

Awakening Mind

<https://www.youtube.com/watch?v=uUZJea1UnS8&t=2680s>

0:09 Loch Kelly :

L'éveil est la prochaine étape naturelle du développement humain.

0:15 Rupert Spira :

L'éveil consiste simplement à reconnaître la nature de notre véritable être.

0:20 Lisa Natoli :

Ce n'est pas une expérience bizarre, mystique, religieuse qui n'est accessible qu'à quelques uns, elle est accessible à tout le monde.

0:30 Rupert Spira :

Ce que nous sommes essentiellement, est déjà pleinement éveillé, pleinement conscient.

0:35 Lisa Natoli :

Et c'est totalement illimité.

0:38 Daniel Schmidt :

Votre vraie nature est plus proche que le vous que vous pensez être.

0:45 Rupert Spira :

La conscience est la réalité ultime de l'univers.

00:50 Donald Hoffman :

La prochaine étape en la science est de dire que la conscience est fondamentale.

0:54 Neale Donald Walsch :

Qu'est-ce que l'éveil de toute façon ? Que quelqu'un me l'explique !

1:16 L'éveil de l'esprit – Partie 1 : Connais-toi toi-même

1:23 Narration :

Qu'est-ce que l'éveil ? Que vous l'appeliez le vrai moi, le moi éminent, l'absence de moi, la nature de Bouddha, le Dao ou la conscience du Christ, cela n'a pas vraiment d'importance. Dans ce film, nous l'appellerons la conscience. La conscience n'est la propriété d'aucune religion. S'éveiller, ou réaliser la conscience, c'est comme se réveiller d'un rêve. Le rêve de votre personnage dans la pièce de théâtre de la vie. À travers nos personnages, nous avons fait l'expérience du monde, dans toute sa beauté et sa laideur. Nous pouvons appeler cette expérience de la vie et de la mort la dualité. Nous tournons en rond, fixés sur les pensées et les sensations du personnage, bien et mal, guerre et paix, la lumière et l'obscurité, la naissance et la mort. Jusqu'à ce que nous nous réveillions et découvriions que nous ne sommes pas le personnage.

3:00 L'invitation

03:03 Narration :

Dans ce film, nous vous invitons à faire l'expérience directe de votre vraie nature, à découvrir directement, et non pas intellectuellement, qui vous êtes. Nous répéterons cette invitation de différentes manières. Lorsque vous cherchez à savoir qui vous êtes, laissez tout être exactement comme c'est. Ne bougez pas le mental pour que quelque chose se produise, ou pour trouver une réponse au niveau du mental, mais n'essayez pas non plus de repousser le mental. Ayez simplement l'intention de faire l'expérience directe de ce que vous êtes, en laissant le mental être un mental qui ne sait pas.

4:01 Daniel Schmidt (Facilitateur de méditation et de recherche sur soi – Réalisateur du film) :

L'éveil est la réponse à tous les problèmes du monde, à tous les niveaux. Tous les problèmes du monde proviennent d'une illusion, l'illusion fondamentale du mental, et cette illusion est que je suis ce personnage limité.

4:22 Loch Kelly (Professeur d'éveil et psychothérapeute) :

Lorsque nous vivons à partir d'un petit moi séparé, il y a toujours une sorte d'insatisfaction perpétuelle. Il peut s'agir d'une grande insatisfaction, comme un traumatisme, ou simplement d'un sentiment de fond, quelque chose ne va pas,

quelque chose n'est pas juste, il me manque quelque chose. Même lorsque j'ai du plaisir, même lorsque j'ai accompli quelque chose, même lorsque j'ai une relation amoureuse épanouissante, si je fais une pause ou si je m'arrête un instant, j'éprouve un sentiment d'insatisfaction, j'ai l'impression d'être isolé ou coupé de quelque chose. Ce sentiment, que la plupart des gens semblent éprouver, peut donc nous motiver à nous réveiller de ce petit moi séparé dont la nature est une sorte d'anxiété due à la séparation.

5:19 Daniel Schmidt :

Ce personnage limité a tendance à s'accrocher à ce qu'il veut, c'est juste une collection de schémas conditionnés, qui visent à attirer ce qu'il veut ou à essayer de repousser ce qu'il ne veut pas. C'est un processus sans fin, que l'on peut qualifier de principe de plaisir, qui consiste à rechercher le plaisir en évitant la douleur. Et si nous croyons que nous sommes ce personnage, ces schémas conditionnés, alors nous souffrons, et nous créons de la souffrance dans le monde, le monde devient un reflet de cette conscience égoïque. L'avantage de l'éveil est que vous souffrez moins et que les gens autour de vous souffrent moins.

6:08 Neale Donald Walsch (Ecrivain, Conférencier, Enseignant Spirituel) :

Il ne fait aucun doute dans mon esprit que ma connexion initiale avec ma compréhension de Dieu a été un éveil, et à mes yeux, le plus grand réveil que j'ai jamais connu. C'est un peu comme si j'avais été endormi pendant 50 ans, marchant comme un robot, faisant simplement les choses qu'on m'avait appris à faire depuis l'époque où j'étais un jeune homme. J'avais une formule toute faite : trouver la fille, trouver la voiture, trouver le travail, trouver la maison, trouver l'épouse... Une formule qui résumait ce que je pensais être le fonctionnement de la vie, jusqu'à ce que j'atteigne l'âge de 53 ans environ et je me suis rendu compte que la plupart de ces choses, notamment avoir réussi ma carrière -je me suis alors rendu compte que rien de tout cela n'avait d'importance. Je me suis réveillé vers l'âge de 53 ans et j'ai réalisé que tout cela n'avait pas d'importance, que rien de tout cela ne signifie quoi que ce soit. J'ai été choqué de constater à quel point tout cela était littéralement inutile.

7:23 Qui es-tu ?

7:29 Narration :

Lorsque vous cessez de suivre le scénario qui a été établi pour votre personnage, celui hérité des parents, de la société et du conditionnement biologique, alors de nouvelles dimensions s'ouvrent dans le jeu, le chemin s'ouvre. Mais il ne s'agit pas d'un chemin pour atteindre une destination quelconque, c'est un chemin sans chemin, un dépouillement de l'illusion pour arriver exactement là où vous êtes dans le moment présent.

