

Le Mental et ses Composants

L'intégration de la personnalité, l'état éveillé, l'observateur, la méditation .

(Texte repris à partir d'une cassette audio)

Monique : Je propose de réfléchir sur une question qui nous est posée par une de nos amies à propos du mental . Je dirais en passant que si notre gentille amie lisait et méditait quelque peu les livres d' Alice Bailey , particulièrement de l'Intellect à l'Intuition ou l'Ame et son Mécanisme et Lettres sur la Méditation Occulte du Tibétain , elle ne poserait pas cette question parce que le sujet du mental est constamment traité dans les livres d' Alice Bailey , dans les nôtres aussi , dans Approche Mentale de la Hiérarchie ,dans la Voie du Feu .

Donc, celui qui cherche vraiment , qui veut comprendre, lit et étudie les livres des sages mais je comprends quand même que ce sujet du plan mental , de l'égo, de l'ange solaire, de tous les aspects du mental c'est un sujet c'est vrai complexe . Et alors cette gentille amie nous demande si on peut l'aider à y voir plus clair , elle se sent un peu perdue au milieu de tout ça .

Elle se sent plusieurs en elle même , comme elle dit : "je me sens double " .

Elle voudrait bien unifier ces différents aspects du mental et mieux le comprendre . Alors voilà je pose le problème , le sujet , si tu veux commencer à le traiter à ta façon .

Gilbert : Elle dit : "je me sens double ou je me sens plusieurs " , qu'est-ce que ça veut dire ?

Monique : Elle se sent un peu perdue sur cette question du mental .

Gilbert : Le mental c'est un de nos corps . On a trois corps principaux en tant que personne : le mental, l'émotionnel et le physique . Qui utilise ces corps ? La personne que nous sommes . On va commencer par ne pas confondre la personne que nous sommes et les corps qu'elle utilise . C'est un aspect particulier de l'intelligence qui a l'aptitude de discriminer .

Cette discrimination elle est naturelle, aisée, spontanée, dans l'état éveillé . Cette discrimination ne nécessite donc aucun effort particulier , ce qui est le propre de l'état de la présence et de l'éveil .

La personne se connaît comme étant l'utilisateur de l'un de ses corps . Si elle pense elle sait qu'elle utilise le corps mental .Si elle s'émeut elle utilise le corps émotionnel et si elle bouge elle utilise le corps physique .

Bien sûr la personnalité intégrée , complète, éveillée, entière, utilise les trois corps simultanément .

On ne peut pas bouger, sans avoir préalablement décidé de bouger , c'est un acte mental et quand on bouge et qu'on décide de bouger on en ressent la pression , douloureuse, neutre ou non douloureuse, c'est l'intervention du corps émotionnel .

Lorsque quelqu'un dit : "je me sens double ou plusieurs , je n'arrive pas à me saisir , je suis comme perdue " , ça voudrait dire tout simplement que cette personne là n'est pas encore axée, centrée dans le fait de sa personne , c'est à dire dans le fait de la Conscience qu'elle est l'utilisatrice de ses corps .

Le fait de la personne c'est une conscience de pouvoir utiliser les corps . Or cette conscience là , on ne peut pas dire que c'est un état de conscience . Le fait de la personnalité ce n'est pas à proprement parler un état de conscience , c'est assez mystérieux et c'est le fait d'être l'utilisateur des corps, donc des états de conscience .

Cette notion de maîtrise ou d'utilisateur n'est possible que lorsque la personnalité a su discriminer entre elle même et ses corps d'utilisation . J'ai dit tout à l'heure que cette discrimination était naturelle et spontanée mais à une condition c'est que la personnalité en question ait atteint cet état de maturité qui est appelé : "l'intégration de la personnalité "

Donc, ce qu'on appelle l'intégration de la personnalité ou l'unification de la personnalité, c'est essentiellement la discrimination de ce mystère de la personne d'avec ses corps d'utilisation, d'avec son corps mental, d'avec son corps des émotions et d'avec son corps physique.

On ne peut avoir l'impression d'être deux, trois ou quatre corps, lorsque l'on est une personne intégrée. Le fait de l'intégration de la personnalité c'est quelque chose de très naturel et c'est le fait de l'état éveillé.

Je suis éveillé en tant que personne dans la mesure où je suis conscient d'utiliser délibérément mes moyens d'action. Mes moyens d'action, ma capacité mentale, ma capacité sensitive d'émotions ou ma capacité de mouvoir ma structure éthérique physique.

Lorsque l'être humain arrive à cette notion d'être une personne au dessus de ses moyens et donc maître de ses moyens et utilisateurs de ses moyens, la question se posera toujours où cette personne ainsi réalisée, ainsi intégrée va-t-elle chercher les motifs de ses actions ?

Prendre conscience un jour, par le fait de l'éveil, qu'on est une personne maître des ses moyens ne va pas suffire. C'est comme un premier stade, il va falloir atteindre un deuxième stade.

Je suis moi, une personne maître de mes moyens, c'est un fait, mais qu'est-ce que je vais en faire ? Et où est-ce que je vais chercher l'incitation à mes actions ? Les mobiles de mes actions ?

C'est une autre question qui vient se poser mais elle se pose après que la personnalité se soit unifiée dans ce qu'on appelle une personnalité intégrée.

Monique : Oui, tu parles en quelque sorte de l'observateur.

Celui qui est intégré, qui est entier, est en effet un observateur de ce qui se passe dans la matière de ses corps, de ses moyens de vie, comme tu l'as dit.

Et aussi l'observateur du mouvement des formes de l'existence, quelle que soient : les circonstances de sa propre vie, les gens qui passent dans son champ de vision, dans son champ d'expérience et lui. C'est quelqu'un qui demeure toujours au centre, qui vit la vie.

