenant » provient du latin « *venire cum* » venir ensemble. Donc nos conventions…nous conviennent, elles ne sont pas un choix arbitraire pour nous faire plaisir, mais coïncident avec la matière comme elle est. Alors on dit que la notion d'espace-temps qui nous convient, est un ordre pour une certaine gamme de buts.
Weber : Dans le manifesté ?
B. : Oui.
W. : Mais en réalité dans le non-manifesté, vous dites que la conscience ou l'esprit de l'humanité est une seule chose.

B. : …en effet c'est une seule conscience et vous en avez une preuve dans le fait que **les problèmes de l'humanité sont une unité**. La même peur, jalousie, espoir, confusion, sens d'isolement, etc. Les problèmes sont toujours les mêmes. Et **l'origine du chaos réside dans notre pensée** fragmentée et atomiste.
W. : Dans le **holomouvement** (= le présent contient passé et avenir), si je comprends bien, vous avez dit que la totalité est contenue dans chaque partie et cela s'applique soit à ce qu'on appelle espace, « le monde dans un grain de sable », soit à ce qu'on appelle le temps, l'atemporalité d'un moment donné.
B. : **On ne peut voir que dans la mémoire**. Le passé est contenu…dans le présent, …voilà un exemple de **holomouvement**. Si nous considérons la prospective de l' **holomouvement** avec cette vaste réserve d'énergie et d'espace vide, alors on pourra mieux dire que l'espace dans son ensemble(en partant de l'espace en général) est le fondement de l'existence et que nous y sommes dedans. **L'espace, donc, ne nous sépare pas, il nous unit.**

Ken Wilber

Dans la physique quantique, la matière et l'espace-temps vide deviennent une seule chose.
Les soi-disant « matériels de base de la réalité » ne sont pas des objets dans le sens que nous connaissons, ma (plutôt) ces bulles dans l'écume quantique ressemblent à des *wormholes*(2), petits tourbillons à travers la fabrique de l'espace-temps…(ils) peuvent relier deux régions différentes de l'espace.

Nos cerveaux construisent mathématiquement la réalité objective, en interprétant des fréquences qui sont au fond les projections d'une autre dimension, un ordre plus profond d'existence qui est au-delà de l'espace et du temps.
Le cerveau est un hologramme enveloppé dans un univers holographique.
Pribram dit :- Ce n'est pas qu'il n'y ait pas des tasses de thé et des grains de sable là dehors. Cela signifie seulement qu'une tasse de thé a deux aspects bien différents de sa propre réalité. Lorsqu'elle est filtrée par la loupe de notre cerveau elle se manifeste comme tasse. Mais s'il était possible de nous libérer de nos lentilles, on pourrait l'expérimenter comme un modèle d'interférences. Laquelle est réelle et laquelle est illusoire ?-
-Les deux sont réelles pour moi – continue Pribram- ou bien si vous voulez… aucune des deux est réelle.-
Nous pouvons nous considérer comme une masse confuse entièrement enveloppée dans l'hologramme cosmique. Nous considérer comme un **cerveau/esprit holographique *qui observe* un monde holographique, est à nouveau une abstraction**, une tentative de séparer deux choses qui au fond ne peuvent être séparées.

Michael Talbot

Si un présent existe, vous ne pouvez pas l'expérimenter : **vous pouvez seulement expérimenter ce que vous connaissez du présent et cette connaissance est passée. Le *maintenant* est un concept.**

La pensée a réussi à se créer un destin séparé. Elle a bien réussi à se créer une existence parallèle, séparée. **En inventant l'inconnu**, l'au-delà, l'immortalité, elle s'est procuré un moyen de continuer. **L'éternité n'existe pas, seulement le**

temps. Lorsque la pensée crée le temps, un espace est créé. Ainsi la pensée est aussi espace. Et la pensée a aussi créé la matière.
Sans pensée il n'y a pas de matière.
La pensée est une manifestation, une expression de la vie ; mais quand on la transforme en quelque chose de séparée de la vie, en lui donnant une vie propre qui lui permet de créer un futur, dans lequel elle peut continuer sans être dérangée, c'est une tragédie. Tout seul avec mes moyens, j'ai découvert que tout ce qu'on nous a raconté sur la liberté, sur Dieu, sur l'illumination est **faux**. Aucun pouvoir au monde ne peut égratigner cette certitude, qui toutefois ne fait pas de moi un être supérieur. Pas du tout ! Pour vous sentir supérieurs ou inférieurs vous devez vous séparer du monde : je ne considère pas le monde comme quelque chose de séparé de moi, comme vous le faites.

U.G.

Rien et nulle part ailleurs.
- Où allons-nous ?- dit Pooh, en lui courant après…
- Nulle part – dit Cristopher Robin.
Et ainsi ils commencèrent à se diriger, et après un bout de chemin, Cristopher Robin dit :
-Quelle est la chose que tu aimes faire le plus, Pooh ?-
(naturellement, ce que Pooh aimait le plus c'était d'aller manger chez Cristopher Robin, mais puisqu'on l'a déjà dit il est inutile de le répéter ici).
- Cela me plait aussi – dit Cristopher Robin – mais ce que j'aime surtout **faire** c'est…RIEN.
- Comment fais-tu à ne **Rien…faire** ?- demanda Pooh après avoir longuement réfléchi.
- Eh bien,…c'est quand les personnes t'appellent au moment où toi tu es en train de le faire.- Qu'est-ce que tu pensais faire Cristopher Robin ?- Et on répond :- Oh, rien !- Et puis tu vas et tu le fais.
- Ah ! Je vois.- dit Pooh.
- Cela est un genre de choses de Rien, ce que nous sommes en train de faire.-
- Oh ! Je vois - dit Pooh à nouveau.
- Cela signifie continuer, en *écoutant les choses que tu ne peux entendre, sans t'en préoccuper.*

Benjamin Hoff

Justement comme un enfant crée dans sa fantaisie une ville imaginaire et joue avec elle, ni il s'attriste ou jouit car il comprend que c'est seulement une construction fictive – ainsi celui qui comprend la signification la plus haute, il n'est pas trompé. *L'enfant voit vraiment, il considère son jeu comme un jeu,* ainsi que le sage rêveur dit à soi-même :- Cela est seulement un rêve.-

Wendy Doniger O'Flaherty

Le plus grand magicien (dit Novalis) serait celui qui ensorcellerait soi-même jusqu'au point d'accepter ses fantasmagories comme des apparitions autonomes. N'est-ce pas notre cas ? Je crois que oui. Nous (cette indivisible divinité qui opère en nous) avons rêvé le monde. Nous l'avons rêvé durable, mystérieux, visible, omniprésent dans l'espace et stable dans le temps ; mais nous avons permis des subtils et éternels intervalles d'illogismes dans son architecture, pour pouvoir ainsi savoir qu'il est faux.

Jorge Luis Borges

Parfois l'esprit est calme, parfois agité..., mais retomber dans ce qui est conscient de tous ces états, c'est rester tranquille, que la pensée se manifeste ou non ; être tranquilles même s'il y a agitation.

G. Bluestone

Va sans chemin
Il est - mais personne ne sait quoi,
Il est ici, il est là,
Il est loin, il est près,
Il est profond, il est haut,
Il est ainsi :
Il n'est ni ceci ni cela.
Il est lumière, clarté,
Il est toute obscurité.
Il est non-nommé,
Il est inconnu,
San début ni fin ;
C'est un lieu silencieux
Qui coule, indéfini.
Qui connait sa maison ?
Qu'il sorte celui-là,
Et nous dise quelle forme il a !
Deviens comme un enfant,
Deviens sourd, deviens aveugle !
Le peu que tu as
Doit devenir rien ;
Quelque chose ou rien : tout va au-delà.
Laisse le lieu, laisse le temps,
Laisse aussi l'image !
Va sans chemin
Sur le sentier étroit :
Ainsi tu viens sur la trace du désert.

Meister Eckhart

Où sont l'espace et le temps séparés de nous ? Si nous sommes les corps, nous serions enveloppés dans le temps et l'espace. Sommes-nous les corps ? Nous sommes la même chose, à présent, après et toujours ; la même chose, ici, là, et où que nous soyons ; le temps et l'espace ne sont pas; nous sommes.

Ramana Maharshi

Ce que nous croyons qu'il advienne dans une structure temporelle horizontale, arrive toujours en ce moment. Non seulement tes actions, mais ce qui arrive dans le monde entier, dans n'importe quel moment présent. Einstein avait dû arriver à la conclusion que cet espace-temps n'est pas réel...(mais) un mécanisme conceptuel nécessaire à la production de cette manifestation, dans laquelle des objets tridimensionnels sont projetés dans l'espace et perçus dans le temps.

Ramesh Balsekar

Le vrai problème est que nous sommes habitués à regarder le monde d'une façon simpliste. Nous sommes habitués à croire que quelque chose est, soit dans une place ou ne l'est pas. *Notre expérience nous dit que le monde physique est solide, réel et indépendant de nous*. **La mécanique quantique dit simplement que ce n'est pas du tout ainsi**.
Qui est en train d'observer l'univers ? Ou en d'autres mots, de quelle manière l'univers devient réalité ? Avec la réponse on revient à la case départ. **Nous rendons l'univers réel**. Puisque nous en faisons partie, cela rend l'univers (et nous) auto-réalisant. **Ce qui est « là-dehors »** apparemment **dépend** - d'un point de vue rigoureusement mathématique et philosophique - **de ce que nous décidons « ici dedans »**.

Gary Zukav

Tout ce que nous appelons « réel » est fait de choses que l'on ne peut pas dire réelles.

Niels Bohr

Où habite Dieu ?
Quand il était enfant Ytzak Mèir fut amené une fois par sa mère chez le Maggid de Kosnitz. On se moqua de lui en disant : » Mon petit Ytzak, je te donne un florin si tu me dis où habite Dieu.- -Et moi – répondit l'enfant - je t'en donne deux, si tu me dis où il n'habite pas !-

Anonyme

Dans mon cœur, tant de choses…
Qu'elles aillent selon
Les mouvements du saule.

Bâsho

Comme dans un rêve, c'est notre propre volonté qui inconsciemment apparait comme un inexorable destin objectivable ; tout procède de nous-mêmes et chacun de nous est le manager théâtral secret de nos propres rêves**. Le destin peut être le produit de notre moi plus profond ou de nos volontés, c'est-à-dire nous produisons ce qu'il nous semble arriver.**

Thomas Mann

R. : Causalité signifie la succession dans le temps, d'évènements dans l'espace, qui est physique et mental. Temps, espace et causalité sont des catégories *mentales* qui surgissent et disparaissent avec l'esprit.
D. : Dans les limites du fonctionnement mental, la causalité est valable.
R. : La soi-disant loi de *causalité est un produit de l'esprit*, et comme telle, est contradictoire. Rien de ce qui existe a une cause particulière et l'univers dans sa globalité pourvoit jusqu'à la dernière petite graine ; rien ne pourrait être comme il est, si l'univers ne fut ce qu'il est.

Nisargadatta Maharaj

hologramme(1)

L'univers ne peut pas être considéré comme une récolte de parties indépendantes, comme les coups de pinceau d'un tableau impressionniste. C'est **un hologramme, un réseau dynamique d'évènements en <u>corrélation</u>, dans lequel chaque partie du réseau détermine la structure de la totalité**.

Charles Eliot

Dans le ciel d'Indra, on dit qu'il existe un filet de perles, réunies de sorte que si tu regardes l'une d'elles, toutes les autres s'y reflètent. De la même manière chaque objet dans le monde n'est pas seulement lui-même, mais implique chaque autre objet et en effet **<u>est</u> chaque autre chose**.

Upanishad

Dans chaque grain de poussière sont présents des Bouddhas infinis.

Anonyme

Voir un monde dans un grain de sable
Et un ciel dans une fleur sauvage,
Tu tiens l'Infini dans la paume de ta main,
Et l'Éternité en une heure.

William Blake

La lune unique se reflète partout où il y a une flaque d'eau,
Et toutes les lunes dans les eaux sont embrassées dans le sein de la
Lune Unique.
Le corps du Dharma (l'Absolu) de tous les Bouddhas
Entre dans mon propre être.
Et mon propre être se trouve en union avec le leur…
La Lumière Intérieure est au-delà des louanges ou des reproches ;
Comme l'espace elle ne connait pas de limites,
Pourtant, elle est ici, en nous, et conserve toujours
Sérénité et plénitude.
Ce n'est que quand tu la cherches et tu lui donnes la chasse,
Que tu la perds ;
Tu ne peux l'attraper, mais tu ne peux t'en libérer non plus,
Et tandis que tu ne peux ni l'un ni l'autre, elle poursuit
Son chemin.
Tu restes silencieux et elle parle ; tu parles et elle se tait.

Yung-Chia- Tah- Shih

Dans la théorie du *bootstrap* (4), des *hadrons* (5), toutes les particules sont composées dynamiquement les unes des autres, d'une façon intimement cohérente et dans ce sens on peut dire **qu'elles se contiennent réciproquement.**

Erwin Schrödinger

Un « modèle holographique de conscience » rend clairement explicables les processus du cerveau comme la mémoire, la perception et l'imagination. Dans la conscience un cadre est tous les cadres. Chaque mémoire et chaque petit bout d'information emmagasiné dans notre esprit, bouge parmi des signes de rappels infinis, ensemble avec tout autre morceau d'information, dans un modèle créatif de pure et parfaite ambiguïté. L' « écran» de conscience peut être considéré comme une forme organique d'une plaque holographique qui transforme les perceptions tridimensionnelles et reconstruit les images avec la même aisance…

Keith Floyd

Le système nerveux est organisé (s'organise soi-même) pour **calculer une réalité stable**. Si on devait **à l'improviste** découvrir que la masse de l'espace-temps entier de l'univers est finement **gardée en équilibre dans nos esprits,** probablement nous pourrions devenir fous.
C'est le système nerveux qui structure la réalité. Les vibrations que nous percevons comme matière, sont toutes des créations mentales.
Sri Aurobindo affirme: -**L'apparence de la stabilité est donnée par la constante répétition des mêmes vibrations et formations : toutes nos lois sont seulement des « habitudes ».-**

Michael Talbot

La conscience est un singulier dont le pluriel nous est inconnu ; il y a une seule chose unique et ce qui semble être une pluralité est simplement une série de différents aspects de cette seule chose, produite par une illusion (*mâyâ*) ; la même illusion se produit dans une galerie de miroirs et de la même manière Gaurisankar et le mont Everest résultent être la <u>même</u> montagne vue depuis de vallées différentes.

Erwin Schrödinger

réalité-miroir

L'hologramme nous donne un modèle valable pour comprendre les changements soudains et transformateurs, que les individus expérimentent pendant la psychothérapie. Ces changements se vérifient, avec n'importe quelle technique ou système psychanalytique que le thérapeute puisse utiliser. Toutes les méthodes psychanalytiques sont simplement des **rituels** et le **changement est dû à quelque chose de totalement différent. C'est une question de résonnance**…
Le thérapeute ne dit pas quelque chose de nouveau au patient, par contre cela semble <u>*être en résonnance avec quelque chose que le patient connait déjà inconsciemment*</u>.

Quoique Bohm mette en garde que tous les concepts sont dans notre tête et n'existent pas « là-dehors », il nous explique pourtant qu'on peut observer la réalité à deux niveaux. Le niveau dans lequel nous vivons – où électrons, fours et grille-pains et êtres humains apparaissent séparés l'un de l'autre – c'est l'ordre **explicite**. Le niveau de la réalité subatomique – où les choses ne sont plus séparées – là règne l'interconnexion quantique, et toutes les choses deviennent un tout ininterrompu - cela il l'appelle l'ordre **implicite**.

Michael Talbot

Le symbole du miroir
L'essence se révèle seulement dans la forme de la *prédisposition* de l'individu qui reçoit une telle révélation et jamais il n'arrive quelque chose de différent. Donc le sujet qui reçoit la révélation essentielle verra uniquement sa propre forme dans le miroir de Dieu ; il ne verra pas Dieu, il est impossible qu'il Le voit, tout en sachant de ne pas voir sa propre « forme» sinon en vertu de ce miroir divin. Cela est tout à fait analogue à ce qui arrive dans un miroir matériel : en contemplant des formes, tu ne vois pas le miroir, même en sachant que tu vois ces formes ou ta propre forme, seulement grâce au miroir. Dieu est donc le miroir dans lequel tu vois toi-même, comme tu es Son miroir dans lequel Il contemple Ses Noms. Eh bien, ceux-là ne sont rien d'autre que Lui-même.

Ibn al'Arabi

Pearce dit :-L'esprit de l'homme reflète un univers qui reflète le mental de l'homme. Un serpent qui dévore sa propre queue, la participation de ceux qui participent.

Michael Talbot

Oh, l'âme du monde jamais ne sera unie à moi,
Tant que ce qui apparait à *l'extérieur* de moi,
Bien que cela a toujours été *en moi*,
Délicieusement se pose en moi.

Rainer Maria Rilke

Sa forme a disparu, il est devenu un miroir :
Il n'est resté que l'image du visage d'un autre.
Renonce à toute idée
Et que ton cœur entier soit pur
Comme la face d'un miroir,
Sans image ou dessein.
Devenu pur de toute image,
Toutes les images y sont contenues.
Si les coups que tu reçois t'exaspèrent,
Comment deviendras-tu un miroir limpide
Si tu ne seras pas astiqué ?

Tout est un, la vague et la perle,
La mer et la pierre.
Rien de ce qui existe en ce monde
Est en dehors de toi.
Cherche bien en toi-même

Ce que tu veux être, puisque tu es tout.

L'histoire du monde entier sommeille
En chacun de nous.

Djalâl-ud-Din Rumi

Nous tous, le visage découvert, reflétons comme dans un miroir la gloire du Seigneur et nous sommes transformés.

St. Paul

non-localité

Un *wormhole* (2) à St. Francisco et un *wormhole* à New York sont loin des milliers de milles l'une de l'autre dans l'espace tridimensionnel, mais la distance, à travers la soi-disant « poignée d'une tasse de thé » - qui les unit, peut être seulement de quelques centimètres…ces *wormholes* dans l'espace-temps nous obligent à voir l'histoire et la géographie de l'univers comme une « **non-localité** ».

Michael Talbot

Dieu n'est nulle part. Il n'est ni ici ni là, il n'est pas dans le temps et n'est pas dans un lieu.

Meister Eckhart

Le principe d'indétermination de Heisenberg dit qu'on ne peut savoir au même temps *où* se trouve un atome ou un électron **et** savoir *comment* il bouge.

Paul Davies

Grâce à des technologies très sophistiquées inexistantes au temps d'Einstein, à Innsbruck on a travaillé avec deux photons, c'est-à-dire deux corpuscules dont la lumière est formée. Un photon a été dédoublé et les deux parties ont fui dans des directions différentes en atteignant des distances quasi interplanétaires, en restant **pourtant mystérieusement liés entre eux, on ne sait pas comment**…Si le deuxième photon est de nouveau en contact avec l'autre, sorti du dédoublement, il disparait et son apparence est assumée par le deuxième photon dédoublé. Donc il réapparait ailleurs, cela grâce à cette mystérieuse propriété qui tient connectés, malgré tout, deux photons dédoublés. Pour expliquer le rocambolesque phénomène, ce sont les lois pas faciles de la physique quantique(3) qui s'en chargent…

Le Corriere della Sera (*l'un des quotidiens italiens les plus importants*)

Lorsqu'il arriva aux portes de la ville de Bagdad, les gardes posèrent la question habituelle à Baha ud-dîn :- D'où viens-tu ? Où vas-tu ?- Et Baha ud-dîn avec toute l'autorité d'un grand docteur de l'Islam répondit : - Je vais de Dieu à Dieu. Je ne viens de nulle part et je ne vais nulle part.-

Eric Edelmann

Un jour Hyakujo était sorti
Avec son maître Basho.
Au-dessus de leurs têtes passa un vol de canards sauvages.
Et Basho demanda :-Qu'est-ce cela ?-
-Ce sont des canards sauvages, Maître !-
-Et où se dirigent-ils ?-
-Ils se sont envolés, Maître !-
À ces mots, Basho attrapa le nez de Hyakujo
En le lui tordant si fort qu'il dut crier pour la douleur.
-Tu dis qu'ils se sont envolés- dit Basho,
Et pourtant ils sont ici depuis leur origine !-

Histoire zen

À la question :- Où va l'âme lorsque le corps meurt ?- Jacob Boehme répondait :- Ce n'est pas nécessaire qu'elle aille quelque part.-
Le nom Tathagata(*un nom de Bouddha*) signifie « celui qui ne va nulle part et ne vient de nulle part. »

Sutra du diamant

Loge 77

Jésus disait :...Je suis le Tout.
Le Tout est sorti de moi
Et le Tout revient à moi.
Coupe le bois et je serai là.
Soulève une pierre,
Tu me trouveras.

L'Évangile de Thomas

projection de l'image

Ils nous ont dit qu'il y a un arbre là en dehors de ma fenêtre, mais en réalité je ne vois pas l'arbre. Grâce à une subtile procédure, dont seulement les traits initiaux relativement simples ont été explorés, l'arbre réel projette une image de soi-même dans ma conscience et c'est cela que je perçois. Si vous êtes à mes côtés et regardez le même arbre, ce dernier arrive à projeter une image aussi dans votre âme. Je vois mon arbre et vous voyez le vôtre (très semblable au mien) mais **ce qu'est l'arbre en soi, nous ne le savons pas**.

Erwin Schrödinger

Mon corps existe seulement en rapport à cet univers, et c'est un fait si je suis attaché à lui et en dépend comme une feuille à l'arbre. Je me sens coupé de cela seulement parce que je suis coupé à l'intérieur de moi, parce que j'essaie de me diviser de mes sentiments et sensations. Pour cela ils me semblent étrangers. Mais si je suis conscient de l'irréalité de cette division, l'univers ne me semble plus

étranger. Car je suis ce que je connais ; ce que je connais c'est moi. La sensation d'une maison de l'autre côté de la rue ou d'une étoile dans l'espace extérieur n'est pas moins moi d'un prurit à la plante du pied ou d'une idée dans ma tête. Dans un autre sens je suis aussi ce que je ne connais pas. Je ne suis pas conscient de mon esprit en **tant qu**'esprit. Exactement de la même manière je ne suis pas conscient de la maison de l'autre côté de la rue, comme de **quelque chose de séparé de ma sensation d'elle**. Je connais mon esprit comme pensées et sentiments, et je connais la maison comme sensations... **Qu'il y ait un soleil séparé de la sensation que j'en ai, c'est une inférence. Et puisque ce sont mes sensations - je dois inférer que mon corps et le monde forment un processus unique. Nous n'avons pas une sensation du ciel, mais cette sensation c'est nous.**

Alan Watts

Lorsque l'esprit humain est coupé du soi-disant univers physique, il a l'incroyable capacité de créer son propre monde – arbres, personnes, sons, couleurs et odeurs. Tout l'univers physique n'est autre qu'une série de modèles d'énergie neuronale qui prend feu à l'intérieur de notre tête...cela est la démonstration finale que **tous les mondes sont dans notre tête**.

Michael Talbot

Lorsque tu regardes quelque chose tu vois l'Absolu, mais tu t'imagines que cela t'apparait selon son aspect immédiat : un nuage, un arbre, etc.

Nisargadatta Maharaj

L'auberge des bambous
Assis seul dans le secret des bambous,
Longtemps je siffle au chant du luth.

Personne ne me connait dans le bois profond.
Je reflète la lune qui vient m'illuminer.

Wang Wei

Réponse à l'empereur qui me demandait « ce qu'il y a dans la montagne »
Qu'est-ce qu'il y a dans la montagne ?
Dans les cimes des blancs nuages...
Je ne peux que le vivre
Et je ne pourrai vous le dire.

T'ao Hong-King

jette loin !

Quiconque peut comprendre en partie ce dont on est en train de parler, mais s'il est compris cela se transforme en une embûche. Comprendre ou ne pas comprendre appartiennent tous au schéma de l'ignorance, un simple processus mental. Ce n'est pas le produit d'une étude, c'est ton droit de naissance. **Tu ne peux pas étudier pour être ce que tu es. Tu ne dois rien comprendre pour respirer**.

Les deux idées, faire quelque chose ou ne rien faire, ce sont des empêchements. Jette-les loin ! Ce n'est pas difficile, il s'agit de ta nature. Si tu es en train de ne rien faire et tu **jettes loin l'idée** de ne rien faire à ce moment, où te retrouves-tu ? Je veux faire quelque chose, est un guet-apens. Je ne veux rien faire, un autre guet-apens. **Il s'agit seulement de ton imagination.**

Toute pratique que vous suivez, continuez jusqu'à ce que c'est la pratique qui vous quittera.

L'esprit est désir, donc jette loin le désir. Jette loin le désir du *samsara*. Jette loin le désir d'autre mondes, des paradis. Jette-le. Jette loin le créateur des cieux et du *samsara*. Jette-le aussi. Après cela **jette loin la renonciation**. Refuse tout, ensuite **jette loin le refus**, alors il y a liberté.

Tout ce que tu fais vise à rejeter le désir. Les études,... tous les étudiants finissent par refuser l'institution scolaire. Tu reçois ton diplôme et bien que tes professeurs soient des gens excellents, tu n'as aucune envie de rester avec eux. Tu t'es inscrit seulement pour après refuser l'université. Tout ce que tu fais te suggère :-Jette-moi !- Même le corps est content quand tu le jettes loin. Tout ce que tu fais c'est retourner à la maison, le seul lieu sûr.

Où il n'y a pas de mental, il n'y a pas de forme non plus...

Poonja

La réponse ne fait que tuer l'illumination – après, le mental retourne à cette connaissance statique et très vite reste à nouveau emmêlé dans les filets des associations.

G.Bluestone

Abandonne les quatre éléments
Et ne cherche plus à les cueillir.
Dans la paix et dans la perfection absolue,
Mange et bois selon tes besoins.
Tous les phénomènes sont impermanents,
Tout est *ku*...
C'est justement ceci
Le grand et complet *satori* du Bouddha.
Il faut tout abandonner, le corps, l'ego, l'esprit.
Tout cela est existence sans noumène.
Ne pas chercher la vérité,
Ne pas trancher les illusions.
Car je comprends clairement
Que ces deux éléments
Sont *ku*, sans forme.

Yoka Daishi

chercheur et recherche

Il n'y a pas de percipient, ici aucun objet n'est perçu. Les deux sont des suppositions conceptuelles d'un esprit divisé. « Percevoir » est subjectivité.

L'affirmation fréquente que « celui qui voit, le voir et le vu » sont « une seule chose » est trompeuse. Il n'existe pas une semblable trilogie, car **le verbe percevoir montre une présence** et exclut celui qui voit et ce qui est vu. Comme esprit relatif je suis tout ce qui est percevable, dans les limites du percevoir sensoriel – dans n'importe quel lieu et moment que le percevoir puisse se manifester, dans l'espace-temps.
Comme Absolu je suis la présence sans limites « dans laquelle » cette perception semble apparaître.

Wei Wu Wei

Vous ne saurez jamais ce qu'est la vie. Personne ne le saura jamais. On pourra en donner des définitions, mais elles n'ont aucun sens! Vous ne laissez jamais disparaitre la question, parce que vous croyez que quelqu'un sur cette terre pourra vous donner une réponse. La question se brûlera en provoquant de l'énergie. La pensée se consume et produit une énergie physique. Avec la question, celui qui interroge disparaitra. De ce type d'énergie on ne peut rien dire, elle se manifeste et déjà elle saute sans connaitre limites et frontières. Elle appartient à tout le monde. Vous faite partie de ce pouvoir, vous en êtes l'expression. Comme une fleur, dans une autre manière, vous en êtes l'expression. Derrière vous il y a la vie, mais ce qu'elle est, vous ne le saurez jamais.

U.G.

Les gens le cherchent loin-quel dommage ! Ce sont ceux qui au milieu de l'eau demandent désespérément à boire.

Hakuin

Le grand écueil consiste à se sentir satisfaits d'être des chercheurs, de se mettre l'étiquette « Je suis un chercheur de vérité ».

Nisargadatta Maharaj

(Les méditants zen) emploient comme « thème de méditation » un *koan*, une devinette, par exemple : « Quel est le son d'une main seule qui applaudit ? ». Ces devinettes, comme la vie elle-même, ne peuvent être résolues en aucune forme rationnelle. Et ainsi la méditation ne consiste pas dans l'analyse du *koan*, mais de **s'immerger** totalement en lui – de sorte qu'il se résout tout seul. Le but du *koan* c'est de réunir le sujet avec l'objet…et de se réveiller à l'Esprit.

Ken Wilber

En ce moment rien ne surgit. En ce moment il n'y a rien qui cesse d'exister. Ainsi il n'y a ni naissance ni mort qui doivent être portées à terme. D'où l'absolue tranquillité du moment présent. Bien qu'il soit en ce moment, il n'y a pas de limite à ce moment, et en cela il y a éternelle béatitude.

Pluie et brouillard sur le Mont Lou,
Les vagues surgissent sur le fleuve Che ;
Si tu n'y as pas encore été,
Tu en auras des regrets amers ;
Mais une fois là-bas, quand tu reviens à la maison,

Que les choses ont l'air de rien !
Pluie et brouillard sur le Mont Lou,
Les vagues surgissent sur le fleuve Che.

Hui Neng

D. : Je pense faire l'expérience du vide, mais c'est une sensation pesante.
R. : Le vide n'est pas lourd. S'il l'est ce n'est pas le vrai vide. Qui pense ? Où habite le moi qui pense ? Pour toi le moi est une pensée. Remonte jusqu'à sa source et découvre d'où il nait.

Ce voyage vous conduira à nouveau à la maison. Il ne vous amènera pas dans quelque nouvelle dimension. Vous ne pouvez devenir ou obtenir ce que vous n'êtes pas. Vous êtes obligés à être ce que vous êtes déjà.

Poonja

L'attention « active » de Benoit…(celle qui dit) « parle, j'écoute » ou « un regard au centre de mon monde intérieur qui ne rencontre **rien** » ; l' « attention totale » de J. Krishnamurti, la « complète autorisation mentale » des Taoistes du *wu wei* ; « l'Enquête sur le Soi » de Ramana et le « Grand Doute » des Bouddhistes zen e aussi le Wei Wu Wei : « Regarde à l'intérieur pour ne rien voir » - tout cela indique un **état de complète attention et ouverture**, comme si quelqu'un était en train d'écouter en attente d'une réponse du centre de son propre être…la vraie Source de sa propre conscience. Nous laissons échapper l'occasion de réaliser (la Source) car nous imaginons de devoir être en contact avec le Maintenant, comme si s'était quelque chose de différent de ce que nous sommes déjà en train de **faire en CE moment-MÊME**.

Ken Wilber

Aucune carte pourra jamais décrire le pays sans limites qu'ils(les mystiques) ont exploré…L'Innommable…ce monde originel…ne peut jamais être atteint en suivant une carte, et le peu de monde qui se soit aventuré sans empêchements au-delà des frontières de la carte, sera pour nous totalement insaisissable. Et si nous voulions **explorer** *plutôt que faire une excursion, alors nous devrions aussi* ***devenir*** *sans traces*. Pourtant devenir sans traces ce n'est pas une conséquence d'une obligation à une « imaginaire » vacuité qui n'est AUTRE qu'une nouvelle extension de la carte existante. Il faut plutôt regarder ce qu'on a ignoré jusqu'ici, tout ce qu'on considérait assuré et certain.

Il est clair que les cartes exercent leur influence comme conditionneur. Elles ont été créés par nos prédécesseurs, nous inclus, lorsque nous avons des moments d'inattention. Nos « aujourd'hui » procèdent de nos « hier », chargés de choses familières. Pouvons-nous donc apprendre à poser des questions telles que la pensée se nie à elle-même dans les profondeurs de l'inconnu ? Pour agir ainsi, la pensée doit **poser une question à laquelle on ne peut répondre avec des mots** ; dans ce type de question réside **l'inversion de l'énergie du mental.** C'est à l'intérieur de l'inconnu vital… Ceci n'est jamais un trou de mémoire, mais plutôt un état dynamique qu'on rencontre lorsqu'on s'élargit au-delà des liens de la mémoire.

G.Bluestone

Un débutant aurait employé dans les premiers stades la déduction logique, pour après refuser l'une après l'autre les occurrences possibles du prétendu « moi » ; non pas le corps, ni aucune de ses parties, ni la mémoire, ni la sensation ou la personnalité, ainsi de suite. Ni ceci, ni cela, ni cela…, alors quoi? La conscience? Mais… qui possède la conscience? QUI en effet est celui qui est conscient? Il n'y a pas de voie de sortie! Peu importe combien l'individu soit éreinté, combien le corps et l'esprit soient fatigués : la recherche incessante doit être poursuivie. À la fin quand toutes les possibilités logiques ont été éliminées, quelque chose change : le mental cesse de combattre logiquement avec l'énigme et l'intuition surgit.
Les collines sont des collines, l'eau est de l'eau. Mais ces montagnes, ces fleuves, le monde entier… **aucune de ses choses, existe à l'extérieur de votre esprit !**

Bien des personnes ont peur de vider l'esprit car ils craignent de précipiter dans le Vide. Ils ne savent pas que leur propre Esprit EST le Vide. Les ignorants évitent les phénomènes et non pas la pensée ; les sages évitent la pensée, mais non pas les phénomènes.

