



Des questionnements ont visité mon être ces jours-ci et j'ai envie de les partager avec vous, les amis de la Vie. (Par Edith Gohier)

Edith :La pensée, les pensées qui passent devant l'écran de notre être, donne une certaine coloration à notre perception de la vie.

Réalité ou illusion ? Sommes-nous toujours maître de nos pensées ?

Réponse : Nos pensées sont influencées par notre perception plus ou moins juste de la réalité et par notre volonté plus ou moins grande de ne plus croire au « Père Noël ».

Bien sur, personne ne croit consciemment à une illusion, mais nous devons développer notre discernement, pour ne pas accepter comme « sur » ce qui est « peut être » et enlever les conditionnements qui déforment notre perception de la réalité.

C'est à ce prix que les pensées qui passent devant l'écran de notre être donneront une coloration plus juste à notre perception de la réalité.

A ce prix nous deviendrons plus maître de nos pensées !

Dans quelle mesure est-il sage de s'abreuver de pensées extérieures ?

Il est impératif de s'abreuver aussi de pensées extérieures, mais il est tout aussi impératif, comme nous l'avons déjà dit, de développer notre discernement, pour trier dans ces pensées, ce qui est sur, ce qui est peut être et ce qui est faux ! Il serait dommage de vouloir se passer de ce qui a été compris par d'autres ; mais à condition de faire le tri soi-même !

N'y a-t-il pas un risque de s'égarer en adhérant à la pensée d'autrui, à certaines pensées, fussent-elles de Krisnamurti ou d'Eckhart Tolle par exemple ?

Il y a à coup sur, un grand risque d'adhérer à la pensée de qui que ce soit !

Seul le discernement nous permet d'aller sans retenue nous promener chez les autres, prendre ce qui nous paraît juste et utiliser cette pensée seulement comme un matériau pour construire la notre !

Entre l'adhésion infantile et la peur d'être influencé par les autres ; il y a la volonté de toujours mieux comprendre la réalité ! Cette démarche donne de la solidité à notre pensée ; elle nous permet d'acquérir une pensée adulte . Elle seule rassure notre inconscient,Elle seule rassure « l'être »!

Exerçons-nous bien notre libre arbitre pour décider ce que nous allons faire nôtre et ranger dans notre inconscient ou rejeter comme sans intérêt pour nous ?

Nous devons impérativement utiliser ce libre arbitre ; mais le problème se cache dans les critères qui vont nous servir pour adopter une chose ! Nous l'adoptons souvent parce qu'elle est belle, qu'elle nous rassure, parce qu'elle nous donne de l'importance ; mais pas assez avec le désir impératif de vérifier si elle est juste ! Cette pensée ne se range pas dans notre inconscient, mais dans notre conscient !

Nous devons réaliser que, malgré sa grande influence sur nous, nous ne décidons pas de ce qui se range dans notre inconscient !

Sommes-nous assez conscient de notre présence, dans l'action comme dans l'inaction ?

Cela paraît anodin et pourtant cette présence est très importante, car la vie est là, dans l'instant !

Nos pensées nous entraînent dans les regrets ou les rancœurs du passé, dans les espoirs ou les peurs du futur et nous sommes rarement là, présent à nous même et à la vie.

Expérimentons-nous vraiment l'unité de la vie ? de la vie qui sous-tend notre être ?

Edith répond d'abord elle-même à son questionnement :

Les phénomènes qui apparaissent en nous (pensées, émotions, énergies, etc.), lorsque nous nous y attachons trop, lorsqu'ils nous fascinent, vont transformer notre perception pure de la réalité en une perception altérée, voire erronée. C'est comme un problème de vue de la conscience, la conscience « voit trouble », elle ne perçoit pas l'unité, mais la séparation...

Nous pouvons cultiver notre faculté d'être présent à ce qui se passe à l'intérieur de nous, sans le juger, ni être fasciné.