Cela ne veut pas dire qu'il est séparé de la vie et des choses, qu'il n'expérimente pas complètement, parce que quand on parle de l'observateur au centre on a l'impression de quelqu'un qui se coupe quelquefois de la vie et on pourrait comprendre mal cette question de l'observateur dont le Tibétain parle souvent.

Cultiver l'attitude de l'observateur détaché, c'est même quelquefois embêtant parce que si on se détache des choses, on comprend mal, on ne vit plus, on a peur de vivre les choses, on a peur d'expérimenter, on a peur d'aller dans la vie, on a peur d'aller dans les relations.

On arriverait même à l'opposé de ce qui a été voulu par l'instructeur, par le Tibétain, et pourtant c'est en cultivant l'attitude de l'observateur que l'on devient libre, que l'on devient serein mais qu'on vit et qu'on partage pourtant les choses de la vie.

C'est assez curieux cette histoire là, celui qui est un observateur, celui qui réalise pleinement l'intégration de la vie, il n'en rejette rien. Il ne se détache même de rien. Ce n'est pas le détachement qui fait rupture.

En fait je dirai que c'est vivre sans s'attacher au mouvement des choses de la vie mais le vivre pleinement. Donc ce n'est pas renier sa sensibilité, ce n'est pas renier sa participation aux choses, mais - pour suivre sur la lancée de la distinction des parties de son être, des composants de son être, tout en restant unifié -, en fait c'est cela qu'il faut réaliser. Ca ne peut se faire bien sûr qu'en étudiant tout d'abord ce qui est dit et redit et répété maintes et maintes fois par les livres ou les cassettes de ceux qui ont déjà un petit peu compris la chose et qui la vivent et aussi en méditant, en observant sa propre vie.

Par exemple, puisqu'il est question des multiples aspects du mental, on parle constamment de l'intellect, de l'âme ou de l'égo - l'âme, l'égo, l'ange solaire -, on parle du mental abstrait mais si on en parle c'est parce que c'est réel, c'est parce que ça existe et il ne suffit pas bien sûr d'en parler. Quand l'étudiant en parle, il parle de son intellect, il parle de son âme, il parle du mental abstrait.

Mon mental , qu'est-ce que mon mental ? Eh bien , moi je pense qu'on pourrait le prendre aussi d'une manière déjà intégrée en commençant par s'affirmer soi-même , ça revient à ce que tu disais , se reconnaître comme la personne . Je dirais même , se reconnaître intégralement , totalement , comme le fils de Dieu, comme l'âme , comme la flamme incarnée, comme l'Esprit .

Je reconnais tout simplement que je suis une réalité . Je suis l'Esprit .Je vais donc à l'origine de l'origine en moi . Je reconnais que je suis la vie , la flamme de vie et quand je vois ce que je suis , que je me connais pour ce que je suis en réalité , je m'affirme pour ce que je suis .

C'est cette affirmation de moi-même qui me rend tout de suite , immédiatement , pleinement et totalement unitive. Je ne dis pas parfaite immédiatement dans toute mon expression . Je me reconnais simplement pour être ce que je suis . Je suis le vivant , je me reconnais . Cela me donne tout de suite un pouvoir de présence , d'intégration et à partir de cette reconnaissance du vivant que je suis , l'Esprit que je suis , je peux justement observer les différents composants du mécanisme de mon être incarné .

Alors je reconnais ce vivant que je suis , je reconnais que justement je suis consciente d'être ce vivant . Eh bien c'est cela la conscience , c'est cela l'âme . L'âme c'est la conscience .

Alors quand on étudie cela dans les livres ,qu' on étudie comme une description qui serait séparée de nous , c'est l'intellect qui étudie mais il ne faut pas que ce soit simplement l'intellect qui lise quelque chose dans le livre ou qui écoute quelque chose dans une cassette . Non , il faut le vivre, il faut reconnaître que nous le vivons et que nous le sommes , cela dont on parle . Je suis consciente pleinement donc je suis l'âme .

Puisque l'âme c'est la conscience - on donne ce nom à la conscience , au fait d'être conscient - , conscient de quoi ? Conscient de moi , conscient de ma vie et conscient de ce qui m'entoure .ça c'est l'âme . C'est ce qu'on appelle donc le fils du mental .

Le fils du mental c'est quoi ? C'est le fils de la conscience , c'est le fils de Dieu , c'est celui qui vient en incarnation et qui est individualisé par le fait même de l'incarnation dans un être humain , un corps humain mais c'est le vivant , il est aussi l' Esprit , il est l'Esprit venu du Père .

Il a donc en lui toute la vie , toute la force de la présence du Père mais différenciée dans une personne humaine , dans un individu humain et alors dans sa conscience qui est le mental – je suis le fils du mental , je suis le mental -, je m'aperçois de la vie qu'il y a dans cet aspect de moi qui est conscient du Père et qui porte en moi ce pouvoir d'inclure ma totalité et la totalité de la vie , de ce que je vois .

Je Vois l' UNITE . Je perçois les êtres , je perçois la globalité des sphères de vie, des planètes , du système solaire . Je vois l'immensité, je perçois l'infinité .Ce pouvoir de voir grand , de voir large , de voir vaste c'est ce qu'on appelle le mental abstrait c'est-à-dire cet aspect de moi même , de ma conscience qui est reliée au Père , au Grand Tout, à Dieu . C'est la vastitude de Dieu , c'est le Tout . Alors mes vastes pensées , mes pensées de bien pour le monde entier, tout cela vient du Père . Tout cela vient du vouloir du Père, du dessein du Père . C'est le facteur, le pouvoir , l'apanage du mental abstrait . On veut regarder et distinguer et moi le conscient , au centre, je suis ce qu'on appelle l'égo le fils du mental. Je suis cette partie incarnée dans un individu particulier , dans une personne . Cette partie de l'ange solaire , de l'âme, de la flamme de vie qui pour le moment est moi ici , maintenant, présent .