John Blofeld

J'avais seize ans…c'était le soir… et depuis longtemps je ruminais la phrase de Descartes : « Je pense donc je suis ». Je réfléchissais depuis longtemps…et je faisais chaque fois le voyage - de cette réalité vivante qui en moi correspondait à « je pense » et « je suis » - jusqu'à ces mots, pour les charger… de leur vrai sens. C'était un travail difficile, j'étais épuisé, le déclic qui m'aurait révélé la signification mystérieuse…de la phrase ne se manifestait pas, mais à un certain moment, un autre déclic, que je ne m'attendais pas…se produisit et dans un instant, je me suis retrouvé dans l'arrière-plan impossible et inconcevable de ce « moi » qui pensait… Je parle d'un changement inouï, d'une révolution inimaginable et au même temps sans une ombre de changement et cela est dû à la nature de la chose qui apparait, qui n'est pas un objet, mais la première personne…l'existence même…qui n'est pas quelque « chose », dans le sens qu'on donne habituellement à ces deux paroles, qui **existe infiniment, mais laisse intact celui auquel il ravage la vie.**

Stéphen Jourdain

Beaucoup de réponses n'aident pas. Il y a un genre de questionnement qui nous amène à défaire le réseau. Que faire alors ? Rien. Chaque réaction découle de la carte. Toute réaction ne fait que la renforcer.
La chose importante n'est pas que les choses soient d'une certaine manière, mais si tu feras le plus léger mouvement pour fuir les choses quoi qu'elles puissent être.

G. Bluestone

Tu dois procéder seul. Totalement seul : personne d'autre pourra le faire pour toi. Ce chemin n'est pas une voie tracée, dans la quelle quelqu'un d'autre pourra te guider.

Poonja

Il est conceptuellement impossible de savoir ce que nous sommes. **Nous avons la seule alternative dans l'abandon de la recherche, qui, avec l'abandon du**

chercheur, constitue en soi « le trouver ». Trouver signifie que le chercheur est le cherché et le cherché est le chercheur et chacun des deux, en étant la moitié de CE qui est inconcevable, « ni est, ni n'est pas ».

D. : Comment puis-je savoir si je progresse ?
R. : Qui progresse et vers quoi ? Il « n'y a personne » qui progresse. Le plus sûr signe de progrès – c'est le manque total de préoccupation envers « le progrès » même et la « libération », un abandon non-volontaire à n'importe quoi vous puisse arriver.

Ramesh Balsekar

Le terme lui-même de **recherche** prouve que le chercheur se considère séparé de l'objet de sa recherche. Tant que cette dualité persiste, la recherche doit être poursuivie jusqu'à ce que l'individualité soit disparue et que le Soi ai été réalisé comme Être éternel qui contienne chercheur et recherche.

Ramana Maharshi

Pourquoi la vie devrait-elle avoir une signification ? Pourquoi devrait-il y avoir un but pour vivre ? La vie en elle-même est tout ce qui est. **C'est votre recherche d'une signification « spirituelle » qui a fait devenir la vie un problème**.

U.G.

Vous qui voulez célébrer le jour de votre naissance, **cherchez plutôt d'où vient votre naissance. Le vrai jour de naissance d'un homme c'est quand il entre dans CE qui transcende la naissance et la mort : l'Être éternel.** On devrait pleurer sa propre entrée en ce monde. S'en glorifier et le célébrer c'est se délecter d'un cadavre en le parant d'ornements.
(Le mental) induit les pensées en les faisant naître. En dehors des pensées, il n'y a pas quelque chose comme le mental. Donc, la pensée est la nature du mental. En dehors des pensées il n'y a pas une entité indépendante appelée monde…Comme l'araignée émet un fil de toile à l'extérieur de soi et ensuite le retire en soi, de la même manière le mental projette le monde extérieur de soi-même et le réduit à nouveau en soi-même.

Ramana Maharshi

Si tu aimes une personne plus qu'une autre, c'est une erreur - même s'il s'agit de ton père ou de ta mère. Et si tu préfères la béatitude en toi plus qu'en quelqu'un d'autre, tu n'es pas dans le juste, parce qu'ainsi tu t'aimes toi-même et si tu t'aimes toi-même ce n'est pas Dieu ton pur amour.

Meister Eckhart

Ne te soucies pas des gens et des choses. Cherche tout seul et essaye de découvrir comment l'être est survenu en toi.

Nisargadatta Maharaj

La réponse à ton problème c'est de voir QUI l'a.

Ramana Maharshi

Je pouvais continuer à m'attrister envers tous ceux qui gâchaient leur vie à la recherche du vide, mais je ne brûlais pas de désir de les informer trop tôt : savoir la vérité n'amène pas à vivre mieux une vie qui doit continuer de toute façon, qu'elle contienne la vérité ou non.

Bernadette Roberts

Je montre la vérité aux êtres vivants et ils ne sont plus des êtres vivants.

Tung Shan (maître zen)

Qu'est-ce que je suis réellement à présent ? Chacun de nous est seulement un objet. Et qu'est-ce cet objet, vu à travers l'agrandissement d'un microscope électronique ? Le microscope révèle que le corps est seulement du vide…si nous nous éloignons de lui, cet objet sera bientôt substitué par une maison, une ville, la planète Terre…une galaxie…jusqu'à une disparition complète. Ainsi la prospective interne et la prospective externe amènent au même résultat : l'être humain est vide, espace et totale illusion…
Sur la scène vide cette comédie est apparue, mais à cause de notre perception limitée, nous croyons qu'elle soit réelle - c'est seulement ce qui est perceptible par nos sens - mais le réel est ce qui n'est pas perceptible par les sens. Revenons à la question : « Qui cherche quoi ? » Comme on a vu le « je » est seulement vide, donc il ne peut y avoir aucun « je », il ne peut y avoir aucun « chercheur » : aussi la chose cherchée n'est rien…
Tant qu'il y a n'importe quelle recherche – et donc un chercheur – l'absence de ce qui est présent comme entité (*positive ou négative*) ne peut arriver. Un objet phénoménique, ancré en soi même ne peut trouver le noumène qu'il « est » vraiment, comme c'est impossible pour une ombre de trouver sa propre substance. L'apparent chercheur dans le temps est un concept, ce qui est cherché est un autre concept. Et ainsi le chercher et le trouver(ou ne pas trouver). L'absence absolue de tous ces concepts signifie l'abandon de la recherche et cet abandon résulte dans l'annulation du chercheur dans l'ÊTRE.

Ramesh Balsekar

D. : Je ne comprends pas comment quelqu'un puisse arrêter de projeter sans qu'il y ait une intervention d'un processus de volition.
R. : Vous devez examiner *pourquoi* vous projetez. Prenez note de cela. Vous voulez encore obtenir quelque chose. Ce vouloir nait d'une sensation de manque qui est en vous. L'esprit doit entrer dans un état de suspension. Seulement une attitude de non-interférence peut interrompre le processus mnémonique et tous les conditionnements qui l'accompagnent. Alors l'énergie originaire, inconditionnée peut surgir. On connait généralement les concepts, mais pas le silence. La valeur de la pratique méditative réside dans l'aide à nous familiariser avec le lâcher-prise, être silencieux. Quand le mental n'interfère plus, il y a seulement silence et de lui surgit la créativité. Mais tant qu'on reste sous l'impulsion de la volonté, il y a seulement répétition. Lorsque nous regardons nos amis et notre entourage, nous voyons seulement nos projections, nos superpositions, mais nous ne voyons pas le monde comme il est. Donc le premier pas c'est de nous rendre compte qu'en réalité **nous ne voyons pas, que nous projetons nos peurs et nos espoirs sur les choses.** Pour voir cela il faut être calme.

Jean Klein

D. : Si notre vraie nature est liberté…pourquoi si peu de gens la réalisent ?
R. : Parce que peu de gens la désirent assez.

Poonja

Nous nous sommes identifiés avec notre corps, esprit et personnalité en imaginant qu'ils constituent notre vrai Soi et nous passons notre vie à chercher à défendre, protéger et prolonger ce qui est seulement une illusion.

Plus je cherche le vrai Voyant, plus je réalise que je ne peux le trouver comme objet, car **il est tous les objets** !

Lorsque je cherche mon vrai Soi, je trouve seulement le monde.
Le Soi réel est une présence sans limites, tandis que toutes nos paroles et nos pensées sont seulement des limites.

Wittgenstein disait :
-Ne pense pas, regarde seulement !-
-Où ?-
Le mystique répond : -Regarde dedans.-
Le mystique ne décrit pas le soi réel qu'il est – à l'intérieur de toi – mais il indique **une direction vers (toi-même),** car lorsque tu regardes intensément et soigneusement en toi-même tôt ou tard tu te trouveras en dehors… et ainsi spontanément tu te retrouveras dans ton **état naturel**. D'habitude je pensais à moi-même comme à un « petit sujet » ici dedans qui observait tous les objets là-dehors. Mais le mystique me montre clairement que ce « petit sujet » peut être vu encore comme un **objet**.

Krishnamurti disait souvent que **le soi, le « petit homme interne » est composé entièrement de mémoires.**

Ken Wilber

Ce courant de conscience, alimenté par un effort continuel, devient plus fort et plus constant, jusqu'à quand à la fin il amène à l'Auto-réalisation, au *sahaja samadhi,* l'état dans lequel la pure conscience est constante et ininterrompue et pourtant n'empêche pas les normales perceptions et activités de la vie.

Ramana Maharshi

Ce mourir au futur total, en voyant seulement le Maintenant, n'est pas – comme le dit Coomaraswamy – une mort instantanée à la fin de la vie, mais **une mort instantané à travers <u>toute</u> la vie**. »
-Le moment de la mort – dit T.S. Eliot – **c'est chaque moment**.-

Ken Wilber

Votre exigence de vous libérer du connu est le facteur qui crée le problème. Tant que je m'imagine comment je devrais être, je continuerai à être comme je suis à présent.

U.G.

souffrance – peur

Même si **la peur est en ce moment**, cela concerne toujours le futur…**est futur, basé sur le passé**. Vivre dans le moment présent n'a rien à faire avec un présent relié au passé et au futur. Malheureusement nous ne disposons pas d'autres mots. Donc **ne t'accroches même pas à la parole « présent »**. Même le concept de présent doit être transcendé. Même **le désir de liberté doit être abandonné.** C'est le **dernier désir**. Après tu vas aboutir à autre chose, tu reconnaîtras que **tu es tout**…

Les hommes disent facilement : « Je suis attaché, je souffre, j'ai de la peine », mais ne se sentent pas autant libres de dire : « Je suis libre, je suis immortel ! » Pourquoi ? De qui la faute ? Ce que vous dites, ce que vous pensez, cela va vous arriver.

Poonja

La peur surgit s'il y a « autre ».

Brihadaranyaka Upanishad

Nous sommes en train d'infliger une grosse blessure au monde qui est en train de perdre tout son sang. Nous l'avons divisé en deux fragments inégaux appelés NOUS-MÊMES et le RESTE, ou MOI et NON-MOI. Le résultat c'est que nous n'avons pas un Univers, mais un Duo-vers, une Dualité et non pas une Unité. Et cela ne surprend pas que les deux parties soient défectueuses, tragiquement malades, jusqu'à ce que la terrible blessure soit fermée et soignée.

Douglas Harding

Lorsque tu es en face des douleurs d'une maladie, si simplement tu ne te laisses pas impliquer, il n'y a rien que tu ne puisses supporter…ainsi accompagne la maladie et si tu éprouves des douleurs, plains-toi donc !
Toutefois tu dois réaliser que si, en réponse à la maladie, tu te laisses impliquer aussi par les pensées, alors tu souffres par surcroit, pour avoir troqué l'Esprit de Bouddha avec les pensées. L'Esprit de Bouddha est ce qui est à l'origine sans pensées…alors même si tu dis que tu n'éprouves pas de la douleur, cela signifie que tu es en train de **parler seulement de l'IDÉE de ne pas éprouver de la douleur,** et cela est une *notion basée sur la pensée.* De cette façon, après tout, tu **n'es pas libre de la souffrance**.

Bankei

À quoi vous-sert-il d'attribuer la cause du malheur, aux évènements de la vie, lorsque cette cause est en réalité en vous-mêmes ? Quel bonheur pouvez-vous obtenir de choses étrangères à vous ? Quand vous l'obtenez, combien cela dure ? Il n'y a ni naissance ni mort. Ce qui naît c'est seulement le corps et cela est la création de l'ego. Mais *l'ego n'est pas habituellement perçu sans le corps et ainsi il s'identifie avec lui.* C'est la pensée qui compte…découvrez QUI a les pensées.

Il n'y a aucun bonheur dans aucun objet dans le monde À cause de notre ignorance nous imaginons de retirer le bonheur par des objets. Lorsque l'esprit se dirige à l'extérieur, il expérimente de la souffrance. En vérité quand ses désirs sont exaucés, il retourne à son poste et jouit du bonheur qui EST le SOI.

Ramana Maharshi

Observez que dans **l'assouvissement** d'un **désir** il peut y avoir une **liberté de la peur, mais l'objet désiré et obtenu, n'est pas en réalité la cause de cela**. Après avoir quitté ce bonheur, après s'être détaché de cela, l'ego veut l'attribuer à quelque cause et ainsi il dit (*par exemple*) : « J'étais heureux, car j'ai écouté de la bonne musique » etc.
Si vous conduisez jusqu'au fond cette investigation, vous découvrirez « Être » cette félicité. Vous voyez qu'en réalité **nous ne pouvons pas parler en termes de cause et effet, car la félicité n'a pas de cause**. Lorsque vous dites « je suis en colère » cette colère est un concept : et vous ne pouvez rien faire avec une idée de colère. Ne vous laissez pas séduire par un concept. La colère est une perception, une sensation du corps et du mental. Restez avec la perception, c'est-à-dire **acceptez totalement la sensation d'être en colère**. Au moment de **l'acceptation, il n'y a pas de place pour quelqu'un qui accepte, alors la complicité avec la colère cesse automatiquement**.

Ce que vous pensez comme souffrance est une réaction évoquée par l'image que vous avez créé. Si vous souffrez avec la personne, vous en êtes complices. Au **moment où vous l'aimez, la complicité cesse**. **L'amour est libre de toute image.** Mais lorsqu'il y a *émotivité ou sentimentalité*, quand vous partagez *l'image qu'il a de lui-même*, alors vous l'aider à ressentir son malheur.

D. : Je trouve difficile comprendre comment la souffrance pointe vers l'Ultime.
R. : Je ne parle pas ici de la souffrance comme d'un concept, mais d'une perception, d'une sensation. D'habitude nous résistons à la pure sensation et nous construisons quelques idées de la souffrance. Et ce refus est une réaction qui contribue à renforcer la souffrance. Mais quand nous permettons à la souffrance d'être une pure sensation, vide d'aucune réaction psychologique, toute l'énergie localisée avant comme souffrance, se libère et revient en arrière pour se dissoudre dans l'Ultime.

Jean Klein

La route vers la totale indépendance, ou bien la compréhension que nous sommes **déjà parfaitement indépendants, passe et passe encore par la peur.**
Les choses capables de troubler l'être humain sont des millions. Elles naissent d'une fracture, à cause de laquelle **la vie cesse d'être simplement la vie** (voir, entendre, flairer, penser) ; nous nous dissocions du tout indivisé, car nous nous sentons menacés. La vie se déplace *là-bas*, tandis que je suis *ici* et j'y pense. Ils *ne constituent plus une unité avec la vie* ; ***là-bas* il y a eu un évènement désagréable et moi *ici*, j'y pense pour trouver une voie de fuite à ma souffrance.**

Si nous arrêtons de chercher, qu'est-ce qui nous reste ? Il nous reste ce qui a toujours été ici, au centre. Derrière la recherche il y a angoisse, malaise. Quand nous le comprenons, nous voyons que **le point n'est pas la recherche, mais**

l'angoisse et le malaise qui poussent à chercher. Comprendre que chercher à l'extérieur n'est pas la voie, c'est un moment magique. Nous nous rendons compte que quoiqu'on cherche, nous serons toujours déçus.

Charlotte Yoko Beck

La liberté de tout désir de durée est l'éternité. Chaque attachement implique la peur, car tout est transitoire. Et la peur rend esclaves. **La liberté de l'attachement ne vient pas avec la pratique, elle s'instaure naturellement quand on connait son propre être.** Lorsque tu vois la douleur et la souffrance, reste avec elles et met à nu ses racines ; aider à comprendre est le vrai aide. Évidemment entre-temps, nourris l'affamé et donne un vêtement à celui qui n'en a guère, si tu peux.

L'amour dit : « Je suis tout ». La sagesse dit « Je ne suis rien » .Entre l'un et l'autre ma vie s'écoule. Quelle que soit la situation, si elle est acceptée, elle est agréable ; sinon elle est douloureuse. Peu importe ce qui la rend acceptable : la cause peut être physique, psychologique ou d'autre nature, ce qui compte c'est **l'acceptation. Inversement, la souffrance dérive de la non-acceptation.**

La douleur est physique, la souffrance est mentale. Au-delà du mental, il n'y a pas de souffrance. La douleur est seulement un signal que le corps est en danger et a besoin d'attention. De la même manière la souffrance nous avertit que la structure des mémoires et des habitudes qu'on appelle « individu » est menacée d'une perte ou d'un changement.
La douleur est essentielle à la survie du corps, mais personne ne vous oblige à souffrir. La souffrance est due seulement à l'attachement et à la résistance, elle montre notre incapacité d'aller de l'avant, de couler avec la vie. L'essence de la sainteté est l'acceptation totale du moment présent, l'harmonie avec les choses juste comme elles arrivent. **Un saint ne désire pas que les choses soient différentes de ce qu'elles son**t ; il sait que, en considérant les choses, elles sont inévitables. Il est aimable avec l'inévitable et donc il n'en souffre pas. **Il peut connaitre la douleur, mais elle ne le terrasse pas et donc ne souffre pas**. **S'il peut, il fait ce qui est nécessaire pour retrouver l'équilibre perdu...ou bien il laisse faire à la vie**.

« Je suis » est Dieu lui-même. **La recherche est Dieu**. En cherchant tu découvres que tu n'es ni le corps, ni l'esprit, mais l'amour du Soi en toi et du Soi en tout. Les deux choses sont un tout unique. La conscience en moi et la conscience en toi apparaissent distinctes, mais sont une seule chose, elles cherchent l'unité et cela est amour.

Nisargadatta Maharaj

Nous, oiseaux de ce monde,
En volant partout, nous passons.
Sur notre route il y a une embuscade
Qu'on appelle mort.
Nous n'en avons aucune peur,
En ouvrant nos ailes nous passons.

Seyid Seyfullah

Nous ne combattons pas sur les cornes d'un escargot,

Notre vie est comme une étincelle entre deux pierres.

Yoka Daishi

En ce moment j'ai les pieds enflés. Le principe qui sait que mes pieds sont enflés, lui n'est pas enflé ! « Je suis » est le symptôme de la maladie. Avec la parution du « je suis », de l'état de veille, la maladie a pris du pouvoir sur toi. Elle te pousse à faire une chose ou l'autre sans interruption, car tu es imparfait. Tu dois te lever pour uriner, pour manger, pour te procurer ceci ou cela. Depuis l'état de total relâchement, tu te retrouves immergé dans cet état de veille, dans cet état pénible. Même si tu décides de te reposer, de te détendre, il ne te sera pas possible de le faire. Il s'agit de l'illusion primordiale, à laquelle on a donné des noms grandiloquents, les titres de Yogamâyâ, Mahashweri, mais ce n'est que **le pouvoir de *mâyâ*.**

Nisargadatta Maharaj

Ce « moi » (vous) ne veut pas cesser. Mais il sait aussi que se corps tombera mort comme tous les autres. Vous expérimentez la mort « *d'autrui* » et ainsi vous avez peur, car vous ne savez pas si ce « moi » continuera après que le corps ait disparu. Et voilà que **vous créez un *après-vie*. La peur crée cela. Si la peur s'en va, la question de la mort disparait aussi. Vous ne pouvez pas expérimenter votre mort...** chacun de nous sans exception, expérimentera la « libération » au moment de la mort. Vous ne pourrez pas ressentir le goût de la mort, car il **n'y a pas de mort pour vous**. **Êtes-vous nés peut-être ?** Vie et mort ne peuvent être séparées. Votre structure «qui expérimente» ne peut concevoir un évènement qu'elle ne peut expérimenter... on peut essayer de ressentir ce qui <u>*ressemble*</u> à ne plus ressentir plus rien. Vous ne pouvez pas vous rappeler comment c'était <u>avant</u> d'être nés, vous ne pouvez pas vous rappeler votre naissance, ainsi vous n'avez pas une base pour **projeter votre future non-existence**.

Tout ce que vous faites à ce sujet, vous procurera de la souffrance- voilà pourquoi je dis que la **recherche** de *moksha*(réalisation) est la *dukkha*(souffrance) de toutes les *dukkhas* (rires). Même si vous obtenez ce que vous voulez et expérimentez béatitude ou joie, il y a probablement encore à éprouver davantage. Par leur propre nature il n'y a pas de permanence dans les choses.

D. : Pourquoi avons-nous tellement peur ? Pourquoi avoir confiance dans le moment présent est si difficile ?

R. : Si tu vis dans l'ego, automatiquement tu créés des situations hostiles entre « moi » et le reste du monde. Pour défendre un ego tu dois être égoïste et craindre les autres qui menacent ton bien-être. Comment faire confiance à quelqu'un dans une situation de ce genre ?

U.G.

Tu dois savoir que le vrai détachement consiste dans le fait que l'esprit reste insensible aux vicissitudes de la joie et de la douleur, de l'honneur et du mépris, autant qu'une montagne de plomb est insensible à un faible vent.

Meister Eckhart

Le mystère de la vie n'est pas un problème à résoudre, mais une réalité à expérimenter.

van der Leeuw

Ceux qui souffrent voient le Nirvana comme une échappatoire et une récompense. Ils s'imaginent que le Nirvana soit une annulation future des sens : ils ne se rendent pas compte que ce monde de la vie et de la mort et le Nirvana ne sont point séparés.

Lankavatara sutra

Par où s'est-elle insinuée cette peur de la mort ? Elle est basée sur le concept que quelqu'un est né, sur des simples mots : voilà l'esclavage. Tout ce qu'on doit faire c'est découvrir sa propre source et y demeurer.

Nisargadatta Maharaj

Loge 26
Jésus disait : - La petite paille dans l'œil de ton frère tu la vois. Mais la poutre qui est dans ton œil, tu ne la vois pas…
Ce que nous reprochons aux autres est souvent la « projection » de ce que nous reprochons à nous-mêmes, mais que nous n'osons pas avouer. Ce que nous supportons moins chez les autres sont nos propres défauts. **En écoutant certaines conversations, on apprend plus sur la personne qui parle que la personne dont on parle.**

Loge 26
Jésus disait : -Soyez des passants.-
Savoir que cette terrible souffrance « passera », la rend supportable. Savoir que ce plaisir fascinant «passera » nous rendra plus libres vis-à-vis de cela et moins tristes lorsqu'il s'éloignera.

Évangile de Thomas

témoin

D. : Que me dites-vous du témoin ? Est-il réel ou irréel ?
R. : Les deux. C'est le dernier résidu de l'illusion et la première touche du réel. Si tu dis « je suis seulement le témoin », cela est faux et vrai au même temps : faux à cause du « je suis », vrai à cause du témoin. Il vaut mieux dire : « Il y a témoignage ». Lorsque tu prononces « je suis », l'univers entier vient à la lumière avec son créateur.

Tu es le témoin de la paix – il y a donc la paix ET le témoin. La paix et le témoin s'évanouiront le moment venu. Ce qui restera ce sera l'Absolu. Cette dernière étape est très subtile. En elle il n'y a rien de tangible, compréhensible aux sensations grossières. **Tu ne peux que la vivre**.

Nisargadatta Maharaj

La vraie méditation c'est le constant témoignage de toute chose qui arrive comme mouvement dans la conscience. La méditation dans n'importe quel autre but, serait tout au plus une perte de temps, une fuite temporaire de la souffrance… Nisargadatta disait **:- Vous pouvez rester assis 10 heures ou dix jours ou 1000 ans en méditation, mais lorsque vous retournez dans l'espace-temps qu'arrive-t-il après ?**

Ramesh Balsekar

Le témoin ne peut être l'auteur des actions et donc vous n'êtes pas l'auteur. Avec cette compréhension, vous pouvez vous détacher de la fausse identification avec le corps.

Ashtavakra Gita

« Encore une infime fraction de seconde et enfin…**je saurai !** Je découvrirai au fond du cœur un Témoin Immuable établi ici depuis l'éternité et je me reconnaitrai en Lui ! »
« Non ! Non ! Ce témoin est encore une illusion ! Ce « moi » est encore une attrape ! En une infime fraction de seconde, je chercherai à traverser cette dernière apparence de moi-même, je comprendrai que ce n'est pas l'apparence du rien et je me **réveillerai** ! »

Ce que je vivais comme enfant, ces abîmes de félicité, c'étaient encore des « expériences ». Ce que je porte en moi à présent est d'une nature totalement différente, non seulement le mot « expérience » ne peut lui être appliqué, mais ce n'est pas d'une certaine manière la négation…ce n'est pas une aventure glorieuse qui arrive à quelqu'un qui d'ailleurs ne change pas, mais C'EST le sujet… et son avènement, un sujet pur, INÉDIT, IMPRESCRIPTIBLE.

Stephen Jourdain

D. : Tout ce que je peux investiguer c'est la mémoire d'un fait. Lorsque je suis conscient, je ne vis pas dans l' « à présent », mais dans le passé.
R. : *Ce que tu décris ce n'est pas la conscience présente, mais seulement la pensée de l'expérience*. La vraie conscience présente (*samvid*) est un état de *pur témoin*, sans aucune intention d'interférer avec l'objet témoigné…c'est un non-être troublé, presque un sentiment de détachement, mais ce n'est pas ainsi en réalité. Quand tu es dans cet état, *tu verras que tu aimes ce que tu vois, quel que soit sa nature.* Cet amour sans choix c'est la pierre miliaire de la conscience pure.
Dans le règne de l'illusion, dans le règne du « je suis » réside le changement et ce qui l'observe, c'est le principe éternel, immuable, qui est toi-même. Le non-manifesté regarde ce qui est manifesté : cette conscience « je suis ». Et la conscience « je suis » observe la manifestation, c'est-à-dire elle observe simplement soi-même :l'ensemble de l'univers.

Nisargadatta Maharaj

À ce point l'observateur ou le témoin, disparait. Pourquoi l'observateur disparait-il à la fin? **Lorsque rien ne voit rien, que reste-t-il ? La merveille de la vie**. Personne n'est séparé du rien. Il y a seulement la vie qui vit : entendre, toucher, voir, flairer, penser. C'est l'état d'amour et compassion. Ce n'est pas moi, mais toi.

Charlotte Yoko Beck

Le sentiment d'être une sorte de Témoin ou Soi, disparait tout à fait. Tu ne regardes pas le ciel, *tu es le ciel*. Tu peux goûter le ciel. Il n'est pas là-dehors… Il y a seulement un « voir » pur. La conscience et sa manifestation ne sont pas deux choses distinctes. Tandis que tu restes en cet état et « ressens » ce Témoin comme une grande expansion, tu pourras commencer à sentir que la sensation du **témoin et la sensation de la montagne sont la même sensation**. Lorsque tu « sens » le pur Soi et tu « sens » la montagne, ils sont exactement la même sensation. En d'autres mots, **le monde réel ne t'es pas donné deux fois – l'un là dehors et l'autre ici dedans. Cet « être deux fois » est la signification de « dualité ».**

Ken Wilber

maître

UN VRAI MAÎTRE NE PRÉTEND L'OBÉISSANCE DE PERSONNE.
Si tu as un « moi », il doit se rendre à une autorité plus haute. Si tu ne l'as pas, tu n'as pas besoin d'obéir à quelqu'un. Si tu as besoin d'aide pour effacer ce monstre, tu dois t'en remettre à une autorité qui le prenne en charge. Mais si tu n'as pas de « moi », un maître ne t'est pas utile**. Le maître doit être ton propre Soi.**

De nos jours il est difficile de trouver un maître. **Il y a surtout des prédicateurs**. Un vrai maître n'a pas d'enseignement, simplement il t'informe que tu n'es pas différent de lui, du Soi…et que tu ne dois plus chercher. Que reste-t-il à enseigner ? Tu es déjà libre, tu ES DÉJÀ CELA. L'ultime vérité est qu'il n'y a pas de maître, il n'y a pas d'enseignement, il n'a pas de disciple.

D. : Vous dites qu'il n'y a pas de différence entre rêve et veille. À présent comment pouvez-vous me dire si vous êtes réveillé ou si vous rêvez de me donner un satsang ?
R. : Je ne suis dans aucun des deux états. Les deux apparaissent en moi. Tu es en train de rêver que je te donne *satsang*, mais tes rêves ne me touchent pas.

Poonja

Le *jnani*(sage) vit dans le moment présent, mais s'il y a en ce moment-là joie ou colère, un instant après c'est oublié. L'homme ordinaire, qui a construit une image du *jnani*, comme « homme parfait », ne peut le comprendre. Le *jnani n'est pas parfait, il est* ***total***. Si l'illumination devait se produire, il n'y aurait pas d'individu auquel cela arriverait.
Il **ne** peut y avoir **aucun** *jnani*, seulement le témoignage de ce qu'on appelle « vie ».

Ramesh Balsekar

La vérité est au-delà des mots. Elle n'admet pas d'explications. Tout ce qui est possible de faire c'est l'indiquer. Le sage a déjà vaincu le mental et reste en paix. Rester en sa compagnie aide à créer cette condition chez les autres, sinon il n'y aurait pas de sens de rester près de lui. Si le disciple trouve le Guru en lui-même, alors peu importe où il va. Rester ici ou ailleurs a le même effet. Le langage est seulement un moyen pour communiquer…les pensées surgissent après la

pensée « je », la racine. Ces mots que je prononce obstruent le langage muet (du ***silence***)… il y a de l'électricité qui passe dans un câble: avec la résistance à son passage elle brille comme lampe ou ventilateur. Dans le câble elle reste comme énergie électrique. Par analogie le silence est l'éternel flux du langage, obstrué par les paroles. Ce qu'on n'arrive pas à connaitre par une conversation qui dure des années, peut être connu instantanément dans le silence.

Ramana Maharshi

Une seule œuvre est de notre ressort, l'annulation de nous-mêmes. Un tel anéantissement pourtant, quoique grandiose, reste imparfait si Dieu lui-même ne l'accomplit pas en nous.

Meister Eckhart

Généralement il y a beaucoup d'anticipation dans votre observation. Parce que quand vous observez, vous projetez déjà un résultat et vous focalisez l'attention sur l'objet de la pensée. L'observation réelle est voir sans l'intervention de la pensée d'un résultat et donc sans aucune tension entre l'observateur et la chose observée.

Jean Klein

Le maître ultime, l'Absolu, n'est jamais séparé de nous, mais les gens immatures l'ignorent et le cherche à l'extérieur, loin de soi…Maître de sagesse, toi qui embrasse l'univers et les êtres, le *samsara* et le *nirvana*, montre-nous comment tous les phénomènes deviennent un enseignement et convainque-moi que tout est le Maître Absolu.

Dilgo Khyentse Rimpotche

Si nous comprenons que chaque moment de la vie est le maître, nous ne pouvons pas faire différemment. **Si nous sommes *réellement* chaque moment de notre vie, il n'y a pas de place pour une autorité. Lorsque je *suis* ma souffrance où est l'autorité** ?
Il reste une petite illusion (si je dis) :-Merci beaucoup, je serais moi-même mon autorité. Mais que personne me dise ce que je dois faire !- Où est la tromperie ? – Je serais moi-même mon autorité**, je construirais moi-même mes concepts de la vie.-** C'est une contradiction dans laquelle nous tombons tous.

Charlotte Yoko Beck

Il est évident que **les religions sont fausses. Tout est faux** : la religion, la spiritualité, la société, vous, vos propriétés, vos motivations, vos valeurs, tout cela.
Je ne suis pas là pour vous enseigner quelque chose. Ici il n'y a rien que vous puissiez apprendre. Le fait que vous ayez décidé de venir ici à poser des questions, signifie que tous ces gurus, toutes ces écritures ne vous ont servi à rien. Si vous n'étiez pas venus ici, vous seriez allés quelque part ailleurs.

U.G.

D. : Quelle est la différence entre vous et moi ? Si vous dites qu'il n'y a pas de différence pourquoi êtes-vous assis là-haut et moi ici-bas ? Si je m'asseyais sur votre chaise, personne ne m'écouterait, ni me croirait.
R. : Aucune différence. Toutes les différences sont imaginaires. Si tu imagines qu'il y a des différences, reste assis sur le sol. Si tu n'as pas de doutes ou pensées sur les différences imaginaires, assieds-toi sans autre ici.

Poonja

Les différents objets qui constituent la manifestation n'ont pas de substance ou nature propre en dehors de la conscience qui…est percevoir et connaitre les phénomènes. Le fait est que toute la manifestation, tous les phénomènes sont des apparitions dans la conscience, perçus par la conscience et connus par la conscience à travers l'interprétation du mental. La conscience est soit le fonctionnement, soit la perception du fonctionnement et que nous (non pas les individus, mais l'éternel « je ») sommes cette perception.

Ramesh Balsekar

Loge 13

Jésus disait à ses apôtres :
-À qui pouvez-vous me comparer ? À qui je peux ressembler ?-
Simon Pierre lui dit :- Tu ressembles à un ange juste.-
Matthieu lui dit :- Tu ressembles à un sage philosophe.-
Thomas lui dit :- Maître, ma bouche n'accepterait pas de dire à qui tu ressembles.-
Jésus lui dit :- Je ne suis plus ton Maître, car tu as bu et tu t'es enivré à la source bouillante d'où moi-même je surgis …-
Thomas refuse de nommer Dieu. « Sur Dieu on peut dire seulement ce qu'Il **n'est pas** et **non pas ce qu'Il est**. »(Thomas d'Aquin) De là l'emploi de termes négatifs pour parler de Lui : Non-créé, Innommable, Ineffable, etc.