8:10 Rupert Spira (Ecrivain, Conférencier et Enseignant Spirituel) :

Je m'appelle Rupert Spira. Je parle de la compréhension essentielle et non duelle qui sous-tend toutes les grandes traditions religieuses et spirituelles. J'écris et dirige des méditations guidées et des conférences, dont le but est de conduire à une reconnaissance expérimentale de cette compréhension. Comprendre que la paix et le bonheur auxquels nous aspirons tous par-dessus tout, ne peuvent jamais, par définition, être trouvés dans l'expérience objective. Ils ne peuvent jamais être fournis par des objets, des substances, des activités et des relations. Je suggère de comprendre cela clairement et de ne pas passer le reste de sa vie à chercher l'épanouissement là où il ne se trouve pas. Toute personne qui regarde ce film le fait précisément parce qu'elle a compris, ou du moins eu l'intuition, que la paix et le bonheur auxquels elle aspire ne peuvent être trouvés dans l'expérience objective et qu'elle a commencé à enquêter sur sa véritable nature. C'est l'enquête la plus importante que l'on puisse faire et notre bonheur repose sur cette enquête.

9:51 Neale Donald Walsch :

La plus grande question de ma vie, bien sûr, qui je crois est la question que la plupart des gens se posent tôt ou tard, est la suivante : Quel est le but de tout ça ? Quel est le but de la vie ? À ma grande surprise, on m'a dit que le but de la vie n'avait rien à voir avec ce que je faisais. Il ne s'agissait pas de mon travail. Il ne s'agissait pas de ma carrière. Il ne s'agissait pas non plus de quoi que ce soit dans ma vie physique. C'étaient des aspects de ma vie, mais ce n'était pas le but de ma vie. Le but de ma vie, tel que je l'ai compris, était d'expérimenter, d'exprimer, de démontrer et de réaliser ma véritable identité, qui je suis vraiment. Je pense que la plus grande question à laquelle la plupart des gens sont confrontés est une question que presque personne ne se pose jamais, ni ne répond jamais. La plus grande question de la vie, d'après ma compréhension, est la suivante : Qui suis-je ? Qui suis-je ? Suis-je simplement une entité physique, comme un oiseau dans le ciel ou un poisson dans la mer ? Vous savez, peut-être plus sophistiqué, mais simplement une entité physique ? Je nais, je vis et je meurs, c'est le début et la fin. Ou est-ce possible, tout simplement possible, que je sois plus que cela ? Est-il possible que je sois une entité spirituelle, simplement en train de vivre une expérience physique ?

11:39 Daniel Schmidt :

Toutes les expériences de votre vie vous ont amené à cette question universelle. Qui êtes-vous ? Ne cherchez pas de réponse avec le mental. Laissez tout être exactement comme c'est. Qui est conscient du mental ? Ressentez tout ce qui vient. Qui est conscient de ces sentiments ? Vivez une expérience complète de tout ce qui vient à la suite de votre enquête.

12:42 Donald Hoffman :

Je m'appelle Donald Hoffman et je suis professeur émérite de sciences cognitives à l'université de Californie à Irvine. Mon travail a consisté à enseigner, car maintenant je suis émérite et que je n'enseigne plus. Je fais actuellement des recherches sur la conscience, les modèles mathématiques de la conscience et la manière dont la physique et l'espace-temps pourraient découler d'une théorie de la conscience totalement précise d'un point de vue mathématique. Mon propre parcours a été à la fois spirituel et scientifique. Mon père était pasteur, un pasteur chrétien fondamentaliste. J'ai donc appris cela, vous savez, le dimanche, et j'ai appris la science à l'école, et ces deux aspects étaient contradictoires, les histoires que j'apprenais étaient contradictoires. À l'adolescence, j'ai réalisé que je devais comprendre les choses par moi-même et j'ai décidé que la question à laquelle je voulais répondre était : Sommes-nous des machines ? Les gens sont-ils des machines ou non ? D'un point de vue physique, nous n'étions que des machines. D'un point de vue spirituel, nous n'étions pas des machines mais ce n'était pas assez précis pour décrire ce que nous pourrions être. J'ai donc décidé de me poser la question scientifiquement, de savoir si nous n'étions que des machines, et j'ai pensé que la meilleure façon de le faire serait d'étudier l'intelligence artificielle. Je suis donc allé au MIT, au laboratoire d'intelligence artificielle, pour étudier l'intelligence artificielle, et dans ce qui est aujourd'hui le département des sciences du cerveau et de la cognition, pour étudier l'aspect humain des choses, parce que je voulais faire les deux. Je voulais savoir ce que les machines peuvent faire et ce qui était spécial, si spécial il y a, à propos des humains et des neurosciences humaines. Pour répondre à cette question : Les traditions spirituelles-ont elles raison ? Sommes-nous plus que de simples machines ? Ou bien le point de vue scientifique physicaliste est-il le bon, et nous ne sommes que des machines et la conscience n'est qu'un artefact de l'activité cérébrale ?

14:43 Daniel Schmidt :

Le paradigme scientifique matérialiste qui a été prédominant au cours du siècle dernier, nie l'existence de quoi que ce soit au-delà du physique, de quoi que ce soit qui ne puisse être vérifié par la méthode scientifique. La science est dans une impasse et ne peut dépasser le paradoxe fondamental de la physique quantique, qui l'a confrontée à l'observateur, à la conscience elle-même. De même, les religions ne fonctionnent pour la plupart qu'au niveau de la croyance. Elles ont perdu leur objectif initial, qui était de conduire à l'expérience directe de la vérité de qui nous sommes et de ce que nous sommes. Le clivage entre la science et la spiritualité a appauvri les deux. Les religions et les systèmes spirituels ont désespérément besoin de méthodes rigoureuses, par lesquelles on peut démontrer qu'elles créent les conditions nécessaires à l'éveil. Quant à la science, elle a désespérément besoin de s'ouvrir à la possibilité d'un au-delà du physique. Il ne s'agit pas d'abandonner la religion ou la science, mais d'aller plus loin, d'être prêt à changer nos Psaumes, afin de devenir un meilleur outil de recherche. C'est nous qui faisons l'expérience, et l'expérience elle-même.

16:10 Loch Kelly :

La religion a été le langage et le contenant de ces traditions de méditation, de spiritualité, qui ont été écrites et transmises à travers les générations. Maintenant, il y a certainement un langage très littéral qui divise les religions et les cultures quand les choses sont prises au pied de la lettre. Mais si vous ressentez l'esprit de la religion, vous pouvez remonter le fil jusqu'à l'éveil authentique. Tout le monde a le potentiel, qu'il soit croyant ou non, parce que l'éveil est inhérent à notre conscience humaine, simplement par notre naissance humaine. Ainsi, quel que soit le nom qu'on lui donne, et quel que soit le langage utilisé, il y a certains principes qui semblent être les mêmes à travers ces différentes religions, spiritualités et traditions de méditation.