Pour dire tout ce que je viens de dire , pour comprendre tout ce que je viens de dire à partir de ma peau humaine , à partir de ma cervelle , il y a un aspect de moi même qui discrimine , qui est capable de mettre en forme , d'utiliser des mots, d'utiliser le cerveau pour écrire ou pour parler , qui fait fonctionner le différent appareillage de ma personne humaine et ça c'est l'intellect .

On s'aperçoit bien que si je peux penser , écrire, travailler, et vivre d'une manière quelque peu ordonnée , c'est parce que j'ai cultivé mon intellect , mon appareil dans ce sens . Et je m'aperçois que l'intellect , donc , est celui qui est au service de la conscience de l'être que je suis , de la flamme de vie que je suis , donc de ce pouvoir que j'ai de me connaître , de comprendre : que ce soit moi-même , les autres, tout ce qui existe de l'être unitif que je suis .

L'intellect est seulement un moyen , un mécanisme , au service de la vie et quand on se trompe , quand on se fait des nœuds , quand on se coince quelque part c'est qu'on donne à l'intellect la première place , c'est pas lui qui est au service de la réalité de l'être , de la conscience de l'être, de la

vie de l'être , de l'amour de l'être , de la lumière de l'être mais c'est le mécanisme qui emporte l'être , qui est plus fort que l'être . C'est le mécanisme qui ronronne tout seul, qui joue tout seul , qui travaille tout seul .

Alors l'intellect est si gros chez certaines personnes qu'il oblitère la vie de l'être . On se coince , on coince la conscience dans une seule partie de soi , dans l'intellect ou pour d'autres ça va être coincé dans les sentiments , les émotions . Ce sont les sentiments , les émotions , les réactions émotionnelles qui vont l'emporter sur la conscience .

A ce moment là , la conscience de l'être n'est pas centrée en elle même , dans sa propre réalité , cela veut dire : je ne suis pas l'observateur mais je suis emporté par les phénomènes de la vie , que ce soit par le jeu de l'intellect qui réagit aux émotions , que ce soit par les émotions elles –mêmes . C'est pourquoi on a dit : cultivez l'attitude de l'observateur .

Cela veut dire rester conscient , toujours de ce que vous êtes et c'est pourquoi on s'entraîne à cela par la méditation .

Parce que la méditation fait que - si on la fait bien -, on commence tous les jours par s'affirmer soi-même , pour se reconnaître soi-même pour ce que l'on est , un fils de Dieu vivant , un être vivant incarné , avec les pouvoirs de la lumière , de l'amour , de la Force du Royaume de Dieu . On s'affirme comme étant cela et à partir de là on peut penser à ce qu'on veut , on dirige sa pensée , on dirige sa vie .

Gilbert : La difficulté, parce qu'il y a une difficulté , sinon nous serions déjà tous parfaits . La difficulté , à quelque niveau qu'on se trouve d'évolution , c'est de discriminer sur le vif ou au moment où les choses se font en nous , de discriminer entre l'instrument et l'utilisateur de l'instrument .

Qu'est-ce que cette discrimination ? Ce n'est pas encore un jeu du mental , un jeu de l'intellect . C'est un sentir . La discrimination dont je parle est un sentir .

Je sens que je suis moi distinct de mon instrument d'expression . C'est donc un sentir . Mais ce sentir n'a de signification que par sa répercussion dans la conscience , c'est à-dire dans le mental . Il existe dans le mental un sentir conscient de discrimination .

De sorte que la discrimination elle-même semblerait être un aspect du mental ou un état de conscience apporté par le mental . C'est un fait que la discrimination est apportée par le mental .

Le mental reflète ce principe de discrimination .

Et pour que le mental reflète ce principe de discrimination c'est-à-dire la découverte de ' Je Suis Moi ' différent de " je suis mes instruments en action " Ce reflet de la réalité n'est possible que lorsque le mental est calme .

Il faut que le mental reflète l'être véritable. Il ne peut refléter notre être véritable que dans le calme .Ce calme qui reflète notre être véritable n'est donc pas une fonction du mental , n'est donc pas une vie propre au mental . La source de la Vérité , notre Etre Véritable n'est pas issu du mental , n'est pas une fonction du mental . Le mental n'est qu'un instrument réflecteur de notre Etre Véritable .

Il y a donc une différence pour ceux qui pensent bien , qui regardent avec l' Esprit ces choses , entre les fonctions dont nous sommes conscients , propres au mental et une fonction particulière dont nous sommes conscients mais qui n'est pas propre au mental et qui utilise le mental en tant que réflecteur . C'est ça la discrimination . C'est pourquoi c'est une expérience sensible et réelle , tactile j'allais presque dire .Nous sommes conscients d'une fonction du mental et en même temps de l'aptitude du mental à refléter Celui Qui Est .

Voilà une dualité , quand je pense : je suis conscient d'être moi manipulant le mental mais si je peux manipuler le mental c'est qu'il est souple et calme et en même temps que je manipule le mental Je Suis Conscient de Moi comme étant celui qui manipule le mental .

A ce moment là le mental n'a plus de fonction propre à lui , il est soumis, discipliné, il est utilisé par le maître du mental , à ce moment là je vais m'appeler le Maître du mental .

Voilà la discrimination , elle est toute naturelle et elle n'est possible qu'à partir du moment où le mental est suffisamment , aplani, calmé, dominé , maîtrisé .

Et les méditations sont des exercices faits , engagés , par le maître du mental sur son mental . C'est un peu comme si un potier s'exerçait sur sa pâte à modeler .Il prend conscience de lui-même en tant que potier dans la mesure exacte où il est le maître de sa pâte à modeler , où il fait ce qu'il veut de sa pâte à modeler .