L'évangile de Thomas

D. :Pourquoi certains êtres réalisés s'incarnent pour aider les autres à se réaliser ?
R. : Personne ne va, personne ne vient…Tout est un rêve. Qui comprend se débarrasse de tout. Il pourra ressembler à une personne quelconque, mais son cœur est bien différent.

Poonja

D. : Si tout est illusion, êtes-vous aussi une illusion ?
R. : Oh oui ! La plus grande des illusions. Tout ce que je dis avec autant de passion est faux. Mais cette fausseté est un pont pour rejoindre ce qui est. L'adresse de la personne n'est pas réelle, seule la personne est réelle. Lorsque vous arrivez à cette maison grâce à l'adresse reçue, elle est vraie tant que vous n'êtes pas entré. Dès que vous êtes entré, l'adresse disparait. **Les paroles sont des indications, elles ne sont pas réelles en elles-mêmes.** Pour annihiler l'ignorance, la connaissance est nécessaire, mais les deux doivent se dissoudre dans la réalisation. Vous êtes sans ignorance, sans connaissance**. Le maître et le chercheur sont illusions, car ils sont une seule et même chose.** Le faux peut seulement être supprimé par le faux. Si vous conservez la deuxième épine (celle qui vous a aidé à extraire l'écharde douloureuse), la connaissance, même si elle est en or elle vous piquera ! L'ego est la

seule illusion et l'ego est la connaissance…c'est une belle chose, mais ne doit être qu'un remède pour supprimer l'ignorance.

Ranjit Maharaj

Il n'est pas possible que vous ne soyez pas conditionnés. Quoique vous fassiez. L'absence de conditionnements dont parlent les différents gurus est une arnaque. Le concept qu'on puisse ne pas être conditionnés ou qu'on puisse se dévêtir des différents conditionnements, c'est juste une autre idée en vente dans le marché de la spiritualité. Elle n'a aucune valeur. Tout ce que vous faites est conditionné. La seule chose dont vous devez vous débarrasser vraiment c'est le **désir de vous libérer des conditionnements.**

U.G.

pratique

D. : Mon Dieu quel pétrin ! Comment puis-je me sauver ? C'est un bien triste destin celui qui est devant nous !
R. : Vous avez l'idée que vous devez vous sauver. Masi c'est justement de cette idée que vous devez vous sauver ! Vous croyez dans les sauveurs. Mais c'est d'eux que vous devez vous sauver. **Vous devez vous affranchir justement de l'idée que quelqu'un vienne vous affranchir**. Oubliez les rosaires, les Écritures, les cendres sur le front. Lorsque vous réalisez combien absurde est votre recherche, toute votre culture se transforme en cendres en vous. Alors vous en sortez ; la tradition est finie pour vous. Vous ne jouez plus.
D. :L'état de non-connaissance que vous décrivez se réfère à un autre niveau de conscience. Qu'est-ce cela peut avoir à faire avec moi, qui suis une personne quelconque et névrotique ?
R. : Quels niveaux de conscience ? **Il n'y a pas de niveaux de conscience. La conscience n'est pas différente dans l'état de veille ou de sommeil. Même à présent, tandis que vous êtes assis ici, vous êtes en train de rêver. Il ne peut y a voir de rêves sans images. Quand vous dormez dans votre lit, vous l'appelez rêver, tandis que si vous êtes assis ailleurs les yeux ouverts, vous l'appelez d'une autre façon.** Tout est là.

U.G.

Toute tentative de libération vient du même ego, de la structure qui contrôle tout, compris et **surtout le désir de libération**. La seule tactique que vous pouvez utiliser pour sortir du guêpier, c'est de retirer votre énergie… ce que don Juan appelle **l'impeccabilité de l'énergie libérée**. Ainsi la seule ligne de conduite valable consiste à limiter le rapport avec notre image de nous-mêmes, voilà le « pourquoi » de l'instruction d'un *benefactor*, d'un *nagual*, d'un maître. Ce n'est pas de renforcer un ego, mais le détruire pour conserver cette précieuse énergie, cette « pierre philosophale » liée au « petit moi », la personne et ses pompes.

B. Dubant

Loge 14
Si tu jeûnes c'est une erreur.

Si tu pries tu es condamné.
Si tu fais l'aumône, tu empoisonnes l'esprit.
Lorsque tu vas dans un pays,
Mange ce qu'on te met devant toi.
Ce qui entre dans ta bouche
Ne peut te souiller.
Mais ce qui sort de ta bouche
Peut te salir.
Il y a le danger de se complaire dans les pratiques (religieuses) et de se croire justifiés par elles. **Si tu jeûnes en ayant conscience de jeûner, cela ne fait que gonfler ton ego au lieu de t'en libérer. Le jeûne arrive spontanément lorsqu'on est absorbés dans la présence de Dieu**.

L'évangile de Thomas

Puisque l'Esprit de Bouddha est merveilleusement illuminant, (spontanément) il reflète les traces de ce que tu as fait. C'est quand tu t'attaches à ces traces de reflets que tu créé l'imposture. Nous sauvegardons les choses entendues et vues dans le passé et quand celles-ci viennent à la lumière, elles apparaissent comme traces et sont reflétées.
À l'origine les pensées n'ont pas de substance. Ainsi si elles sont reflétées, laisse-les se refléter ; si elles apparaissent, laisse-les apparaitre ; si elles s'arrêtent, laisse-les s'arrêter. Tant que tu ne t'attaches pas à ces traces reflétées, il n'y a pas de tromperie. **Tant que tu n'es pas attaché à elles, peu importe combien de traces soient reflétées, c'est comme si rien n'était reflété.** Des centaines de pensées peuvent émerger, ce sera comme si aucune pensée s'était produite.

Bankei

Pauvre est l'homme qui ne veut rien, ne sait rien, n'a rien.
Quelques-uns ne comprennent pas pourquoi un pauvre est celui qui ne veut rien : ce sont ceux qui sont attachés aux pénitences et aux exercices de piété extérieure, qu'ils considèrent importants, puisqu'ils cherchent eux-mêmes. Que Dieu ai pitié de leur peu de connaissance de la vérité divine. Si l'homme doit être vraiment pauvre, il doit manquer de sa volonté créée, **comme il était quand il n'était pas encore là.** Tant que vous avez même la volonté d'accomplir la volonté de Dieu, vous n'êtes pas vraiment pauvres - car est **vraiment pauvre seulement l'homme qui ne veut rien et ne désire rien**.
Je loue le détachement plus que la miséricorde. Cela signifie que l'homme « sort de lui-même » pour aller vers les misères du prochain et son cœur se trouble ainsi. Tandis que le détachement ne se laisse pas troubler par quoique ce soit, car s'il est troublé par quelque chose, il n'est pas comme il devrait être.
Lorsque je demande quelque chose, je ne suis pas en train de prier, **lorsque je ne demande rien, alors je prie vraiment. Lorsque je suis uni là où toutes les choses sont présentes** (passées, actuelles et futures) **toutes sont également proches et pareilles, toutes sont en Dieu et toutes en moi.**

Meister Eckhart

D. : La méditation peut amener à l'Illumination ?
R. : La méditation est une activité mentale, il y a un sujet, le méditant, qui manipule des objets qui sont des pensées. Soit le sujet soit l'objet doit disparaitre pour que l'Illumination puisse se vérifier.

La méditation prolonge leur existence.

D. : Bien de personnes ont passé des années à chercher de calmer le mental. Est-ce que cela les a rapprochés de l'Illumination ou seulement aidés à pouvoir se concentrer mieux?
R. : Ceux qui réussissent à calmer le mental se concentrent intensément sur un objet appelé « silence ». Mais cela **n'est pas le silence de l'absence des pensées. C'est simplement l'expérience d'un état mental dû à un grand effort ;** lorsque l'effort et les pensées disparaissent, l'Illumination peut se révéler.
D. : Parfois vous employez l'exemple de Bouddha qui est arrivé à l'Illumination à travers la méditation, mais vous pensez qu'il y a une limite à la méditation. Pouvez-vous nous en parler ?
R. : Bouddha essaya plusieurs types de méditation sans résultats. Ensuite il s'assit sous l'arbre *bodhi* avec la détermination de se libérer et de rester là jusqu'à ce qu'il se «réveille». Ce fut sa **détermination à la liberté** qui lui valut la victoire et non pas ses pratiques précédentes.
D. : Nos maîtres précédents nous ont dit qu'il est nécessaire une période de purification pour que l'Illumination puisse advenir…
R. : Tu ne peux te purifier avec une activité physique ou mentale. La pureté est là lorsqu'il n'y a pas de pensées. La vérité n'est pas très athlétique. Elle ne peut t'attraper si tu cours à droite et à gauche. Elle peut seulement t'attraper et t'embrasser si tu ne bouges pas.
D. : Arrive-t-il rapidement (le « réveil ») ou lentement ?
R. : « **Lentement** » **c'est le mental qui se moque de toi.** Qu'est-ce qu'il faut comprendre pour être exactement ici ? Pour être ici, où tu es déjà, aucune compréhension juste ou erronée t'est nécessaire.

Poonja

Si tu cherches à arrêter l'activité pour obtenir la passivité, ton effort lui-même te remplit d'activité. Tant que tu restes dans un extrême ou l'autre, tu ne trouveras pas l'Unicité.

Hsin Hsin Ming

La conscience sans effort et sans choix est notre nature, mais on ne peut l'atteindre sans effort, l'effort de la méditation faite avec intention.

Ramana Maharshi

Corrige seulement ton attention et calme le mental dès que tu te réveilles, et quoique tu fasses ou dises, observe-le attentivement, pour voir d'où cela vient et ce qui le rend possible. Du moment que **tu arrives à passer tranquillement au milieu des situations de la vie, alors quel besoin de les éliminer ?… Ainsi tu pourras créer un sanctuaire de pureté, sans aucun effort, au milieu du tourbillon de la vie.**

Huang Long

Que doit faire un individu ? Toujours se rappeler qu'il ne peut exister une entité indépendante. La seule chose à faire c'est de ne pas « pratiquer » avec un effort délibéré, mais laisser que notre vraie compréhension imprègne profondément notre

vrai être, passivement et patiemment, pour que toutes les illusions et les obstructions tombent d'elles-mêmes, graduellement.

Ramesh Balsekar

Laisse libre ton esprit, ne le retiens pas, mais ne lui permet pas de vagabonder. Si l'esprit n'a pas de but, c'est *mahamudra**. Amener cela à l'accomplissement, c'est la suprême Illumination.
Le monde entier est un symbole – non pas un symbole dans le sens d'un signe qui représente quelque chose de différent de soi-même, mais symbole dans le sens d'aboutissement des qualités vives des **choses comme elles sont**.

*La signification de *mahamudra* est grand symbole. (Les instructions orales sur le mahamudra ont été données par Sri Tilopa à Naropa sur les rives du Gange)

Chögyam Trungpa

Ces traditions non-duelles, n'abandonnent pas nécessairement les émotions, ou les pensées, ou les désirs ou les inclinations. La tâche consiste simplement à voir la Vacuité de chaque Forme, non pas de se libérer effectivement de la Forme. Ainsi les formes continuent à surgir et tu apprends à couler avec elles. La libération est dans la Vacuité, jamais dans la Forme, **mais la Vacuité embrasse toutes les formes comme un miroir tous les objets**.

Ken Wilber

Huang Po dit :-**En aucun cas ne faites pas de distinction entre Absolu et monde sensible.- Ce n'est autre chose que parquer la voiture, vous habiller, faire une promenade**.
Soyez ce que vous expérimentez. « De l'arbre sec une fleur s'épanouit. **Ce que tu sèmes ne prend pas naissance si d'abord il ne meurt pas**. » La pratique c'est une mort lente, pas après pas, en se dés-identifiant graduellement de tout ce à quoi on était accrochés. Si l'on maintient seulement une petite emprise, nous ne sommes pas morts. Nous sommes tous identifiés avec notre famille, mais se dés-identifier d'elle, ne signifie pas ne plus l'aimer. **Difficile d'aimer s'il y a besoin**.
Nous sommes en train de ramer sur le lac dans notre petit bateau. À l'improviste, du brouillard sort un autre bateau qui se dirige vers nous et…crash !…une décharge de colère :
-Que fait donc cet imbécile !- Tout à coup *nous voyons que le bateau est vide. Que devient notre colère ? Elle se dégonfle*. Mais s'il y avait eu quelqu'un sur ce bateau, comment aurions-nous réagi? Vous savez bien comment ! Nos **accrochages avec les autres et les situations, sont semblables à se faire heurter par un bateau vide**. Mais notre perception est différente : nous ressentons que le bateau qui nous est rentré dedans est guidé par « *quelqu'un* » qui veut nous massacrer intentionnellement.
Le Bouddha n'est rien d'autre que ce que vous êtes en ce moment précis : entendre le bruit du trafic, percevoir le mal aux jambes, écouter ma voix. Voilà le Bouddha. Vous ne pouvez pas l'attraper : dès que vous essayez de le prendre il a déjà changé. Être ce que nous sommes moment par moment signifie par exemple être **totalement** la colère quand on est en colère. C'est une colère qui **ne fait du mal à personne, parce qu'elle est totale, complète. Nous la vivons pleinement**,

nous ressentons le nœud à l'estomac, mais nous ne l'adressons pas au détriment d'autrui.

Charlotte Joko Beck

Notre être **ici** est l'être éternel. Bien des gens imaginent que l'**ici** ait une existence propre, tandis que le divin est **là**. C'est une illusion populaire.

Meister Eckhart

D. : Ceux qui pratiquent le kundalini yoga sont donc des rêveurs ?
R.: Ceux qui veulent entreprendre une pratique, quelle qu'elle soit, est libre de le faire, mais **qu'est-ce que cela représente ? Zéro, rien.**

Laisse-les faire ces désirs **ils ne sont pas toi**. Tu n'es pas lié à eux, tu en es séparé.

Nisargadatta Maharaj

D. : Comment puis-je éviter de régresser ?
R. : **Reste** dans l'Esprit Non-Né de Bouddha. Si tu le fais, tu ne te préoccuperas pas **ni** d'avancer **ni** de régresser. En effet si tu restes dans le Non-né, chercher **d'avancer signifie instantanément s'éloigner du siège du Non-né**…(Il) est comme un miroir luisant. Un miroir reflète tout ce qu'il a devant lui. Il **ne tente pas délibérément de refléter les choses**… et puis si l'objet qui était reflété est enlevé, le miroir **ne tente pas délibérément de ne pas refléter les choses,** mais quand la chose est enlevée, elle n'apparait plus dans le miroir. Voilà l'Esprit Non-né du Bouddha.

Bankei

Accorde-toi un peu de temps, quelques moments de fermeture totale, dans lesquels personne n'envahisse ton espace. Tout le monde peut y dédier quelques moments. Tu as dédié toute ta vie aux autres et aucune minute au Soi. Tu es la «propriété » des autres. Tu nais et les parents te disent « mon fils ». Tu vas à l'école et tu deviens « mon étudiant». Tu te maries et te voilà « mon mari». Tu as des enfants et te voilà « mon père ». Enlève toutes ces possessions. Ne sois pas la propriété de personne.
D. : Il y a de différentes voies à l'Illumination, même celle de l'union avec un partenaire comme voie au Divin. Pensez-vous que cela soit possible comme voie à la vraie libération ?
R. : Les activités physiques produisent des résultats physiques. Les activités mentales produisent des activités mentales. Les activités sexuelles produisent des enfants. **L'Illumination n'est pas le produit d'aucune d'elles**.

Poonja

Voilà ce qui arrive dans le monde : quelqu'un réunit différents matériaux. Des jugements d'un tel ou de tel autre…et le considère son bagage de connaissance. Ils ne font qu'échanger des opinions. Shankara a dit ceci, Bouddha a dit cela… ils échangent des points de vue et l'appellent *jnana*. Mais **celui qui transmet ces jugements des autres était-il présent ?** À la fin quand tu vois que tout est inutile,

que tout est *Brahman*, alors tu es au niveau du *Parabrahman*, le niveau absolu. Quand tu es à ce point, tout te semble inutile, *Brahman* inclus, car *Brahman* aussi est réduit à une « illusion ». **Ainsi tous ces discours, le mien compris, deviennent des illusions**, une fois que tu es dans le plus haut.

Nisargadatta Maharaj

Dieu n'apprécie pas que tu fasses du bien, mais seulement **comme** tu le fais : ne regarde pas aux fruits, seulement à la racine et aux graines.

Silesius

Arrêter le dialogue intérieur
Arrêter notre description du monde
Agir sans croire
Agir sans attendre des récompenses
Effacer l'histoire personnelle
Enlever nos répliques en se rendant indisponibles. Cela libère de l'attention que les autres portent sur nous et enlève l'apitoiement sur soi-même de notre monde
Perdre notre importance personnelle
Autre aide pour éliminer l'apitoiement sur soi-même : changer la routine de la vie.
La folie contrôlée
Un homme qui « voit» sait que rien n'est plus important que n'importe quelle autre chose…agir « comme si » cela était important, même si on sait que ce n'est pas ainsi.
La première attention
L'attention du *tonal*, employée pour rassembler notre monde quotidien.
La deuxième attention
L'attention du *nagual*
La troisième attention
L'attention qui se développe après avoir brulé avec le feu intérieur.
Le tonal et le nagual
Le *tonal* est seulement un reflet de cet indescriptible « inconnu » rempli d'ordre, le *nagual* un reflet de cette indescriptible Vacuité qui contient toute chose.
Le rêveur et le rêve
Le secret du rêveur et du rêve c'est que le rêve… rêve le rêveur, ainsi que le rêveur rêve le rêve.
Le secret des êtres lumineux
Le secret des êtres lumineux c'est que nous sommes ceux qui perçoivent : nous sommes une conscience sans solidité ni frontières. **Le monde que nous croyons voir c'est seulement une description du monde que nous nous racontons avec notre dialogue intérieur, une description qui nous a été enseigné par les autres.** Nous sommes enchevêtrés dans la bulle de perception et ce que nous observons sur ses parois c'est un reflet de notre vision du monde, notre description.
La bulle de perception
La bulle de perception c'est la grappe de sentiments qui ont été recueillis dans le *nagual* et gardés réunis par la force de la vie.

Carlos Castaneda

Ceux qui continuaient dans la méditation… se heurtaient à un vide, ou à un sentiment de peur, mais étaient exhortés à persévérer, en s'agrippant à **ce qui expérimente** ce vide ou cette peur. La même réponse à ceux qui éprouvaient un état de béatitude. Il ne peut y avoir ni peur ni plaisir, ni vision de vide, sans « QUELQU'UN » qui en fasse l'expérience.

Ramana Maharshi

Généralement il vaut mieux maintenir (l'imagination) tranquille…mais il y a un étrange sentiment que **ces imaginations ne sont pas toi** - elles sont mécaniques, de la même nature que le rêve. Ne les laisse pas trop incontrôlées, pour pouvoir garder l'attention fixe sur « rien en particulier »…qui est Dieu naturellement.

Dom Chapman

L'effort nait quand on projette une fin à atteindre. Mais ce que vous êtes fondamentalement ne pourra jamais être atteint, car vous l'êtes déjà. Alors pourquoi s'efforcer ? Au début les techniques de relaxation peuvent être utiles, car un état relâché vous met en mesure de **voir que ce que vous cherchez est trouvé, dans l'instant précis dans lequel cesse le chercher.**

Jean Klein

D. : Qu'est-ce qui ne va pas dans l'univers ?
R. : L'oubli de soi est l'offense la plus grave : tous les malheurs en dérivent. Occupe-toi du plus important, le moins important y pensera tout seul. Tu ne ranges pas une chambre dans le noir, avant tu ouvres la fenêtre. Faire entrer la lumière rend tout plus simple. Ainsi, avant d'améliorer les autres, apprenons à nous voir comme on est : et changés.
Le Dieu né de la peur et de l'espoir, modelé par le désir et l'imagination, ne peut être le Pouvoir Qui Est, l'Esprit et le Cœur de l'univers.
Tandis que tu restes tranquille et tu t'observes, toutes sortes de choses viendront à la surface. Ne t'en occupes pas, ne réagis pas ; comme elles sont venues, elles s'en iront. Ce qui importe est la vigilance, l'attention totale à toi-même, c'est-à-dire à ton esprit.
Si vraiment tu tiens à faire quelque chose, ne te préoccupes que de ceci : médite, **médite longuement sur cette connaissance intérieure « je suis ».**
« Je suis » signifie uniquement l'ensemble de la manifestation et **non** pas l'apparat psychosomatique « corps-mental » qui porte ton nom. Refuse de t'identifier au « corps-mental » et simplement stabilise-toi dans le « je suis », sans besoin de spécifier autre chose. Cela est la première étape. « Je suis cette conscience dynamique de ce qui se manifeste». Mais sans le dire avec des mots. Même pas intérieurement. Agrippe-toi à cette connaissance, vis-la.

Nisargadatta Maharaj

D. : Les dévots qui vivent près d'un grand maître, souvent pensent d'être les élus.
R. : Tous ici pensent être quelqu'un de spécial. **Mais pour être spécial vous devez penser que vous n'êtes rien.**
D. : Comment puis-je réaliser « Qui suis-je » ?
R. : Abandonne ce « je » et tu le sauras.
D. : Quelle discipline quotidienne nous aide à réaliser le Divin ?

R. : Rappelez-vous du Divin dans quoique vous fassiez. Si vous avez le temps, méditez. Offrez tout au Divin, n'importe quelle chose bonne ou mauvaise, pure ou impure. Celle-ci c'est la meilleure voie et la plus rapide.

Mère Mera

Le seul effort efficace c'est une perception instantanée de la vérité *: voir le faux comme faux et ce qui reste est vrai.*
Personne ne nait, personne ne meurt. Il y a simplement le début, la durée et la fin d'un évènement, objectivé comme temps-vie dans l'espace-temps.

Ramesh Balsekar

L'intellect est l'instrument qui te documente sur les formes. Lorsqu'il ne distingue plus aucune forme, il n'a plus rien à faire. Donc il t'informe que tout est vide ; mais **ce vide est complètement plein de ce qui est. Et ce qui est, quoique cela puisse être, c'est toi**. C'est impossible d'en parler, parce qu'au niveau des expressions on ne peut constater que le vide. CE QUI EST, EN RÉALITÉ, C'EST L'**INCONNU**. Aucun mot ne peut le décrire.

Nisargadatta Maharaj

D. : Est-ce que je dois rester dans la pureté mentale et avoir la foi qu'elle arrive jusqu'à moi ?
R. : Ne perds pas ton temps à rester dans la pureté du **mental qui ne peut être pur**. Même le désir d'être pur c'est un truc du mental. Trouve la source de ces concepts et reste là. Cela c'est la béatitude, rien d'autre. Sous trois points de vue *la recherche et la pratique sont des folies trompeuses*, c'est seulement le mental malin qui renvoie à plus tard la liberté.
Le **premier** c'est qu'il crée un **chercheur**. Cela crée le *concept* d'un individu qui souffre, séparé de la Liberté et que le Soi est quelque chose de **différent** de l'ICI-MAINTENANT.
Le **deuxième** est la **recherche.** Chercher c'est une distraction qui provoque des renvois et d'inutiles souffrances. La recherche encourage et soutient les religions, les traditions et les voies auxquelles on adhère et cela sert seulement à te tromper davantage. **La vérité est seulement ici maintenant, mais la recherche te dit que cela est pour demain**.
Le **troisième** point de vue c'est que la recherche créé un **objet** à trouver et cela c'est le guet-apens le plus subtil et trompeur.
Dès que tu commences une recherche, tu commences à conceptualiser ce que tu recherches. En effet la nature de *mâyâ*, l'illusion, c'est que quoique tu penses, tu le deviens, n'importe quel but tu penses atteindre, tu peux l'atteindre. Il n'y a là aucun doute. Ce que tu penses se réalise. Ainsi **à cause de ta recherche tu créeras et tu obtiendras ce que tu « penses » d'être en train de chercher !**
N'importe quel paradis ou autre état béatifique spirituel que tu désires ardemment atteindre, tu l'obtiendras après l'avoir conceptualisé et créé. Après quoi tu te relaxeras satisfait dans cette **trappe** en croyant avoir obtenu « ton paradis ». Une autre attrape c'est de **penser** « je suis vide » - ce qui est **l'ego,** car c'est seulement en relation avec le **manque d'ego**-mental que la *Vacuité* peut surgir. Donc il n'y a pas de Béatitude dans cette vacuité. Le « Je suis » doit être dissout pour que la Vacuité puisse être.
Tout est Vacuité, alors comment peut-il y avoir un processus envers cela ?

Plusieurs tentatives pour éliminer un mur ne font que le renforcer. De cette manière, l'effort, la méthode, le faire et les processus sont seulement le mental qui trompe. Et même pas le non-faire cela, alors pourquoi perdre du temps à nettoyer le mental !

Poonja

Le cortex cérébral fonctionne comme un ordinateur, il contrôle les niveaux structurels plus bas du système nerveux…(c'est) un bio-computer. Lorsqu'on apprend à apprendre, **on est en train de « méta-programmer » le computer humain.** La *religion se présente comme un méta-programme* puissant, un jeu de symboles, qui permet au bio-computer de communiquer avec les niveaux structurels plus bas du système nerveux, qui contrôle le « constructeur de réalité ». **Le système nerveux central est le « constructeur de réalité ».**
Lorsqu'une rupture d'un de nos systèmes (*meta-programmes*) survient, la réaction normale c'est un effondrement émotionnel…(cela) ne signifie pas que le système n'est pas bon. Pour éviter un effondrement émotionnel…*il faut croire et ne pas croire à un certain ensemble de règles.* Voilà le Nirvana. **La Réalité est vide et non-vide au même temps.**

Michael Talbot

Est-ce qu'il y a un « au-delà » ? Puisque vous n'êtes pas intéressés aux choses quotidiennes et à ce qui vous entoure, **vous avez inventé** une chose comme l' « au-delà », le « sans-temps » ou « Dieu », la « Réalité », « l'Illumination »… et **ensuite vous la cherchez** ! **Il se peut qu'il n'y ait pas cet au-delà…** tout ce que vous pouvez **savoir** sur l'au-delà, c'est quelque chose *qu'on vous a dit*, c'est **ce que vous savez**. Donc vous projetez ce savoir, et quoique vous sachiez sur l'au-delà, c'est ce que vous *expérimenterez exactement*. **Le savoir crée l'expérience et l'expérience renforce le savoir.**

U.G.

Qui pense ?…Pour toi le « je » est une pensée. Remonte jusqu'à sa source et découvre d'où il nait. La pensée doit s'arrêter. Comme première chose, aucun objet, aucune action, aucun moi. Pour cela je ne vous donne aucun type de pratique. Tu pourrais pratiquer la méditation pendant une heure ou deux, tu pourrais faire une retraite de dix jours ou un mois, mais pour le reste du temps ? Tu dois occuper soixante secondes par minute, soixante minutes par heure, vingt-quatre heures par jour. Voilà **le vrai silence, la vraie méditation. La vraie méditation ne connait pas de pauses**. Pour cela il n'y a rien à faire, les pratiques ne sont pas nécessaires. Sois simplement ce que tu es ici.

Poonja

Comprenez-moi bien, c'est votre état que je suis en train de décrire**, l'état naturel**, pas « mon » état ou d'un homme qui a réalisé Dieu, ou d'un mutant ou quelque chose de semblable. C'est votre état naturel, mais ce qui empêche de s'exprimer à sa manière ce qui est ici, c'est votre besoin d'atteindre quelque chose, d'être quelque chose de différent de ce que vous êtes.
L'état naturel…ce n'est pas quelque chose à atteindre avec la volonté : il est *ici – c'est l'état vivant.* Cet état est seulement l'activité fonctionnelle de la vie. Par « vie »

je ne veux pas dire quelque chose d'abstrait ; c'est **la vie des sens qui fonctionne naturellement sans l'aide de la pensée.**
Vous avez adopté l'approche négative (ni ceci, ni cela, *neti neti*), parce que l'approche positive s'est révélée frustrante. Vous pensez qu'il y a une différence entre les deux. Même ce que vous appelez **approche négative, vous l'avez transformée en positive – puisque la ligne d'arrivée à atteindre est positive, vous voulez obtenir quelque chose...peut-être un *état* de « non-connaissance » à travers une approche négative.**

U.G.

D. : J'ai lu que le Maharshi disait de rester constamment dans le Soi.
R. : Je dirais par contre : *libère le mental de toute demeure. Ne le laisse jamais habiter en aucun lieu.*
Tu verras que les moyens ne servent rien. Rien n'a un effet. **Les moyens sont le mental et le mental ne peut t'amener *à ce qui est au-delà* du mental. Le mental guidera, certainement**. Les moyens te conduiront à quelque chose qui est toujours connecté au mental. Mais aller au-delà du mental n'a rien à faire avec les moyens. De plus, les moyens appartiennent au passé... pour être ce que tu es en cet instant précis, qu'est-ce qui est nécessaire ?
Chaque fois qu'il y a dualité il y a un état de rêve. Chaque fois que vous voyez de la multiplicité vous êtes en train de rêver.
Je ne te donne rien et je ne t'enlève rien : je t'indique seulement ce que tu es ici. Ne t'en va pas avec la pensée « je pense faire l'expérience du vide ». Auparavant enlève l'activité, le faire, qui est penser et expérimenter, après tu enlèves le moi. Alors on pourra commencer. Alors il y aura de la place pour des discussions intéressantes. De là racontes ta réalité.
Le Dalai Lama parlait à l'homme ordinaire qui a besoin que son comportement soit guidé par la moralité. *Les illuminés savent que la moralité est vide, comme tout le reste.* **L'action juste, la parole juste et le sentier octuple du Bouddha sont une *conséquence* du vide, mais n'amèneront jamais au vide**. Donc le chercheur de vérité cherche seulement le vide et tout le reste suit.

Poonja

Notre seule préoccupation ici est d'observer nos misères, simplement en être conscients, sans les juger ou les éviter. Si un sentiment surgit, nous en sommes témoins. Même si de la haine surgit envers ce sentiment, nous en sommes témoins. **Chercher à éviter notre affliction ne fait que la perpétuer**. Ce qui nous trouble tant, ce n'est pas l'affliction elle-même, mais notre **attachement** à elle. Si vous devenez habiles dans cette technique de témoignage détaché (il faut quelque temps pour cela), vous regarderez les évènements qui concernent votre corps-esprit avec la même impartialité avec laquelle vous regarderiez les nuages qui vagabondent dans le ciel. En d'autres mots, votre relation avec votre corps-esprit devient **la même que votre relation avec tous les objets de la conscience.**

Ken Wilber

Ne cherchez pas de vous libérer de la sensation du moi : considérez-la jusqu'à ce qu'elle dure, un aspect ou un jeu du processus entier, comme un nuage ou une vague, le ressenti du froid ou du chaud et comme toute chose qui arrive d'elle-même. **Se libérer du moi c'est la dernière possibilité qui reste à l'invincible**

égoïsme. Cela finirait par **renforcer** la **réalité** de cette sensation. Lorsque la sensation d'être séparés est vécue comme toutes les autres, elle s'évanouit en se manifestant en tant que *mirage* qu'elle est en réalité. Lorsque (les « exercices spirituels ») sont pratiqués avec **le but d'atteindre le réveil spirituel**, ils renforcent l'illusion que le « moi » puisse être arraché et jeté quelque part.

Alan Watts

Puisqu'il n'y a rien sur quoi méditer,
Il n'y a pas de méditation.
Puisqu'il n'y a pas de lieu dans lequel s'égarer,
Il n'y a pas moyen de s'égarer.
Bien qu'il y ait d'innombrables variétés
De pratiques profondes,
Elles n'existent pas pour l'esprit
Dans son état réel.
Du moment qu'il n'y a pas deux choses
Comme la pratique et le pratiquant,
Si le pratiquant est vu comme non-existant
Par ceux qui pratiquent ou ne pratiquent pas,
Alors le but est atteint
Et ainsi c'est la fin de la pratique elle-même.

Padmasambhava

Dès que la pratique devient « **faire** », une *technique,* nous avons un cercle vicieux. La vraie acceptation n'est pas un objectif à **atteindre**, la vraie acceptation c'est s'accepter comme on est **maintenant**…avant de commencer à se rendre différents, avec l'acceptation. Plotin dit à propos de cela : « Ce que le mental pense quand il se replie, **avant** de se penser soi-même.»

Alan Watts

Sages, vous m'avez abandonné,
Ignorants, je vous ai abandonné
N'étant pas ni sage ni ignorant,
J'ai dorénavant arrêté de vous écouter.
La nuit tombe, je chante avec la lune claire.
L'aube surgit, je danse avec les nuages blancs.
Pourquoi devrais-je interrompre ma bouche
Et mes mains
Pour m'asseoir cérémonieusement, tandis que
Mes cheveux blanchissent ?

Han Shan

Parfois l'esprit est tranquille, parfois pas. Parfois nous sommes sereins, parfois agités. Mais se laisser aller **dans ce qui est conscient de tous ces états, signifie être tranquilles**, même si les pensées surviennent, être *tranquilles même si il y a agitation*.
Se servir du petit mental conditionné par la carte, pour chercher le sans limites, ne pourra jamais donner des fruits, car le mental peut seulement chercher dans les

bornes limitées de la carte. Pourtant il y a une voie de sortie : **laisser le mental chercher soi-même**. **S'il cherche soi-même il ne trouvera rien – et par défaut on tombera dans l'illimité spontanément**.