17:16 Rupert Spira :

Quand j'étais plus jeune, cette compréhension était principalement disponible dans les traditions spirituelles orientales, elle était disponible dans les traditions occidentales, mais elle était tellement déguisée et codifiée qu'elle était presque inaccessible. De nombreuses personnes de ma génération se sont donc rendues physiquement, ou du moins intellectuellement, à l'Est, pour trouver cette compréhension. La culture orientale, comparée à la culture occidentale, est exotique. Cette compréhension a donc acquis une saveur exotique dans les cultures où elle s'est exprimée. De nombreuses personnes, dont moi-même, ont pensé qu'il y avait quelque chose d'exotique dans la compréhension non dualiste, qu'elle nécessitait un mode de vie extraordinaire, que l'on devait renoncer à la vie de famille, ou se laisser pousser les cheveux, ou obtenir un nom spécial, ou souscrire à une sorte d'enseignant ou de tradition ou s'engager dans des pratiques étranges. Toutes ces choses qui n'avaient rien à voir avec une compréhension de base, mais étaient liées à la culture dans laquelle la compréhension s'exprimait à un moment donné. Aujourd'hui, la compréhension a été complètement débarrassée de l'emballage culturel traditionnel dans lequel beaucoup d'entre nous en ont entendu parler pour la première fois. Et maintenant, la compréhension essentielle est disponible d'une manière qui nous permet de continuer à mener nos vies exactement comme elles sont. La vie familiale, la vie professionnelle... Il ne s'agit pas nécessairement d'apporter des changements extérieurs à notre vie.

19:14 Neale Donald Walsch :

Le défi que nous avons sur cette planète, c'est que nous pensons qu'il y a plus d'une essence. Nous vivons donc dans un monde que j'appellerais duel. Il y a l'homme et la femme, le noir et le blanc, grand et petits, rapides et lents, en haut et en bas, ici et là, avant et après. Mais en fait, il n'y a qu'une seule chose. Toutes les choses sont une seule chose. Et il n'y a

qu'une seule chose. Il s'avère donc que lorsque nous regardons profondément tout, nous voyons qu'ici et là, grands et petits, rapides et lents, en haut et en bas, à gauche et à droite, les hommes et les femmes, sont tous la même chose. Ils expriment simplement des caractéristiques différentes, mais ne sont en aucun cas séparés les uns des autres. Je crois que chacun d'entre nous est individuation de Dieu. Je crois que Dieu existe en chaque être humain, ainsi qu'en chaque sensible dans le cosmos. Je vois donc que je suis en relation avec Dieu, comme une vague l'est avec l'océan. La vague n'est pas différente de l'océan, elle est simplement une émanation de l'océan, sous une forme individuelle. Et lorsque l'individuation est complète, la vague se retire dans l'océan d'où elle est venue pour surgir à nouveau, un autre jour. Je crois donc que nous sommes tous une individuation de la divinité. Et lorsque nous voyons tout comme divin, nous changeons notre relation avec tout, et tout devient différent, dans notre expérience. C'est ainsi que le monde change.

21:12 Qu'est-ce que la conscience ?

21:17 Rupert Spira :

La conscience est la réalité ultime de l'univers. Nous pourrions donc nous demander, si la conscience est la réalité ultime de l'univers et si tout et tout le monde est manifestement cela, alors comment se fait-il que le monde nous apparaisse comme une multiplicité et une diversité de personnes et d'animaux distincts et existant indépendamment, et de choses faites d'un matériau appelé matière ? Comment pouvons-nous concilier cette affirmation selon laquelle la conscience est la réalité ultime de l'univers, alors que celui-ci nous apparaît comme une multiplicité et une diversité d'objets faits de matière ?

21:58 Donald Hoffman :

Les preuves que j'utilise pour suggérer que la conscience est fondamentale, comportent plusieurs aspects. L'un d'eux est que la physique elle-même dit que l'espace-temps n'est pas fondamental. La théorie de l'évolution reconnaît également que l'espace-temps et les objets physiques ne sont pas une réalité fondamentale. Or, ces deux théories nous disent seulement que l'espace-temps n'est pas fondamental, elles ne nous disent pas ce qu'il y a au-delà de l'espace-temps. Mon argument est donc que ce que les physiciens trouvent au-delà de l'espace-temps, ce sont des structures mathématiques, mais ce qu'elles représentent n'est pas vraiment clair. Qu'est-ce que ce domaine au-delà de l'espace-temps ? Je propose donc que ce royaume au-delà de l'espace-temps concerne la conscience.

22:46 Rupert Spira :

Je suggère que la conscience infinie a la capacité de se manifester en de nombreux sujets d'expérience distincts, c'est-à-dire que tous les êtres sensibles, ou les personnes ou les animaux, chacun d'entre nous est une localisation de la conscience infinie, dans la conscience infinie, faite uniquement de conscience infinie, du point de vue de laquelle elle voit sa propre activité, en tant que monde extérieur. Ainsi, ce qui nous apparaît comme un monde fait de matière, selon nos perspectives localisées est, du point de vue de la réalité, simplement l'activité de l'unique conscience infinie. En d'autres termes, dans l'analyse ultime, il n'y a pas de choses ou de personnes distincte ou existant indépendamment, il y a un tout infini et indivisible, l'unité de l'Être ; qui est seulement réfractée dans une multiplicité et une diversité apparentes d'objets et de choses lorsque l'on regarde sa propre activité, à travers les facultés de perception de l'esprit fini.

24:00 Daniel Schmidt :

Si nous sommes éveillés, nous réalisons qu'il n'y a qu'une seule conscience déguisée en tous ces êtres différents sur la planète, une seule conscience qui brille à travers les yeux de tout le monde. Ainsi, nous nous voyons littéralement dans les autres et cette tendance à fonctionner comme un ego, cette tendance à prendre pour soi, disparaît, parce que nous réalisons directement la vérité. La vérité est que nous sommes tous une seule et même conscience.

