



Il n'y a rien à faire

Jac O'Keeffe - Introduction Satsang - 23 avril 2010

Restez simplement à l'intérieur. Il n'y a rien à faire, il n'y a rien à obtenir.

Faire et obtenir vont se produire de toute façon, ne vous tracassez pas. Vous n'avez rien à obtenir, vous n'avez besoin de rien. Ce que vous êtes est si complet et total et pur et au-delà de ce que le mental peut imaginer. Mais vous le savez déjà, vous le savez déjà. Laissez votre attention reposer là et la vie continuera comme avant. Il ne s'agit pas du monde extérieur changeant et qui s'organise de lui-même, pas du tout, mais de l'endroit où vous placez votre attention. Tant que vous n'aurez pas la croyance que le monde extérieur peut encore vous apporter quelque chose votre attention reposera automatiquement dans son état naturel. Si vous croyez que le monde extérieur peut encore vous apporter quelque chose, alors vous ferez quelque chose. Vous devez porter votre attention en arrière où tout est naturellement au repos. Où le mental n'est pas engagé dans les pensées, les désirs, les croyances, les concepts, ne pas vous embarrasser avec quelque chose de futile. Ne vous encombrez pas avec cela. Vous n'avez pas à inventer des choses intéressantes pour que votre vie ait un sens, il n'y a aucun but. Il est bien que votre vie n'ait aucun but, il n'y a aucun but. Il n'y a pas besoin d'être ambitieux, pas besoin d'avoir des objectifs, il y a un temps et un lieu pour cela. Mais si vous êtes venu au satsang vu avez certainement vu cela. Chaque objectif amènera seulement au suivant, chaque objectif sera réalisé un moment et alors et alors quoi ? Le suivant s'il vous plaît et le spectacle continue. Voyez à travers cela voyez à travers cela.

Pour la plupart des gens quand vous vous réveillez le matin, cela peut prendre quelques secondes ou une demi minute " Mais oui, nous sommes samedi, oh mon dieu je dois emmener les enfants à ... la gymnastique". Vous voyez, cet espace avant "nous sommes tel jour et je dois faire cela", cet espace est ce dont je vous parle, où rien ne se passe et c'est simplement délicieux. Donc si vous n'allez pas à l'extérieur dans des pensées telles que "je dois", "je n'aime pas" ou "je veux" si vous n'allez pas à l'extérieur c'est bien, c'est bien. C'est bien, tout ce qui apparaît dans le monde est bien.

Mais si vous passez votre vie à faire courir vos pensées, si vous passez votre vie à penser "je veux ceci", "cela devrait être comme cela" ou " je veux que mon mal de tête s'en aille" aussi simple que cela "j'aimerais vivre dans un autre climat" alors votre mental va ressasser tout ce à quoi vous vous attacherez. Il y a une infinité de pensées ici mais si vous ne vous y attachez pas tout est fini, tout est fini et c'est bien. Si vous voulez des feux d'artifice et des expériences intenses alors vous pouvez jouer ainsi pour toujours. Après cette expérience vous revoilà de nouveau. Aucune expérience ne pourra vous satisfaire, elle ne peut pas le faire, elle ne peut pas. Comment quelque chose pourrait il vous donner à vous même, comment pourrait il y avoir la rencontre avec qui vous êtes, pensez-y. Vous n'êtes pas là au dehors vous cherchant vous-même, nous jouons ce jeu comme si c'était au dehors, vous comprenez.

Ce que vous cherchez se trouve à l'endroit même d'où vous regardez. C'est aussi simple que cela, réellement c'est aussi simple que cela. Cela se complique car l'extériorisation est tellement enracinée que le retour demande une déconnexion, l'effondrement des croyances, une discipline spirituelle et une pratique de la méditation pour que le mental reste à l'intérieur. Eh bien oui il y a un peu de travail à faire, il y a un peu de travail à faire.