G. Bluestone

Comment ne pas penser ? C'est cela votre question ? Vous cherchez une méthode, un système, mais après vous continuez à penser. **Pouvez-vous regarder une pensée ? NON. Il y a une autre pensée qui observe**. Voilà le guet-apens. Le mental est divisé, sinon comment pourrait-il prendre en considération le fait d'observer une pensée ? Quand une pensée semble en regarder une autre, en réalité **il n'y a pas deux pensées, il y en a une seule.** Si vous voulez observer *directement* la pensée et découvrir ce qu'elle est avec vos moyens, vous ne pouvez pas, parce que vous ne pouvez pas **expérimenter qu'à travers la « connaissance » que vous en avez.** Et qu'est-ce qui se passe si vous refusez la réponse donnée par d'autres ? Quelque chose arrive. La question « qu'est-ce la pensée ? » se ***consume***, car il n'y a plus d'autres réponses à part celle que nous connaissons. **La réponse brûle en provoquant une énergie qui prend la place de la réponse, une énergie qui est la manifestation de la vie. En d'autres mots vie et énergie sont synonymes.**

U.G.

Découvre **QUI a le libre arbitre** ou la prédestination et **reste** dans cet état. Alors les deux sont transcendés. Tant que l'ego dure c'est nécessaire. Quand l'ego cesse d'exister, les actions deviennent spontanées. Penser de devoir faire un **effort pour se débarrasser du rêve, de l'état de veille et faire des efforts pour atteindre la Réalisation ou Éveil réel, tout cela fait partie du rêve.** Lorsque tu atteindras la Réalisation tu verras qu'il n'y avait ni le rêve pendant le sommeil ni l'état de veille, mais seulement toi-même et ton état réel.

D. : Est-ce que je devrais me retirer des affaires et me mettre à lire des livres sur le Vedanta ?
R. : Si les objets avaient une existence indépendante, donc s'ils existaient quelque part séparés de vous, alors vous pourriez vous retirer d'eux. Quant aux livres sur le Vedanta, vous pourrez en lire tant que vous voudrez…**le Soi ne peut se trouver dans les livres. Vous devez le trouver en vous tout seul**.

Ramana Maharshi

Toutes les voies doivent disparaitre. Tant que vous suivrez la voie de quelqu'un, ce chemin c'est un **produit de la pensée**. Ce n'est pas un chemin neuf.

U.G.

Tous les chemins mènent à l'irréalité. Les chemins sont des créations à l'intérieur de la connaissance. Pour cela les voies et les mouvements ne peuvent vous transporter à la Réalité, car leur fonction est de vous **ensorceler dans les dimensions du savoir**, tandis que la Réalité prévaut, *antécédente* à lui.

Nisargadatta Maharaj

Abstinence, célibat…tout cela ne vous aidera pas à vous mettre dans cet état. S'il y a seulement un moment dans lequel il n'y a personne qui expérimente quelque chose, voilà le moment dans lequel il y a une possibilité que cela arrive. Ce n'est pas le discours d'un saint…mais une feuille qui tombe, quoi qu'il puisse arriver peut déclencher cela – **si vous n'interprétez rien, cela pourra arriver spontanément.** *Vous cherchez à capturer quelque chose qui ne peut être capturé par votre structure qui expérimente, donc cette structure ne doit pas être là, de sorte que « l'autre chose » puisse entrer. Vous ne saurez jamais la vérité car c'est un mouvement.*

U.G.

Cher ami, tu vois
Cet homme du *satori*
Qui a cessé d'étudier
Et est inactif ?
Il ne cherche ni d'éliminer
Les illusions ni de trouver la vérité.

Celui qui a réalisé le *satori* peut-il arrêter d'étudier ? Faire quelque chose signifie avoir un but. L'authentique homme du *satori* ne cherche plus rien, il est en harmonie avec la vérité des choses. Il a abandonné son ego et suit d'une manière absolue l'authentique système cosmique.

Yoka Daishi

dernier obstacle

Dans le « je suis » il n'y a pas d'expérience. Tu dois simplement laisser aller toutes les expériences qui ne sont pas le « je suis ». « Je suis ainsi ou cela » : voilà l'expérience. N'acceptez aucun mot, aucune phrase. Mes paroles sont des doigts qui indiquent l'inconnaissable qu'on ne peut décrire. Refusez mes mots et vous verrez ce qu'il y a à voir.
L'empêchement c'est maintenir l'idée d'empêchement. L'idée de la disparition de l'empêchement c'est le dernier empêchement. C'est le dernier obstacle, la dernière marche, le dernier saut.
Oui, il y a un saut et il y a la peur du vide. Aucun nom, aucune forme. La peur d'embrasser ce vide…l'aide peut t'amener sur le bord, mais après personne ne peut plus t'aider. Même **l'idée d'aide c'est un empêchement**. Jette loin tout ce qui a un nom et une forme et…saute !

D. : Tout est donc un truc du mental ?
R. : Si tu vois le truc, ce n'est plus un truc, juste ? Truc c'est ce qui ne te permet pas d'aller plus loin. Cela s'appelle *mâyâ*, mais c'est de la simple imagination. Lorsque tu connais le truc tu ne dois plus rien demander. Reste là. Celle-ci est ta maison durable, éternelle, où rien ne peut te toucher. Si tu ne restes pas à la maison, tu vagabondes au supermarché. Tu fais des achats, tu aimes certaines choses et tu veux y rester. **Tous les problèmes que tu es en train d'affronter appartiennent au supermarché. Chez toi à la maison, il n'y en a pas. La maison dont je parle est ton propre Soi**. L'éternité. Où il n'y a ni besoins, requêtes ou désirs. Le désir nait du mental seulement si quelque chose manque. Tu désires quelque chose et tu te précipites dehors pour l'assouvir. Mais ta vraie

maison est parfaite, complète en elle-même. Là il n'y a pas de besoin : c'est une satisfaction totale.

Poonja

Toutes nos pensées sur le réel sont, d'une façon ou d'une autre, des illusions, mais tant que nous ne « voyons » pas, nous ne pouvons pas le savoir, et donc reconnaitre une illusion. Une fois dépassé le (petit) soi, par contre, nous voyons nos illusions rétrospectivement et nous comprenons **qu'elles étaient seulement ce que nous <u>pensions</u> de la réalité** : des pensées qui n'avaient rien à faire avec le monde réel des objets et des formes en soi-même.

Bernadette Roberts

L'homme veut se réveiller, mais ne veut pas abandonner le rêve.
Presque tous ont eu une fois ou l'autre l'expérience du mental qui travaille d'une façon totale, lorsque l'action a lieu spontanément et il n'y a pas de réflexion. L'état « non-mental » n'est pas l'état mental d'un idiot ; c'est l'état mental de celui qui est **libre du dérangement et des distractions des idées**.
Il y a un fleuve de pensées. Nous sommes tous entrainés loin par elles. Donnez la vie à une seule pensée : « Je veux être libre.»

Poonja

abandon

Tout mouvement dans n'importe quelle direction vous éloigne de « Cela ».
D. : Devons-nous abandonner totalement ?
R. : Abandonner quelque chose dans l'espoir d'obtenir quelque chose d'autre à la place, ce n'est pas abandonner. L'idée même de se rendre, de vous nier quelque chose, c'est dans l'espoir d'obtenir autre chose.
D. : Nous continuons à espérer.

U.G.

D. : Quand est-ce qu'une personne est mûre pour l'illumination ? Est-ce qu'il y a une période de préparation qui précède l'illumination, un peu comme les neuf mois de gestation qui précèdent la naissance d'un bébé ?
R. : Tu es mûr pour l'illumination <u>quand tu ne veux rien d'autre</u>. Pour pouvoir naître comme bébé tu dois devenir toujours plus grand pendant les neuf mois. Pour l'illumination tu dois devenir toujours plus petit, jusqu'à disparaitre complètement.
D. : Je suis arrivé sur le bord (du gouffre vide) et la tête dit aux pieds de sauter, mais les pieds ne le font pas. Qu'est-ce que je peux faire ou ne pas faire, pour faire arriver le courage jusqu'aux pieds ?
R. : Aucune des deux, ni faire ni pas faire. Ne permets pas au mental de s'attacher à rien, **même pas au *rien.***
Quelque pratique que vous suivez, continuez **jusqu'à ce que soit la pratique à vous laisser. Le *samsara* est une salle d'attente.** En lui rien n'est permanent, tout coule. Quelques-uns arrivent, d'autres attendent d'être appelés. Tu as beaucoup de chance de savoir que tu te trouves dans une salle d'attente. Tiens-toi prêt, ne t'accroches à rien. Tu dois rentrer chez toi.

Accueille la décision de marcher sur le fil du rasoir en rejetant toute autre idée. Combien de personnes y arrivent ? Très peu.

Le fil du rasoir signifie ne faire naitre aucune pensée. Essaie-le et tu verras. L'absence de pensées te conduira au vide. Non pas avec la compréhension, non pas avec la discussion, mais en étant, en te jetant dans le vide. Sans comprendre, conceptualiser, mais en sautant dans le vide juste à présent ! Quand tu y es, tu peux seulement dire le Vrai. Tu es instantanément libre. Ne fais pas de projets pour le futur : -Je ferai une retraite et j'y arriverai.- *Faire des projets c'est un truc du mental*. Le temps signifie toujours différer.

Refuser aussi cette suggestion. Que reste-t-il ?

Poonja

Parmi les nombreuses idées préconçues que je dus abandonner, il y eut **l'idée même d'abandon** : ce n'était pas moi qui avait abandonné mon « soi » à Dieu, mais plutôt **Dieu qui avait abandonné totalement mon « soi ».** Une fois dépassé le « soi », tout s'évanouit, même ce que je m'attendais qui serait resté.

Bernadette Roberts

D. : Comment voir Dieu qui est omniprésent ?
R. : Voir Dieu, c'est être Dieu. Il n'y a pas un « tout » séparé de Dieu, dans lequel il doit se répandre. **Seulement LUI existe.**
D. : Est-ce possible de jouir du samadhi (conscience de la réalité) pendant qu'on est occupés dans le travail dans le monde?
R. : **Le sentiment « je travaille » c'est l'obstacle**. Demande-toi : « Qui travaille ? » Rappelle-toi qui tu es, alors le travail ne te contraindra pas, il procèdera automatiquement. Ne fais pas d'efforts ni pour travailler ni pour y renoncer : **c'est ton effort qui est l'esclavage**. Ce qui est dans ton destin arrivera quand même. Si tu n'es pas sensé travailler, tu ne pourras pas travailler même si tu le cherches. Si tu es destiné à travailler, tu ne pourras l'éviter malgré tes efforts. Ainsi, laisse cela au pouvoir plus haut, tu ne peux renoncer ou retenir quelque chose selon ta propre volonté.

Ramana Maharshi

Le vide c'est l'état naturel. Si je m'y accroche, j'ajoute quelque chose au vide. Donc je défais ce que j'ai fait**...**

Poonja

Abandonne tes pieds au pollen *
Abandonne tes mains au pollen,
Abandonne ta tête au pollen
Ton esprit est le pollen,
Ta voix est le pollen,
La piste est belle.
Reste tranquille.

Chant navajo
[*le pollen signifie pour les indiens Navajo l' « **essence des choses** »]

Ce n'est pas ce que le Christ voulait qu'on fasse : perdre cette vie (l'âme) pour avoir la vie éternelle ? « **Celui qui s'annule pour moi, découvre <u>qui</u> il est** » À cela j'ajouterais que **dans cette annulation, non seulement il découvrira qui il est, mais « ce qu'il est », parce qu'en Dieu les choses ne sont pas séparables.**

Bernadette Roberts

Même en comprenant sa propre nature, on peut trébucher dans les concepts de **temps et de peur**. C'EST LA PEUR D'AFFRONTER LE VIDE, CAR TA VIE SE DÉROULE ENTRE TANT DE CONCEPTS ET DE CHOSES. **Lorsque tu rencontres le vide face à face, tu perds tout, tous les concepts de passé, présent et futur que tu considérais si réels.** « Ceci est ma vie». Pourquoi tu t'y accroches si fort ? Parce que tu la crois ta force, le sentiment d'être vivant grâce aux concepts. Quand les concepts t'abandonnent, tu as peur. Peur de mourir dans l'océan de nectar, de te noyer dans l'océan de nectar. Quel nectar? L'éternité, le sans-mort. On s'accroche à quelque chose pour se sentir sécurisés : au corps, aux sensations, au mental. Nous ne comprenons pas que <u>la vraie paix est abandonner tout cela</u>. Lorsque nous passons de la veille au sommeil, **nous devons abandonner tout ce qui concerne la veille. Dans le sommeil tous nos rapports et possessions disparaissent**. Nous sommes obligés à les laisser aller. Mais nous n'avons pas peur de nous endormir, cela nous plait, on accueille volontiers le sommeil. Mais nous avons peur de ce bond nous réveillant dans le vide, car nous ne l'avons jamais expérimenté.

Poonja

<u>Loge 95</u>
Jésus disait :-Si vous avez de l'argent
Ne le prêtez pas avec intérêt,
Mais donnez-le à celui
Qui ne vous donnera rien en échange.-
…le sens de la gratuité. Donner son parfum comme la rose, sans en déterminer le prix.

<u>Loge 110</u>
Jésus disait :-Celui qui a trouvé le monde
Et s'est enrichi,
Qu'il renonce au monde.-
Quelqu'un demanda à un gnostique qui vivait d'une manière austère – tandis qu'il aurait pu vivre autrement :-Pourquoi et comment avez-vous fait pour renoncer au monde ?-
Il répondit :-**Je n'ai jamais renoncé au monde, mais peu à peu c'est le monde qui a renoncé à moi**.-

Meister Eckhart

Tu me demandes pourquoi je tourne autour de toi ?
Non pas autour de toi, mais autour de moi !
Ne me donne pas un autre verre de vin.
Verse-le dans ma bouche.
J'ai perdu la voie vers ma bouche.
Veux-tu ma tête ? Ami,
Je te fais un don.

Mon turban, mon vêtement, ma tête, tous les trois
Pour moins d'une lire.
Mon soi, mon nom, à ne pas nommer,
C'est moins que rien.

En vagabondant dans la plaine désolée
En suivant quelques indications tu es ici ;
Je trouve un corps abandonné,
Une tête brisée.

Djalâl-ud-Din Rûmî

Un homme juste n'a pas besoin de Dieu. De ce que je possède je ne sens pas le besoin.

Meister Eckhart

D. : Comment peut-on s'abandonner vraiment ?
R. : Revenant à la source et en découvrant qu'il n'y a personne que l'on doit abandonner et rien à abandonner.

Poonja

Je suis allé un soir dans l'atelier des souffleurs de verre et je demandais :
-Oh ! Vous qui fabriquez des coupes, auriez-vous par hasard un verre qui a la forme du cœur ?- Ils se mirent à rire.
- Tu cherches en vain, o Mîr : **chaque coupe que tu vois, ovale ou ronde, a été un cœur que nous avons fait fondre dans le feu et soufflé dans une coupe.** Voilà ce que tu vois ici : et il n'y a pas de verre !

Mystique soufi

Tu n'iras pas au ciel (pourquoi t'agiter tant)
Si tu n'es pas avant un ciel vivant.

Angelus Silesius

Demeurer stablement dans la conscience porte avec soi, la renonciation spontanée à tout ce qui est physique et matériel. J'insiste sur ce point : il s'agit d'une renonciation spontanée, qui survient naturellement.

Nisargadatta Maharaj

Le sage qui vit la vérité du Soi, joue la comédie de la vie, mais il n'y a pas de ressemblance entre sa façon de vivre et celle de l'homme qui rêve et vit comme une bête de somme.

Ashtavakra Gita

Il y a le *bhakta*...pour qu'il puisse adorer il faut qu'il y ait un Dieu...grâce à la dévotion il se développe jusqu'à ressentir que seulement Dieu existe et que lui personnellement ne compte pas. Il arrive à une étape dans laquelle il dit :-Pas moi,

mais Toi !-…dans le *bhakti marga* cela s'appelle abandon complet…effacer l'ego signifie atteindre le Soi.

Le *Jnani*, homme de sagesse, réalise à travers l'Amour que Dieu n'est autre que le Soi. Le *Bhakta*, bien qu'il considère Dieu comme séparé de lui, pourtant il se fond et demeure dans le Soi.

Ramana Maharshi

Il n'y a aucun « je ». *Je est seulement un pronom personnel*, la première personne singulière. Tout l'ensemble des sentiments, des expériences et des espoirs du genre humain, constitue le « je ». C'est un produit du passé. Ce « je » est un symbole de la totalité de la conscience humaine.

U.G.

En vérité si un homme aurait abandonné un règne ou le monde entier et maintiendrait soi-même, il n'aurait rien abandonné. Tandis que si un **homme abandonne soi-même, il abandonne tout**, même s'il maintient richesses et honneurs et tout le reste.

Je loue le détachement plus que l'humilité. Au fait l'humilité peut exister sans le détachement, tandis que le parfait détachement ne peut exister sans une parfaite humilité.

Meister Eckhart

Oublie d'abandonner quelque chose : accomplis tes normales affaires au mieux de tes possibilités, mais tout cela peut continuer tant qu'il y a conscience. Rappelle-toi seulement de ne pas blesser autrui. Ne fais rien d'autre excepté ceci : *n'identifies pas la conscience avec un corps. Ne t'approprie d'aucune action : tout est en train d'arriver tout seul.*
Voilà la réelle libération : savoir que tu n'es rien. C'est seulement cet état changeant qui s'est identifié avec le corps, qui a peur.

Nisargadatta Maharaj

Je rêve, et comme un souffle
Attise le feu dans la braise,
Mon cœur brille d'un passé
Dont je n'arrive pas à m'en souvenir.
Comme le flamboyer des braises
N'est pas le feu, mais un signe du feu,
Je disperse le trésor vide
De mon être moi-même.
Comme la pluie dans la mer
Je me dissous en moi.

Fernando Pessoa

D. : Nous prions Dieu, mais nous ne sommes pas satisfaits. Comment pouvons-nous faire ?
R. : Confier en Dieu.
D. : Nous nous abandonnons, mais il n'y a pas d'aide.
R. : Oui. Si vous vous êtes abandonnés, vous devez être en mesure de vous conformer au vouloir divin et ne pas vous plaindre pour ce que vous n'aimez pas. Les choses peuvent se révéler différentes de ce qu'elles apparaissent. La douleur conduit souvent les hommes à la foi de Dieu.
D. : Mais nous sommes des hommes mondains. Il y a la femme, les enfants, les parents et les amis. Nous ne pouvons ignorer leur existence et nous en remettre au vouloir divin sans retenir un peu de notre personnalité.
R. : Cela signifie que vous ne vous êtes pas abandonnés comme vous avez déclaré. Vous devez seulement avoir confiance en Dieu. Abandonnez-vous à Lui et à Sa volonté qu'Il apparaisse ou disparaisse. Si vous demandez de faire comme il vous plait, ce n'est pas un abandon, mais donner des ordres. Vous ne pouvez L'avoir à vos ordres et penser vous être abandonnés à Lui. Il sait ce qui est mieux et comment s'y prendre. **Laissez chaque chose entièrement à Lui. Le fardeau est le Sien, vous n'avez plus aucune préoccupation. Tous vos poids sont les Siens. Tel est l'abandon. Celle-ci est la *bhakti*.**

Ramana Maharshi

pensée-liberté-esclavage

Laissez les pensées aller et venir, les marées se succèdent, qu'elles soient hautes ou basses, l'océan ne s'en soucie pas. Alors pourquoi s'inquiéter des pensées qui apparaissent et disparaissent ? Vous êtes au-delà des pensées. Vous devez d'abord savoir qui vous êtes, c'est ce qu'on appelle la connaissance de soi. Le rêve que vous avez fait pendant la nuit vous apparait comme inexistant au réveil : ce n'était qu'un rêve. Vous voyez le monde et vous y expérimentez toutes sortes de choses, mais QUI fait l'expérience**? Le monde n'est que votre concept**, c'est-à-dire votre ego, et c'est l'ego qui voit et expérimente tout cela. Ce monde n'est rien d'autre qu'un long rêve, soyez-en sûrs ! Tant de pensées vous perturbent, mais toutes les pensées, bonnes ou mauvaises, agréables ou désagréables, apparaissent et disparaissent. Comment ce qui apparait et disparait peut-il être réel ? Tout cela est l'œuvre du mental et il a pour habitude de ne voir que le faux et de le prendre pour vrai. Le monde n'existe pas ! Alors **qui** existe ? La réalité existe. J'existe sans le « je ». **Quittez la pièce pour laisser entrer la réalité**…

Ranjit Maharaj

D. : Je continue à croire d'avoir un choix. Aujourd'hui j'ai choisi de venir ici au lieu d'aller à la plage.
R. : Ce que nous croyons volonté et liberté de choix sont seulement des concepts.
L'état « non-mental» n'est pas l'état d'un idiot ; c'est l'état libre du dérangement des idées qui distraient.

Ramesh Balsekar

À présent que je suis à Han Shan, les dix-mille affaires cessent.

Plus aucune pensée fugace s'accroche au cœur.
Oisif, je sculpte des poèmes sur la roche,
En accord avec l'écoulement, comme un bateau sans amarres.

Han Shan

Observe les pensées comme le trafic de la rue. Les gens vont et viennent : l'attention les enregistre mécaniquement. Au début ce n'est pas facile, mais avec un peu de pratique tu verras que le mental peut fonctionner au même temps à différents niveaux, et que tu peux en être conscient un par un.

Nisargadatta Maharaj

Ce que nous appelons d'habitude le mental, c'est le mental dispersé, un tourbillon de pensées, attisées par le désir, la colère et l'ignorance. À la différence de la conscience éveillée, il induit toujours à la tromperie. Pourtant, quoiqu'elles soient puissantes, ces pensées, elles ne sont que des pensées et finissent par s'évanouir. Une fois reconnue la nature intrinsèque de l'esprit, ces pensées qui semblent apparaitre et disparaitre sans répit, ne sont plus capables de nous tromper. Comme des nuages qui se forment, restent un instant et se fondent à nouveau dans la vacuité du ciel, elles surgissent, durent un peu et replongent dans le vide de l'esprit. En réalité rien n'est arrivé.
Même si la conscience à l'intérieur n'est pas encore claire, empêche seulement au mental de vagabonder à l'extérieur. Cela suffira, car la conscience éveillée réside au fond de l'esprit lui-même. Elles sont, on dit, comme la glace et l'eau. La glace n'est pas tout à fait identique à l'eau, puisque la glace est solide et on peut la saisir, mais puisque fondue, elle n'est que « eau », au fait la glace et l'eau sont une seule chose. De la même façon le mental dans l'état confus, n'est pas la conscience éveillée, mais la nature du mental, une fois réalisée, n'est autre que la conscience éveillée.

Dilgo Khyentse

Si tu veux voir la vérité
N'aie pas d'opinions pour ou contre quelque chose.
Opposer ce qui te plait à ce qui ne te plait pas
C'est la maladie du mental.

Hsin Hsin Ming

Nous pensons que ce n'est pas pour cela que les chefs sorciers noirs(les chefs d'état) empêchent l'usage de la drogue, car tout ce qui peut être nocif à l'homme, est *scrupuleusement* ordonné avec soin par eux. Ils préfèrent abrutir l'homme avec l'alcool, ou les discours politiques et culturels imbéciles – plutôt que faire connaitre une pratique qui pourrait changer la vision du monde à bien de personnes. Leur but c'est de maintenir en esclavage les peuples qu'ils administrent. Mais comment leur en vouloir, ils sont les plus illusionnés de tous. Ce que cherche le maitre dans les plantes, ce n'est pas de donner au disciple un « pouvoir », ni des sensations agréables – comme les voyageurs de LSD que C.Castaneda appelle « les enfants qui ne savent pas ce qu'ils font ». Ce que cherche le maitre, c'est **d'arrêter la représentation du monde, donc le dialogue intérieur.** Les choses sont réelles quand on a appris à accepter leur réalité. **Le monde, qui n'est qu'une représentation, se maintient à travers le dialogue intérieur**. Incessamment nous parlons à nous-mêmes, en gardant cette représentation, celle qu'on a appris.

La « petite fumée »(*humito ou herbe du diable*) …nous promet de nous sentir libres, mais détériore le corps.

La première attention est le premier anneau de pouvoir, la deuxième attention, le deuxième anneau. La première s'attache au *tonal*, la deuxième au *nagual*. L'attention exclusive au *tonal* est la raison. Nous pensons à propos de tout et cela nous enferme en ce monde. Sans pensée, l'attention au *tonal* diminue. **Le monde, qui est seulement une pensée, nous apparait réel parce qu'on s'accroche à cette pensée**. Et cette pensée est produite par l'attention exclusive au corps physique, par l'identification au corps physique. De là nait l'idée du « je » d'où sort la dualité. Nous n'avons qu'un seul esclavage : notre pensée. **Nous ne sommes esclaves ni du monde ni du diable : nous sommes esclaves de nous-mêmes**. Ce monde que nous créons c'est notre bouclier. Mais au lieu d'être un défenseur il devient gardien et le gardien c'est nous, la pensée erronée : « je ». La tâche essentielle du guerrier c'est de comprendre « la nature de la conscience » qui est liberté infinie : la conscience c'est le vrai Soi et ce n'est ni ceci ni cela. Comprendre cette nature signifie ne s'identifier à rien.

Dubant-Marguerie

D. :Qu'est-ce le mental ? Qu'est-ce le non-mental ?
R. : Le mental est un paquet de pensées avec le « moi » (pensée) qui le promène. Lorsque le « moi » tombe, il n'y a pas de mental. Quand le non-mental plonge profondément dans sa propre source, la réalité brille en permanence.
D. : Beaucoup de personnes ont peur de laisser aller leur mental, car ils craignent d'en avoir besoin, pour fonctionner dans le monde. Comment faire face aux occupations quotidiennes, s'il n'y a personne qui décide ce qu'il faut faire ou ne pas faire ?
R. : Essaie et tu verras. Tu es comme un téléphoniste qui croit de devoir courir pour relier les fils tout seul. Relaxe-toi, n'interfère pas et tu verras que **tout le spectacle continue tout seul sans ton intervention**.

R. : Lorsque tu vas à la chasse d'une pensée, tu l'attrapes ?
D. : Non, les pensées disparaissent.
R. : Et lorsque les pensées disparaissent, *qui es-tu* ?
SILENCE
R. : C'est la meilleure réponse que tu pouvais me donner. Reste ainsi. Si tu sors du silence, les problèmes naissent. Tu n'as besoin de rien. L'éternité est ici, le bonheur est ici**. La mort n'a pas d'accès à ce silence**. Les problèmes ne peuvent y entrer. Mais si tu en sors, voilà le *samsara*, le cycle infini de naissances et morts. Ici ne peuvent entrer ni pensées ni concepts. Tous les désirs sont satisfaits dans ce vide. Si tu sors pour leur courir après, ils ne seront jamais exaucés.

Poonja

Comment peut-on faire l'expérience du silence ? S'il existe un état sans pensées, ni vous ni personne peut en faire l'expérience. *Chaque expérience est créée par la pensée.* Toutes les voies doivent disparaitre. Tant que vous suivrez la voie de quelqu'un, cette voie est un produit de la pensée. Ce n'est pas une voie neuve.

U.G.

Ce dont nous parlons est au-delà des pensées, au-delà du niveau cérébral.

Nisargadatta Maharaj

Je suis un gardien du troupeau.
Le troupeau ce sont mes pensées
Et mes pensées sont toutes sensations.
Je pense avec les yeux et avec les oreilles
Et avec les mains et les pieds
Et avec le nez et la bouche.
Penser une fleur, c'est la voir et la respirer.
Et manger un fruit c'est en savoir le sens.
Voilà pourquoi un jour de chaleur
Je me sens triste d'en jouir autant,
Et je m'allonge complètement dans l'herbe
Et je ferme les yeux qui brûlent,
Je sens que le corps entier est étendu dans la réalité
Je sais la vérité et j'en suis heureux.
Tu dis, vis dans le présent,
Vis seulement dans le présent.
Mais je ne veux pas le présent, je veux la réalité :
Je veux les choses qui existent, pas le temps
Qui les mesure.

Qu'est-ce le présent ?
C'est quelque chose de relatif au passé et au futur.
C'est une chose qui existe en fonction de l'existence
D'autres choses.
Mais je veux **la seule réalité, les choses sans le présent**.
Je ne veux pas inclure le temps dans mon schéma,
Je ne veux pas penser les choses comme présentes :
Je veux les penser en tant que choses.
Je ne veux pas les séparer d'elles-mêmes
En les traitant comme présentes.
Je ne devrais pas les traiter comme réelles.
Je ne devrais même pas les traiter du tout.

Je devrais seulement les voir, simplement les voir,
Les voir jusqu'au point de ne pas pouvoir les penser,
Les voir hors du temps, hors de l'espace,
Les voir avec la faculté de tout enlever sauf le visible.
Voilà la science du voir, qui n'est pas une science.

Fernando Pessoa

Si on se rend compte de ne pas posséder ces pensées qui remontent à la surface, le mental acquiert une autre qualité.

G. Bluestone

Lorsque le mental est calme, il n'y a pas de ruminations de pensées. Puisqu'il n'est pas cultivé, tu marches sur la Voie à chaque pas**. S'il n'y a pas de ruminations de pensées, il n'y a pas de monde à transcender. Puisqu'elle n'est pas cultivée, il n'y a pas de Voie à chercher.**

Ne te laisse pas prendre par les situations et **ne laisse pas que tes pensées continuent à juger si une situation est favorable ou adverse**. Probablement tu arriveras à l'imperturbabilité. **Mais si tu as le moindre désir d'imperturbabilité, cela est déjà devenu une préoccupation**.

Huang Long

D. : Comme maître avez-vous continuellement des pensées ou seulement quand c'est nécessaire ?
R. : Les pensées vont et viennent mais ne sont pas « miennes ». Laissez-les venir, laissez- les aller. Quelle importance ? Elles n'ont rien à voir avec moi.

D. : Quel est le sens de la vie ?
R. : Pourquoi devrait-elle avoir un sens ? Chaque **signification est une idée dans ton mental. La vie ne s'explique pas avec les opinions que tu puisses avoir.**

D. : Lorsqu'on est sur le « seuil » entre deux vies, est-ce qu'on choisit consciemment le corps dans lequel on va se réincarner, nos parents, etc. Si cela est ainsi, de quelle manière ?
R. : **Ce n'est pas une agence de voyages où tu cherches un joli endroit pour ta prochaine naissance.** *Tes pensées et tes désirs de cette vie te projettent dans une nouvelle forme et peut-être dans une forme même pas trop agréable*. Tu ne peux le contrôler. Mais tu peux exercer ton contrôle ***en voyant d'où viennent*** *tes pensées et désirs. Après ta mort ce sera trop tard.*

Poonja

C'est le mental qui voit les objets et fait des expériences et qui trouve un vide quand il cesse d'expérimenter, mais ce mental ce n'est pas « toi ». Tu es la constante illumination qui éclaire l'expérience **et** le vide. C'est comme la lumière d'un théâtre qui ne te montre pas seulement le théâtre, les acteurs et le drame pendant la représentation, mais qui reste allumée et qui te fait constater qu'il n'y a pas de représentation en action, lorsque tout est fini.
Avant, on voit le Soi comme objet, après on voit le Soi comme un vide, après on voit le Soi comme le Soi; seulement dans ce dernier cas il n'y a pas de « voir », car **voir est être**.

On peut comprendre la frustration des philosophes, qui veulent attraper tout avec le mental, si on leur dit que la Réalité est **derrière** la triade de connaisseur-connaissance-connu; car **évidemment le mirage ne peut pénétrer dans ce qui lui sert de base.**
.... (Parler d'Autoréalisation c'est une fuite illusoire d'une prison illusoire. *n.d.a.*).

D. : Comment le mental s'évanouit-il ?
R. : Seulement par la recherche de « Qui suis-je ? ». Bien que ce soit une activité mentale, pourtant elle détruit toutes les activités mentales, y compris soi-même,

comme le bâton avec lequel on attise le bûcher funéraire qui se réduit aussi en cendres, après avoir brûlé cadavres et bûcher.
Si le mental est calmé avec d'autres moyens, il reste calme pendant un peu de temps mais après il pointe à nouveau en reprenant son activité coutumière.
D. : Quand tous les instincts et les tendances comme…l'autoconservation seront-ils domptés en nous ?
R. : Plus tu te retires dans le Soi, plus ces tendances flétrissent et tombent à la fin.

Ramana Maharshi

D. : Pouvez-vous nous dire quelle est la différence entre vous et une personne quelconque ?
R. : Minime… l'épaisseur d'un cheveu. **C'est un état où la pensée et la vie ne sont pas deux choses distinctes, mais une seule chose**. Ce n'est pas un état intellectuel ; plutôt un état de sentiments (j'emploie ce mot dans un sens un peu différent). **Un état de non-recherche.** C'est la pensée qui a séparé, crée deux points de la naissance et de la mort. La pensée a construit l'espace et le temps. Mais en réalité la naissance et la mort sont des processus simultanés. Vous n'êtes pas prêts à accepter que vous devez vous rendre. Une reddition totale et complète. Un état de désespoir qui vous dise qu'il n'y a pas d'issue dans cette situation.

U.G.

Le mental du passé se neutralise lorsqu'il cherche ses propres limites. La carte se referme. Rechercher l'existence d'un mental individuel signifie arriver à l'Innominé.
La réponse finit toujours pour tuer l'éclair d'illumination – le mental revient à la connaissance statique, et tôt ou tard s'emmêle dans le filet des associations.
Quand nous pouvons regarder le courant des pensées, sans favoritismes, sans nous intéresser à une pensée particulière, nous commençons à connaitre… nous-mêmes. Lorsque la pensée commence à être vue détachée du cadre et vue naître et mourir dans l'espace qui l'entoure, alors elle n'arrive pas aux lourdes associations avec d'autres pensées. Lorsque nous pouvons arriver à l'espace dans lequel l'image de soi va constamment à la chasse, alors l'image de soi n'interfère plus avec la claire vision. Quand il y a vigilance sans volition, alors la pensée se détache de la réaction et il y a un sens aigu de vivre à travers l'inconnu vital. **C'est la mémoire et l'imagination qui nous éloignent du moment présent. Et pourtant il n'y a aucune autre place dans laquelle on peut vivre, à part le moment présent.**
Il est absolument inutile de chercher à arrêter de penser, il vaut mieux voir la validité de nos symboles adorés. *Remettre en question la validité de toute la carte,* plutôt que d'une ou deux composantes, signifie **arrêter l'attachement à la pensée, que la pensée s'arrête ou non.** Cela ne signifie pas devenir idiots.