24:36 Neale Donald Walsch :

L'expérience de mon moi spirituel, n'était possible que dans le domaine physique pour une très bonne raison. Parce que ce n'est que dans le domaine physique que le contraire est disponible. En d'autres termes, prenons un exemple simple. Si je voulais faire l'expérience de moi-même, comme je pourrais le dire métaphoriquement, en tant que lumière, je ne pourrais pas faire l'expérience de la lumière si je me trouvais au milieu de la lumière et qu'il n'y avait rien d'autre autour de moi que la lumière, qui est une définition parfaite du domaine du spirituel, alors j'arriverais à un domaine, que j'appelle le physique relatif, où il y a quelque chose d'autre que la lumière. Parce que si je veux faire l'expérience de moi-même en tant que lumière, je me connais simplement comme telle, mais je ne peux en faire l'expérience que là où il y a l'opposé de la lumière, dans ce cas, l'obscurité. J'ai donc ramené cela au domaine physique, où la lumière et l'obscurité existent simultanément. Et alors, avec cette expression extérieure de moi-même en tant que lumière, je peux être qui je suis vraiment.

25:46 Rupert Spira :

Cette compréhension suggère que, derrière nos différences, nous sommes tous le même être - pas un être similaire, mais nous sommes tous littéralement un seul et même être. Et l'amour est l'expérience ressentie de cette unité ou de cet être partagé.

26:09 Donald Hoffman :

C'est un théorème, de notre théorie, qu'il n'y a en fin de compte qu'une seule conscience. Nous avons donc cette dynamique de nombreux, nombreux agents conscients, mais la théorie nous dit qu'en fin de compte, tous ces agents conscients ne sont que des projections d'une seule et unique conscience. Le paradigme actuel de la science, depuis des siècles, est que l'espace et le temps sont la nature fondamentale de la réalité. Ils sont irréductibles et constituent le fondement de tout. Avant Einstein, l'espace et le temps étaient considérés comme distincts, aujourd'hui, l'espace et le temps, unifiés dans l'espace-temps, sont considérés comme la nature fondamentale de la réalité. La science a donc supposé que l'espace-temps et les objets dans l'espace-temps étaient la réalité fondamentale. Ainsi, par exemple, lorsque nous parlons de la conscience, la conscience elle-même doit être en quelque sorte un produit des objets dans l'espace et le temps. Dans ce cadre physicaliste, l'espace et le temps et les objets physiques, sans aucune conscience, sont la réalité fondamentale. La conscience intervient plus tard dans l'évolution de l'univers, de sorte qu'au moment du Big Bang, il n'y avait pas de conscience, il n'y avait que de l'espace, du temps et de l'énergie, et l'énergie s'est transformée en particules massives, la vie a fini par émerger après je ne sais combien de millions, de centaines de millions ou de milliards d'années, après la conscience est apparue, ou même plus tard. De ce point de vue, lorsque vous mourez, la complexité physique qui a donné naissance à la conscience se dissout, et donc votre conscience se dissout. Ainsi, le cadre physicaliste élimine réellement la conscience en tant qu'élément fondamental, bien qu'il dise que lorsque votre corps meurt, votre conscience disparaît avec lui.

De cet autre point de vue -ce que j'ai fait avec mes collègues, nous avons utilisé la théorie de l'évolution pour souligner que c'est une implication de la théorie de l'évolution que l'espace et le temps ne sont pas fondamentaux. L'interprétation physicaliste de l'évolution est donc erronée. L'idée que l'espace, le temps et les particules ont en quelque sorte évolué à cause des organismes humains n'est pas le bon cadre, car l'espace et le temps ne sont pas fondamentaux. Nous proposons une dynamique au-delà de l'espace-temps, qui est beaucoup plus riche, cette fameuse dynamique de la conscience. Ce que nous ne faisons pas, c'est jeter nos anciennes théories. Lorsque les physiciens disent que l'espace-temps est condamné, cela ne veut pas dire que nous ne prêtons plus attention à Einstein. Absolument pas. Nous prêtons attention à Einstein, toute nouvelle théorie au-delà de l'espace-temps que les physiciens inventent peut être projetée dans l'espace-temps et nous rendre Einstein sous la forme d'une meilleure théorie quantique. Toutes nos anciennes théories sont de merveilleuses, merveilleuses amies, et nous allons les conserver, en tant que cas particuliers d'une théorie plus profonde. Dans notre théorie de la conscience, nous devons faire la même chose. Nous ne pouvons pas proposer n'importe quoi. Nous devons avoir une théorie de la conscience qui projette et nous restitue l'espace-temps, la théorie quantique, la relativité restreinte et générale, et l'évolution par sélection naturelle. Si nous ne pouvons pas faire cela, avec des détails mathématiques précis, alors il n'y a aucune raison pour que les scientifiques prennent notre théorie de la conscience au sérieux.

29:24 Rupert Spira :

C'est comme si la conscience infinie mettait un casque de réalité virtuelle, comme si la conscience infinie mettait un casque de réalité virtuelle fait de pensée et de perception. Et ce faisant, au moment où elle met le casque de réalité virtuelle, elle se localise dans sa propre activité. Et à travers ce casque, elle regarde à travers les facultés de perception de l'esprit fini, voyant, entendant, touchant, goûtant et sentant, et elle fragmente l'unité de son propre être et la fait apparaître comme 10 000 choses. Ce que je dis, c'est qu'il y a beaucoup plus dans l'univers que l'esprit fini. Je ne veux pas dire que l'univers n'apparaît que dans chacun de nos esprits finis. L'univers existe en dehors de notre esprit fini, mais à l'intérieur de la conscience, et ce sont les limites de notre esprit fini qui donnent à l'univers son apparence. Ainsi, lorsque nous regardons l'univers, nous voyons la réalité qui existe avant d'être perçue. Mais nous la voyons à travers la lentille de nos facultés de perception, ce qui lui donne son apparence.

30:46 Donald Hoffman :

L'idée de l'éveil, dans de nombreuses traditions spirituelles, est l'idée que ce que nous avons pris pour la réalité, les objets dans l'espace et le temps, nos corps physiques et ainsi de suite, n'est pas la réalité finale, qu'il y a une réalité beaucoup plus profonde, une réalité de la conscience qui transcende l'espace et le temps et les objets physiques. Et que nous ne sommes pas séparés de cette réalité qui est, dans un certain sens, l'essence de ce que nous sommes. L'éveil est donc le fait de passer de l'illusion que je ne suis qu'un petit corps dans l'espace et le temps, au fait que je suis, en fait, l'auteur de tout ce que je vois dans l'espace et au temps, que je crée à la volée, au fur et à mesure que je regarde et perçois.