Ainsi , avec le mental nous procédons , nous prenons conscience de nous-même en tant que personne et maître du mental , fils de Dieu , dans la mesure où nous nous exerçons à dominer , maîtriser , modeler , poteler, le mental , voilà la méditation .

Elle a plusieurs stades la méditation mais dès le début d'une bonne et vraie méditation réussie c'est le modeler qui entre en action , qui prend conscience de lui-même , par son aptitude à modeler . C'est ça que je voulais dire . Donc ce n'est pas difficile , il faut se lancer dans la méditation , il faut prendre du temps et voir comment on peut dominer ce mental, utiliser ce mental , le maîtriser .

Au fur et à mesure on fait très attention à ce qu'on fait et on s'aperçoit qu'on est le maître du mental mais que le mental va nous servir cette fois-ci à refléter le maître du mental que nous sommes .

Le mental va avoir un double jeu, non pas qu'on ait deux mental , on a un seul mental mais il a double jeu , il se laisse modeler et il reflète le modeler , c'est ce que je voulais dire .

Monique : Oui et pour en arriver là , justement , c'est ce qui explique et qui justifie tout le travail de la méditation que le Tibétain appelle le travail de la méditation occulte dirigée .

Dirigée par qui ? Pas par quelqu'un d'autre bien sûr , dirigée par moi le penseur et occulte pourquoi ? Parce qu'elle fait appel justement à la connaissance , à la conscience , à la réalisation des différents moyens d'expression de l'âme du penseur , de l'être que je suis ; le moyen - ce mental -, étant quelque chose qui est apparemment occulte par rapport à la vie concrète .

Donc ce n'est pas plus occulte que quoi que ce soit d'autre de la vie . C'est simplement que ce n'est pas apparent sur le plan concret . Le corps mental , je ne le touche pas comme je toucherais la table mais pourtant je suis pleinement consciente et je sens la force de la pensée .Elle est presque tangible pourtant la pensée .

Alors tout le processus de méditation et toute la nécessité de s'entraîner à la méditation dirigée par soi-même le penseur , c'est quelque chose d'extrêmement important si on veut devenir maître du mental Si je veux pleinement réaliser le pouvoir et l'intégrité de mon être et de ma réalité de fils de Dieu je dois m'entraîner et c'est tout cela qui est justifié par nos techniques , nos méthodes de méditations qui sont l'entraînement .

Je pense que tout être humain qui arrive un jour à être un être pleinement réalisé , un être capable d'agir dans le monde , de prendre sa place , de remplir son rôle , c'est quelqu'un qui sait maîtriser complètement tous les aspects de son être , qui les a intégrés , qui sait s'en servir , qui sait agir et automatiquement cela passe nécessairement par la maîtrise du mental, de la pensée, puisque c'est dans la pensée que tout commence .

Alors on ne peut pas arriver à une réussite dans sa vie sans travailler à la maîtrise de la pensée et tous les jours, tous les jours , il faut faire le travail. Tous les matins , puisque c'est le matin qu'on est en pleine forme , en principe si on est assez bien portant on se réveille en pleine forme , le cerveau est frais et c'est là qu'il faut travailler à diriger son instrument , à intégrer pleinement son instrument . C'est donc une action délibérée , volontaire , que l'on s'impose . La méditation , c'est une discipline que l'on s'impose .

La méditation , c'est entraîner son appareil mental à penser d'une manière juste , à penser les pensées de l'âme .

Ca me fait penser à une réflexion que l'on donne , que l'on propose, que le Maître Tibétain propose quand il dit au disciple de penser en ces termes :

“ Puisse la lumière de l'âme diriger ma vie , puisse la lumière de l'âme formuler les pensées de l'âme Que les pensées de mon âme aident mes frères de groupe “. Ce sont les pensées de l'âme .

Les pensées de l'âme – si c'est l'âme en nous qui doit formuler les pensées - , il est bien certain qu'il faut commencer par être conscient de l' âme et c'est pourquoi la méditation elle commence par l'affirmation de l'être que je suis en tant qu'âme .

Ce n'est pas la ménagère en moi qui va formuler des pensées qui vont m'entraîner à la méditation . Je vais tant qu'à faire choisir des pensées élevées , des pensées altruistes , des pensées de construction , des pensées de bien , je prends cela , le plus haut en moi, le plus haut possible .

Alors je m'aperçois que c'est l'âme en moi , que c'est l'aspect lumière en moi, que c'est l'aspect sagesse en moi , que c'est la vie en moi , qui va formuler des pensées et je vais diriger moi-même mes pensées à partir de ce centre de lumière que je sais que je suis .

Je vais donc diriger mes pensées , c'est ça la méditation .

Donc , délibérément, volontairement , jour après jour , je me discipline . Je choisis un moment , particulièrement le matin afin que toute ma journée puisse être lancée à partir de cette lumière que j'aurai travaillée le matin et je vais travailler , comme tu disais , je vais être le potier qui va modeler sa substance mentale pour en faire quelque chose de créateur pour toute la journée et puis pour toute la vie .Je vais donc choisir mes pensées , je vais choisir une pensée semence que je vais travailler . Cela va entraîner le mental à la maîtrise . C'est à cela que sert la méditation volontaire dirigée tous les jours

Alors certains disent : “ je ne veux pas méditer sur ce que vous dites , je ne veux pas méditer sur la méthode que vous proposez , sinon c'est vous qui me dirigez ! “

Cela veut dire qu'ils n'ont pas compris ...

Non , à quoi sert le groupe ? A quoi servent les instructeurs ? A quoi sert un groupe de méditation instructeur qui travaille à partir de l'enseignement d'un sage ?