G. Bluestone

D. : Mes pensées ne le permettront pas.
R. : Néglige-les. Ne rivalises pas, ne prends pas d'initiatives qui les concernent, laisse-les comme ils sont. **C'est ton combat qui leur donne vie**. Traverse-les avec le regard. Rappelle-toi de te rappeler. Tout ce qui arrive, arrive parce que « je suis ». Ce n'est pas nécessaire d'arrêter la pensée. Suspend l'habitude à accumuler, de vouloir des résultats et la liberté de l'univers sera la tienne. Sois sans effort.

Nisargadatta Maharaj

Certes, la mémoire a sa place à un certain niveau. Nous ne pourrions pas fonctionner dans le quotidien…mais il y a un autre état mental où elle a peu de place. Un mental qui n'est pas paralysé par la mémoire, possède la vraie liberté.

J.Krishnamurti

Nous nous libérons de la pensée conceptuelle, lorsque grâce à une observation assidue, nous voyons l'irréalité des pensées égoïstes. Alors nous pouvons être détachés…nous ne devenons pas des personnes glaciales, mais nous ne sommes plus vaincus et trainés par les circonstances.

Charlotte Yoko Beck

D. : J'étais immergé dans une profonde expérience, quand je m'aperçus que mon mental me jouait une farce, en créant une expérience spirituelle.
R. : Quand tu sais qui te joue une farce, il ne peut plus se moquer de toi. **Tout genre d'expérience est encore un jeu du mental**…tu seras heureux de cette expérience et tu le raconteras à des amis et Guru qui l'apprécieront seulement parce qu'ils n'ont jamais vu un lieu où il n'y a **aucun type d'expérience !**
D. : Je remarque que ces expériences arrivent lorsque je suis tranquille.
R. : Cela est **faux, parce que quand tu es tranquille il ne t'arrive rien**. Quoi d'autre peut t'arriver si tu es tranquille ? Le fait que tu remarques que tu es tranquille c'est *un autre truc du mental. Sinon comment tu aurais pu le remarquer ?* **Contrôle les trucs du mental en ne regardant nulle part, ni dedans ni dehors ! Le désir de rester dans la clarté c'est un truc du mental, car la permanence est dans le temps et peut seulement différer ce qui est ici maintenant.** Lorsque tu veux garder cette expérience de clarté **tout le temps,** cela signifie que tu veux porter cette expérience dans le temps. Cette expérience quand elle est arrivée **était hors du temps. Tout ce qui arrive dans le temps n'a pas de valeur.** Tout ce que tu peux obtenir dans le temps : bonheur, paix, un être aimé, un jour disparaitra. Alors pourquoi veux-tu que ce « hors du temps » entre dans le temps, pour te faire plaisir ? Si tu ne désires pas qu'il entre dans le temps, cela signifiera entrer dans l'éternité.

Poonja

Ce n'est pas nous qui vivons la vie, c'est la vie qui vit en nous. En réalité il n'y a pas un « nous » séparé de la vie que la vie puisse « vivre ». Nous ne sommes pas des instruments passifs, on pourrait seulement l'être si on était quelque chose de différent de la vie.

Miracle ! Prodige ! Je puise l'eau et j'amène du bois à brûler.

Hokoji

Des centaines de fleurs au printemps ; la lune automnale ;
Un vent frais estival; la neige hivernale; libère ton esprit des pensées oisives
Et pour toi chaque saison sera douce.

Mumon

L'homme libre n'a pas d'hésitations et ne regarde jamais derrière lui, car il sait qu'il n'y a rien dans le futur et rien dans le passé qui puisse sécouer sa liberté. La liberté

ne lui appartient pas, il ne la possède pas et il n'en est pas possédé. Et puisqu'il ne regarde jamais derrière lui, on dit que ses actions ne laissent pas de traces, comme un oiseau qui traverse l'air. Un disciple demanda à Gensha (maitre zen) comment entrer dans le Sentier. Gensha dit : -Tu entends le murmure du torrent ?- -Oui, je l'entends.- -Voilà une manière d'entrer. -

Alan Watts

D. : Le célibat nous aide à réaliser le Soi ?
R. : Il n'y a pas de question de sexe dans le Soi. J'ai des enfants, petits-enfants et arrière-petits enfants et aucun ne m'a été d'empêchement.
D. : Alors le mental est son objet.
R. : Certainement, ce sont la même chose. **Chaque objet c'est le mental objectivé.** Si tu ne le laisses adhérer à rien, il y a le non-mental. **Le non-mental est liberté. Quand le mental prend demeure, le *samsara* apparait. Le *samsara* est une construction mentale.**
L'esclavage nait seulement si tu te fragmentes. Tu deviens une partie, tu te sépares du reste et après tu cherches à le comprendre. C'est comme si une goutte d'eau de l'océan pensait :- Je suis séparée de l'océan. Je souffre et je dois continuer à me déplacer sur la surface de l'océan.-

Poonja

Une manière de voir holographique(ne) peut…être interprétée en termes de stimulations ou de réponses. Nos pensées sont holographiques, car toutes les pensées se meuvent parmi des signes infinis de rappel, ensemble avec toutes les autres pensées.

Michael Talbot

D. : Pourquoi nous ne nous rappelons pas du tout de nos vies passées ?
R. : Quelques-uns se rappellent, d'autres non. **Se rappeler du passé maintient dans le passé.** Moins de passé tu te rappelles et mieux tu seras.

Poonja

On doit faire le vide, les concepts doivent être abandonnés : c'est le jeûne du mental qui prépare la venue de l'inconnu.

Nisargadatta Maharaj

La pensée crée le temps et l'espace. Lorsqu'il y a pensée, il y a temps et espace.
La pensée a créé le lendemain. Vous vous sentez *désespérés parce que vous avez créé l'espoir dans le lendemain. La seule possibilité que vous ayez c'est maintenant :* **l'espoir n'est aucunement nécessaire**. Et pas même l'idée du Soi, de *l'atma* a de la valeur. J'ai tout fait pour trouver ce Soi, mais c'est une invention des philosophes.

U.G.

D. : Alors à la fin c'est tout simple et se résume ainsi : se libérer simplement des pensées, n'est-ce-pas ?
R. : Tu peux ressentir d'être libre de la pensée, mais tout à coup la pensée va t'accaparer à l'improviste. Bien de soi-disant sages, bien qu'ils aient atteint un état libre de pensées ont eu encore une rechute.

D. : Quel est l'effet de la mort ?
R. : L'effet est sur ceux qui savent que la personne est morte et est partie. Il n'y a pas d'effet sur celui qui est mort et s'en est allé. Il ne sait pas qu'il est mort et d'être parti. Puisque tu penses à la mort, la mort se prend charge de toi, mais si tu es le Soi, pour toi la question de la mort ne se pose pas.

NIsargadatta Maharaj

Laissez tomber l'ultime réalité. Vous n'avez pas les moyens de n'expérimenter aucune réalité. Pouvoir expérimenter la réalité « moment par moment » est une autre invention de la pensée.
La conscience est une simple activité du cerveau. Elle ne peut être employée pour produire aucun changement et encore moins de guérir. À cette conscience naturelle physiologique, qu'on a en commun d'ailleurs avec les animaux, nous avons superposé un processus qui attribue un **nom** aux choses. **Pourriez-vous être conscients de quelque chose, si vous n'aviez pas recours à la mémoire et à la pensée** ?
La mémoire est connaissance, même vos sentiments sont mémoire. La stimulation et la réponse constituent un mouvement unitaire ; ils ne peuvent être séparés de manière bien définie, à moins que la pensée n'intervienne et en crée une. La pensée en tant que mémoire et connaissance a créé ce mécanisme.
La pensée ne pourra jamais attraper le mouvement de la vie : elle est trop lente. Cela arrive plus ou moins ainsi comme avec l'éclair et le tonnerre. L'éclair et le tonnerre se produisent simultanément, mais le son est plus lent que la lumière. Pour ce que j'en peux dire, nous devenons conscients de quelque choses seulement à travers la mémoire, la *connaissance* ; sinon il ne peut y avoir ni espace, ni la conscience qui sépare et qu'elle porte avec soi.

La pensée et la vie sont un seul mouvement. Mais il semble y être chez vous un mouvement de pensée parallèle au mouvement de la vie qui continue à l'intérieur.

U.G.

Le mental vagabonde de par sa nature. Tu n'es pas le mental. Le mental surgit et puis s'enfonce. Il est *impermanent*, transitoire, tandis que *toi tu es éternel…* il faut rester dans le Soi. Ne pas donner de l'importance au mental. Dans l'homme réalisé il peut être actif ou inactif, seul le Soi reste pour lui.

Ying-an

tout est o.k.

D.: Je pense faire l'expérience du vide, mais c'est une sensation lourde.
R.: Le vide n'est pas lourd. S'il l'est, ce n'est pas le vide. Qui pense ?

Les hommes ne veulent pas la liberté. Combien la désirent vraiment ? Tu dis que tu es déjà libre, mais tu ne l'acceptes pas. Tu veux faire quelque chose. La liberté n'a pas besoin d'efforts. Les autres choses peut-être, oui, mais la liberté est…libre. Cette pensée de liberté va contre-courant, elle va en direction de la source.
D'où nait la pensée ? Il doit y avoir une certaine activité pour que la pensée puisse naitre et aller où elle va. Mais **la Source ne va ni ne vient**. **C'est ce qu'elle est**. Comme c'est simple ! Cela fait rire de voir un poisson dans le fleuve qui hurle :- J'ai soif !- Dire : - Je veux l'Illumination -. C'est pareil. Nous ne prêtons pas attention à ce qui est facile et près de nous. Nous sommes attirés par le difficile, par le lointain : la lune, l'Everest. Mais personne n'est arrivé au Soi de cette manière.

Poonja

Si l'œil dort, les rêves cesseront
Naturellement.
Si l'esprit ne discrimine pas,
Les dix-mille choses
Sont ce qu'elles sont, une seule essence.

Anonyme

La préoccupation c'est la mort. Si tu sais que tout est « je », il n'y aura plus de préoccupations et même pas le passé. Ne te fragmente pas en petites parties. Amplifie la compréhension au-delà de toute limite. « Je suis ainsi » : cela est une limitation suffisante à te faire souffrir.

Poonja

En réalité, nous sommes toujours en *samadhi*, mais on ne le sait pas. Pour le savoir tout ce qu'on doit faire c'est éliminer les obstacles. Il n'y a pas de passé, ni de futur. Il y a seulement le présent. Hier c'était le présent, quand tu l'expérimentais, et aussi demain sera le présent quand tu l'expérimenteras.

Ramana Maharshi

L'Esprit Intelligent n'est pas responsable si les choses fonctionnent. C'est le mental qui voit ce qu'il a devant lui et suit la nature des choses. Quand tu travailles avec Wu Wei alors tu mets le coin rond dans le trou rond et le coin carré dans le trou carré. Pas de stress, pas de lutte. Le Désir Égoïste cherche à forcer le coin rond dans le trou carré et le coin carré dans le trou rond. L'Astuce cherche à imaginer des voies plus malines pour encastrer les coins là où ils n'entrent pas. La Connaissance cherche à comprendre pourquoi les coins ronds entrent dans les trous ronds et non pas dans les trous carrés. Wu Wei n'essaie pas. Il ne pense pas à la question. Il agit seulement. Et lorsqu'il agit il semble qu'il ne fasse pratiquement rien. Mais les Choses sont faites.

Benjamin Hoff

Le dernier *Nirvana* on l'obtient en évitant toutes les actions *samsariques* comme…la recherche du *Nirvana* ou d'ôter l'impureté pour s'attacher à la pureté. Mais alors comment obtenir la libération? N'ayant jamais été esclaves, vous n'avez pas besoin de libération.

Hui Hai

Si vous connaissiez la paix qui est toujours en vous, voilà l'état naturel. C'est justement le fait que vous cherchiez à créer un état mental de calme, qui vous crée des problèmes. Vous pouvez seulement ***parler* de paix**, en créant un **état mental** et affirmer que vous êtes calmes, mais **cela n'est pas la paix**, **c'est de la violence**. Cela ne sert à rien de pratiquer la paix, il n'y a pas de raison de pratiquer le silence. **Le vrai silence est explosif**, ce n'est pas un état de mort cérébrale que les chercheurs pensent d'obtenir. - Oh ! J'expérimente le silence ! - Cela ne veut rien dire. En réalité « CECI » est de nature volcanique : comme si cela bouillonnait constamment – l'énergie, la vie – en voilà les qualités. Comment pourrais-je le savoir ? **Je ne sais pas**. La vie est consciente d'elle-même.

U.G.

D. :J'entends dire que la liberté des désirs et des inclinations est la condition nécessaire pour la réalisation. Je ne pense pas que ce soit atteignable. L'ignorance de soi provoque les désirs qui perpétuent l'ignorance. Un cercle vicieux !
R. : Il n'y a rien à faire ou à abandonner. Regarde, rappelle-toi : quoique tu perçoives, ce n'est ni toi ni tien. C'est là dans le champ de la conscience, mais tu n'es ni le champ, ni le connaisseur du champ. C'est l'idée de faire qui t'emmêle dans les résultats de tes efforts : la motivation, le désir, le sens de frustration : tout cela te tire en arrière. Limite-toi à regarder ce qui arrive et **sache que tu es au-delà**.
D. : Est-ce que je devrais m'abstenir de faire quoique ce soit ?
R. : Tu ne peux pas ! Ce qui procède doit continuer ! Si tu t'arrêtes soudainement, tu te détruis.
Écoute bien cette affirmation : **le « je suis » est une illusion et tout le reste est vrai.** Tu es la connaissance de l'ensemble de la manifestation, qui est le corps de *mâyâ.* **À travers toi *mâyâ* anime le monde, mais le « JE SUIS », en soi, est une fraude.**
Retournez dans la société ; votre travail constituera votre meilleur confort, retournez à vos occupations habituelles. Ne cherchez pas à changer quoi que ce soit, évitez toute complication ou discussion. Tout ce qui doit s'accomplir viendra tout seul.

Nisargadatta Maharaj

J'ai vu un documentaire qui montrait une maman ourse pendant l'éducation de ses petits. Elle leur apprenait à chasser, à pêcher, à grimper, et tout ce que les oursons devaient apprendre pour la survie. Un beau jour, elle les fait monter tous sur la cime d'un arbre et…qu'est-ce qu'elle fait ? Elle s'en va sans même se retourner. Comment se seront-ils senti les oursons ? Très **effrayés, mais la voie de la liberté passe par la peur.**

Charlotte Yoko Beck

Les choses prennent toujours leur cours naturel qu'on le veuille ou non. Avoir des objectifs ne les influence guère. De plus, puisque rien au monde reste pendant un seul instant sans changement, quelle différence entre mortalité et immortalité ? Les sucs qui de ta tombe nourriront les herbes ne seront plus les tiens ; pourquoi cela devrait être autrement avec quelque résidu spirituel que tu pourrais avoir ?

Supposons que ton esprit puisse être destiné à vivre pendant des éons : puisque son changement ne pourra jamais cesser, pendant combien de temps sera-t-il **ton** esprit ? Avec la spéculation on n'obtient rien. **Les choses sont toujours comme elles sont.** Apprendre à accepter ce qui se présente c'est la seul voie à la tranquillité.

John Blofeld

Ne t'arroge aucune action – tout est en train d'arriver tout seul**. Si tu n'es pas, quel besoin de toutes ces disciplines, Dieu inclus** ?

Nisargadatta Maharaj

Un jour de pluie est beau comme un jour de soleil,
Ils existent les deux, chacun à sa manière.

Fernando Pessoa

Il fallut trop de pas pour retourner à la racine
Et à la source.
Si seulement nous avions été aveugles et sourds depuis le début !
Habiter dans sa propre maison authentique,
Sans se soucier de ce qui est dehors.
Le fleuve continue à couler, placide,
Et les fleurs sont rouges.

Kakuan

rêve

À présent un doute devrait nous venir : que chaque point du cerveau humain est connecté - à travers « *l'écume quantique* » - à chaque point de l'univers. Souvent cela est comparable à une réalité de rêve.
Nous pouvons rêver d'espaces vastes, de chambres à trois dimensions avec chaises, tables, gens. Mais la dimension du rêve n'a pas de présence en dehors du rêveur.

Michael Talbot

D. : Que sont les rêves ? Pourquoi rêvons-nous ?
R. : **Les rêves sont des projections mentales, la nuit tu les projettes à l'intérieur de la tête, pendant la journée en dehors.** Vous rêvez ces mondes, car vous avez un grand désir d'en jouir.

Poonja

Dans le « Livre Tibétain des morts » il y a quelques phrases qui décrivent la nature illusoire des projections mentales que l'âme dans le limbe prend pour vraies et qui lui provoquent une renaissance dans le monde. L'homme mourant devient un

embryon, pendant qu'il assiste à la copulation de ses parents, et peut ainsi méditer :
-Hélas !...le père et la mère...tous ces apparents phénomènes sont illusoires dans leur vraie nature... Ce ne sont que des projections de mon mental, et puisque le mental lui-même est illusoire et non-existant depuis le début, d'où vient tout cela ?...À présent je vois, ce sont des rêves, des illusions, des échos, des mirages... comme la lune reflétée dans l'eau : ils ne sont pas réels, même pas un instant...-

Wendy Doniger O'Flaherty

D. : Que diriez-vous si on vous disait :-J'ai une famille, des enfants. Trop de responsabilités. Quelle chance puis-je avoir de me réveiller ?-
R.: Celui-là **devrait se réveiller du rêve d'avoir une famille**. On est toujours libres, toujours seuls. Mais le mental rêve. Je m'endors et je rêve d'avoir une femme et des enfants, en rêve je commence à me préoccuper de ne pas avoir du temps pour méditer ou m'enfermer dans une grotte. Toutes ces choses sont soutenues par le rêveur. **Ne serait-il pas mieux de le réveiller de son rêve** ? Rien ne l'a jamais touché, il était toujours seul. Chaque fois que tu vois des noms et des formes, ce n'est qu'un rêve.

Poonja

Et qu'arriverait-il si notre vie à l'état de veille, comme notre sommeil, n'était qu'un rêve dans cette vie éternelle, dans laquelle nous nous réveillerions qu'au moment de la mort ? Et toute **cette scène de théâtre de notre vie sur terre**, où nous avons l'air d'être si occupés, mais les rôles qu'on interprète n'ont pas plus de substance que l'ombre d'une ombre et le fait de rêver, ce n'est qu'un rêve à l'intérieur d'un rêve !

Pedro Calderon de la Barca

R. : **Supposons que tu sois en train de dormir. Dans le rêve tu vois une quantité de personnes qui aspirent à la libération. Ils suivent différentes pratiques et exercices. Toi tu leur expliques ce qu'est la liberté... pendant que tu expliques cela, à l'improviste tu te réveilles. Lorsque tu te réveilles du rêve dans lequel tu rêvais des personnes qui aspiraient à la liberté, que sont-ils devenus ?**

D. : Ils sont retournés à la source.
R. : En te réveillant tu n'as laissé personne en prison. L'esclavage est seulement notre imagination. Nous sommes tous libres. **Ceux qui sont des esclaves sont en train de dormir, ce sont toutes tes projections**. **Quand tu te réveilles où sont « les autres » ?**

Poonja

Les états de rêve et de veille ne sont pas très différents l'un de l'autre. Quand nous nous rendons compte que **toute l'existence est comme un rêve**, la différence entre dormir et être réveillé n'existe plus. Une fois que nous nous rendons vraiment compte que tout est comme un rêve, l'ego change avec naturel. Ce n'est pas nécessaire de combattre l'ego, car nous ne nous identifions plus avec lui. Lorsque nous nous rendons vraiment compte de cela, ce n'est plus l'ego qui agit. Nous **devenons l'énergie même**, de sorte que chaque type de jeu n'est pas personnel.

La conscience est très semblable au rêve. Un rêve n'existe pas en réalité. Il apparait sans fondement ni cause. De la même manière si j'expérimente cette apparence, en réalité rien n'arrive. C'est seulement après m'être réveillé le matin que je me rends compte que **le programme entier du rêve était une partie de moi.** La même chose dans l'illumination : **en ce moment-là on se rend compte que le *samsara* tout entier fait partie de *notre* création et que nous créons nos expériences.**

Tarthang Tulku

D. : Vous me dites : -Réveille-toi- puisque je suis en train de rêver à présent. Quand je vais dormir la nuit, je ne me rappelle rien jusqu'au réveil le matin et parfois j'ai des rêves qui semblent vrais comme l'état de veille, comme le fait d'être assis ici. Comment savoir ce qui est réel et ce qui ne l'est pas ?
R. : Tous les rêves sont irréels, même celui de l'état de veille, comme le fait d'être assis ici. La seule réalité c'est l'écran sur lesquels ils apparaissent. Lorsque tu t'identifies avec l'écran et non pas avec les images, tu sauras ce qui est réel et ce qui ne l'est pas.

Poonja

Une fois moi, Chuang Tsu, je rêvais
Que j'étais un papillon qui volait ici et là,
Butinant, heureux de mon sort et ignare
De mon état humain.
Brusquement je me réveillai et je me retrouvai
Surpris d'être moi-même.
Or je ne sais plus si j'étais un homme
Qui rêvait d'être un papillon
Ou si je suis un papillon qui rêve d'être un homme.
Entre le papillon et moi existe une différence :
Elle s'appelle la mutation constante.

Comment savoir si l'amour de la vie
N'est pas une illusion ? Comment savoir si celui
Qui craint la mort
N'est pas comme un enfant qui a perdu le chemin
Et pleure, incapable de trouver sa maison ?
Madame Li, fille de l'officier de frontière Ai Feng,
Pleura jusqu'à ce que le fond de sa robe fût trempé,
Lorsque le duc de Tsin l'amena avec lui.
Mais lorsqu'elle arriva au palais,
Partagea la couche nuptiale et mangea à son gré,
Elle regretta d'avoir versé tant de larmes.
Comment savoir si,
Étant morts on ne rit pas de l'attachement à la vie ?

Chuang Tsu

Castaneda dans ses « Tales of Power »(Contes de Pouvoir), voit son double, une image spectrale de soi-même et il demande à don Juan s'il est en train de rêver ou pas. (Don Juan dit) :- Si tu ne t'étais pas perdu dans tout ce qui te procure du

plaisir, tu aurais pu savoir que toi-même tu es un rêve, que ton double est en train de te rêver, ainsi que tu l'as rêvé l'autre nuit.-

Michael Talbot

Il avait sur la tête un haut béret rouge et restait tout recroquevillé, comme un tas de torchons poussiéreux, en ronflant si bruyamment à faire croire que sa « tête allait éclater » -ainsi observa Piripipo.
-Je crains qu'il n'attrape un rhume s'il reste ainsi sur l'herbe humide – dit Alice qui était une petite fille sensée.
-Il rêve maintenant – dit Piripipu. Et qu'est-ce que tu crois qu'il rêve ?-
-Personne ne peut le deviner – répondit Alice.
-Mais comment, il rêve de toi ! – exclama Piripipu en battant les mains avec un air de triomphe. – Et s'il arrêtait de rêver de toi, où crois-tu que tu serais ?-
-Là où je suis maintenant, naturellement, - rétorqua Alice.
-Pas du tout, - dit Piripipu méprisant, - tu ne serais en aucun lieu. Parce que **tu es seulement une chose dans son rêve**.-
-Si le Roi devait se réveiller – ajouta Piripipo – tu t'éteindrais…puff…comme une bougie.-
-Ce n'est pas vrai – exclama Alice indignée.- Et puis si je suis une chose dans son rêve, j'aimerais savoir ce que vous êtes !-
-Idem.- dit Piripipo.
-Idem, idem – exclama Piripipu.

-Donc mon minet, voyons un peu qui est celui qui a rêvé. C'est une question sérieuse et tu ne devrais pas continuer à te lécher la patte de cette manière… comme si Dinah ne t'avait pas lavé ce matin ! Tu vois, minet, cela a été moi ou le Roi Rouge. Il faisait partie de **mon** rêve, naturellement, mais moi je faisais partie de **son** rêve aussi. C'était le Roi Rouge ? Et vous qui croyez-vous que c'était ?-

Lewis Carrol

Nous sommes faits de cette matière
Dont les rêves sont faits et notre brève vie
Est entourée d'un sommeil.

Shakespeare (La tempête)

Il y a un rêve qui est en train de nous rêver.

Un boschiman du Kalahari

Ce n'est pas vrai que nous venons sur cette terre pour vivre : nous venons seulement pour dormir, pour rêver.

Poème aztèque, anonyme

Le problème nait justement parce que « le spectacle est si fascinant ». Le monde est une trame si magnifiquement tressée que ses boucles nous attirent dans un état de conviction tel qu'il nous fait oublier que c'est un jeu.
Après avoir compris cela on peut retourner au monde des affaires concrètes avec un esprit nouveau. On a compris que le monde est à la racine une illusion magique, de la quelle « tu » n'es pas séparé et en mesure d'emporter quelque chose, comme si la

vie était une banque dans laquelle on peut voler. Le seul vrai « toi » est celui qui va et vient, en se manifestant et en se retirant dans et de tout être conscient.

Alan Watts

L'état naturel n'a rien à voir avec l'extase, la béatitude, qui sont encore des expériences. **Ce sont des états encore induits par la pensée**, ils viennent et puis s'en vont. La Conscience de Bouddha, de Christ, ce sont des voyages dans la direction erronée : **ils sont dans le champ du temps**. Le « sans-temps » ne pourra jamais être expérimenté, ni attrapé et encore moins exprimé par quelqu'un. Ce sentier battu ne vous amènera nulle part.
Il n'y a pas d'oasis là-bas : vous êtes bloqués dans un mirage.

U.G.

D. : Qui est Dieu ?
R. : Lorsque tu projettes un monde de rêve pour toi et tu y vis dedans, alors tu projettes un Dieu qui s'en occupe. Quand **tu arrêtes de projeter, soit le monde soit Dieu disparaissent.**

Poonja

Ce sommeil qui s'alterne avec la veille n'est pas le vrai sommeil. Cette veille qui s'alterne avec le sommeil n'est pas la vraie veille. Est-ce que tu es réveillé à présent ? Non. Ce que tu dois faire est de te réveiller à ton vrai état. Pourquoi penses-tu aux naissances futures ? La vérité c'est qu'il n'y a ni naissance ni mort. À la mort et à ses palliatifs, que celui qui est né y pense!

Ramana Maharshi

Est-ce qu'il y a une différence entre la veille et le sommeil ? La veille donne une sensation de durée, le sommeil est évanescent, il n'y a aucune autre différence car **tous les évènements qui apparaissent pendant la veille « semblent » réels et ainsi les rêves apparaissent réels au moment du rêve**. Dans le rêve le mental prend un autre corps.

Michael James

C'est une conscience de rêve. Tu es irréel, donc le monde aussi. La conscience est illusion-*mâyâ.* Le sommeil arrive. Est-ce que c'est moi qui vais dormir ou c'est l'inadvertance, typique du sommeil qui vient à moi ? En d'autres mots, nous sommes réveillés parce que nous sommes endormis et l'état dans lequel on se réveille n'est pas vraiment une veille. Nous ne faisons que rêver. **Nous rêvons d'être réveillés, nous rêvons d'être dans le sommeil. Les trois conditions ne sont que des variantes de l'état de rêve.** Prendre tout comme un rêve, libère.
D. : J'aimerais savoir quelle différence il y a entre le sommeil et la veille.
R. : **Ils sont la même chose. L'unique différence consiste dans la durée. Le monde de rêve et celui de la veille proviennent de la même source**. Vous souffrez pare ce que vous êtes conscients. Croire que le monde est réel est la cause même de vos souffrances.
Lorsqu'on rêve, il y a au début le souvenir du sens d'être. C'est ce sens d'être qui produit un univers pour toi réel et authentique. Lorsque cet univers disparait, tu te retrouves dans ce monde de rêve… en étant réveillé. Et alors tu dis :- Oh ! C'était

un rêve ! Ce n'était pas du tout vrai ! **L'idée ne t'effleure même pas que le monde dans lequel tu te trouves (apparemment) « réveillé », puisse être encore un monde de rêve !** Avec quels matériaux as-tu construit le monde du rêve ? Le souvenir « je suis » est apparu et instantanément sa parution a provoqué le rêve. Tu as vu des montagnes millénaires, des sages et des ermites centenaires, et ainsi de suite**. Le rêve a duré une fraction de seconde, et pourtant il a inclus en soi la durée des montagnes, l'âge centenaire des sages.** Comment concilier ces faits ? Dans le rêve tu te trouves sur la cime d'une haute montagne, lorsque tout à coup dans ton lit un insecte te pique et tu te réveilles. Où sont passées les montagnes, les sages et tout le reste ? Ce monde a surgi dans ta conscience et même s'il contient des choses grandioses et très anciennes il a fleuri seulement dans l'espace de ta conscience. Il s'agit simplement d'une illusion.

Pendant combien de temps garde-t-il sa réalité ? Tant que tu es conscient; lorsque ta conscience disparait, le monde disparait aussi.

Il est nécessaire de considérer la conscience comme un seuil. En Inde il y a un dicton : -Une extrémité est dans la rue, l'autre dans la maison.- La conscience - tout en n'étant pas la réalité - est le seul instrument qui te permette de découvrir ce que tu es vraiment ; sans cet instrument il ne te reste aucune possibilité de comprendre. Donc d'un côté la conscience est en contact avec la réalité et de l'autre en contact avec l'illusion, avec *mâyâ*. Toutes nos études concernent les choses qui sont à l'extrémité, en contact avec *mâyâ.* Cela rend totalement impossible la découverte de n'importe quelle chose qui se trouve à l'autre extrême.

Nisargadatta Maharaj

Tout le monde dit, tout le monde croit : se réveiller c'est émerger du rêve nocturne, se frotter les yeux…je sais par expérience que cette évidence est un mensonge.

Ce que nous appelons l'état de conscience habituel est une sorte d'évanouissement…pas contents de rêver, nous rêvons à l'intérieur du rêve…
La vraie folie consiste dans le fait de ne pas reconnaitre nos créations personnelles, pour ce qu'elles sont : de nature imaginaire et fondamentalement irréelles.

Stéphen Jourdain

Nous sommes faits de mort. Cette chose que nous considérons la vie, c'et le sommeil de la vie réelle, la mort de ce que nous sommes vraiment. Les morts naissent, ne meurent pas. Les deux mondes pour nous sont inversés. Tandis qu'on croit vivre, nous sommes morts : nous commençons à vivre lorsque nous sommes moribonds. Il existe le **même** rapport ENTRE SOMMEIL ET VIE que ce qu'on APPELLE VIE et ce qu'on APPELLE MORT. **Nous sommes endormis, et cette vie est un rêve**, non pas en sens métaphorique ou poétique, mais **dans le vrai sens**.

Fernando Pessoa

L'extinction est un de tes attributs. Tu es déjà annulé, mon frère, avant d'être annihilé et **rien avant** d'être anéanti. Tu es une illusion dans une illusion et une nullité dans une nullité. Quand as-tu jamais eu une existence, pour que tu puisses être annihilé ? **Tu es comme un mirage dans le désert que l'homme croit soit de l'eau, mais lorsqu'il arrive là, il s'aperçoit qu'il n'y a rien et là où il croit qu'il y avait de l'eau, là il trouve Dieu**.(*Q'ran* 24, 39)

Même si tu t'examinais, tu trouverais que tu n'es rien et là tu trouverais Dieu ; c'est-à-dire **tu trouverais Dieu au lieu de trouver toi-même et il ne resterait rien de toi à part un nom sans forme**.

Al Alawi

D. : Vous ne rêvez pas dans votre monde ?
R. : Toute la vie n'est qu'un grand, vaste rêve sans aucune réalité, quand la structure de l'expérience ne manipule pas la conscience. Vous donnez de la réalité à ce qui existe, **non seulement aux objets, mais aux sensations, aux expériences et vous les croyez réels**. Quand vous ne les traduisez pas en termes de connaissance accumulée, vous dites que ce n'est pas réel, c'est-à-dire vous ne « savez » pas de quoi il s'agit.
Ce que vous **savez** de **ce que vous appelez « inconnu », ne peut être l'inconnu !** Ce que vous appelez « **inconnu** » **sur la base de l'expérience, ne peut être l'inconnu, puisque cela fait partie de ce que vous connaissez**. Pouvez-vous aspirer à ce que vous ne connaissez pas, dont vous ne savez rien ? À présent ici supposons que vous soyez illuminé, vous ne pourrez ne rien en savoir, Cela ne fera pas partie du connu.

U.G.

Être conscients est peut-être un oubli,
Penser peut-être un rêve ou sommeil,
Et dormir peut-être, pour un instant
Notre esprit qui reprend possession de soi-même.

Fernando Pessoa

illumination

Voir dans sa propre nature c'est voir dans le rien. Voir dans le rien c'est le vrai voir et l'éternel voir.

Shen-hui

La recherche de la libération est souffrance. Même si vous éprouvez quelque chose d'ineffable, vous voulez toujours plus. Il n'y a pas de permanence dans la nature des choses.
L'illumination (si on admet qu'elle existe) **n'est pas du tout une expérience**. **Ainsi vous réalisez qu'il n'y a rien à réaliser... et cela est un coup dur.**
Ce n'est pas que je sois dans un état de non-connaissance ; quand je dis « je ne sais rien » cela est l'expression de mon état. **Je ne sais rien en ce qui concerne mon état.** Un jugement négatif ou positif sur cela est **seulement dans le champ de la pensée.**

U.G.