31:32 Comment m'éveiller ?**31:37 Rupert Spira :**

On s'éveille en reconnaissant que ce que nous sommes essentiellement est déjà pleinement éveillé, pleinement conscient, complet, entier, épanoui, en paix. C'est comme demander, comment le soleil s'illumine-t-il ? Sa nature est la lumière, il est déjà pleinement illuminé, la nature de notre être essentiel est déjà la paix et le bonheur. Ce n'est pas clair pour nous tous, parce que notre être essentiel est tellement mélangé au contenu de l'expérience, que la paix et le bonheur innés sont déterminés par l'expérience. Et pour cette raison, nous pensons que notre être essentiel a besoin d'être éclairé, alors que notre être essentiel n'a pas plus besoin d'être éclairé que le soleil n'a besoin d'être éclairé au petit matin. Si le soleil brille

toujours du même éclat, notre être essentiel brille toujours de la même paix et de la même joie, mais cette paix et cette joie sont obscurcies par l'agitation et le manque qui caractérisent nos pensées et nos sentiments.

32:48 Daniel Schmidt :

Il n'y a pas de personne qui s'éveille. Le *je* qui s'est éveillé, s'est éveillé à partir de cette structure dense. C'était dans un centre de méditation, c'était un centre Zen, nous faisons Zen Sesshin, qui est une longue période de pratique intensive. Le Zen est extraordinaire pour créer ce contenant, où il n'y a pas d'échappatoire possible. Ainsi, le personnage de Dan qui avait appris la méditation, le personnage de Dan qui avait fait toute cette méditation, ce pratiquant de la méditation, s'est rendu compte qu'il ne pouvait pas s'éveiller. C'est comme si tous les astuces de méditation, toutes les pratiques qui avaient été apprises, ne servaient à rien. Il est arrivé à point où le personnage qui essayait de s'éveiller n'a pas réussi à s'éveiller et devait échouer, le personnage que j'avais vécu, le personnage que j'avais joué toute ma vie, a dû se laisser aller et mourir. Et ce qui restait, ce qui restait de ce personnage, quand il n'y avait pas d'exécutant, quand il n'y avait pas de méditant, en train de méditer ou de faire une chose appelée méditation, ce qui restait, c'était que ma vraie nature, juste moi.

34:21 Loch Kelly :

Lorsque nous nous réveillons de ce petit sens séparé du moi, ce n'est pas que nous tuons l'ego ou que nous le combattons. En fait, nous lui permettons de se retirer de son travail d'identité égoïste et de se détendre pour faire partie de notre équipe, de notre conscience. Cela nous donne un sentiment de liberté, immédiatement, nous ne regardons pas le monde à travers une petite lentille, nous avons le cœur et l'esprit ouverts d'une manière expansive, et pourtant, en même temps, nous sommes plus intimement connectés.

35:06 Rupert Spira :

L'illumination ne consiste pas à devenir éveillé. Personne ne devient éveillé ou illuminé. C'est la reconnaissance de la lumière, la lumière de la connaissance pure, dont la nature est la paix et le bonheur, que nous sommes toujours et déjà.

35:26 Lisa Natoli (Professeur de soin) :

Je m'appelle Lisa Natoli. Je suis connue comme enseignante spirituelle, j'enseigne la guérison, l'éveil et la transformation. L'éveil est la reconnaissance de notre vraie nature. C'est la réalisation de ce que vous êtes vraiment, c'est-à-dire la conscience. La conscience n'est qu'un des nombreux mots que les gens utilisent pour désigner la vie, l'amour, Dieu, la lumière, l'éveil à la reconnaissance du fait que je ne suis pas ce corps, que je suis ce qui ne meurt jamais et ce qui ne naît jamais. Et la façon la plus facile, pour moi... c'était une idée très difficile pour moi, j'ai été sur un chemin spirituel depuis 1992, j'ai commencé avec Un Cours en Miracles. Je l'ai étudié religieusement. Je veux dire que j'étais quelqu'un qui s'était tellement engagé à me connaître, connaître Dieu, s'éveiller... je n'y arrivais pas. Parce que je croyais que l'éveil était quelque chose de mystique, que quelque chose se produirait, et ce que serait comme Jésus ou Bouddha ou tous ces maîtres éclairés. Et cela ne se produisait pas pour moi, je ne comprenais pas pourquoi j'étais si engagée, et j'avais des profonds moments de paix, de bonheur et de joie, tout en continuant à lutter. J'ai commencé à réaliser la simplicité de notre vraie nature, qui est la conscience. Donc, pour ceux qui m'écoutent en ce moment, la conscience qui entend cette voix, c'est ce que nous sommes et elle n'a pas de lieu, elle n'a pas de sexe, elle n'a pas de couleur, elle n'a pas de corps et elle est totalement illimitée. L'éveil est donc le moment où nous nous éveillons à notre véritable nature, où nous nous rendons compte que je suis la conscience de cette expérience en ce moment même, au moment où je suis ici. Et c'est tellement ordinaire que cela nous échappe, ou nous pensons que cela ne peut pas être aussi simple.

37:59 Rupert Spira :

La reconnaissance de notre vraie nature ne conduit pas au bonheur, c'est le bonheur, la nature de l'être est le bonheur lui-même. Car la reconnaissance de notre vraie nature est l'expérience du bonheur.

38:21 Narration :

Qui est conscient en ce moment ? Le mental cherchera quelque chose ou essaiera de le compliquer. Vous êtes déjà ce que le mental cherche. Le mental le manquera toujours. Ne cherchez donc pas de réponse dans le mental. Ne repoussez pas vos pensées et ne vous laissez pas piéger par elles. Laissez simplement tomber l'intérêt ou l'attachement aux pensées, aux idées et aux croyances. Ayez l'intention de faire l'expérience directe de ce que vous êtes. N'essayez pas de nier l'esprit ou d'atteindre un certain état. Toute action, toute manipulation, tout mouvement est davantage contrôlé par le mental. Permettez au mental d'être tel qu'il est.

39:28 Daniel Schmidt :

Parfois les gens peuvent s'éveiller juste dans la vie de tous les jours. Ils n'ont pas nécessairement besoin d'une pratique. Parfois, il se passe des choses dans la vie où il y a une interruption dans nos schémas de perception et il peut y avoir un éveil spontané. Mais si la vie de quelqu'un se déroule simplement dans une sorte de schéma robotique ou répétitif, alors une intervention est nécessaire, si l'on est appelé à s'éveiller et cette interruption dans le schéma de vue est parfois appelée sadhana ou pratique spirituelle. Ces pratiques sont toujours... conditionnées, il y a quelque chose que nous apprenons avec le mental conditionné, elles peuvent donc rendre l'éveil plus probable, en quelque sorte en relâchant les

liens au sein de la structure du moi. On dit parfois que l'éveil se produit par accident, mais la pratique vous rend plus enclin à l'accident. Les techniques, les pratiques peuvent être très utiles pour vous rendre plus enclin à l'accident. Mais à un certain moment, elles doivent être abandonnées, parce que si le mental est continuellement en train de faire une pratique ou quelque chose, c'est lui qui tient les rênes. C'est le mental qui est aux commandes. Les pratiques sont donc utiles, très utiles en tant que tremplins pour rendre la structure du soi, moins dense pour ainsi dire, ou pour alléger la structure du soi, afin qu'elle devienne plus perméable à notre vraie nature.