Ce n'est pas pour faire coercition sur d'autres , c'est pour proposer une méthode qui a servi et qui a démontré qu'elle pouvait aider les gens à faire le travail . Les gens sont libres . On est libre d'accepter la méthode d'un instructeur ou de la rejeter mais les pensées proposées sont des pensées de bien pour le monde entier . Si l'on vient regarder tous ceux qui arrivent à faire quelque chose de bien pour le monde ils ont des pensées partagées par beaucoup, par une majorité .

Ceux qui ont peur et qui croient qu'ils vont être dirigés , qu'on va faire main basse , si on peut dire sur eux-mêmes , sur leur conscience , ça ne va pas . Il y a quelque chose qui ne va pas quelque part . C'est parce qu'ils n'ont pas compris qu'ils ne sont pas des êtres séparés , des êtres sur qui on va attenter à leur liberté . Non , ils ont oublié qu'ils font partie d'une famille humaine qui avance vers une évolution globale , qui doit d'une manière globale instaurer quelque chose sur la Planète Terre et on ne peut vraiment devenir soi-même quelqu'un d'entier que si l'on tient compte constamment de son appartenance à la famille humaine toute entière . Sinon on se sépare soi-même et quand on est quelqu'un de séparé , quelqu'un de coupé , quelqu'un qui tient uniquement à son bien être personnel, à sa petite personnalité , eh bien on n'arrive pas à s'inclure dans un processus global et c'est l'échec , c'est l'échec d'avance !

En fait , on s'intègre soi-même , en s'intégrant dans le Tout ., en reconnaissant son appartenance et en reconnaissant si on veut le Travail Global de l'Evolution , la Marche en Avant de Tous .

Je pense que ça , quand on le reconnaît , il y a toute une lumière qui vient en soi et qui guide , qui nous aide à faire le travail de méditation .

Les pensées proposées , le travail proposé est toujours fondé sur cette évolution globale , cette réalité de l'être humain comme un tout qui veut instaurer sur Terre les vrais valeurs .

Alors , on médite sur les valeurs , les pensées semences que proposent un groupe ou un instructeur , ce sont des pensées semences qui sont les vraies valeurs à cultiver en soi . Je pense sur ces valeurs et ces

valeurs je cherche à les exprimer de mille et une manières , jour après jour , c'est comme ça que je forge mon mental , que je le prends en mains et que j'arrive à le maîtriser .

Alors , il n'y a aucune coercition de qui que ce soit , c'est simplement , je dirais la proposition d'un sujet noble , généreux, altruiste et on travaille avec ça . C'est ça la méditation .

Gilbert : Oui , tu viens de parler du sujet de la méditation , des pensées semences .

Une personnalité au début qui veut changer sa vie pour de bonnes raisons , - parce qu'elle n'est pas heureuse par exemple- , peut décider de méditer et cette personnalité qui a compris qu'elle pouvait changer sa vie en prenant la maîtrise d'elle-même , en prenant les rênes , en s'exerçant à la méditation est déjà très libre et a choisi de méditer et de se soumettre à des exercices .

Quand on se soumet volontairement on le fait librement et la question va se poser ; - mais étant donné que cette personnalité , très incluse dans le monde ,est malheureuse de toutes les douleurs du monde - , quelle sorte de pensée va-elle prendre pour ensemençer son mental , pour s'exercer à cette maîtrise du mental alors qu'elle est trop malheureuse pour trouver en elle-même des pensées élevées ?

Elle n'en est pas à ce stade là , sinon la pensée de s'en sortir et elle est bien obligée cette personnalité de s'informer des types de pensées semences avec lesquelles elle travaillera sur elle même .

C'est pourquoi au début l'aide vient de l'extérieur , de ceux qui savent , des Maîtres , de ceux qui nous indiquent des pensées semences , des germes merveilleux avec lesquels notre personnalité va pouvoir travailler sur elle-même .

Jusqu'au jour ou elle découvrira en elle-même par contact direct avec son âme , - puisqu'elle aura réussi , jusqu'au jour où elle trouvera des pensées semences en elle-même et alors là comme tu disais il y a un instant , elle méditera à partir de la pensée de sa propre âme , c'est- à- dire de son âme .

Il y a un passage délicat entre le moment où on est prisonnier de sa personne dans le monde et où on arrive à s'en libérer par contact avec notre propre âme .

C'est le moment le plus difficile parce que la personnalité ainsi coincée est obligée d'accepter la proposition des autres et si les autres ne sont pas à la hauteur de leur mission la pauvre personnalité sera bien déçue et au bout de quelque temps se dira : " on m'a mal conseillée " et ça c'est le danger du début puisqu'elle ne voit pas clair cette personnalité , elle est bien obligée un petit peu d'aller à l'aveuglette .

Alors elle va se fier à l'apparence des bons conseillers .Il y a des conseillers dont l'apparence est splendide, avec de grandes robes et une sûreté de propos qui va influencer et impressionner la personnalité et elle risque de se tromper . Mais même dans ce cas là , elle s'en apercevra très vite si elle est sincère et elle verra le mal qu'elle peut se faire à cause de mauvais conseils et elle cessera aussi sec , aussi net et elle trouvera alors les bons guides , les vrais gourous , car il en existe !

Jusqu'au jour où elle n'en aura plus besoin , parce qu'elle aura trouvé, contacté le premier maître en soi , l'âme et elle pensera avec son âme .

Tu parlais de la pensée de l'âme ça c'est intéressant , au début la personnalité pense avec son mental , tel qu'il est et puis petit -à -petit elle s'en dissocie , elle discrimine et elle va penser avec un corps plus élevé et de corps en corps il y aura comme un transfert de la conscience de corps en corps et ça c'est l'évolution . Jusqu'au jour où cette personnalité s'identifiera au corps de son âme et pensera avec son âme .