Toute l'immense terre n'est autre que toi.

Hsue-feng

Les routes étaient miennes, le temple était mien, les personnes étaient miennes… ainsi que leur yeux luisants, le teint clair et leur joues vermillon. Les cieux étaient miens, et ainsi le soleil, la lune, les étoiles et tout le monde était mien.

Traherne

En perdant, en laissant tomber corps et mental, Votre Visage Originel brille devant vous.

Sazen-gy

Être sans pensées, signifie voir et connaitre toutes les choses avec un esprit libre de tout attachement, mais s'interdire de penser à toute chose pour que toute pensée soit supprimée, signifie être obsédé par le *dharma* (règles) et cela est erroné.

Hui-neng

C'est dans la nature du mental, de vagabonder. Tu n'es pas le mental. Le mental sursaute et puis s'enfonce. Il est transitoire, tandis que toi tu es éternel…reste dans le Soi ! **Ne donne pas d'importance au mental…dans l'homme réalisé, le mental peut être actif ou inactif, seul le Soi reste pour lui**.

Ramana Maharshi

D. : Un homme qui a atteint la Réalisation, peut-il aller, venir, agir, parler ?
R. : Pourquoi pas ? Croyez-vous que la Réalisation signifie être inerte comme une pierre ?
D. :Qu'est-ce le samadhi ?
R. : Dans le yoga c'est un genre de trance et il y a différents types de *samadhi*. Mais le *samadhi* dont je parle est différent. C'est le *sahaja samadhi*. Dans cet état vous restez calme et serein pendant l'activité…vous vous rendez compte qu'il n'y a rien qui vous appartienne comme égo et que tout est fait par quelque chose avec laquelle vous êtes en union consciente.

Un brave homme dit :-Que je sois le dernier homme à l'atteindre (la Réalisation) ainsi je pourrai aider les autres à se réaliser avant moi ! - Ce serait comme si le rêveur disait : - **Que toutes les personnes du rêve se réveillent avant moi !** -

Ramana Maharshi

Rien. Voilà la découverte. La soi-disant réalisation de soi c'est la découverte pour vous-mêmes et par vous-mêmes qu'il **n'y a pas de Soi à découvrir**.
Ce que vous appelez « inconnu », n'existe pas du tout. Quoique vous sachiez sur ce que vous appelez « inconnu » n'est pas l'inconnu ! Tout ce que vous expérimentez à propos de ce qui est appelé « inconnu », n'est pas l'inconnu, car il est devenu une partie di connu. **Ce qui vous sépare c'est la pensée, elle crée les frontières.** Et s'il n'y a pas de frontières, elle est sans frontières, sans limites. Vous ne pouvez pas expérimenter cette immensité de la conscience : **le contenu de votre conscience est tellement immense que vous ne pouvez en rien dire**. Voilà pourquoi j'emploie les termes : « C'est un état non-connu ». Vraiment, vous ne

pouvez pas savoir**. Les drogues produisent seulement des expériences, mais ce dont je parle n'est pas une expérience**… mais, aux jeunes de l'occident qui ont essayé le LSD cela leur a donné le sentiment qu'il y a quelque chose de plus vaste que la conscience ordinaire. **Mais ce sont encore des expériences**. Il vous vient le doute que malgré qu'elles soient des expériences profondes, elles n'aient aucune valeur. **Les évènements sont dans le temps. Lorsqu'il n'y a pas de temps, rien n'arrive. « Obtenir » c'est dans le temps.** Vous voulez un résultat, mais cela n'est pas une arrivée à franchir. Ce n'est pas un évènement.

D. : Qu'est-ce l'Illumination ? Dans votre livre « Réveille-toi et rugis » il est dit qu'un mental silencieux est Illumination, ce ne serait pas plus correct de dire que l'absence complète du mental est Illumination ?
R. : Lorsque le « je » qui surgit et réclame la propriété des actions et des pensées est déraciné pour toujours, l'Illumination reste. Un mental silencieux est un mental actif qui se repose un moment. L'Illumination est le **substrat** des deux états.
D. : Comment savoir si je suis illuminé ou pas ?
R. : Ouvre les yeux et regarde autour de toi. Si tu vois encore un monde dehors séparé de toi, tu n'es pas illuminé. Pourquoi ? Le monde et celui qui le voit sont les deux des projections mentales et tant que le mental est là l'Illumination est voilée. Quand tu expérimentes et sais directement, sans besoin des yeux, que le monde a surgi sans cause à l'intérieur du Soi, tu n'auras pas besoin de demander si tu es illuminé ou si tu ne l'es pas.
D. : Quand on est illuminés pourra-t-on connaitre nos vies passées ?
R. : Quand on est illuminés, **on saura qu'elles ne se sont jamais produites.**

Poonja

L'Absolu n'est nulle chose dont il est la Source ; **sa nature est telle qu'on ne peut rien dire de Lui – ni existence, ni essence, ni vie**. Il transcende tout cela. Mais si tu le possèdes, **à travers l'élimination de l'être, alors tu gardes une merveille.**

Plotin

Le sixième Patriarche dit :-Concentre tes pensées pour un moment et tu éviteras de penser en termes de bien ou de mal. Ming fit comme on lui avait dit et le sixième Patriarche continua :- Tandis que tu ne penses ni au bien ni au mal, en cet instant précis, revient à ce que tu étais avant que ton père et ta mère soient nés.- Dès que ces mots furent prononcés Ming atteint une compréhension soudaine et silencieuse. Il s'inclina jusqu'à terre e dit :- Je suis comme un homme qui boit de l'eau et sait personnellement combien elle est fraiche.-

D'une chose je suis certain : une expérience mystique, soit vague ou intense, c'est toujours une intuition directe de l'Ultime Réalité. Soudain l'univers est vu pour ainsi dire avec un nouveau réglage visuel : les myriades d'objets sont reconnus multiples et Un au même temps. Toute contradiction tombe. Joie et tranquillité règnent.
La naissance et l'élimination de l'illusion sont toutes les deux illusoires. L'illusion n'est pas quelque chose d'enraciné dans la Réalité ; elle existe à cause de votre pensée dualiste. Si vous arrêterez de vous laisser aller à des concepts opposés comme ordinaire et illuminé, l'illusion cessera toute seule. Et donc si vous voudrez encore la détruire là où elle pourrait encore se cacher, vous découvrirez qu'il n'y a rien, même de l'épaisseur d'un cheveu, dont on puisse s'emparer.

John Blofeld

L'illumination ne peut être atteinte, si elle est forcée. Elle peut seulement apparaitre, *si on lui donne l'opportunité, lorsque l'obstruction des concepts cesse. Elle peut apparaitre seulement quand elle obtient un espace vacant dans lequel se manifester*.

Ramesh Balsekar

Toutes les pensées et *sunyata*, la vacuité à l'intérieur de chaque pensée, deviennent une unité inséparable. Comment décrire l'indescriptible ? Ni ceci, ni cela. Il y a une irréalité, une vacuité, une illusion de tout ce qui est. Comme le ciel qui couvre passé, présent et futur, qui sont la même chose au-delà de la pensée. Comment expliquer que l'espace est l'essence des choses ? Loin aussi de la transcendance, une signification au-delà de la pensée, donc sans signification. Les mots sont mensongers…tout est pur, nu, non-produit par le mental. Cela est l'état d'illumination des Buddhas des Trois Temps.

Le XVI Gyalwa Karmapa

Agitée ou calme l'eau est toujours eau. Quelle différence cela peut faire l'incarnation ou la désincarnation à ceux qui sont Libérés ? Qu'il soit calme ou agité par la tempête, l'océan ne subit pas de changements.

Yogavashista

J'ai oublié mon nom, mon âge, le visage du présent, mon histoire…la notion du temps, comme on peut oublier les linges sales d'un autre…
L'extase n'est qu'un état et donc il passe nécessairement. Mais avant l'extase, c'est l'éveil qui en commande l'entrée : **l'éveil c'est le non-attachement à l'éveil**. Plusieurs fois **j'ai rencontré la notion d'éveil et j'ai oublié l'éveil, ce dernier subtil mirage,** cette dernière subtile aliénation, avec une violence particulière… Lorsque tu émerges du rêve, le matin, as-tu vraiment l'impression d'une fin ? J'ai plutôt celle d'un commencement. En effet il y a une fin dans l'éveil, mais c'est **la fin de ce qui n'a jamais été et le commencement de la réalité.**
Il y a une erreur que je remarque chez des personnes intelligentes et profondes qui s'intéressent à l'éveil. L'éveil pour eux correspond à une dissolution, un anéantissement. Je dis que cette « chose » est **inexprimable, car je la sens comme toile de fond, amont** de n'importe quelle entreprise du mental.

Stéphen Jourdain

avant la conscience

Le monde des évènements quantiques et sub-quantiques est totalement différent de celui auquel on est habitués. **L'unité des contradictions semble régner dans ce nouveau monde : les entités quantiques sont particules et ondes au même temps.** L'évènement quantique n'est pas séparable en tant qu'objet : le nouveau monde est celui de l'interconnexion universelle, de l'interaction. **La continuité et la**

discontinuité existent harmonieusement (c.à.d. contradictoirement) : l'énergie varie avec des sauts, mais notre monde « visible » reste celui de la continuité. **Le « vide » est « plein » - il contient potentiellement tous les évènements.**
Le nouveau monde est celui d'un bouillonnement perpétuel, de l'annulation à la création, à des vitesses vertigineuses, pas comparables à nos fusées. L'énergie accumulée sur une échelle de l'infiniment petit, atteint des valeurs fabuleuses, à peine imaginables avec nos mesures. Décidément le monde quantique a sa place dans la « vallée de la stupeur » (une des sept vallées dans « *La conférence des oiseaux* » de Attar) où la contradiction et l'indéterminé épient le voyageur.

Basarab Niculescu

La conférence des oiseaux de Attar

-Nous voulons être anéantis par le feu – disaient les oiseaux…Tout ce que anciennement ils avaient pu commettre fut purifié, effacé : le soleil proche jeta sur eux ses dards rayonnants et leur âme resplendit. Alors dans le reflet de leur visage ces trente oiseaux (*sîmurgh*) du monde contemplèrent le visage du *Sîmurgh** spirituel. Ils tombèrent dans la stupeur : ils ignoraient s'ils étaient restés eux-mêmes ou s'ils étaient devenus le *Sîmurgh* et le *Sîmurgh* était en réalité les trente oiseaux (*sîmurgh*) ; enfin s'ils regardaient au même temps des deux côtés ils étaient sûrs **que le *Sîmurgh* et eux ne faisaient qu'un seul être.** Alors le *Sîmurgh* donna cette réponse *:*
- Le soleil de ma majesté est un miroir : celui qui s'y reflète voit sa propre âme et son propre corps : il se perçoit tout entier. Quoique vous soyez très changés, vous vous voyez comme vous étiez avant…
Lorsque vous avez franchi les vallées du chemin spirituel, accompli des bonnes œuvres, vous avez agi **seulement par mon action**. Et ainsi vous avez pu voir la vallée de mon essence et de mes perfections. Annulez-vous en moi glorieusement et délicieusement, à fin de trouver vous-même en moi…-
Et en fait les oiseaux s'annulèrent pour toujours dans le *Sîmurgh*. L'ombre se perdit dans le soleil et voilà tout.
- - -
* *Simurgh*=oiseau fabuleux, symbole du Roi, donc Dieu.

Le vide fluctue de façon aléatoire entre être et non-être. Sur l'échelle quantique le vide est plein.

Basarab Niculescu

Au commencement il faut garder le sens du « je suis », il faut adorer cette présence, en jouir, la rendre une amie. Devenir une seule chose avec elle et alors spontanément en toi apparaitra la sensation : - Je ne suis pas ce « je suis ».-
Réalité signifie le premier et le dernier état. **Mais nous sommes émotivement attachés à ces états, nous sommes convaincus d'être ce « je suis »**.
Donc à fin que cet état illusoire lié au temps puisse se dissoudre, il faut transcender notre attachement émotionnel à cette connaissance « je suis ». Tant que le nuage ne s'en ira pas, l'état primordial ne pourra pas apparaitre. **L'état primordial n'est pas quelque chose à conquérir. Il est déjà là, il faut juste éliminer l'écran qui le cache**.

Nisargadatta Maharaj

D. : La vacuité a deux significations ?
R. : D'un côté…c'est un état identifiable de conscience, une absorption non manifestée (*nirvikalpa samadhi…nirvana* etc.). Cela est un état causal, subtil. La deuxième signification c'est que la Vacuité n'est pas un état particulier au milieu d'autres états, mais plutôt **la réalité de ce qui est**, ou **condition de tous les états**, qu'ils soient hauts, bas, ordinaires ou extraordinaires.
Ton Visage originel n'est pas ici dedans. C'est la plus pure Vacuité ou transparence de ce spectacle scintillant. Si le Cosmos surgit tu es Cela. Si rien ne surgit, tu es Cela. Dans les deux cas tu es Cela.
Cet état non-duel, d'Un seul Goût, c'est *la nature de chaque expérience avant de la couper : c'est le monde réel avant que tu fasses quelque choses, inclus l'effort de « voir non-dualistiquement* »…avant l'effort et du non-effort en mesure égale. Toutes les dualités continuent à surgir, mais elles sont relatives et non pas vérités absolues, primordiales.

Ken Wilber

Tout le monde sait que la goutte se perd dans l'océan, mais peu de gens savent que l'océan se perd dans la goutte.

Ramana Maharshi

« Cela » ne peut être compris avec l'attention. Ne peut être atteint par les discours, il peut être compris avec le silence.

Ying An

Vous ne pourrez jamais comprendre « Cela », seulement comprendre à travers les expériences passées. Ceci n'a pas de référence avec l'expérience. L'état naturel est **a-causal** : il arrive seulement. Quand vous arrêtez de comparer, voilà votre état naturel. À ce point vous n'écouterez plus personne.

U.G.

Que le problème soit insoluble est par soi-même la solution.

Anonyme

Tant qu'on est conscient, il y aura plaisir ou douleur au niveau de la conscience. Pour aller au-delà, tu dois aller au-delà de la conscience, ce qui est possible seulement si tu **observes la conscience comme quelque chose qui t'arrive à toi et pas en toi,** comme quelque choses de surajouté et extérieur. À ce moment tu es **libre de la conscience**…et **cela est le vrai état**. La conscience est une éruption cutanée qui démange. Tu ne peux vouloir sauter en dehors de la conscience, car l'idée même est à l'intérieur de la conscience. Mais si tu apprends à regarder la conscience comme une fièvre qui t'appartient et dans laquelle tu t'enfermes comme un poussin dans sa coquille d'œuf, c'est de cette attitude que viendra la crise qui te fera rompre la coquille.

Nisargadatta Maharaj

Lorsqu'on atteint la conscience sans objet, il n'y a plus de trace de moi et l'autre. Le fleuve et ses rives sont la même chose. La goutte de pluie est entrée dans le miroir, la flamme a été avalée par le feu. On ne peut même pas dire que c'est de la béatitude, car on transcende la béatitude et la non-béatitude ; seulement lorsqu'on revient de cette condition il y a un souvenir de cette béatitude qui n'est comparable à rien qui soit sous le ciel… l'univers a perdu de ses terreurs… dans le cœur il y a un sentiment de révérence et tout - flaques d'eau, étagères de cuisine, un poêle rouillé, une herbe ordinaire - émane de la beauté.

John Blofeld

pas de fin - pas de commencement

R. : « Conscience-présence » signifie pur. Puisque la conscience-présence connait le « je-suis », elle est autre, **en deçà du « je-suis »**. Cela est le plus haut ; il n'y a pas de degrés dans la conscience-présence… dans l'Absolu, l'état *Parabrahman*, il n'est pas question entre conscience pure et impure.
D. : Y-a-t-il de l'amour dans la pure conscience ?
R. : Jusqu'à l'état d'être, de « je-suis », de conscience, il y a amour…l'amour d'être. Cet « amour d'être » n'est pas l'état parfait, mais s'il est transcendé, le devient. Dans cet « amour d'être » vous voulez obtenir quelque chose n'est-ce-pas ? Il y a le désir de continuer à être. Dans le *Parabrahman*, **il n'y a pas d'amour d'être, car c'est un état parfait.**

Nisargadatta Maharaj

L'amour est un état, alors que la réalité est sans état, sans concepts**. L'amour est un concept. Il concerne toujours les autres et comment pouvez-vous être la réalité tant qu'il y a des « autres »** ? Si tout ce que vous percevez est la réalité, où est l'amour ?
Oubliez même la réalité et elle est là. **Si vous essayez de vous souvenir, il s'agit toujours d'un objet, de quelque chose d'autre. C'est l'état sans état**. Tout existe à cause de la connaissance, mais d'où vient la connaissance ? De l'ignorance. Connaissance et ignorance sont les deux faces d'une même pièce.
D. : Par ignorance vous voulez dire vacuité, vide ?
R. : Oui, zéro.

Ranjit Maharaj

Dans le mouvement dont je parle il n'y a rien dedans qui doive sortir et rien dehors vers quoi se diriger. Il n'y a plus même union d'amour, car **s'il n'y a pas de soi, il ne reste rien avec lequel on doive s'unir !**

Bernadette Roberts

D. : Dans l'état naturel est-on compassionnés ?
R. : Cela est votre projection. « Ils sont indifférents…durs !! »**. La compassion est à nouveau un truc du marché spirituel.** Croyez-vous que cet individu soit **conscient d'être plein de compassion ? S'il l'est, ce n'est pas de la compassion.**

U.G.

Seulement lorsque j'interprète ce qui est dans le mental, je deviens heureux ou malheureux…tout dépend de la signification des mots…et cela c'est le mental ! Je suis et ne suis pas et ne suis aucun des deux ! Ni la présence ni l'absence, voilà pourquoi je dis tout ce qui me vient à l'esprit.
À la fin, quand tu réalises que tout est inutile, que tout est *Brahman*, alors tu es au niveau du *Parabrahman*, le niveau absolu. Quand tu es à ce point, tout te semble inutile, le *Brahman* inclus parce que le ***Brahman* aussi est réduit à une illusion**. **Ainsi tous ces discours deviennent des illusions, une fois que tu es dans le plus haut.**
Vous venez ici pour vous incinérer ! Quelque identité que vous ayez, ou quelque idée que vous ayez de vous-même, elle sera incinérée. Cet amour d'être, cette conscience non sollicitée, est arrivée spontanément sans aucune raison. Mais dès ce moment-là elle s'entretient avec mille activités. Toutes ces activités mondaines sont dues à l'amour de soi, à l'amour d'être. Mais l'amour de soi n'est pas réel. Il ne peut être éternel, c'est une phase passagère.

Nisargadatta Maharaj

Ainsi prions Dieu de devenir libres de Dieu et de concevoir et vivre éternellement la vérité, là où l'ange le plus haut et la mouche et l'âme sont égaux ; là où j'étais et je voulais ce que j'étais et étais ce que je voulais. Il (homme) doit être si « vide de tout savoir » qu'il ne sait, ni connait, ni ressent pas que Dieu vit en lui ; plus encore, il doit être vide de toute connaissance qui vit en lui. En effet quand l'homme vivait dans l'éternelle essence de Dieu, rien d'autre vivait en lui ; ce qui vivait là c'était lui-même…pour cela je suis la **cause originaire de moi-même**, selon mon être qui est éternel et non pas mon devenir qui est temporel. Donc **je suis non-né, donc n'étant pas né je ne pourrai jamais mourir. Dans mon éternelle naissance toutes les choses sont nées et je fus la cause originaire de moi-même et de toutes les choses et si je ne l'avais pas voulu ni moi ni les choses seraient ; mais si je n'étais pas, même Dieu ne serait : je suis la cause originaire de l'être Dieu de la part de Dieu ; *si je n'étais pas, Dieu ne serait pas*.**
Lorsque j'étais dans ma cause première, je n'avais pas de Dieu et j'étais la cause de moi-même ; alors je ne voulais rien, je ne désirais rien, car j'étais un être libre et je me connaissais en jouissant de la vérité. Je me voulais et rien d'autre ; ce que voulais je l'étais et ce que j'étais je le voulais. Alors j'étais sans Dieu et de toute chose. Mais quand par ma libre volonté je suis sorti et j'ai reçu mon être crée, alors j'ai eu un Dieu. En effet Dieu n'était pas Dieu avant que les créatures étaient : il était ce qu'il était. Lorsque les créatures furent et reçurent leur être crée, Dieu n'était pas Dieu en soi, il était Dieu dans les créatures.

Meister Eckhart

Ce n'était pas Dieu, ou la vie à être **dans** les choses, mais exactement l'opposé : les choses, toute chose était **en** Dieu. Tant que nous ne réussirons pas à surmonter nos concepts sur la vraie nature de la vie, nous ne pourrons jamais nous rendre compte de combien **en réalité nous sommes totalement en sécurité** et de comment toute *la lutte pour la survie et la sécurité individuelle soit une déperdition totale d'énergie.*

L'état de non-soi c'est la rupture d'un système d'auto-conscience, puisque s'il n'y a pas le soi, il n'y a pas l'autre. Le mental n'a jamais été capable de se voir comme sujet ; cela est aussi impossible comme l'œil de se voir soi-même.

Qui pourra comprendre que la réalité ultime ce n'est pas un moment fugace de béatitude ou une expérience ineffable, mais quelque choses de proche comme tes yeux, simple comme un sourire? **En étant constamment projetés dans l'attente d'un grand final de béatitude, c'est un échec de découvrir que ces réponses sont les réponses du soi à un objet, tandis que ce qui EST ne peut être un objet ni rien de semblable. Nous voyons constamment cette Réalité pendant notre vie, mais nous ne la reconnaissons pas parce que si normale et ordinaire**...ainsi lorsque nous nous regarderons dans un miroir sans éprouver une grosse déception, mais en pouvant dire :-Tout est comme toujours et rien n'est changé - peut-être alors nous saurons ce qu'est **l'intense triomphe d'être ordinaires.**

Ici on révèle que Dieu est un tout, dont les actes ne peuvent être ni divisés ni séparés de son existence. Donc d'ici là, agir c'est le faire consciemment, car c'est ta propre nature à agir et tu ne peux faire autrement. Ce qui est plus important, il n'y a aucun soi à engager dans l'acte, car le **soi était** l'énergie expérimentée auparavant : c'**était** celui qui agissait. Mais sans « soi » (l'agissant), **l'acte coïncide avec l'existence**.

Bernadette Roberts

Quelque chose s'est transformée en rien. Qu'est-ce qui s'est transformé en rien ? Cette conscience d'être, d'exister, s'est transformée en rien. Alors que reste-t-il ?

Nisargadatta Maharaj

L'état antérieur à la conscience est permanent. L'apparition et la disparition spontanées sont une qualité de la conscience. Si tu t'endors avec la conviction que tu es la conscience, cette pensée règnera pendant toute la journée suivante. Endors-toi avec la conviction que ton corps est espace. Tu souffres parce que tu te crois un corps. Rappelle-toi jour après jour que tu n'es pas le corps, que tu es la connaissance, la conscience. Après la mort le corps se transformera en espace. Par conséquent pourquoi ne pas le supposer déjà à présent.

Tu n'es pas le corps. Tout ce qui apparait et puis disparait ne sont que des projections mentales.

L'Absolu ne cesse jamais d'être. Quand il s'agit de la coexistence de l'Absolu et de la *mâyâ*, le temps n'intervient pas ; au-delà de l'illusion il n'y a pas de temps.

Quand tu es dans les profondeurs de l'océan où sont les vagues ? Seulement quand *tu sors de l'eau*, elles apparaissent. Quand tu es ni heureux ni malheureux et sans le sentiment « je suis », ton état est celui de *Nirguna*. Retourne en arrière, jusqu'à l'état qui précède les pensées.

Ne feins pas d'aimer les autres comme toi-même. À moins que tu les aies rendus la même chose que toi, tu ne peux pas les aimer. Dans ton vrai état de quoi aurais-tu besoin ? De rien. **Tu es comblé, entier, indifférencié**. On ne peut rien te demander. **Mais dès que la conscience apparait te voilà devenu un misérable mendiant.**

Avant de te réveiller le matin, juste un instant avant, tu es dans l'Absolu, dans le *Parabrahman*. Tu te réveilles et la conscience commence son jeu, sa danse ; mais

elle est là seulement grâce au corps. Sans corps pas de conscience. Comprends bien cette conscience, comprends-la avec une clarté absolue. Quand tu auras assimilé complètement sa signification, quand tu vivras dans cette conscience, alors tu pourras te réveiller à l'état suprême. Cet état, une fois atteint, n'est pas conscient d'exister. L'Absolu n'est jamais conscient de son existence.
Je me réfère constamment à ce principe qui ne se connait pas soi-même, dans lequel il n'y pas de « je suis », le principe qui est le plus profond de vous-même, l'unique vrai vous-même.
Retrouve l'état de ta première enfance. Immerge ton être dans le non-être. **Ta vraie nature est sans naissance. Tu es ce que tu ignores, tu es l'état de non-connaissance.**

Nisargadatta Maharaj

Lorsque « l'éveil » surgit, ce n'est que la valeur infinie…mais ce n'est pas le bonheur. Certes, ce jaillissement est accompagné par une bouffée de joie inouïe ! Mais *dans son essence, cette valeur est indépendante de n'importe quel état béatifique*…On pourrait dire qu'il y a Dieu et le paradis. Si c'est naturel que Dieu induise le paradis, il ne faut pas confondre les deux choses…(La valeur divine) ne nous donne rien et ne nous rembourse pas en monnaie de félicité.

Stéphane Jourdain

Le mot conscience ou présence est fourvoyant. La présence n'est pas un état dans lequel il puisse y avoir une division. Il n'y a pas deux états : la conscience **et** quelque chose d'autre. Ce n'est pas que vous soyez conscient de quelque chose. La **conscience est simplement l'action du cerveau**…elle ne peut être employée pour produire un changement en vous ou dans le monde autour de vous. Qu'est-ce que vous entendez exactement quand vous parlez de conscience ? **Vous êtes conscients, vous êtes présents seulement à travers la pensée.**
Vous n'arriverez pas à votre être vrai, tant que vous ne serez pas libres du concept du soi et de tout ce qui l'accompagne.
Être réellement soi-même implique que *la base elle-même de la vie spirituelle, qui est erronée, soit détruite. Cela ne signifie pas que vous devez détruire les temples, brûler les livres sacrés.* Non, ce n'est pas cela. Un grand feu s'allume à l'intérieur de vous. Tout ce que l'homme a pensé et expérimenté doit s'en aller…

Vous devenez conscients seulement avec l'aide de la pensée. Malheureusement elle est toujours là ; ainsi la suggestion qu'il n'est pas possible d'expérimenter quoique ce soit, **quand ce point de référence n'est pas là**, n'a aucun sens pour vous.
Vous n'avez aucun point de référence quand ce moment de la pensée manque : ainsi toutes les questions (sur la conscience ou inconscience) s'évanouissent. On dépense des millions de dollars pour trouver le siège de la conscience qui est sans limites ! **Il n'existe aucun siège de la conscience. Vous créez donc un point et en vous référant à ce point, vous expérimentez les choses**. Quand il n'y a pas de pensée, est-il possible d'expérimenter quelque chose ou se référer à quelque chose de non-existant ? **Chaque fois qu'une pensée nait, vous naissez.**
Quand la pensée n'est plus…c'est la fin ! C'est inutile de parler romantiquement d'extinction ou de béatitude…**vous n'avez aucune possibilité d'expérimenter ce qu'il y a entre deux pensées** et ainsi le monde que vous expérimentez autour de vous fait partie de ce point de vue. Il doit y avoir un point de référence qui crée un

espace, mais **s'il n'y a pas un point de référence, il n'y a pas d'espace, *alors tout ce que vous expérimentez à partir de ce point de référence est une illusion*. Ce n'est pas que le monde soit une illusion** (comme disent les védantins et élèves de Shankara), **mais tout ce que vous expérimentez en relation à ce point - qui est illusion – devient automatiquement une illusion. Mâyâ signifie MESURE en sanscrit.** Vous ne pouvez pas mesurer quelque chose à moins d'avoir un point de référence : si le centre est absent, il n'y a pas de circonférence. C'est de l'arithmétique élémentaire. Ce point n'a pas de continuité, il apparait en réponse à une situation donnée qui crée ce point : le sujet n'existe pas, mais c'est l'objet qui crée le sujet…un phénomène physiologique. S'il n'y a pas de lumière, il est impossible de voir les phénomènes. **Le reflet de la lumière active le nerf optique qui à son tour active les cellules de la mémoire…qui une fois activées amènent à la surface toute la connaissance que vous avez du phénomène**. Jamais un sujet ne crée un objet. Toutes les sensations travaillent instant après instant en donnant une *idée* de continuité, mais il n'y a pas d'entité permanente **: ce qu'on appelle JE est seulement un pronom, la première personne au singulier…** ! Mais **quand nous parlons de vivre le moment présent, cela est à nouveau un état mental induit par une pensée et n'a pas de sens**. Si la pensée est vraiment absente, alors cela c'est vivre le moment présent.

U.G.

Quelque ce soit l'état dans lequel on ne connaissait rien, cela est notre vrai état, cela est la Réalité…nous ne connaissions pas notre existence. Spontanément le message « je-suis » apparut qui provoqua le sens de dualité, sujet-objet, péché et mérite… Tout ce qu'il y avait avant la connaissance « je-suis » c'est la vérité ; tout ce qui suit la connaissance ou la conscience « je-suis » est fausse. **Tu es ce qui précède l'arrivée du je-suis.**

Quand serais-je déclaré mort ? Quand *l'Atman* aura laissé le corps**. Mais je ne suis pas cet *Atman*, où est ma mort alors ?** Je ne suis pas influencé par le cancer, parce que quoiqu'il arrive, quelle que soit l'expérience, j'abandonne tout à *l'Atman*. Toutes les actions et les fruits des actions sont abandonnées à *l'Atman* par le *Parabrahman*, l'Absolu. Vous ne pouvez jamais avoir connaissance à propos de votre Soi, par ce que le *Parabrahman* ne peut être témoigné. **Vous savez ce que vous n'êtes pas ; ce que vous êtes, vous ne pouvez le connaitre.**

D. : Une personne qui a réalisé le Soi, est-il toujours dans un état de béatitude ?
R. : Celui qui a transcendé l'idée du corps n'a pas besoin de *ananda* (béatitude)… L'état précédant ta naissance ne peut être décrit comme sommeil profond, il en est au-delà. **L'expérience du *jnani* est la même de ton état qui a précédé la naissance, un état complet**. *Ananda* signifie béatitude et cela est une qualité du mental…(le *jnani* c'est) la transcendance de la capacité de connaitre et de ne pas connaitre.

Nisargadatta Maharaj

D. : Ma réalisation peut-elle aider les autres ?
R. : Oui, certainement. C'est la meilleure aide possible. **Mais en réalité il n'y a pas d' « autres » à aider,** car un Être réalisé voit seulement le Soi, tout comme un orfèvre voit seulement de l'or.

Ramana Maharshi

La béatitude c'est la dernière couche qui doit être refusée...il y a encore l'intervention de quelqu'un qui jouit de quelque choses. Il y a séparation…
La volonté d'être libre…te conduira là où elle doit te conduire et puis elle s'évanouira. **Le désir se consumera tout seul et ce qui reste est ta vraie nature**.

Poonja

La dernière vérité ?
Le chant d'un pêcheur
Qui s'éloigne entre les roseaux…

Wang Wei

Qui est non-pensée (*munen*) ?
Qui est non-né ? (*musho*)
Si le non-né existe vraiment
Il ne peut même pas naitre.
Qu'est-ce qu'est *musho ?* Ni une illusion ni une imitation ou un –isme. Mais **un fait réel.**

Yoka Daishi

Du Tao Te King on a lu :- Avec la non-action le sage gouverne tout.-
R. : **Non-action signifie action incessante**. Son calme (du sage) est comme l'immobilité apparente d'une toupie qui tourne en tourbillonnant. Elle bouge trop vite pour que les yeux puissent voir, pour cela elle apparait immobile. Ainsi est l'apparente inaction du sage.

Ramana Maharshi

Meurs lorsque tu vis,
Vis lorsque tu meurs,
Et sois absorbé dans le Silence.
Si dans l'impureté tu restes pur,
Tu ne reviendras pas dans l'océan du monde.

Djalâl-ud-Din Rûmi

Lorsque tu dis « je ne sais rien » tu as accepté ce fait depuis le début. À présent je t'indique le « je », celui qui dit « ne sait rien », cela est ta vraie nature, tu es Cela. Et ce que **tu sais**, **ce que tu perçois avec tes yeux, n'est pas vrai**. Et ce qui dit « ne sais rien », cela est ta vraie nature. **Tu es Cela, mais tu ne le trouveras jamais comme objet. Du moment qu'il devient objectif, il est impermanent et ainsi il n'est pas vrai.**

Nisargadatta Maharaj

Tant que je serai ceci ou cela je ne suis pas toutes les choses.

Meister Eckhart

Minuit. Pas de vagues,
Pas de vent, le bateau vide
Est inondé par la lumière lunaire.

Dogen

Comme les vagues, l'écume et les bulles ne sont pas différentes de l'eau, ainsi à la lumière de la connaissance, l'Univers né du Soi, n'est pas différent du Soi.