Le paradoxe de la pratique est que lorsque vous vous éveillez enfin, vous réalisez que toutes les pratiques étaient effectuées par le faux moi, le personnage du jeu de réalité virtuelle, et que vous, le vrai moi, n'y a jamais été lié. Tout ce que vous avez à faire, c'est d'abandonner les préférences de l'ego, d'abandonner la fixation sur les choses, tout ce qui se trouve dans le champ des phénomènes changeants n'est pas le vrai moi. Le vous que vous pensez être, le vous auquel vous avez toujours été identifié, ne s'éveillera jamais. Vous vous réveillez de ce personnage. Vous vous réveillez de l'illusion que vous êtes ce personnage conditionné. Ainsi, lorsque les gens viennent à ces retraites, ils pensent que ce petit moi va s'éveiller et qu'une grande chose va se produire, mais à un certain moment, ils réalisent que ce petit moi n'y arrivera jamais, il doit abandonner, il doit échouer et ce n'est que dans cet échec que nous réalisons qui nous sommes. Nous nous rendons compte que nous avons toujours été conscients, que nous avons toujours été présents. Nous nous sommes juste accrochés à ce personnage, et nous croyons que nous étions cela.

42:36 Le chemin direct

42:43 Rupert Spira :

J'ai commencé ma recherche spirituelle dans la tradition classique de l'Advaita Vedanta, qui était un chemin dévotionnel impliquant la méditation par mantra, que j'ai pratiquée avec beaucoup d'assiduité pendant 20 ans. La méditation par mantra consiste à concentrer son attention sur un son qui s'estompe progressivement. Cependant, c'est vraiment lorsque je suis entré en contact avec la voie directe, que ma recherche spirituelle a vraiment atteint son point culminant. Parce que dans cette approche directe, nous ne donnons pas notre attention à un objet quel qu'il soit, subtil par exemple, que ce soit un mantra, un son, la respiration, nous permettons à notre attention de s'enfoncer vers l'intérieur ou vers l'arrière dans sa source.

43:45 Narration :

Utilisons une analogie. Imaginez que vous regardez votre vie sur un écran de télévision, vous vous identifiez au personnage à l'écran. Jour après jour, année après année, vous êtes impliqué dans l'histoire du personnage, quand soudain, vous vous réveillez de l'histoire pour remarquer l'écran sur lequel le personnage apparaît et vous réalisez que vous n'êtes pas le personnage que vous avez regardé. Les objets peuvent aller et venir sur l'écran, les personnages vont et viennent, mais l'écran reste inchangé. Le personnage peut être mouillé, l'écran ne l'est pas. Le personnage peut être dérangé, mais l'écran ne l'est pas. Sans l'écran, les personnages n'existeraient pas. Pourtant, l'écran passe inaperçu, les personnages poursuivent leur vie scénarisée. La conscience est comme l'écran. C'est comme l'espace dans lequel toutes les pensées, tous les mouvements, tous les états de conscience vont et viennent. Les pensées, les sensations, et l'entièreté du monde extérieur apparaissent sur l'écran, elles changent constamment, mais l'écran ne change pas.

45:08 Daniel Schmidt :

C'est le mental qui change d'état au cours de l'expérience humaine, mais il y a quelque chose que vous êtes, qui demeure, quelque chose qui est conscient de ces changements d'état, et c'est la conscience, ou notre vraie nature.

45:29 Narration :

Tant que l'on s'attache à un personnage sur l'écran, que l'on a le sentiment d'être ce personnage, il y aura de la souffrance, la maya, l'illusion du soi. Rien de ce que vous pouvez faire en tant que personnage de rêve ne vous aidera à vous libérer. Que vous suiviez le scénario du drame de votre vie ou que vous vous rebelliez contre le scénario, si vous agissez du point de vue du personnage, vous êtes pris dans l'illusion. Pour vous éveiller, arrêtez de vous identifier avec ce qui est affiché sur l'écran. Reconnaissez que tout est impermanent, arrêtez de réagir aux pensées et de considérer le programme comme réel. Si je retire mon attention de l'écran, en tournant la conscience vers elle-même, une chose insondable se produit, la conscience elle-même se réveille. Il ne s'agit pas d'un événement. L'événement est ce qui se produit sur l'écran. L'éveil consiste simplement à reconnaître l'écran qui a toujours été là. Ne croyez pas votre prochaine pensée. Au lieu de cela, tournez votre conscience vers la conscience elle-même.

47:00 Rupert Spira :

J'ai toujours été moi-même. Le sentiment que j'ai de moi-même traverse toute ma vie, il reste constamment présent tout au long de ma vie. Qu'est-ce qui est présent en moi maintenant, qui était présent hier, l'année dernière, il y a 10 ans, et quand j'étais un enfant de deux ans ; quel est cet être essentiel, à qui mon expérience arrive ? La reconnaissance de la nature de ce moi est le grand secret de la vie, c'est un chemin direct vers la paix et le bonheur.

47:39 Neale Donald Walsch :

Ce n'est pas quelque chose qu'une personne initie. C'est quelque chose qu'une personne reconnaît. Reconnaître, c'est connaître à nouveau, ce que nous savons depuis le début, mais que nous avons simplement oublié, ou nié, ou n'avons pas réussi à croire. Nous ne pouvons donc pas initier la proximité avec Dieu. Nous pouvons simplement reconnaître, reconnaître qu'il a toujours été là et qu'il sera toujours là.

48:13 Loch Kelly :

C'est seulement cette direction vers l'éveil, cette ouverture à ce qui est déjà là, qui m'a permis de trouver une nouvelle façon d'être, un nouveau stade de développement.

48:27 Lisa Natoli :

Beaucoup de gens pensent que c'est un objectif impossible ou hors de portée de connaître le soi, et mon propre but en tant qu'enseignante, juste grâce à mon propre éveil, a vraiment été de rendre cela très pratique, très terre à terre, j'aime enseigner aux gens et c'est disponible pour tout le monde.