Vous vous rendez compte d'une merveille quand on arrive à penser avec son âme .Penser avec son âme au moyen des moyens de la personnalité , c'est-à-dire au moyen du mental d'une personne incarnée , c'est extraordinaire .

Il y a des gens sur Terre qui sont incarnés et qui pensent avec leur âme dans leur cerveau physique , c'est la réussite de la méditation .

Le premier grand pas a été fait , il fallait sortir du carcan de la personnalité encerclante et étouffante grâce à la méditation pour naître en conscience dans la pensée de l'âme .

Monique : Oui et comme tu le disais en fait , c'est le but que poursuit l'entraînement à la méditation pour nous amener justement à penser dans l'âme , c'est-à-dire à penser en tant que fils de Dieu , en tant que constructeur venu de la maison du Père pour construire quoi ?

Pour participer à la construction du Royaume de Dieu sur la Terre et toute la méditation nous entraîne à cette prise de conscience , alors en nous faisant forger notre mental , elle arrive à quelque chose d'extraordinaire comme tu dis , qui fait que l'intellect qui est devenu maîtrisé qui est devenu forgé , qui est bien en notre possession , - nous le conscient , nous le penseur - , quand l'intellect en est là curieusement , seulement alors il devient silencieux .

Je ne peux pas avoir un intellect silencieux tant que je ne l'ai pas maîtrisé par la méditation .

Alors ceux qui procéderont autrement , - justement , les Faux Instructeurs , les Faux Gourous , - ils disent : faites taire le mental , surtout qu'il ne travaille pas et on tache d'inhiber le mental . alors on fait des exercices pour ne pas penser mais alors '' c'est Tout Faux '' , parce qu'il viendra le temps où après cet espèce de silence imposé , contraint on a une personnalité qui est tassée , qui est en dessous du mental , dans un espèce d'affectif momentanément tranquille .

Alors quand surgit une épreuve de la vie , quelque chose comme s'il y avait tout d'un coup un grand boum , un grand éclatement de cette fausse zone de silence et tout se remet à bouillir et la personne est complètement perdue et on a des gens qui deviennent détraqués .

Dans la même mesure où ils se sont imposés des contraintes fausses , dans la même mesure ils vont être malades et détraqués .

Tandis que celui qui procède vraiment par la méditation et qui travaille jour après jour à maîtriser sa pensée , en forgeant des pensées , en créant des pensées , en utilisant son mental , il intègre cette force de l'intellect en lui même comme cela doit être , puisque l'intellect est un instrument de Dieu . On n'a pas à le renier , on doit l'utiliser .

A ce moment là on arrive vraiment à cette zone de silence qui fait que quand on se met vraiment - et ça vient tout seul , comme tu dis - , à forger des pensées et que c'est l'âme en nous qui pense , je m'aperçois à ce moment là que l'âme utilise l'intellect comme elle veut .

Je n'ai plus rien d'accumulé dans l'intellect , l'appareil est silencieux . C'est comme un ordinateur tout silencieux mais au moment où je le branche la lumière de l'âme arrive et si quelqu'un dehors me pose une question , me pose un problème , tout le mécanisme se met à fonctionner en un éclair de seconde et j'ai tout de suite la pensée de l'âme qui répond au besoin et ça nous le savons bien et tout disciple qui devient quelque peu habile à travailler dans la lumière de l'âme et qui donne la réponse de l'âme sait très bien de quoi on parle maintenant .

On ne peut plus faire un travail ou une aide pour qui que ce soit sans que ce soit l'âme qui fasse le travail , avec les moyens du bord avec encore ici ou là des imperfections de la formulation de l'intellect , mais c'est toujours la réponse de l'âme et on reconnaît la réponse de l'âme au fait qu'elle est toujours lumineuse , elle apporte toujours une réponse vraie , juste et bonne , elle répond exactement au besoin . Ce n'est pas une réponse fabriquée , une réponse voulue par la personnalité .

On arrive à faire en sorte que ce soit toujours l'âme qui donne la réponse , l'âme qui formule les pensées que nous écrivons ou disons et justement qui travaille dans la vérité , qui a le juste motif reconnaît à ce moment là le véritable instructeur ., quel que soit le niveau , le degré initié de l'instructeur . L'aspirant sincère et véridique le reconnaît par l'Esprit de vérité en lui parce qu'il reconnaît la réponse de l'âme , il sait que c'est juste . Il le sent en lui, il sent la vérité , il ne peut pas se tromper .

Gilbert : Cette évolution de la conscience qui fait que la personnalité qui est aidée sait qu'elle est bien aidée , cette évolution de la conscience qui fait que la personnalité arrive à incorporer les valeurs propres à son âme , cette évolution se fait comme toute croissance sans que ce soit direct , c'est une conséquence . La croissance de la conscience qui incorpore de plus en plus des valeurs de l'âme se fait comme toute croissance d'une manière indirecte .

C'est une résultante mais cette résultante est provoquée cette fois-ci délibérément par des décisions qu'on sait être morales , éthiques et supérieures . Je disais que la croissance de la conscience personnelle qui incorpore de plus en plus des valeurs de l'âme est une conséquence .

Donc , en tant que conséquence on n'y travaille pas en direct mais indirectement et le facteur indirect lui , il est délibéré . Quand je prends une décision volontaire de bien faire quelque chose , il va y avoir une conséquence de croissance d'âme .