Ashtavakra Gita

8888888

Notes fin-de-page :

1° **hologramme**(holographie)- méthode photographique sans lentilles dans lequel le champ ondulatoire de lumière diffusée par un objet est enregistré sur une plaque, selon un schéma d'interférence.
Lorsque l'enregistrement photographique=l'hologramme – est posé sous un rayon de lumière cohérente (*laser*), le schéma ondulatoire original est régénéré. Il apparait alors une image tridimensionnelle. S'il n'y a pas de réglage, la plaque apparait comme un pattern turbulent **sans** signification. Toute partie de l'hologramme reconstruit l'image entière.
Le cerveau est un hologramme qui interprète un univers holographique.(N.D.A)

2° **wormholes** – littéralement « trou de ver » - (Wheeler les nomme ainsi à cause de leur forme ou bulles, vortex du bouillonnement quantique)- ils unissent deux régions de l'espace euclidien. La distance à travers deux pôles et la distance à travers un espace à trois dimensions ont deux grandeurs totalement différentes. Ils forment des trous dans l'espace-temps créant une interconnexion quantique qui met en contact chaque point de l'espace avec tous les autres. (N.D.A)

3° **quantique** vient de « **quanta** » pluriel de *quantum.* Un électron est un *quantum.* Quelques électrons sont un groupe de *quanta*. Le mot *quantum* c'est aussi synonyme de « onde-particule », un terme pour désigner quelque chose qui possède l'aspect soit de particule soit d'onde. (N.D.A)

4° **bootstrap –** théorie de la nouvelle physique par laquelle l'univers est vu comme un tissu dynamique d'éléments interconnectés. (N.D.A)

5° **hadron –** particule infiniment petite de la matière. Pour en découvrir les composantes on fait entrer en collision deux protons, mais lorsqu'ils sont désintégrés, il n'y aura pas de fragments de protons, mais des *hadrons* entiers constitués à partir d'énergies cinétiques. Les *hadrons* s'impliquent l'un avec l'autre, plutôt que de se contenir. (N.D.A)

LE SUTRA MÂYÂVÂDA

– traduction de phrases tirées de « Die Lehre von der Nicht-Existenz der Welt » : « *L'enseignement de la non-existence du monde* – Notes d'un anonyme.

Atha Mâyâvâda

Mâyâvâda - l'enseignement de *mâyâ* - est la tentative de décrire quelque chose d'indescriptible et d'expliquer quelque chose d'inexplicable. C'est le « nec plus ultra » de toutes les philosophies.

Ce sont des pensées, des phrases réorganisées, provenant d'un enseignement ancestral indien de la *mâyâ* et de leur conséquence et dont on ne devra pas s'inquiéter : ce sont des images illusoires d'un monde irréel.

Le savoir humain se divise en un savoir inférieur et un savoir supérieur. L'inférieur part de l'acceptation que le monde est réel, le supérieur au contraire se base sur la connaissance que le monde est illusoire et donc repose sur l'irréalité du monde. Ce dernier savoir supérieur est l'enseignement de *mâyâ*.

De l'immuable Conscience Absolue émergent tout à coup des images, puis elles changent et disparaissent : cela est *Mâyâvâda*, la clef de la solution de toutes les énigmes du monde et de la vie. Cela signifie aussi se libérer de toutes les images trompeuses. C'est la vérité qui libère.

La vérité.

S'occuper de la vérité ce n'est pas un passetemps inutile, car cela amène à la compréhension du vrai bonheur, sinon la philosophie reste un bavardage sans but. Peu de gens sont prêts à l'accepter.

La vérité est recherchée par le scientifique, cernée par le philosophe et trouvée par la mystique.

Il n'y a qu'une seule vérité, mais beaucoup de descriptions différentes d'une seule vérité. En effet la vérité prononcée est seulement partielle, car elle se trouve au-delà de la représentation et du langage humains. Elle peut être seulement une indication : la voie de la connaissance amène du niveau inférieur au niveau supérieur, jamais à la plus haute compréhension unique.

On arrive à reconnaitre le caractère illusoire du monde lorsque la Conscience Absolue avec son pouvoir d'imagination projette un « connaisseur » sur quelqu'un ; si elle projette un « ignorant » il ne sera pas capable de la reconnaitre. Il est d'ailleurs insensé de discuter du caractère illusoire du monde.

La disproportion du savoir humain est faux : plus on sait et plus on est ignorant.

Le vrai est toujours le plus simple.

Les réponses ne sont pas séparées des questionneurs qui sont toujours différents et donc les réponses doivent être différentes.

Seulement un savoir dans lequel celui qui sait, le savoir et ce qui est su sont une unité, est une vérité la plus haute. Seulement un « réalisé » possède cette vérité. Les autres pataugent dans un savoir qui en fin de compte reste dans les bas-fonds de l'ignorance.

Modèle du monde non-existant

a) Seulement l'Absolu (le Tao, *Parabrahman*) existe sinon rien n'existe.

b) Le monde et toutes les images illusoires qui apparaissent sont des projections de la Conscience Absolue.

c) Le Soi - ce que l'homme est en vérité - est l'Absolu.

d) La personne qui apparait est une projection de la Conscience Absolue, qu'est l'homme, sur elle-même, avec toutes les pensées, actions, vouloirs et activités. L'Absolu qu'on est, est seulement l'observateur des pensées, vouloirs, actions projetés sur la personne par lui-même.

Connaissance

La vérité est que tout est tromperie et mensonge.

La philosophie occidentale - tout en ayant le même but que l'indienne - a une différence : elle travaille avec la méthode déductive et inductive, la philosophie indienne avec l'intuition.

Nos sensations sont les plus grands menteurs : si on leur fait confiance ils nous mènent à l'erreur.

Nous ne voyons pas le monde, mais seulement un tableau que nous livre notre conscience : avec les cinq sens irréels d'un corps irréel, nous pouvons voir seulement des tableaux irréels.

Tout ce que les sciences naturelles ont découvert jusqu'à présent ce sont des images qui couvrent la vérité, mais pas la Réalité.

Les hommes jugent à partir de l'apparence et non pas de l'essence, donc tout jugement est faux.

La conscience de chacun est une hallucination.

Notre tâche est de distinguer entre ce qui n'est jamais arrivé, ne s'en va jamais et est vrai, et ce qui arrive et s'en va et n'existe pas réellement. On peut voir seulement des changements, il faut découvrir ce qui est caché avec ces changements et est inaltérable.

Vivre la vérité signifie reconnaitre l'existence de l'Absolu et l'inexistence des phénomènes : voir les illusions comme illusions, cela est le premier pas. Lorsqu'on se libère des illusions c'est le dernier pas.

Le vrai

Exister c'est différer : voir la différence entre être et apparence.

La vérité on ne peut la voir, mais on peut ressentir et se rendre compte du vrai et du faux.

Ce qui reste lorsque tous les faux semblants sont éloignés, n'est pas descriptible ni nommable. Ce qui existe vraiment on ne peut le décrire, ce qu'on peut décrire n'existe pas. On peut soi mentir ou se taire.

La Conscience Absolue

Si on désigne l'Absolu comme « quelque chose » c'est faux et aussi si on le considère un « rien », alors on peut le désigner comme un « non-rien ».

La Conscience Absolue n'a aucune qualité, ne dépend de rien et ne se base sur rien donc n'a rien à voir avec ce qu'on représente comme « conscience habituelle ». Elle

est en dehors de l'espace-temps, de la causalité et au-delà des contraires: la logique y est annulée, le paradoxe lui convient. Elle n'a pas d'origine et est éternelle.

On pourrait dire que la Conscience Absolue n'est pas vraie non plus, car cela impliquerait son contraire le faux. Cela dépasse aussi transcendance et immanence. Elle est autant le substrat de la manifestation et en même temps elle n'est jamais touchée par les évènements du monde. Ni consciente ni inconsciente : Yin et yang sont des apparitions illusoires.

Toute dualité se résorbe en elle : le connaisseur et le connu s'unifient et sont la même chose. Tout savoir se résorbe en elle : elle sait et ne sait rien. Il n'y a pas d'endroit où elle n'est pas. Là il n'y a ni temps ni non-temps.

L'effet de la Conscience Absolue

L'Absolu porte toutes les apparitions, mais il n'y est pas enfermé. (Il ne faut pas le « voir » dans chaque manifestation, ce n'est pas du panthéisme, mais il se trouve derrière et au-dessus de toute manifestation.) Tout vient de lui, mais rien ne le touche.

Tous les instants du passé le plus lointain et du futur sont présents dans la Conscience Absolue. Le Big Bang et la fin du monde sont déjà tous en elle, mais il n'y a jamais eu de changements, car elle est sans temps.

Miroir…miroirs…

Le pouvoir d'imagination de la Conscience Absolue.

Ce que la Conscience absolue s'imagine apparait comme existant. La seule énergie qui existe c'est la force de projection de la Conscience Absolue. Elle est en deçà de l'espace-temps, de la causalité et de l'a-causalité, donc elle n'a pas de commencement ni non-commencement. Dans l'ordre cosmique il n'y a pas de fautes, pas de juste ou faux et l'harmonie gagne toujours.

Les guerres, les exterminations, si observées du point de vue du non-dualisme, (*n.d.tr. identité des contraires*) attireraient la…lapidation de la part des chrétiens, pour cela elle est appelée philosophie secrète.

En réalité rien n'arrive et n'arrivera dans l'Absolu. C'est une pièce de théâtre qui se joue.

Les voiles qui couvrent l'Absolu sont très denses, et très peu de gens arrivent à les déchirer.

L'expérience de la Conscience Absolue

La Conscience Absolue n'est pas connaissable, mais on peut l'expérimenter au moment où l'illusion du monde disparait. On peut seulement l'indiquer si on le vit soi-même.

L'irréalité du monde

Ce qui existe est la Conscience Absolue, qui engendre l'illusion, mais tout ce qui est visible est en réalité seulement apparence. Elle est le substrat de ce monde imaginaire.

L'univers, celui qui écrit ces phrases, le lecteur et ce papier n'existent pas.

Il n'existe pas d'espace, mais seulement l'illusion de l'espace, il n'existe pas de temps, mais seulement l'illusion du temps, il n'y a pas de causalité, mais seulement l'illusion de la causalité.

Tous les objets et évènements sont des tableaux qui n'ont rien à faire avec la réalité.

La création du monde, comme le dit aussi la Bible, a son origine dans le « mental de Dieu », ou plutôt ne provient de nulle part.

L'origine de l'illusion du monde

Une illusion ne peut engendrer qu'une autre illusion, donc ni donner naissance ni changer même une autre illusion.

Le monde n'est pas une représentation de l'individu, parce lui-même est aussi une représentation qui ne pourra jamais générer une représentation.

Si on dit que le mental crée l'illusion du monde, il faut répliquer que le mental fait partie de l'individu illusoire et ce qui est illusoire n'existe pas et donc ne peut pas donner naissance, pas même à une illusion.

Être est l'unité, la multiplicité est une apparence.

Le pouvoir imaginatif de l'Absolu est un grand illusionniste et nous en sommes dupes.

L'illusion du monde

Le premier enseignement de *mâyâ* : de rien ne peut naître quelque chose.

Le deuxième : ce qui n'est pas au commencement ne sera rien à la fin et donc aussi dans le présent.

Il ne peut y avoir un monde, puisqu'il n'y a pas d'origine. Une séquence causale est cassée si on lui enlève seulement un membre, soit le premier, soit au milieu ou à la fin. Ici il manque le premier : le fameux Big Bang n'est pas une explication de la formation du monde parce qu'il aurait dû y avoir quelque chose « avant » qui aurait explosé. D'où est venu le matériel qui a provoqué le Big Bang? Il manque donc l'origine et cela confirme que le monde visible est un mirage.

La physique quantique arrivera à cette conclusion, puisqu'on sait à présent que la terre, si on comprimait toutes les particules dont elle est composée, se révèlerait un presque rien. Un jour ces particules vont aussi se volatiliser (*n.d.tr. Si l'observateur disparait il n'y a plus d'observé !)* et les physiciens doivent encore le comprendre, les mystiques indiens l'ont compris depuis des siècles.

Vu l'irréalité de ce monde, toutes les sciences naturelles sont seulement des occupations d'une hallucination collective.

Ce qui semble exister comme énergie ou matière est une seule Conscience qui crée une apparence d'énergie et matière : une suite d'images effrayantes ou magnifiques qu'elle reflète comme un miroir. La même chose pour les corps subtils, causal et supra-causal.

Le monde et tout ce qu'il se passe est le reflet d'une projection à l'intérieur de la Conscience. Nous voyons seulement un monde imaginaire.

Tant qu'on voit encore quelque chose on est aveugle. On est voyant lorsqu'on ne voit plus rien.

L'irréalité du temps

Il n'y a pas de temps. Le passé, le futur et aussi le présent sont illusoires.

Les changements et le temps sont les deux côtés d'une médaille : il n'y a pas de changement et donc pas de temps.

Il n'y a pas de temps ni d'éternité, seulement l'absence de temps : les images du passé sont présentes et aussi celles du futur.

L'irréalité de la causalité

La causalité, le temps et l'espace - un rêve.

Les pièges de la Conscience : elle présente un fait comme l'origine d'un résultat spécifique, mais ce résultat serait là, même sans cette origine.(*n.d.tr. l'espace-temps étant inexistant et donc la causalité et le changement aussi)*

L'irréalité des changements et des évènements

Le grand secret : rien n'est créé, rien ne change et rien ne disparait, il y a seulement une apparence de transformation d'images qui couvrent le Réel. Ce qui change n'existe pas. Seul l'Absolu est immuable et inaltérable.

La fin du monde : ne nous préoccupons pas, seulement une fiction qui s'en va.

L'irréalité de la polarité et du mensonge de l'amélioration du monde

Il y a de belles et laides illusions, agréables ou désagréables, mais la Vérité n'a pas d'attributs.

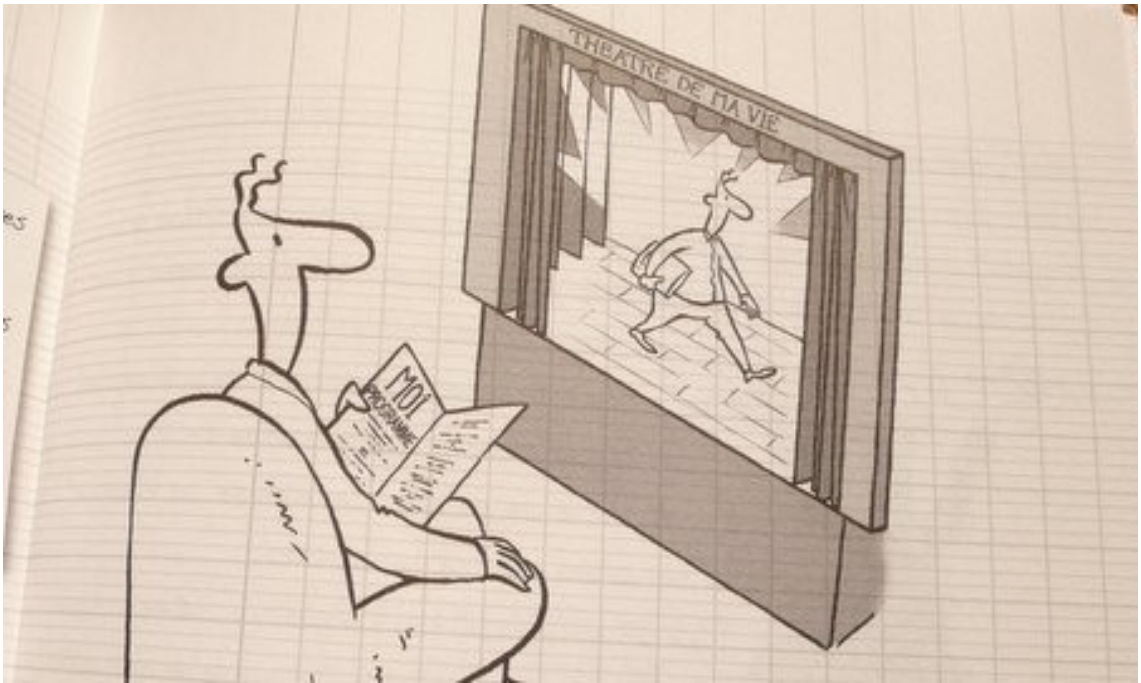
L'illusion du monde est sujette à la loi de la polarité : un pôle oblige son pôle opposé. Celui qui combat le mal amoindrit le bon et celui qui augmente le bien renforce ainsi le mal.

Le bien est accompagné toujours du mal et le meilleur amène le pire avec soi. La balance est toujours juste.

Chaque action mauvaise engendre une action bienfaisante, car tout cela est soumis à la loi de la polarité. Le saint n'est pas meilleur qu'un criminel, car avec sa bonté il crée la nécessité d'un acte méchant, le criminel par contre, à travers sa mauvaise action, crée la possibilité d'une bonne œuvre.

Avec les tragédies du monde c'est comme avec les têtes de l'Hydra. En éliminant un mal un autre apparait.

Le vrai problème est que les hommes combattent le mal : s'ils l'acceptaient, la paix et la tranquillité règneraient. Le « faire pour ou contre » n'est d'aucun aide au monde.



L'irréalité du mal en particulier

Le mal peut se dissoudre seulement avec l'enseignement de *mâyâ*. Le monde n'est ni bon ni mauvais : le mal et le bien sont des imaginations fallacieuses, car la Réalité est au-delà des deux.

Celui qui voit du mal est prisonnier d'un mirage. Cela a la même consistance d'un crime commis sur une scène de théâtre. L'ignorance le fait croire réel : la même chose si on parle d'harmonie et de disharmonie qui sont les deux facettes d'un même plan absolu.

Si le monde était seulement bon ce serait le pire, car il n'y aurait aucune impulsion à la recherche du vrai. (*n.d.tr. le paradis terrestre de l'inconscience*) Le monde est parfait, il suffit de le re-connaître sans dualité. L'enseignement de *mâyâ* : ce qui existe vraiment est parfait, ce qui semble mauvais n'existe pas.

La Réalité du Soi : *la différence entre le Soi et la personne*

Nous vivons pour connaitre qui nous sommes vraiment, sans cela nous avons vécu en vain.

Nous ne sommes pas ce que nous croyons être, mais les observateurs de ce que nous croyons être.

Nous ne sommes pas un corps et avons un Soi, mais nous sommes le Soi et nous apparaissons avoir un corps qui n'existe pas. La personne a des limites, est changeante, nous sommes inaltérables et sans limites.

La personne illusoire semble vivre, le Soi est seulement.

Non seulement le corps grossier, mais les corps subtil, astral et causal sont des projections et irréels. Seulement le substrat, le Soi est réel.

Nous n'avons pas une Conscience Absolue, nous le sommes : elle est couverte par le semblant d'une forme et d'une entité et des images d'entités multiformes et irréelles.

Le Soi

Le mystère caché dans les profondeurs du monde et de chaque homme, lorsqu'on le projette à l'extérieur on le nomme Dieu ou Absolu, si on le reconnait dans les profondeurs de nous-mêmes, c'est le Soi.

Le Soi est au-delà des contraires, de l'être et du non-être, du conscient et de l'inconscient, donc ils ne les expérimente pas, ni les connait pas. Il est donc indescriptible.

Turiya, le quatrième état où se trouve le Soi de tous les temps, est couvert par les images illusoires du réveil, du rêve et du sommeil sans rêve.

Le Soi existe au-delà de l'espace-temps et de la causalité : donc il n'a pas d'origine, il n'a pas de forme et pas de limites et ne termine jamais. Ni trop petit ni trop grand : on ne peut l'imaginer.

Nous ne sommes pas dans le monde, le monde est en nous, un mirage dans la Conscience que nous sommes. Tout ce qui arrive est en nous.

Le Soi et la Conscience Absolue

Il y a une différence entre la conscience quotidienne ordinaire individuelle et la Conscience Absolue : la première fait partie de l'illusion de la personne et elle comprend, les pensées, les sentiments, les volontés qui sont projetées par l'Absolu et qui sont reflétés par le Soi.

Le Soi est pure Conscience, la Conscience Absolue est.

L'homme est un masque de l'Absolu : ce dernier et le Soi apparaissent comme deux, mais ils sont une unité.

À la question sur le rapport entre nous et l'Absolu, le Buddha a donné une seule réponse : il s'est tu.

L'Unicité du Soi

Il y a seulement l'un, l'autre est une fiction. Il n'y a pas d'individus, seulement des images fictives d'entités distinctes.

Nous ne sommes ni « moi », ni « toi » et non plus « lui » ou « elle », nous sommes Cela, la Conscience sans limites qui ne se partage jamais.

Nous ne ressentons pas la douleur physique d'un autre, comme le Soi - que nous sommes - ne ressent pas la douleur du corps auquel nous nous identifions.

Lorsque deux personnes discutent et disent « moi » c'est le même Soi qui s'exprime à travers les deux bouches. C'est aussi une conversation entre soi-même et soi-même. Il n'y a pas de relations, car une relation signifie « autre » et elle n'existe donc pas : il y a seulement identité.

Ce qu'a dit Jésus, Buddha ou *Shankara* est la même chose qui sort de notre bouche.

Regarde derrière une pierre et tu vois Toi, regarde derrière une plante et tu vois Toi, regarde derrière un animal et tu vois TOI, regarde derrière un homme et tu vois TOI, regarde derrière toi-même et tu vois TOI.

La perfection absolue du Soi

Nous sommes plus que parfaits mais nous nous cachons derrière une enveloppe, un masque et une scène où nous jouons la pièce de théâtre de la vie.

Quelques-unes des personnes illusoires se voient dans leur réalité, d'autres pas. Pour ceux qui voient leur réalité il n'y a pas d'importance si d'autres ne le voient pas, car ce que nous sommes tous en réalité reste toujours parfait.

Il n'y a rien à atteindre car nous ne nous sommes jamais éloignés du but. Cela est la simple vérité.

Le sans limite du Soi

Le Soi est Conscience sans limites : il n'y a pas d' « extérieur », car en dehors du Soi rien n'existe. Il n'y a pas d' « intérieur » car tout ce qui semble externe sont des images qui sont en réalité en nous.

Le Soi n'est pas dans le corps, mais le corps apparait dans le Soi.

Le Soi ne disparait ni ne change jamais

Ce que nous sommes en réalité n'est jamais né et est immortel. Nous sommes cela avant la naissance, pendant la vie et à la mort du corps.

Dans le Soi il n'y a pas de temps, donc il n'a pas d'âge.

Nos corps sont comme des nuages qui passent dans le ciel bleu et disparaissent.

Ce qui nous arrive ne nous provoque pas de dommages, ni nous apporte un gain. Rien ne change malgré l'apparence de se sentir parfois mal et parfois bien.

La liberté du Soi

Le Soi est au-delà de tous les opposés de la liberté et du manque de liberté. La liberté dont il s'agit ici signifie quelque chose qui n'a pas d'opposés, cela pourrait s'exprimer comme un état sans aucun lien : sans l'illusion d'être une personne pensante, avec des sensations et sentiments, et ayant une responsabilité pour les agissements.

Nous n'avons pas besoin de liberté, mais notre emprisonnement disparait avec le constat que nous sommes déjà libres.

Il y a deux voies pour reconnaitre notre liberté : le yoga et la Mâyâvâda. Le premier impose des pratiques astreignantes et dures pendant une vie, sans toutefois toujours atteindre la libération. L'autre demande un instant de compréhension profonde.

Le Soi que nous sommes n'a pas besoin de libération car il n'est pas prisonnier, la personne qui apparait n'a pas besoin de libération, car elle n'existe pas. Nous sommes seulement des acteurs qui jouons le rôle de prisonniers. Et aussi les spectateurs.

L'irréalité de la personne

Le karma est une chaîne d'images fictives : dès qu'on a reconnu le monde comme irréel, aussi le karma devient irréel. La culpabilité karmique dure dans nos corps subtils, mais pas dans notre vrai Soi. Nous n'avons rien à faire avec nos agissements et donc pas avec le karma.

Nous sommes sujets au karma tant que nous n'avons pas compris qu'il n'y a pas de karma.

L'irréalité du malheur et de la douleur

Malheur et bonheur sont des illusions, la maladie et la santé aussi : nous sommes toujours pareils. Là où il n'y a pas d'illusions, il n'y a pas de problèmes.

L'irréalité de la mort et de la réincarnation

Nous apprenons à mourir lorsque nous reconnaissons qu'il n'y a pas de mort, ensuite qu'il n'y a pas eu de naissance et donc pas de vie.

On nous a dit qu'un enfant est né, un jour ils diront qu'il est mort : les deux affirmations sont fausses.

La mort du corps c'est la fin d'une illusion, mais il reste celle des autres : le corps subtil et causal. À la mort du corps il n'y a pas d'âme qui quitte le corps, mais le Soi rejette une fausse entité. Nous retournons au lieu qu'on a jamais quitté.

Le corps étant une prison, il faudrait se réjouir lorsqu'on la quitte. La personne intelligente se réjouit, l'ignorant la craint, le sage reste indifférent qu'il soit vivant ou mort.

Le Soi n'étant jamais né, il n'y a ni incarnation ni réincarnation.

À travers la mort du corps grossier, disparait seulement l'illusion de ce corps, mais ils restent encore *les illusions du corps subtil, astral et causal.* Tant qu'il reste cette croyance nous serons sujets à la réincarnation.

Seulement après la mort de tous les corps pourrons-nous être ce que nous avons toujours été : Pure Conscience

L'ATTACHEMENT AUX CHOSES TERRESTRES EST LA GRAINE QUI GÉNÈRE LE MIRAGE de la RÉINCARNATION. Qui est sans désirs est libre d'une renaissance.

Le jeu de la vie

La vie n'est ni vide de sens ni avec un sens : elle a le même but qu'un jeu qui donne l'impression d'avoir des expériences pour obtenir un développement. *On ne peut améliorer une illusion.*

Le but du jeu : il faut passer du mirage d'être un ignorant au mirage d'un sage.

Nous ne devons rien atteindre seulement voir qu'il n'y a rien à atteindre.

Pour celui qui a compris qui il est, la vie sur terre est seulement un passe-temps.

L'irréalité de la voie : l'irréalité du chercheur

La fin de la recherche : celui qui cherche est une image fausse qui n'existe pas, celui qui existe ne cherche pas.

Qu'importent les *Samâdhi*? Nous sommes le substrat immuable d'une personne et nous ne pouvons ni nous améliorer ni empirer avec l'illusion du *Samâdhi*.

La réunion avec l'Absolu est la confirmation que nous n'avons jamais été séparés.

Le désir d'illumination empêche la réalisation que nous sommes déjà et toujours au-delà des opposés d'ignorance et d'illumination.

Les cérémonies et pratiques pour obtenir le « but » de la délivrance est inutile et parfois même un obstacle.

Tous les ashrams sont des constructions d'illusions. La Réalisation est la libération de toutes les illusions. L'homme se réalise non pas grâce à ses exercices spirituels, mais malgré cela.

L'irréalité du maître

L'enseignement fait aussi partie du théâtre mis en scène par le maître.

La seule chose qu'un guru peut faire c'est de montrer qu'il n'y a ni maître ni disciple : s'il fait cela il est utile, s'il ne le fait pas c'est un charlatan.

Le seul guru est la Conscience Absolue : il parle à travers la fiction d'un *sat-guru* qui est l'indicateur de notre guru interne.

Même les enseignements trompeurs viennent de l'Absolu. Il se sert d'eux pour enseigner aux « images fictives » des étudiants ou pour les mener au bout du nez.

Il n'y a pas de différence entre un vrai maître et un vrai disciple.

L'irréalité de la méditation, des expériences spirituelles et de l'illumination

La méditation n'a pas de sens, car celui qui médite n'existe pas et celui qui existe est immuable et donc n'en a pas besoin. Cela sert à faire taire le mental qui fait partie de l'illusion.

Ce n'est pas en récitant des mantras, mais le silence, qui nous dévoilera la Réalité sous-jacente : le méditant alors se dissout. Sinon le méditant continuera son personnage fictif ou se créera un autre faux personnage. Cela peut être utile seulement au début, mais le moment où on arrête, il y a des chances d'entrevoir la Réalité.

Tant qu'il y aura quelqu'un qui fait une expérience, il sera très loin de la Réalisation.

Tous les *Samâdhi*, les visions, les extases, même le plus haut *nirvikalpa-samadhi* sont des états expérimentés par la personne illusoire : ils sont transitoires, le Soi ne change pas.

Celui qui a réalisé ne voit plus rien, il est seulement.

L'univers est une illusion, la soi-disant illumination se trouve dans cet univers donc aussi une illusion : c'est une expérience de l'individu illusoire.

L'image d'un bon guru nous montre que nous nous trouvons déjà au-delà des opposés d'ignorance et illumination, seulement l'image d'un mauvais guru peut conduire l'élève à l'illumination. L'individu ne sera jamais illuminé : nous nous ne préoccupons plus de paraître illuminés ou ignorants aux yeux du monde. Le seul sacrifice est celui du « moi ».

L'infini en nous a la nostalgie de l'infini, notre patrie.

La vérité ne veut pas être lue, mais vécue.

La seule tâche importante de l'homme est de faire briller ce qui se cache derrière sa personne.

La réalisation de la douleur

Il existe seulement une image fictive du souffrant : tant qu'on s'identifie au corps imaginaire, la souffrance est vécue comme réelle et cela est juste.

La vie et la douleur sont synonymes. Tant qu'on cherche le bonheur dans la vie il y a seulement une déviation temporaire du malheur.

L'ignorance est la seule source du malheur.

La souffrance amène la maturité, à la recherche du sens de la vie et conduit à la connaissance.

Tous les malheurs et plaies sont le moyen pour que ce que nous sommes vraiment devienne transparent.

Pour celui qui marche sur une voie spirituelle, les souffrances sont une médecine qui peut détruire la personne fictive. Les médicaments sont souvent amers, mais ils aident.

Les difficultés de la vie ne sont pas un manque, mais des marches pour que la personne illusoire puisse monter vers la perfection.

Celui qui essaie seulement d'éviter les souffrances, n'aura pas le fruit de cela, la progression vers la plénitude.

Le but de la douleur est d'aider à se dés-identifier de la personne : si on la quitte on ne souffre plus. Le Soi n'est jamais touché.

Celui qui se plaint et a peur, n'a pas encore retrouvé sa vraie nature.

Qui aime est dans la dualité et n'est pas sage et qui est sage n'aime pas et ne hait pas : où se trouve l'amour se trouve la haine, le vrai sentiment est au-delà de l'amour et de la haine.

Le sage n'a pas de pitié mais de la compassion. (*n.d.tr.il n'y a pas d'autre)* : il y a en effet seulement des images de chagrins.

La renonciation

La loi de la voie vers l'Absolu est que celui qui renonce à tout, gagne tout, car la renonciation ne prend pas, mais elle donne la paix totale : cela signifie être mort tout en restant vivant.

Il ne faut pas renoncer aux possessions, mais à celui qui les possède, et à sa volonté propre.

Renonciation ne signifie pas se dépouiller des biens de ce monde, mais accepter lorsqu'ils disparaissent.

Dès que le « moi » est oublié, l'Absolu remplit ce vide à raz bords.

Si dans chaque circonstance on est conscients de ne pas être un « moi » auquel on s'identifie et on n'est pas touché par quoique ce soit, on réalise le but apparent de la réalisation.

La victoire sur les désirs est la victoire sur l'illusion du monde.

Si tu veux vivre la vérité cherche la compagnie des sages ou reste seul : tu auras tout le monde pour toi.

Prendre activement part à la vie du monde n'est pas utile, car on accumule apparemment des poids karmiques qu'on doit dissoudre plus tard dans d'autres circonstances. Tout ce que le monde construit, va se dégrader un jour ou l'autre.

Juste regarder passer le film de la vie, du corps et du monde.

L'ascèse signifie se retirer du pouvoir de l'illusion des sens.

La source de la connaissance

L'intuition cognitive est directe et repose sur l'identité du voyant avec le vu.

Le plus grand obstacle à la réalisation de la vérité est l'intellect.

Toutes les connaissances qu'on possède ou qu'on a hérité doivent être jetées loin.

La vérité qu'on accepte de quelqu'un est un savoir superficiel. La vraie compréhension est seulement la vérité qu'on a trouvé (**vérifié**) en soi-même : elle ne peut être démontrée par celui qui l'a gagnée, mais elle est tellement évidente qu'elle n'a pas besoin de preuve.

Pour la Réalisation du Soi il faut seulement de la grâce de l'Absolu, nous ne pouvons le faire avec nos propres forces : chaque « faire » (méditation, pratiques ont un effet minime) est un empêchement, car cela fait encore partie de l'illusion, seulement le « laisser-faire » l'atteint.

Nous devons nous réveiller du soi-disant état de veille.

Mourir avant de mourir signifie reconnaitre que la personne phénoménale, individuelle n'existe pas.

Qui a reconnu le Soi n'est pas encore arrivé au but de la vie, seulement s'il vit le Soi, malgré l'apparence d'une personne.

Les fruits de la connaissance de soi - La liberté, la paix

Liberté ne signifie pas être libre des limitations et drames de la vie, mais le fait de n'avoir rien à faire avec ces problèmes.

Il n'y a pas de culpabilité, karma et réincarnation, mais seulement l'apparence de culpabilité, karma et réincarnation : cela signifie que nous n'avons jamais été prisonniers, ne le sommes pas et ne le serons jamais.

Celui qui ne voit ni le bien ni le mal, mais l'inaltérable, trouve la paix et la liberté.

Le silence

Du silence proviennent tous les tons et en lui ils retournent. Qui parle n'a pas encore vécu la vérité, qui la vit se tait. C'est un état particulier au-delà du silence et de la parole.

Bonheur

Nous ne trouverons jamais du vrai bonheur dans le monde. La béatitude signifie un bonheur au-delà du bonheur et du malheur.

Le sage réalisé

Le vrai sage est espace infini. Il n'y a pas de temps, donc le sage vit dans l'absence de temps, au-delà de l'éternité. C'est un état indescriptible.