Cela fonctionne comme cela pour certains et c'est le chemin progressif, cela fonctionne comme cela pour certains. Très bien, c'est le jeu et le non faire. Cela va s'arrêter mais pas en vous trouvant, cela va s'arrêter en voyant que c'était une totale distraction mais aussi une totale perte de temps. Le chemin spirituel dans son ensemble est une perte de temps. Vous ne pouvez pas vous trouver, comprenez vous, comment pourriez-vous vous trouver vous n'êtes pas caché à vous même. Vous êtes derrière l'endroit d'où vous regardez.

Vous ne pouvez pas célébrer tous vos retours à la maison. Vous êtes là tout le temps, en arrière, assis silencieusement. Rien ne se passe, comme dans le sommeil profond, rien ne se passe. Alors la recherche spirituelle va disparaître c'est une activité qui se passe, c'est simplement un autre ensemble d'expériences

pour le "je" et si ces expériences sont la seule étape devant vous alors franchissez la. Mais vous devrez jeter cela aussi vous devrez voir à travers chaque technique spirituelle et chaque discipline à un certain point. Si vous vous attachez à l'idée que la méditation n'est plus utile mais que votre mental fait toujours des expériences alors je vous conseille de continuer à méditer avant que votre mental ne soit saoul. Il y a du bon sens ici (rires).

A un certain point même la recherche du soi, même l'étape finale de demander "qui suis-je" ou d'aller derrière l'observateur même cette étape finale sera reconnue comme créant le "je".

Comme quelque chose sort pour revenir, peu importe votre pratique spirituelle quelque chose s'extériorise pour revenir, la pratique spirituelle est ce mouvement de retour seulement parce que vous êtes sorti. Arrêtez de sortir.

Pour certaines personnes cette capacité de sortir, vous comprenez ce que je veux dire par sortir - se relier à une pensée - pour certaines personnes il y a ce réveil instantané sans effort, sans rien.

Mais je vais vous dire si cela avait du vous arriver vous ne seriez pas assis en satsang et il est sur que cela serait déjà arrivé. Cela serait arrivé s'il fallait qu'il en soit ainsi ou cela arrivera et peu importe que vous soyez ici ou non. Mais vouloir que cela arrive ah! oubliez le. C'est un "je" qui s'extériorise, qui veut tout, c'est un "je" qui s'extériorise. C'est un processus de pensées qui suit le "je", qui crée le "je" et "je" veux et blabla, nous y revoilà de nouveau. Ainsi même l'étape intermédiaire entre l'observateur et ce que vous êtes, en pointant le mental ici, même cette étape sera de trop. Seulement quand le mental sera suffisamment mur pour l'obtenir, seulement quand il sera prêt pour réellement oh! quand c'est vu de manière organique. Ne vous attachez pas à un concept spirituel où vous flotteriez là au dehors "Mais oui je peux le faire oh! je n'ai rien du tout à faire", ne vous accrochez à rien cela doit arriver organiquement. Utilisez le pointeur qui vous paraît approprié à ce moment là utilisez ce qui a du sens pour vous prenez la route la plus courte, par tous les moyens, prenez la route la plus courte, ne perdez pas de temps.

Mais pour sauter les étapes il faut de l'expérience et cela ne fonctionnera pas, cela ne fonctionnera pas. L'honnêteté personnelle est très utile réellement l'honnêteté personnelle est très utile. Il se passe quelque chose dans la vision de ce que vous n'êtes pas, vous devez voir ce que vous n'êtes pas pour que la vision de ce que vous êtes soit claire. Finalement toute la pratique spirituelle montrera ce qu'elle est "bien sur je ne suis pas cela, je ne peux pas être celui qui cherche quelque chose ou qui va obtenir quelque chose, c'est simplement le "je" qui s'extériorise recherchant quelque chose d'autre", c'est plus fin plus sophistiqué mais toujours une activité du "je". Pour certain la pratique spirituelle continuera après l'éveil mais il ne s'agit pas d'obtenir quelque chose c'est simplement ce que la forme fait, c'est un style de vie qui se produit. Il n'y a rien à gagner de cette manière et si cela s'arrête il n'y a rien à perdre. Il semble que ce soit la fin de ceci. (Rires)