Donc, je ne peux pas dire que j'ai travaillé directement à la croissance de mon âme mais indirectement par contre les décisions que j'ai prises et que j'appelle une action , elles sont conscientes et directes . C'est un peu comme si un jardinier faisait tout ce qu'il fallait pour que croisse une rose . Il n'est pas conscient directement le jardinier de la croissance de la rose mais indirectement en traitant le terrain , en faisant tout ce qu'il faut , en fumant , en arrosant, en exposant bien son rosier aux rayons du soleil etc...ça c'est son action directe . Eh bien , pour la croissance de l'âme dans une personne humaine , c'est la même chose .

Il y a une action directe sur les circonstances , sur les événements et cette action directe ce sont des décisions éthiques et morales que nous prenons et il en résulte une conséquence de croissance d'âme . L'âme pousse toute seule parce que je fais ce qu'il faut , voilà ce que je voulais dire . Mon âme pousse toute seule parce que je fais ce qu'il faut et c'est un fait et c'est pour ça , c'est si spontané , si merveilleux et si vrai , car l'âme retrouve sa vérité centrale de fils Divin mais ma personnalité fait ce qu'il faut .et les méditations sont une de ces entreprises de la personnalité , une entreprise consciente , dont les résultats merveilleux et indirects seront la croissance et l'expansion de la conscience , donc de l'âme .

Une personne a une croissance d'âme beaucoup plus rapide qu'elle ne peut l'imaginer puisqu'elle n'est consciente que des conditions qu'elle met en jeu pour cette croissance . A chaque fois que nous avons une pensée élevée , morale, éthique , de bien général , nous en sommes parfaitement conscients et nous pouvons la pousser en avant et faire tout ce qu'il faut en fonction de cette pensée . Eh bien, nous ne sommes pas conscients de la croissance immense de l'âme qui en résulte .

C'est pourquoi on peut dire de tous ceux qui travaillent dans ce sens de l'ascèse, de la discipline , on peut dire que leur valeur d'âme est bien supérieure à ce qu'ils peuvent connaître directement .

La seule chose que nous pouvons connaître directement ce sont nos décisions de beauté , de bonté, de générosité et là nous pouvons travailler directement . Ne nous soucions pas de la croissance proprement dite de l'âme , elle sera un fait qui s'impose et qui s'imposera de plus en plus mais soyons conscients et attentifs à toutes les conditions que nous mettons délibérément et d'une manière responsable en jeu .

Je dis ces choses parce que beaucoup de gens disent : “ je fais des efforts mais je ne suis pas conscient des résultats en tant que croissance d'âme “ . Quels types d'efforts ? C'est là la question .

Un jardinier peut faire des efforts à contre courant et sa rose va s'étioler . Il appartient à l'intelligence personnelle d'un être humain qui veut évoluer de trouver les justes décisions , les justes efforts et ça c'est le rude bon sens et tu disais il y a un instant : “ tout ce qui est bon c'est ce qui englobe le bien commun et ce qui est contraire à tout égoïsme “ . Alors c'est assez simple .

Monique : Oui, c'est simple parce que c'est à cela qu'il faut revenir constamment . Quand est-ce que la méditation ne réussira pas ? Ne marchera pas ? C'est si elle ne reste que méditation , travail purement de l'intellect . Il y a des tas de gens qui méditent sans arrêt , font travailler leur intellect et qui ne progressent pas d'un iota , qui peuvent passer 14 ans , 15 ans , 20 ans , à l'école Arcane par exemple , qui est une merveilleuse école de méditation et qui ne progressent pas d'un iota .

Ils n'ont pas bougé à la fin , pourquoi ?

Parce que c'est resté intellectuel . Alors la vraie méditation , justement si elle est faite pour forger le mental - ce n'est pas seulement pour que ce soit le mental quelque part dans un coin sur une étagère , comme je dis souvent -, non , c'est pour l'intégrer à la vie .

Si je prends des pensées nobles et élevées dans mon mental par exemple des pensées semences ; on peut prendre des pensées sur la Grande Invocation . On prend des pensées , ce qu'on appelle des mantram mais des mantram dont on connaît le sens , dont on voit la portée .

Si je prends un mantram sur l' Amour parce que je constate qu'éventuellement j'ai du mal à manifester l'amour dans ma vie , dans les relations humaines , quand je prends ce mantram par exemple :

“ Au Centre de Tout Amour je Demeure , de ce Centre Moi l' Ame je Veux me Répandre à l' Extérieur “ , si je pense cela , je ne vais pas me contenter de le penser avec ma tête , le matin dans ma méditation .

Je vais réfléchir , je vais voir que serait ma vie si vraiment “ Je Suis l'Ame ,si Je Suis un Centre d'Amour qui Donne à l' Extérieur l' Amour “ et comme je pense cela , je vais imprimer dans mon mental une espèce d'élan , un désir d'être vraiment celle qui donne l'amour et quand je vais me confronter dans la vie avec une situation difficile , petit à petit , jour après jour , je vais m'apercevoir parce que j'aurais médité tous les jours sur cette qualité de l'âme qui répand l'amour petit à petit , je vais voir que j'intègre cela , que je gagne du terrain et que je suis de plus en plus à l'aise avec un contact humain .

Les contacts humains m'étaient difficiles et puis tout à coup je vois que cela change , que ça se transforme . J'intègre cette réalité de l'amour . Je vais être capable d'aller au devant des autres , d'aller tendre les bras quand j'embrasse quelqu'un . Je ne vais pas y aller comme ça , “en tendant ma joue pour que l'autre m'embrasse en ayant les bras derrière le dos “ , non , je vais prendre ceux qui viennent à moi , je les prends sur mon cœur . Je donne mon amour et je le sens et ça passe , l'autre en venant vers moi se sent tout de suite illuminé et joyeux .

Cela c'est vivre la méditation . Parce que la méditation elle n'a de sens que si elle est vécue dans le quotidien . Je pense le matin , je travaille à forger ma pensée le matin . Oui mais tout le long du jour je vis ma pensée , je l'intègre , sinon elle n'a aucun sens .