Rétablir une perception plus pure de la réalité nous ouvre les portes de notre véritable dimension.

Dans une pratique de développement personnel, la présence ne nous propose pas de changer de pensées, d'émotions ou de sensations, mais de changer notre relation aux pensées, aux émotions, aux sensations. En fait, nous nous réhabittons à vivre la vie au lieu de la penser...

Amicalement, à vous !

Edith

Réponse : Pour *expérimenter de plus en plus l'unité de la vie*, il faut tendre à s'unifier soi-même !

Cela ne viendra pas au bout d'une éducation, mais dans la réalisation de ce que nous sommes.

C'est un point essentiel !..... « l'être » est déjà dans l'unité de la vie, il n'est que là...et c'est donc, en enlevant le paraître, l'avoir, les illusions, tout ce qui nous empêche d'être, que nous serons naturellement dans l'unité de la vie..... L'être n'est pas à construire ; il est à épanouir et il le fera tout seul, si nous enlevons ce qui l'en empêche !

Il est important de *cultiver notre faculté d'être présent à ce qui se passe à l'intérieur de nous, sans le juger, ni être fasciné*. Mais nous devons aussi essayer de comprendre pourquoi nous nous attachons trop à ces pensées, pourquoi elles nous fascinent tellement ?

La raison principale vient du manque d'intensité de notre propre vie ! De la même façon, quand nous n'avons pas de gros problèmes, parfois nous grossissons les petits. Là encore, comprendre de plus en plus la réalité, nous permet de mettre chaque chose à sa juste place ; de nous tourner vers ce qui est important dans la vie et de le rencontrer avec de plus en plus d'intensité. Cela nous permet aussi, de mieux comprendre les vrais fonctionnements humains et par-là, de sortir du jugement ou de la fascination. !

Rétablir une perception plus pure de la réalité nous ouvre les portes de notre véritable dimension.

Cette phrase est très importante ; elle nous montre à quel point, la recherche *d'une perception plus pure de la réalité* est en soi un chemin de Vie !

Nous réhabituer à vivre la vie au lieu de la penser...

Encore une phrase importante ! Bien sur, le problème n'est pas de savoir s'il faut vivre ou penser, car la pensée fait partie de la vie ; mais là comme ailleurs c'est le bon dosage qui est essentiel. Comme pour un voyage, il faut l'étudier ; mais nous n'aurons pas l'aventure en restant à réfléchir sur le quai !

Nous sommes souvent trop dans le mental ; certains finissent même par ne plus très bien savoir « où ils habitent » ! C'est un problème trompeur, mais qui peut devenir un véritable handicap !

Soyons vigilant et regardons chacun si nous n'avons pas à évoluer sur ce plan ; car le « bien être » vient par un développement harmonieux de tous les plans ou chaque chose a sa juste place !

.....!

Ce questionnement d'Edith a été l'occasion d'une belle rencontre avec des sujets intéressants ; n'hésitez pas à nous écrire pour nous donner votre avis et un grand merci à Edith !

● **Internet : Un nouveau moteur de recherche à vocation humanitaire :**

A chacune de vos recherches sur Internet, vous participez au financement de projets de développement durable sans dépenser un sou... 17 projets d'associations et d'ONG sont actuellement en ligne sur veosearch.com (WWF, Handicap International, Sidaction, ATD 1/4 Monde etc.)

<http://veosearch.com> est un moteur techniquement très performant car à chaque recherche sur veosearch.com, vous obtenez les résultats de vos moteurs habituels (Google, Yahoo, Exalead, Ask) et surtout il est humainement très différent : 50% des revenus publicitaires générés par vos recherches sont reversés aux projets associatifs de développement durable de votre choix.

Contact : Association « Les Amis de la Vie » St Barthélemy 34260 Avène
Tel. : 04 67 23 47 17 06 80 90 43 80 E-mail : amisdelavie@hotmail.fr