Le sage est au-delà des contraires d'Illumination et d'ignorance. Il y a beaucoup d'illuminés, très peu de *réalisés* qui sont entrés au-delà de l'Illumination et de l'ignorance. Le sage sait parfaitement d'être une image fictive, ce que l'ignorant ne sait pas.

La personne ignorante vit soit dans le passé soit dans le futur, l'intelligent vit dans le présent, le sage vit dans l'absence de temps : dans son monde rien ne change et il ne se passe rien.

La différence entre un réalisé et celui qui ne l'est pas c'est que le dernier vit, tandis que le premier est mort.

Un sage n'enseigne pas la sagesse, il la vit.

Où l'ignorant voit une personne, le sage voit un fantôme à travers lequel il peut voir : et qu'est-ce qu'il voit ? Soi-même. Il ne voit plus le monde extérieur, car il l'a totalement abandonné.

Que voit donc le sage ? Il voit ce que pour nous ressemble à rien, mais qui ne l'est pas du tout : quelque choses au-delà de l'être et du non-être…indescriptible. Derrière toutes ses images changeantes il voit son propre Soi. Tout en étant dans le monde il a abandonné le monde, vu comme un film.

Il entend, mais ne réagit pas. Il dit : « ce corps-ci » n'est rien et je n'ai rien à faire avec lui.

Le sage et son corps vivent comme un couple qui n'a plus rien à se dire.

Il ne croit pas à une vie éternelle future, car l'éternité il la vit déjà.

Il n'agit pas, ni peut se disputer : pourquoi choisir une fiction plutôt qu'une autre ?

Il n'a pas besoin d'aider ou guérir les autres, car le monde pour lui est bien comme il est, le Soi seul existe et il n'est jamais blessé ou en danger.

Un signe que le **sage est réalisé : il ne demande plus rien, n'attend pas et n'espère pas.**

Le succès est une illusion, comme l'échec : le sage n'est pas accablé par l'échec ni euphorique pour un succès. Il ne se soucie ni des louanges ni des blâmes.

Pour lui la vie est seulement un jeu auquel il assiste. Il pourrait tout se permettre mais il ne le fait pas.

Les tentations n'existent plus pour lui. Ce que les hommes nomment « amour » est plutôt un besoin de satisfaction soit sentimentale soit sexuelle, c'est le mot le plus mal employé et il ne le prononce pas.

Amour est le contraire de la haine et pour aimer il y a dualité : celui qui aime et l'être aimé. Il n'y a plus d'objets à aimer pour lui.

Il n'a pas de but, car il ne s'est jamais éloigné du but : tout ce qu'il fait est un passe-temps.

Le sage est une image fictive dans un monde fictif, mais sa sagesse provient de la Réalité et triomphe dans ce monde illusoire.

La dernière sagesse est le silence.

Qui voit dans un coin de la pièce une chaise et dans un autre coin un vide et reconnait que ce sont la même chose, est arrivé à la réalisation de Soi.

Qui est seulement le spectateur des évènements du monde n'est pas encore réalisé : il doit avoir intégré dans ses pensées et actions, qu'il n'y a pas d'évènements du monde.

L'ENSEIGNEMENT DU PREMIER MAÎTRE

Le maître : La Réalité est inaltérable immuable, donc il ne faut pas s'en occuper, ainsi que du mirage inexistant.

L'étudiant : Que faire si on ne doit pas s'occuper de rien ?

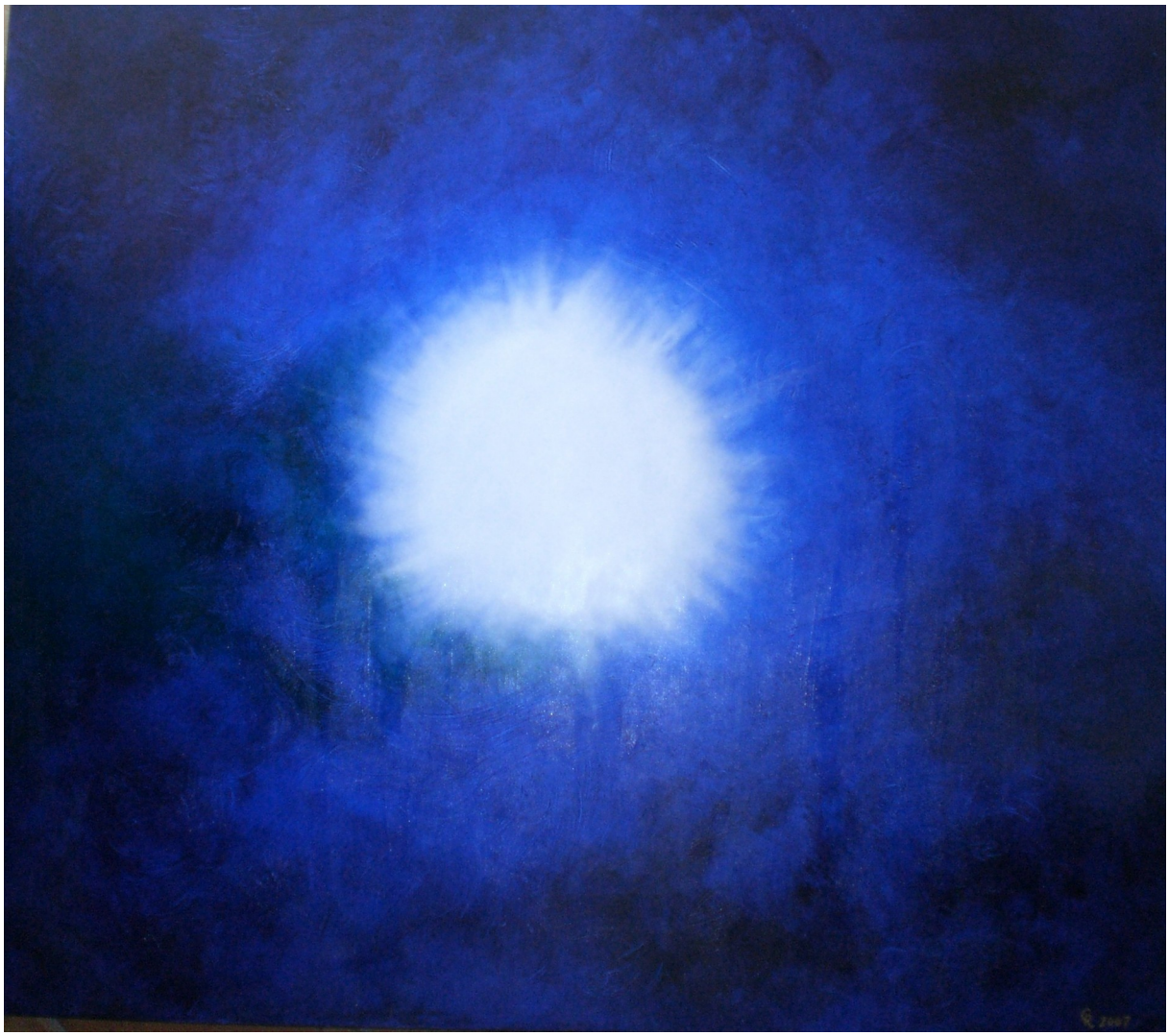
Le maître : S'asseoir en silence et sourire.

L'ENSEIGNEMENT DU DEUXIÈME MAÎTRE

Le maître : Vous êtes le Soi que vous le sachiez ou non, et vous ne pouvez donc pas le devenir. Vous pouvez partir à présent, vous perdez votre temps.

L'ENSEIGNEMENT DU TROISIÈME MAÎTRE

SE TAIRE...SILENCE...PAIX



“Il Respiro” de Consolata Radicati di Primeglio - 60x70 - 2007

UPEKKHÂ

Dire « Je» c'est se couper les ailes.
Maximes pour la libération(traduit de l'anonyme italien: «Dire io è tarparsi le ali»)

INTRODUCTION

Un recueil d'aphorismes illuminant, chacun étant une perle pour la vision qui libère. Dragées de sagesse à croquer, une par jour et en laisser travailler le contenu dans les profondeurs.

UPEKKHÂ (équanimité) est le nom symbolique d'un être qui s'est réintégré dans la totalité. Dans les années '50 il a fait partie d'un groupe bouddhiste.
Ce monde fictif qui est le renversement de la réalité, est créé pour dépasser la fausseté et récupérer la vraie vision. C'est une charade, un puzzle, l'énigme du sphinx que nous-même formulons pour le résoudre. Ce monde peut être au même temps le poison de la sorcière ou le voile de la *mâyâ* si on l'accepte et le subit ou un messager divin si on l'examine ou le soumet à une critique. Quel est cette énigme ? Elle est dans l'essence même du symbole du puzzle : c'est-à-dire les sensations et la mémoire construisent un monde à eux en agrégeant des éléments libres et lumineux qui prennent forme et solidité seulement dans la pensée. Les « choses » qui résultent de ce procès d'agrégation sont appelées dans le bouddhisme « *sankhara*». Ce mot pali vient du préfix *sam* (ensemble) et *karoti* (faire). Cela signifie le processus de créer des créations, de composer des composés, etc. C'est une force créatrice de créations fictives qui emprisonnent avec une intention. Le monde est une représentation, comme disent don Juan de Castaneda et Schopenhauer : ce que nous construisons pourtant nous pouvons le démolir, parce que dans la REALITÉ il est déjà dissout.

La douleur c'est prêter attention aux données sensorielles.
Le mental ordinaire traduit en choses finies ce qui ne peut être traduit, car infini.
Manipulation sensorielle erronée qui donne une signification conditionnée à ce qui est déjà libre.
Réunir devient immédiatement diviser un ensemble d'autres ensembles.
Voir, se réveiller c'est discriminer la façon d'œuvrer du mental.
Seulement si tu es embourbé tu peux faire marche arrière.
La matière n'existe pas, c'est une croyance de relations qui s'appellent matière.
Ignorance: assumer la vie d'une façon grossière, assumer la surface perceptive comme l'être entier, assumer tout comme une évidence, sans se demander jamais d'une façon créative, nouvelle.
Habitude enracinée de nous croire des êtres séparés.

Le mental jeté sur l'interprétation des phénomènes est la « raison ». Le vrai mental est celui qui libère sa propre construction.
Rompre la conscience normale d'être un « moi ».
Qui découvre le principe de l'apparition des choses en découvre aussi leur fin.
On souffre de l'hypnose des composés.
Comme on voit ainsi on est.
Enlever la signification à tout ce qui se présente.
Corps: représentation à soi-même d'un attachement à certaines attractions et répulsions.
La liberté n'accepte pas de cadeaux (cadeaux impropres, le poison de la sorcière qui endort).
La division dépend seulement de la perception sensorielle.
Vraie nature : immatérialité.
Le sentiment d'être incarné est une dramatisation.
On perçoit par hérédité collective : on perçoit selon des modalités pré-confectionnées.
« Je » : immobilité, blocage dans une capsule de la conscience infinie.
Dans l'illumination il n'y a plus de possibilité de condensations des formes, représentations, images, pensées.
On se libère d'être un être.
Être un « je » : psychose, suggestion impropre, donc inexistante. Suspension de la liberté.
La renonciation est toujours à l'identification impropre.
Celui qui est libéré a rejeté toutes les subtilités logiques du mental.
Tout ce à quoi je m'accroche devient une barrière insurmontable.
Mettre en discussion tous les « oui, mais…» qui empêchent la possibilité de l'illumination.
Voir tout de suite les formes qui se présentent comme des constructions.
Le « je » est une habitude constante, invétérée.
Liberté : cessation immédiate à l'attribution d'un sens et d'une signification.
La mystification déplace constamment les termes de l'illumination, nous obligeant à rester dans le cercle du connu.
Voir en quoi consiste la sorcellerie de l' « y-être » c'est voir comment se forment les empêchements : c'est nous qui créons les empêchements.
On idéalise le fait de ne pas être libres, pris par la sorcellerie.
La clarté des perceptions qui nous trompent en se présentant comme réelles.
L'action de « voir » est solaire et il n'y a pas d'effort. L'effort se révèle dans le monde des composés : ici c'est un souffle.
Cette action est « solaire » car dans le soleil et les étoiles la lumière est interne et pas encore projeté à l'extérieur.
Nous sommes fascinés par les composés, parce qu'on voit plusieurs choses, d'autres personnes à part nous-mêmes : nous nous voyons multipliés à l'infini et la multiplicité nous envoûte.
On s'appuyant sur n'importe quel point de référence on perd de l'altitude.
Mort : fin de l'hallucination où la lumière s'impose d'elle-même.

Détruire la théorie de moi-même, ce que je ressens d'être en théorie, ce qu'on m'a dit que je suis.
Le « je » est une colonie d'individus.
Durer : devenir dur, s'endurcir, sécher.
Le futur existe seulement dans le mental qui ment : il y a seulement le présent, la liberté absolue. Le libéré n'a plus besoin d'aucun futur.
Discerner la dramatisation, la construction d'ensembles, c'est la libération.
Nous sommes la projection éphémère de nous-mêmes.
La formule magique : le « Sublime » (inconnaissable) ne se fie jamais des données sensorielles.
Libération : l'éternel «ici-maintenant» où l'insondable, le mystère est toujours présent.
Dans la Réalisation, l'entourage et le corps en lui, ont disparu : **il y a seulement une constante identification avec l'Insondable.**
Il n'y a plus les réflexes conditionnés précédents, les simples automatismes qui faisaient apparaître les choses.
Déchirement irréversible qui annule tout ce qui ne compte pas.
Totale manque de point de références : rien dedans, rien dehors. Ce « rien » est seulement la disparition des voiles, l'immense gigantesque étendue.
«Je» : prisme qui se réfracte en altérant la réalité, amas de fausses monnaies.
La superposition opérée par les sens fait apparaitre les choses et les personnes.
Le libéré emploie les sens pour ce qu'ils sont : le côté miraculeux, magique, il n'en souffre pas, il s'amuse.
L'ignorance c'est prendre les représentations subjectives pour la réalité.
Ce qui empêche le déclenchement c'est la non-disponibilité totale, la peur de perdre quelque chose. On ne perd que ce qui ne vaut rien.
La sagesse : porter à la lumière les « certitudes », les évidences sur lesquelles on se construit.
Ignorance : acceptation de superstitions.
Nous sommes ce qu'on « pense » être. On voit ici même que nous « pensons » seulement que nous sommes incarnés.
Nous sommes des artificiers qui se représentent des spectacles de feux d'artifices, cascades de sons et couleurs évanescents, éteints en un instant.
Choses : êtres évanescents, éclairs.
Vraie Réalité : abîme sans fond, invisible, incommensurable, cœur de toute chose.
Le cerveau crée des ensembles, des chars pour avoir des bases, des points de référence pour construire encore et encore, quoi? Des caravanes de chars…
Le mental nomme et crée. Si tu enlèves le nom, la chose disparait.
Les perceptions sensorielles sont créées selon nos propres inclinations.
Il faut dissoudre la réalité consensuelle, alors notre état naturel se manifeste.
Les attachements disparaissent en fonction de la disparition des constructions mentales.
L'homme est trainé comme un chien en laisse par l'envoûtement des sens.
Le libéré emploie les sens **sans y croire**.

L'ignorance c'est prendre pour réalité nos représentations sensorielles.
Ignorance : **croire qu'il y ait quelque chose au-delà de la conscience**, ne pas s'apercevoir que tout est réverbération inconsciente du processus du réverbère.
Nos perceptions sont un état de transe profonde.
Accepter la naissance c'est accepter une fausse identité, une impasse.
Le monde est une construction de nos convictions.
L'éveil signifie qu'il n'y a jamais eu une conscience. On ne sait plus qui on est.
La sensation d'être est une limitation.
La conscience infinie et les images sont la même chose. Il y a seulement le miroir cosmique : les images sont seulement des reflets.
Le corps est une imagination mentale d'avoir un corps.
Voir les choses comme « choses » nous rend « choses ». Les voir comme reflets nous rend un miroir cosmique.
Le miroir cosmique (conscience infinie) et les images sont la même chose. Il y a seulement le miroir cosmique : les images-objets sont seulement ses reflets.
La connaissance reconnait les images comme images qui, n'étant rien, ne donnent plus origine à des répercussions, à des reflets.
Le rêve d'exister, d'être, dérive du fait que l'on donne une réalité aux images : c'est **l'empêchement onirique.**
Il suffit de voir l'uniformité des fonctions physiques, des émotions, des fonctionnements mentaux pour cueillir l'impersonnalité des situations.
Le « je » (corps-mental) c'est uniquement une série d'automatismes répétitifs avec lesquels il se gonfle. De là l'orgueil, l'arrogance.
Du jeu des sens on outrepasse à l'unique, vrai sens : **la certitude de ne pas y être.**
Mourir c'est voir que les « autres » n'existent pas non plus et ainsi ils sont libres.
On est une apparition dans la conscience d'un « autre », mais chacun est vide.
De la représentation d'y être, d'exister, naissent le monde, le temps, les choses.
La solitude totale, n'est pas un acte de courage, seulement la contemplation de ce qu'on est : amour et beauté.
La vie : des litanies conceptuelles qui endorment avec la monotonie de leurs répétitions.
Les sensations donnent vie aux formes.
Seulement lorsqu'on arrête le projecteur du film, toutes les lumières de la salle s'allument.
On ne provoque plus aucune base, aucun point de référence.
Rien à quoi s'agripper pour dire : « Ceci est moi ! »
Le « je » on le cherche, mais on ne le trouve nulle part, comme un chien qui cherche à attraper sa queue.
Il ne peut pas y être un « je » là où il y a seulement un échange de résonances.
Les sens traduisent l'immatérialité en matérialité.

L'identification à quelque chose est aliénation de ce qu'on est effectivement.
Les sens cachent la réalité, car ils prennent les symboles comme réalité. Donc il faut voir tout comme symbole.
De la représentation d'exister naissent le monde, le temps, les choses…
La libération s'approche lorsque disparaît la certitude du « moi ».
Lorsqu'on disparait du monde on débouche sur le divin.
Il n'y a pas des choses, seulement des pensées concernant des choses.
On est ce que l'on « pense » être.
«L'extérieur» ce sont les idées des choses, «l'intérieur» c'est l'impressionnabilité du mental qui adhère à ces propres projections.
On lance des feux d'artifice, après on les observe épatés, on oubliant que c'est nous qui les avons lancés et on reste hypnotisés.
L'empêchement c'est le manque de dignité de dire : je ne crois pas à cette histoire des sens.
Vivre comme si on n'était pas là.
Voir qu'il n'y a pas de distinction entre intérieur et extérieur.
Comme il apparait, ainsi le monde disparait. Ceci parce que le monde est fait de pures conventions, croyances transmises.
Magie : dénicher des choses où il n'y a rien. Dénicher, excaver, cela coûte beaucoup de souffrance.
La raison c'est la manie d'expliquer les choses dans leurs mêmes paramètres, sans jamais y arriver.
On ne peut transmettre l'illumination, car on peut transmettre seulement ce qui est automatique et répétitif. La pure conscience ne l'est pas.
Je projette à l'extérieur une vie de relations qui correspond aux relations entre mes composantes intérieures.
Les désirs sont les lubrifiants de la vie imaginaire.
Les sens nous obligent à déambuler dans un monde de symboles que nous acceptons comme réalité.
La vie imaginaire est la tentative de manipuler l'invisible, d'attraper des fantômes, fantaisies, d'où la douleur.
Tout ce qu'on doit faire c'est de se libérer des convictions de l'état de veille.
Être évanescents et insaisissables. La joie de ne pas y être.
Plus tu es convaincu que les choses n'existent pas, plus tu t'approches de la libération.
Quand le faux est vu comme faux on retourne à l'origine.
La vraie conscience consiste dans le fait de mettre les mains là où il y a l'origine de toutes les consciences, donc la conscience indifférenciée.
Ni corps, ni conscience finie, mais potentialité, conscience infinie.
Nous ne sommes pas un corps : nous voyons un corps.
Je cesse de tout m'inventer y compris moi-même.
Tout ce qu'on peut percevoir est seulement ce qu'on projette. On projette seulement (à l'extérieur) ce que notre mental peut percevoir.
Les neurones construisent, pour jouer ensuite avec leurs images.
Tout ce qu'on doit faire c'est de se libérer des convictions de l'état de veille.
Pas de corps, pas de monde. Pas de monde, pas de corps.
J'arrête d'inventer tout, y compris moi-même.

Je projette et tout me revient comme choses, personnes, faits, évènements et lieux.
Nous errons dans nos propres pérégrinations cérébrales : figurines construites pour notre usage, à partir de la figurine de notre corps.
Ignorance : croire qu'il y ait quelque chose à part la conscience, ne pas voir que tout est seulement réverbération.
Illumination : voir et savoir comment apparait le monde de nos sensations : voir d'où sortent chars, arbres, corps, hommes, femmes…
Tout ce qu'on voit est du passé, surtout le futur.
L'infini c'est la non-définition.
Si on n'est pas totalement convaincu qu'on est en train de rêver, il n'y a pas de possibilité d'éveil.
Le monde est une description qu'on m'a racontée à ma naissance et qui disparaitra à ma mort.
Les hommes : bouffons qui jouent devant un miroir un pantomime qu'ils prennent pour réalité.
Nous prenons l'invisible pour visible, l'incorporel pour corporel, l'imperceptible pour perceptible. C'est seulement de la lumière intérieure qui semble être extérieure.
Nous créons une image de nous-même qui n'existe pas et qui n'a jamais été nulle part.
Je recommence à voir le monde comme image et apparition. Donc j'interromps cette description, ce dialogue interne qui recrée constamment le monde avec des argumentations, comparaisons, explications. C'est le silence intérieur.
Effacer l'histoire personnelle, oublier le passé et ne plus s'y identifier. Ainsi on s'ouvre au nouveau.
Ne touche à rien : tout est déjà à sa place. La personnalité est déjà impersonnalité. La chair est déjà esprit, mais l'habitude la prend pour chair.
N'avoir plus de points de référence est difficile, mais soutenir tous les rapports, les liens et les connexions est épuisant.
Nous sommes toujours affamés de nourriture, c'est-à-dire de nos propres excrétions, projections, imaginations.
L'engagement empêche de se relaxer.
L'empêchement c'est la peur de perdre nos chères habitudes.
Le temps c'est persister dans l'ignorance.
Dans l'Éveil disparait la rationalité qui pose des divisions, des rapports, des comparaisons : le poids et la mesure.
Ne pas savoir ce qu'on est, ne pas croire de savoir ce qu'on est, ne pas se définir, ni se qualifier…voilà la liberté.
Nous ne pourrons jamais savoir ce qu'on est, parce que nous ne sommes pas.
La vraie identité c'est l'impossibilité à s'identifier avec quelque chose.
L'oubli de la Réalité crée le délire du rêve de la veille.
Ne plus se retrouver ni dans le corps ni dans le mental. Tout est ici. Ne plus adhérer à l'hallucination du mental.
Voir dans chaque obstacle une possibilité libératoire.
L'infini s'est fragmenté dans l'infinité des choses, dans la matière.

L'infini c'est la non-définition.
Si nous ne sommes pas convaincus que nous sommes en train de rêver, il n'y a pas de possibilité d'éveil.
Traduire la matérialité en vibrations.
Les formes sont seulement le pouvoir d'agrégation de l'œil.
Il suffit de voir, il n'est pas nécessaire de détruire. Tout est déjà détruit.
Disparition de la matière, sa transformation est énergie, un feu qui transmute.
Toute chose est une imagination sensorielle.
La vie individuelle est l'ombre pâle de la Réalité unique.
Du matin au soir, savoir que l'on agit seulement avec des rêves. On ne peut pas faire confiance aux formes du rêve. Présence consciente et constante d'agir en rêve.
Les formes de l'état de veille n'ont pas plus de consistance des formes du rêve: toutes les deux se forment, durent quelque temps et ensuite disparaissent.
Il n'y a pas de distinction entre le moi qui rêve et mon rêve personnel : je suis le rêve et rêver c'est tout ce que je suis. N'importe quel « moi » c'est rêver.
Une forte secousse est nécessaire pour pouvoir se réveiller : il faut tout viser sur cela, sans se préoccuper de ce qui adviendra au Réveil.
Tout ce que dans le rêve on se représente comme « autres », n'est que soi-même.
Tout ce que tu fais, regarde-le comme un rêve.
Alors la vie devient un enchantement, parce qu'on est présents à l'envoûtement de la vie, mais elle ne nous ne trompe plus.
Tout ce que je crois être est faux : c'est une superstition, une représentation.
Rejette la forme, sinon la mort le fera pour toi.
Il ne peut y avoir d'Éveil si l'attachement aux formes persiste.
La première découverte est de voir qu'on est en train de rêver.
Vie: hypnotique contemplation de certitudes installées par d'autres dormeurs.
Le seul moyen c'est de se convaincre profondément que le moi est en train de rêver : **le rêve c'est ignorer qu'on rêve.**
Le cygne chante une seule fois : quand il meurt aux images du rêve.
Nous sommes hypnotisés : observons la nuit, lorsque tout disparait.
Être présents, instant après instant à « ne pas savoir ce qu'on est ».
Entrer dans le miroir : dépasser les images, voir nos propres imaginations.
Le ver à soie s'entoure du fil du cocon qui l'emprisonne avec ses croyances et superstitions, le papillon est ce qui sort du cocon.
Lorsque l'être se centre dans le cœur toute la fausseté et la superficialité perdent leur valeur.
Si le cœur fait irruption, les pensées tombent d'elles-mêmes : elles se vident.
« Le chercheur est le cherché »: nous sommes déjà ce qu'on cherche, on ne peut être rien d'autre.
L'homme jette sur lui constamment de la boue (corps, matérialité), mais il ne pourra jamais se salir.
Voir que tout est invisible en réalité.

La matérialité est seulement un prétexte pour réveiller l'homme, pour qu'il voie le non-sens, l'impossibilité, le paradoxe de la matière.
Le mental s'arrête à la vision des formes, le cœur par contre ne connait pas de limites.
Penser c'est contempler des crédulités.
Conscience signifie être certains de ne pas y être.
Le rêve de la vie devient beau seulement quand on voit que c'est un rêve, sinon il reste un cauchemar. Alors la merveille de ce qu'on est peut commencer.
Lorsqu'on est dépossédé de tout on retrouve notre splendeur.
La vie devient merveilleuse lorsqu'on cesse de s'auto-décrire.
Tu es poussière et tu retourneras à la poussière: tu es déjà matière sublimée, pulvérisée, libérée de la tromperie de la condensation.
Ne jamais se reconnaitre dans ce qu'on peut percevoir.
Les formes sont uniquement dans les yeux. Nous sommes esclaves de ce que nous voyons.
Voir tout comme une fantaisie, rend la vie un émerveillement.
Conjonction des opposés : être est non-être, parce qu'être est absurde.
Les changements extérieurs sont des changements de vibrations intérieures.
Illumination: laisser que tout vibre, se bouleverse. Arrêter de chercher à garder le maintien des choses. Être labile, insaisissable, indéfinissable comme un vortex d'air.
Je ne suis pas ma forme.
Pensée: remous dans un élément particulier qui fait perdre la vision de l'ensemble.
Nous sommes des poupées rembourrées avec nos représentations.
La naissance c'est le renversement de ce qu'on est. La mort c'est le redressement. Malheureusement nous ne pouvons l'utiliser, comme on ne peut utiliser la naissance.
Le « je » c'est un engagement à l'envers, une tromperie, une escroquerie : d'où la souffrance.
Être un corps est un rêve avec les yeux ouverts: ce rêve est alimenté par la nourriture, donc l'ingestion d'autres corps, d'autres formules de rêve.
Le « moi-rêve » est accoutumé à percevoir seulement des rêves, pas la Réalité.
« Faire » c'est tâtonner dans le vide avec la conviction de faire quelque chose.
Même la douleur est un bluff: on la crée nous-mêmes.
Ce n'est pas important que le rêve cesse. Il est important de voir qu'on est en train de rêver, être éveillé dans le rêve. Alors le rêve cesse tout seul.
En faisant le vide en nous de toutes les croyances, idées et opinions, on voit immédiatement.
On est des crédules: nous nous laissons suggestionner à chaque instant par nos propres représentations.
Ce n'est plus toi qui dépends des formes, mais les formes dépendent de toi qui sais de les créer. Ainsi on devient créateurs.
Il ne faut ni attraper ni éviter les choses, parce qu'elles sont des images de rêve en constant changement et désagrégation.

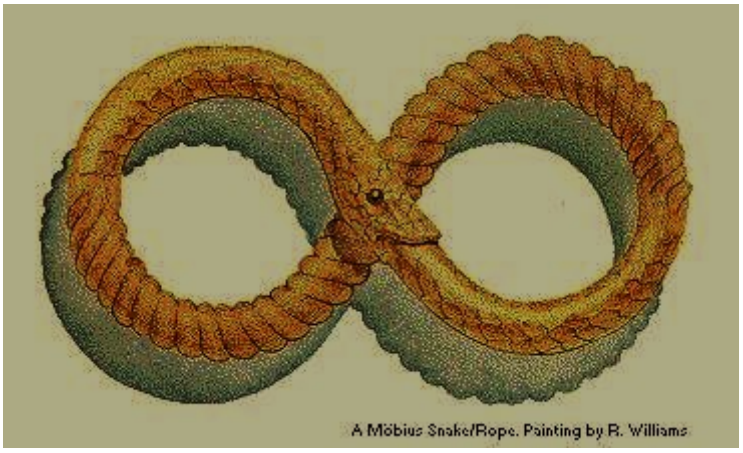
L'homme c'est un constant avalement de couleuvres qui plaisent.
Si un être abandonne le fait de se croire réel, toutes les autres choses abandonnent le fait d'être crues réelles. Et vice-versa.
La conscience et les choses sont identiques, la même chose.
La Pure Conscience est anesthésiée par la matière.
Les phénomènes sont les réfractions mutables et lumineuses qui se poursuivent sur la pellicule de la bulle de savon, qui est la conscience individuelle humaine.
L'homme porte un masque atroce pour cacher sa propre brillance, le masque de fer.
La raréfaction de l'être est le résultat de l'investigation toujours plus subtile de l'être. L'être en se raréfiant, les choses se raréfient de même.
Je suis Pure Conscience : tout le reste n'est pas moi.
Les sens expérimentent les phénomènes, l'illumination voit globalement.
La sublimité ne donne plus l'ancienne valeur aux choses, elle voit la fragilité des anciennes constructions. La construction est imposante, mais fragile : un colosse de bronze aux pieds d'argile.
Revenir aux origines : à l'insaisissable, au non-contaminable.
L'empêchement c'est l'accoutumance à voir le monde comme on est habitués à le voir.
Les empêchements doivent devenir apparents pour pouvoir ouvrir les yeux.
Il n'y a pas de vie et de mort. L'être est toujours : à présent il est visible, à présent il retourne à l'invisible.
Dans le sommeil profond la nuit, toutes les croyances, les constructions de l'homme-moi se désagrègent.
C'est le retournement de la vision, le poison de la sorcière qui fait voir les différences et les distinctions : autres, monde, fils, nourriture…
Les différences sont le manteau que la sorcellerie jette sur le UN.
La contre-sorcellerie est toujours présente et en action dans la sorcellerie, mais on ne l'emploie pas.
Seule possibilité : se rendre compte qu'on n'existe pas.
Les êtres sont des sorciers toujours affairés à se construire un monde et à s'agiter à l'intérieur de lui.
Ignorance: supposer personnes, naissance, mort etcetera.
Si tu commences à faire le vide, le plein va faire irruption.
L'illumination est le défoncement dans l'incommensurable: alors les « choses » deviennent des diamants.
La réintégration n'est jamais demain, mais toujours à présent: en ressentir la nécessité comme la nécessité de respirer.
Il faut oublier tout ce qu'on a appris: c'est ici, dans l'éternel présent, le constamment mystérieux, **le saut du connu dans l'inconnu**.
Les indications servent à chercher, mais la découverte on la fait tout seuls.
Il n'y a pas un « je » et un « autre », nous sommes la même chose. Ils n'existent pas des perceptions internes et des objets perçus externes: ils sont la même chose.
Le monde est une description qu'on m'a racontée dès la naissance et qui disparaitra au moment de la mort.

J'arrête de penser aux choses comme « choses » et les vois comme apparences.
Je commence à voir le monde comme une image, une description, une apparition. J'interromps donc cette description, ce dialogue intérieur qui recrée constamment le monde avec arguments, anticipations, comparaisons et explications. C'est le silence intérieur.
Effacer l'histoire personnelle, oublier le passé, ne plus s'identifier avec lui. De cette façon on s'ouvre à la nouveauté.
Ne plus voir dualité (corps-mental, moi-autre, esprit-matière…) mais voir une unique réalité avec ses multiples facettes. Ne pas donner plus de valeur à une apparence qu'à une autre : une apparence vaut une autre. Choisir et préférer signifie croire aux apparences et à leur diversité.
Constante présence de la mort. Si cela est constamment perçu, c'est tellement puissant qu'elle détruit le monde familier. La mort combat l'inertie avec laquelle procède le monde des apparences.
Je déplace l'être au-delà des bornes de la peau.

88888

Pourquoi es-tu malheureux ? Parce que le 99.99% de ce que tu penses, de ce que tu fais, c'est pour satisfaire ton « moi »…et il n'existe pas !
(Wei Wu Wei)

Dernier commentaire du traducteur: **- Puisque tout est perception ou sensation provenant d'un système nerveux, où est « toi » et où est « l'autre » ? Le système nerveux qui crée la sensation d'exister, d'être conscient, est un concept, donc lui aussi est faux…-**
PEUR DE MOURIR : PEUR DE PERDRE LA PENSÉE « JE SUIS » qui est… INEXISTANTE !



Corde-serpent Möbius