48:52 Rupert Spira :

Si nous croyons et ressentons que nous sommes un moi séparé, temporaire et fini, nous sommes, que nous le sachions ou non, à la recherche de la paix et du bonheur. En d'autres termes, il n'est pas possible d'être un moi séparé, de se sentir comme un moi séparé et de ne pas être à la recherche du bonheur. Ce qu'il faut donc dans ce cas, c'est réorienter sa recherche du bonheur, au lieu de chercher le bonheur dans le contenu objectif de l'expérience, il faut chercher le bonheur en soi-même. La pratique spirituelle requise consiste donc à diriger son attention ou, plus précisément, à relâcher son attention, vers sa source, la conscience pure, plutôt que la diriger vers un objet, une substance, une activité, une relation, etc. La pratique spirituelle, si nous pouvons l'appeler une pratique, serait donc ce relâchement de l'attention, l'affaissement ou l'attention au cœur de la conscience. Se reposer dans l'être en tant qu'être.

50:08 Neale Donald Walsch :

L'amour. L'amour pur est mon vrai moi, ma vraie nature, l'amour pur pour tous et pour tout, pour chaque aspect de la vie, c même les choses avec lesquelles je ne suis pas d'accord.

50:24 Rupert Spira :

Pour celui qui a reconnu la nature de son être, il sait que son être est la source de la paix et du bonheur auxquels il aspire. Le monde ne devient donc plus l'endroit où il cherche le bonheur, l'accomplissement. Cela ne signifie pas que cette personne n'a plus de désirs, mais les désirs ne sont pas là pour combler le sentiment de manque, qui est caractéristique du moi séparé. Une telle personne a trouvé la source du bonheur en elle-même et ses désirs découlent de ce sentiment de bonheur, ils ne vont pas vers lui. Par exemple, dans le domaine des relations, cela fait une grande différence dans nos relations, nous ne cherchons plus un autre pour satisfaire nos besoins. Nous cherchons un autre pour partager l'expérience du bonheur que nous avons déjà, et cela soulage nos amis du fardeau impossible de fournir du bonheur à un moi vorace et insatisfait.

51:39 Neale Donald Walsch :

Il ne se passe rien dans ma vie qui ne m'a pas apporté de bénéfice, ou ne m'apportera pas de bénéfice, dans le sens où chaque moment, chaque activité, chaque résultat, me fait avancer dans le processus d'évolution de mon âme, et c'est pour cela que je suis venu ici dans le monde physique, pour évoluer.

52:11 Narration :

Restez ouvert. Sentez votre vitalité intérieure, laissez l'énergie circuler librement. N'essayez pas de faire en sorte que quelque chose se produise. Qui est conscient de cette énergie, de cette vivacité intérieure ? Remarquez la tendance du mental à contrôler et à manipuler, à s'impliquer sans utiliser votre mémoire ou votre langage. Qui êtes-vous ? Au-delà du mental et des sens ? Qui êtes-vous ? Qui est conscient ?

53:09 *Changer le monde*

53:18 Lisa Natoli :

Beaucoup de gens qui entendent ces idées pour la première fois n'ont jamais entendu parler de l'idée de soi. Dans mon esprit, il y a deux camps différents : ceux qui sont sur un chemin spirituel et qui ont entendu cette idée, ils essaient d'atteindre le soi, ils essaient d'être le soi qu'ils recherchent, qu'ils cherchent. Et puis il y a d'autres personnes qui ont simplement vécu leur vie, ils n'ont jamais entendu parler de ces idées auparavant, ils n'ont jamais entendu parler de "Connais-toi toi-même" et beaucoup de gens pensent que "Connais-toi toi-même" signifie connais ton corps, connais-toi, sois toi-même, sois authentique. Ce que cela signifie vraiment, se connaître soi-même, c'est savoir ce que l'on est, savoir ce que l'on est en vérité, connaître sa vraie nature.

54:03 Rupert Spira :

Les mots "Connais-toi toi-même" ont été gravés à l'entrée du temple d'Apollon à Delphes et, en tant que tels, constituent une invitation à l'humanité à l'aube de la civilisation occidentale, suggérant que la connaissance de soi est vraiment le fondement de toute civilisation. Pourquoi ? Parce que notre moi est au centre de toute notre expérience, quoi que nous vivions, c'est nous qui le vivons, quoi que nous pensions et ressentions, nos pensées et nos sentiments naissent au nom de nous-mêmes. Quelles que soient les activités et les relations dans lesquelles nous nous engageons, nous le faisons au service de notre moi. Notre moi se trouve donc au centre de notre expérience. Qu'y a-t-il de plus important que de connaître la nature de notre propre personne ? Et comment serait-il possible de connaître la nature de quoi que ce soit d'autre si nous ne connaissons pas d'abord la nature de ce qui le connaît ?

55:17 Neale Donald Walsch :

Je pense que l'éveil consiste à mettre fin au cauchemar et à entrer dans le rêve. Je veux dire par là que nous désertons ou abandonnons finalement le cauchemar de ce qu'on nous a dit sur la vie, sur Dieu et sur nous-mêmes, et nous entrons dans le rêve d'une conception plus grande. Je pose souvent la question suivante : "À quoi ressemblerait votre vie si vous vous retrouviez à entrer dans la pensée la plus haute, la plus grande, la plus merveilleuse que vous ayez jamais eue à propos de Dieu, de la vie et de vous-même ? "

55:57 Rupert Spira :

Cette reconnaissance de notre vraie nature n'est pas seulement celle qui met fin à notre désir de bonheur dans le monde, c'est aussi celle qui nous permet de vivre d'une manière cohérente avec la compréhension qu'au niveau le plus profond, tout et chacun, est un. Cette compréhension apporterait la bonté, la compassion, la justice, la tolérance, la compréhension dans notre société, notre société serait révolutionnée par cette compréhension.

56:39 Narration :

Lorsque l'humanité abandonne les approches basées sur l'ego, la science, la religion, la politique et l'économie commencent à refléter la sagesse pérenne, qu'il s'agisse des traditions autochtones qui réalisent le grand esprit en toutes choses, ou des traditions égyptiennes kémitiques, qui décrivent le voyage de l'évolution humaine depuis le modeste Scarabée, jusqu'à une source unique ; ou lorsque nous entendons les paroles des mystiques des traditions chrétienne, hindoue, musulmane ou bouddhiste, ou les enseignements de Platon et de Plotin, nous constatons que ceux qui ont réalisé leur véritable nature parlent de groupements d'agents conscients, en utilisant bien sûr le langage de leur culture et de leur époque pour exprimer l'unique vérité pérenne. La science commence maintenant à voir non pas un monde de particules et de champs inconscients, mais un univers composé d'agents conscients. Quelque chose de nouveau est en train d'émerger dans le monde de la science. Comme l'a dit Nikola Tesla, le jour où la science commencera à étudier les phénomènes non physiques, elle fera plus de progrès en une décennie qu'au cours de tous les siècles précédents de son existence. Ce jour-là, c'est aujourd'hui.

