



1980 10 le 15 L'essence de la nourriture est le je suis. Lorsque vous cessez d'être accroché à vos pensées vous n'êtes plus une personne.

Visiteur : Il y a de nombreux moments dans la vie où je n'aime pas ma situation et où je voudrais la changer.

« Vous pouvez combattre la situation mais vous n'êtes pas la situation. »

Visiteur : Quand on commence à observer son intellect on découvre que l'on est en dehors de cet intellect et naturellement on ne souhaite nullement être associé à un affrontement avec lui ; en conséquence la friction diminue.

« Dans le processus que vous venez d'exposer vous vous considérez comme un individu !

Essayez de comprendre que « je suis » est un produit de La Qualité d'Harmonie.

L'essence du lait est le beurre, **l'essence de la nourriture est le « je suis »**

La friction dont vous parlez résulte de l'affrontement entre cet observateur tranquille et le monde.

La bataille débute lorsque les mots commencent à émerger de la conscience.

Vous possédez une montagne de mots et de concepts et pour vous en débarrasser il faut utiliser d'autres concepts.

Lorsque vous rejetez tous les concepts y compris votre concept de départ, ce qui demeure, ce qui est : EST !

Établissez-vous, installez-vous complètement dans cette paix. »

Visiteur : Les mots sont-ils nécessaires ou la présence de Sri Nisargadatta Maharaj est-elle suffisante ?

« Il est certain que la compagnie d'un Sage est favorable à la réalisation, malgré tout elle doit être accompagnée de questions et de réponses.

L'esprit conserve toujours quelques doutes dans un coin ou dans un autre, tant que toutes traces de cogitation intellectuelle ne sont pas supprimées il faut les éliminer par des mots. »

Visiteur : Quand les pensées apparaissent j'ai l'impression de les arrêter en me détournant simplement.

« Si vous pouvez faire cela c'est bien.

Mais si elles coulent laissez-les couler. »

Visiteur : Ne pas être associé à mes pensées est-ce suffisant ?

« OUI. C'EST LA SEULE POSSIBILITE ... et ce qui doit arriver arrivera.

C'est le « faire » que vous aurez abandonné. »

Visiteur : Si je vous comprends bien il n'est pas nécessaire de vouloir se changer, de s'efforcer de faire des choses positives ?

« Lorsque vous cessez d'être accroché à vos pensées vous n'êtes plus une personne. »

Visiteur : Cela m'effraye un peu. Tout pourrait arriver, je suis capable de faire des choses folles !

« C'est le stade habituel, tout le monde traverse cette période d'inquiétude.

La peur est une qualité relevant de la personne et la personne se refuse à disparaître. »



Récitez le « mantra », raccrochez-vous au « mantra » parce que vous entrez dans un stade où la personne, l'intellect, perd tout support, fournissez-lui le support du « mantra » »

Visiteur : les choses que je n'aime pas en moi dérivent également d'une idée. Dois-je lâcher tout cela ?

« OUI. Ne dites pas « en moi », là encore il s'agit d'une idée. »

Visiteur : Donc en conclusion c'est aussi simple que cela ? Il suffit de se débarrasser de toutes pensées, de toutes convictions ?

« Ce n'est pas un si mince résultat !

Vous aurez l'impression d'être libéré des pensées, mais à un certain point les pensées vont vous retomber dessus tout d'un coup.

Beaucoup de soi-disant Sages, bien qu'ayant atteint ce stade « libéré des pensées » ont malgré tout connu la chute ! »

Claire Fontange