La méditation , donc c'est quelque chose de vécu , ce n'est pas simplement un moment isolé du matin. C'est quelque chose qui dure toute la vie . Cela c'est la méditation vraie , la méditation juste et c'est là qu'on s'aperçoit alors qu'il vient le temps où , c'est vraiment cette vie d'âme qui est toujours en état de service , en état de don , en état de lumière , en état de joie , en état de force , en état d'amour .

C'est cela qui répond , qui travaille en nous un jour et on se met à le constater et ça va quelquefois plus vite comme tu disais qu'on se l'imagine dans la mesure où l'on est entier, sincère, véridique, dans cet acte .

On s'aperçoit un jour que c'est cela qui travaille en nous , parce que je m'en rappelle au début de ce travail , j'attendais et lisais le Maître Tibétain ou le Maître Morya qui parlaient de connaissance directe et je me disais c'est quelque chose qui est réservé aux seules “ supers initiés “ et je me suis rendue compte un jour que quelque chose se mettait à fonctionner en moi et j'en étais toute étonnée .

C'est-à-dire que quand quelqu'un venait me poser une question en état de problème , je me suis aperçue que le sujet de cette question que je ne connaissais pas cinq minutes avant du fait que la question m'était posée , il dégringolait en moi un flot de lumière , une vraie réponse . je me mettais à savoir immédiatement ce que c'était , quelle était la réponse et elle venait toute seule et la réponse sortait toute seule de moi .

C'était l'âme - c'est l'âme en moi -, l'âme toute connaissance , l'âme toute sagesse qui avait la réponse et qui pouvait la donner , parce qu'il y avait là un besoin , une demande .

Et ce que je donnais et ce que je disais , je ne le savais pas cinq minutes plus tôt et c'est comme ça ce principe là , ça se met à fonctionner en nous tout d'un coup et comme tu dis c'est l'âme qui a grandi sans que je m'en rende compte ...

Pourquoi ? Parce que j'ai fait ce qu'il fallait , parce que je ne me suis pas contentée de faire une méditation dans mon coin et de le laisser en état de méditation , qui n'avait rien à voir avec la vie , parce que on cherche constamment à vivre conformément à la pensée profonde de la méditation .

Cela c'est le boulot, ça c'est la discipline, ça c'est la vraie vie et à ce moment là , un jour on s'aperçoit que ça y est “ c'est l'âme “ , je vis la vie de l'âme . Je vis la vie de l' Esprit et ce n'est pas fini , ce n'est pas un achèvement , c'est un commencement .

On s'aperçoit que c'est un grand commencement parce que on n'en a jamais fini d'intégrer des valeurs nouvelles , des devoirs nouveaux , des aptitudes nouvelles , toujours pour mieux faire , pour mieux vivre , pour mieux aider à l'évolution du monde , parce que c'est de l'évolution du monde qu'il s'agit .

Gilbert : On ne peut pas dire si c'est la conscience personnelle qui fait irruption dans les valeurs de l'âme ou si ce sont les valeurs de l'âme qui débordent , qui déferlent dans la personnalité . Ce que tu viens de dépeindre était intéressant parce qu'on voyait les valeurs de l'âme déferler dans la mesure du besoin dans la personnalité qui devenait apte à rendre service , à faire ce qu'elle avait à faire dans une circonstance récurrente particulière .

C'est très intéressant , les deux se font suite en même temps . On peut dire que la conscience personnelle s'évase et englobe de plus en plus des valeurs de l'âme et que parallèlement , en même temps , les valeurs de l'âme sont en train de déferler . En fait, c'est l'amorce d'une osmose . On appelle cela la " fusion âme / personnalité " et elle a un commencement à un moment donné .

Dans la conscience personnelle d'un être humain incarné , qui médite , il vient un jour où il prend conscience réellement qu'il est en contact permanent avec les valeurs propres au niveau de l'âme , à la lumière de l'âme . A ce moment là , il sait qu'il est réellement fils de Dieu sur Terre , il le sait et c'est très simple , et il se sent de plus en plus responsable et c'est merveilleux .

Les valeurs de l'âme sont des valeurs de béatitude , d'amour , de joie, de paix, de lumière , et quand une personnalité dans sa conscience de personne humaine - nous parlons de vécu en ce moment -, arrive à vibrer à l'unisson , au diapason , en osmose avec les valeurs de l'âme qui sont béatitude , paix, joie, c'est aussi la béatitude , la paix, la joie , pour la personne incarnée dans un temps et dans un lieu donné .

Cette nouvelle vibration de lumière transforme , change, transmute , les anciennes valeurs personnelles et c'est à ce stade qu'une phrase-clé justement est d'actualité . C'est l'âme qui parle dans la conscience personnelle , l'âme qui dit " je reconnais mon autre moi (c'est à dire mon ancien moi) et dans l'effacement de cet ancien moi , moi l'âme je crois et lui " .

Pourquoi cela se passe-t-il ainsi , dans les Gémeaux justement ?

Eh bien , justement c'est que dans les Gémeaux - signe qui montre bien la dualité âme / personnalité - la conscience personnelle des valeurs anciennes diminue et la nouvelle personnalité des valeurs d'âme est en état de croissance .

La dualité devient une union dans quel signe ?

Bien sûr , dans le signe opposé , dans le Sagittaire . Dans le Sagittaire la personnalité et l'âme ont suffisamment fusionné pour agir d'une manière unifiée et pour se précipiter dans cette merveille de la Montagne de la Transfiguration et de l'initiation dans le Capricorne .

Monique : Oui, et tout cela parce qu'un jour , dans le Bélier l'être volontaire , décidé, a voulu commencer à travailler sur le plan mental. Il a commencé à dire " j'avance et je régis depuis le plan mental " .