58:15 Donald Hoffman :

Chaque fois que nous avons eu une avancée mathématiquement précise en science, cela a ouvert la voie à de nouvelles technologies qui ressemblent à de la magie, comparées à ce que nous avons auparavant. Mon sentiment est donc que cette théorie des agents conscients au-delà de l'espace-temps, nous donnera des technologies qui seront vraiment époustouflantes. Par exemple, à l'heure actuelle, la plupart des galaxies que nous voyons, je pense que 97% des galaxies que nous voyons, nous ne pourrions jamais y aller. Elles s'éloignent de nous plus vite que la vitesse de la lumière. Elles ne se déplacent pas dans l'espace à la vitesse de la lumière, l'espace lui-même se dilate si rapidement que leur vitesse d'éloignement est supérieure à la vitesse de la lumière. Nous ne pourrions donc jamais voyager dans l'espace pour atteindre 97 % des galaxies que nous pouvons voir. Il y a donc tout cet espace qui nous fait signe et nous dit : "Bonjour, nous sommes là, mais vous ne pourrez jamais venir nous voir". C'est ce qui se passe si vous traversez l'espace-temps. Et si vous réalisiez que l'espace-temps n'est que votre casque, que le format d'un jeu, et que vous n'êtes pas coincé dans le casque, vous pouvez jouer avec le logiciel qui fait fonctionner le jeu ? C'est comme quelqu'un qui est dans Grand Theft Auto, vous êtes un magicien de Grand Theft Auto. Vous savez comment utiliser la voiture et conduire la route, et vous pouvez battre tout le monde dans le jeu, mais supposons que vous connaissiez le logiciel qui fait tourner Grand Theft Auto, que vous sortiez de ce casque Grand Theft Auto et que vous puissiez jouer avec le logiciel. Eh bien, vous pouvez enlever l'essence du réservoir des autres magiciens, vous pouvez leur crever un pneu, vous pouvez changer la géométrie des routes, vous pouvez faire tout ce que vous voulez. Donc, une fois que nous aurons compris notre casque spatio-temporel, au lieu de nous rendre dans la galaxie d'Andromède à travers l'espace-temps, ce qui nous prendrait 2,4 millions d'années, nous pouvons simplement faire le tour de l'espace-temps...

1:00:11 Neale Donald Walsch :

Je vois le monde qui m'entoure comme l'entrée dans une expérience plus grande de ce que signifie être humain, et de ce que signifie être un aspect de la divinité. Mais je ne pense pas que nous disposions d'un temps infini, j'ai le sentiment que le temps est compté, que c'est maintenant ou jamais. Je pense que nous sommes sur la bonne voie, je suis optimiste, grâce aux possibilités que nous avons aujourd'hui dans le monde de communiquer des idées puissantes et importantes, des moyens que nous n'avions pas il y a encore quelques années, il est possible que nous atteignions cette masse critique,

que nous l'atteignons avant que notre temps ne soit écoulé. Mais nous nous trompons si nous pensons que nous disposons d'un temps infini sur cette planète.

1:01:09 Daniel Schmidt :

Lorsque chaque individu se désidentifie de son personnage conditionné, alors il n'agit plus en tant qu'entité égoïque et cela apporte une transformation sur la planète, cela amène une nouvelle terre.

1:01:26 Neale Donald Walsch :

La vie telle que nous la connaissons aujourd'hui sur cette planète, je pense que nous devons faire des changements et les faire rapidement, de façon spectaculaire et radicale, si nous voulons voir ce lendemain que nous attendons tous.

1:01:38 Rupert Spira :

Cette compréhension pourrait-elle se généraliser de notre vivant ? Pourquoi pas ? Oui.

1:01:46 Neale Donald Walsch :

Le défi auquel nous sommes confrontés aujourd'hui est que rien ne fonctionne. Le moment est venu pour nous de nous lever et de dire que c'est vrai. Nous pouvons certainement faire mieux que cela. Nous pouvons certainement élargir notre compréhension de qui nous sommes et l'expression de notre véritable nature. Nous devons prêter attention à notre environnement, à notre politique, à notre économie et à notre processus spirituel sur cette planète. Car le problème du monde d'aujourd'hui n'est pas un problème politique. Ce n'est pas un problème économique. Ce n'est pas un problème social. **C'est un problème spirituel.** Il s'agit de savoir dans quelle mesure nous sommes déterminés à accéder à la vérité spirituelle la plus élevée. Il ne s'agit pas d'une philosophie New Age. Ces idées existent depuis des milliers d'années.

1:02:54 Narration :

La sagesse perenne, a été exprimée à travers d'innombrables traditions et cultures, tout comme la conscience elle-même, elle a toujours été cachée à la vue de tous. Dans le christianisme, l'évangile gnostique de Thomas contient des indications directes sur notre véritable nature. Les disciples ont demandé à Jésus : "Quand le royaume viendra-t-il ?" Jésus répondit qu'il ne viendrait pas en l'attendant, il ne s'agira pas de dire "le voici" ou "le voilà". Le royaume du Père est plutôt répandu sur la terre, et les gens ne le voient pas. Le royaume n'est pas ici ou là, leur conscience n'est pas ici ou là. Il n'est pas fixé dans le temps et l'espace. Si vous attendez que quelque chose se produise, un événement extérieur, un état, une ascension, une guérison ou une énergie, votre esprit conditionné est toujours à la recherche, il est toujours en train de chercher un intermédiaire avec votre expérience du moment présent. Dans le bouddhisme, on dit que le samsara, le monde de la souffrance, et le nirvana, le monde de la libération, ne sont pas deux mondes distincts. Ils ne font qu'un. Nous ne manipulons ni ne changeons les choses pour parvenir à une réalité mystique. Lorsque nous nous éveillons, la perfection du monde se révèle directement telle qu'elle est.

Est-il possible d'être simplement ici et maintenant, dans le moment présent, sans la médiation de cet esprit en quête ? Est-il possible d'être en paix avec ce moment, tel qu'il est ? D'être, simplement.