

## **Vivre au présent**

**.....Au-delà de l'illusion du passé et du futur.**

Vivre dans le présent, c'est vivre vraiment. Nous avons déjà vécu notre passé et notre futur est encore à venir, de sorte que nous pouvons dire que seul le moment présent existe. Cette vérité universelle est entrelacée dans divers enseignements spirituels du présent et du passé, et c'est une étape importante du chemin spirituel.

L'idée que vivre, c'est vivre dans le présent, est exprimée dans l'hindouisme par l'utilisation du mot sanskrit "vartamanah". En Sanskrit, vartamanah signifie vivre, et Vartamanah signifie également le présent. Vivre est synonyme de présent, car nous vivons toujours dans le présent.

Nous avons tendance à nous laisser submerger par le passé ou à nous inquiéter de l'avenir. Il est facile de se laisser emporter par nos pensées et de perdre de vue le moment présent.

## **Le passé**

Toute personne née dans la nature possède, par nature, une force animatrice, à partir de laquelle la vie et la conscience peuvent être expliquées. Cette conscience naturelle ou animale, et toute la force animatrice qui lui est liée, s'expliquent d'une part par l'hérédité, et d'autre part par des facteurs karmiques.

Nous avons reçu notre conscience naturelle, la force qui nous anime, de nos parents et de nos ancêtres, mais aussi du microcosme qui nous entoure et qui nous transmet le passé microcosmique.

En tant que microcosmes, nous avons tous un très long passé derrière nous. L'histoire de ce passé est enregistrée dans le système magnétique de notre être aural, et la somme de ce passé s'exprimera toujours par l'intermédiaire du système magnétique de notre cerveau.

Nous sommes liés à ce passé qui est vieux de milliards d'années, et que notre microcosme lui-même a contribué à construire et à entretenir. Et il est tout à fait clair que de temps à autre, tous les archontes et les éons de la nature dialectique font entendre leur voix en nous.

Beaucoup d'entre eux dominant notre être tout entier en ce moment et notre être biologique-intellectuel, notre état naturel, dépend entièrement d'eux. En ce moment même, ils déterminent notre culture dans cette vie et notre rapport intellectuel avec elle.

Cette culture comprend l'art, la science et la religion, ainsi que nos relations avec la société et toutes leurs facettes de nature politique, sociale et économique.

L'état de notre caractère tout entier, tous nos instincts et besoins biologiques, l'expression de notre volonté et notre comportement individuel sont également dirigés et déterminés par eux.

Par conséquent, non seulement "nous sommes de la nature", mais aussi "nous sommes des éons de la nature".

Dans la situation actuelle, ce sont les éons qui déterminent notre nature.

Mais.... il existe un équilibre délicat entre honorer le passé et s'y perdre. Par exemple, nous pouvons reconnaître les erreurs que nous avons commises et en tirer des leçons, puis aller de l'avant, ou nous pouvons aussi porter un fardeau de culpabilité et d'auto-identification avec les erreurs du passé pendant de nombreuses années.

Dans notre propre combat pour la vie, les vieilles choses reviennent sans cesse, parfois en utilisant des méthodes très modernes.

Tant que la neutralisation du Moi n'est pas complète, les vestiges du passé dialectique continueront à se dresser devant nous, parce que le Moi ordinaire crée ces formes fictives pour lui-même dans sa pensée méditative.

Il ne faut donc jamais laisser entrer ce passé, car celui qui le fait suit son destin dialectique qui promet de l'or mais apporte un chagrin sans fin.

Un autre choix s'offre à nous en ce qui concerne le passé : nous pouvons occasionnellement nous souvenir avec tendresse d'événements, de lieux ou de personnes du passé et, ce faisant, accepter l'impermanence de toutes les choses, ou nous pouvons nous complaire dans la nostalgie et considérer le passé comme beaucoup plus précieux que le moment présent.

Nous devons être indulgents, afin de ne pas laisser s'accumuler dans notre esprit le poids d'un passé négatif, sous forme de culpabilité, de regrets, de ressentiment, de griefs, de colère, etc.

Le pardon se produit naturellement dès que nous réalisons que le passé ne peut prévaloir contre le pouvoir du présent.

Les principes magnétiques de notre être aural constituent ensemble notre plan de vie, notre chant de vie. Nous sommes fermement maintenus par les lignes de force magnétiques qui rayonnent à partir de ces points de notre personnalité.

Nous ne pouvons pas nous en écarter. Tous nos prédécesseurs, toutes les manifestations antérieures de notre microcosme, bref, tout le passé, tout le karma se font sentir dans notre firmament aural.

Il est donc impératif de rompre radicalement avec le passé ! Toutes les lignes de force magnétiques qui émanent actuellement des sources de l'être aural doivent donc être coupées, éteintes.

C'est le sens profond de l'expression :

" Pardonnez-nous nos péchés, comme nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés ".

## **Le futur**

Regarder le passé n'est permis que si l'on peut en voir la gloire, l'idée fondamentale d'hier et d'aujourd'hui en même temps.

C'est là que se trouve la signification de l'adage :

"Celui qui ne tire pas les leçons du passé sera puni dans l'avenir". La signification de ce proverbe est très importante ici !

L'avenir aussi doit être considéré, mais sans lui donner plus d'importance que le présent. Bien sûr, nous pouvons planifier l'avenir, et nous pouvons garder à l'esprit l'intention de ce que nous voulons que l'avenir nous réserve, puis prendre les mesures appropriées.

Mais le pouvoir de créer un avenir meilleur est contenu dans le moment présent : nous créons un bon futur en créant un bon présent.

Comment y parvenir ?

En reconnaissant la valeur qui est déjà inhérente au moment présent, même au milieu de tous les défis. Le mécontentement, les reproches, les plaintes, l'apitoiement sur soi ne peuvent servir de base à un bon avenir, quels que soient les efforts que nous déployons.

Et où trouver cette valeur lorsque des obstacles surgissent dans le présent, lorsque nous perdons notre emploi ou notre maison, et les jours où nous nous sentons épuisés et inquiets alors que les choses semblent s'effondrer autour de nous ?

Cela commence par toutes les choses que nous avons tendance à négliger : sentir cette douce brise sur notre peau, la lumière du soleil filtrant à travers les nuages, le bruit de la pluie, un chien qui remue sa queue, le ronronnement apaisant d'un chat, une étoile qui brille ou la douce beauté d'une fleur.

Vous remarquez l'inspiration et l'expiration de votre respiration, la sensation d'être présent à l'instant même dans votre corps.

Et puis il y a une belle tranquillité derrière tout cela, qui est au plus profond de vous. C'est par la gratitude dans le moment présent que s'ouvre la dimension spirituelle de la vie.

Le moment présent est ce que nous avons, et c'est là que nous pouvons puiser dans notre véritable force et notre potentiel.

En nous concentrant sur le présent, nous pouvons nous débarrasser de nos soucis et de nos peurs et embrasser le but, la beauté et l'abondance de la vie.

## **Vivre dans l'instant présent - Une sagesse universelle**

Nous vivons tous aujourd'hui à l'ère de la distraction. Le paradoxe majeur est que notre avenir le plus brillant dépend de notre capacité à prêter attention à "aujourd'hui", au présent.

Le Bouddha a dit que "le secret de la santé du corps et de l'esprit n'est pas de pleurer le passé, de s'inquiéter de l'avenir ou d'anticiper les problèmes, mais de vivre le moment présent avec sagesse et sérieux".

Nous savons tous que la vie se déroule dans le moment présent et nous comprenons tous l'importance de vivre dans le moment présent, mais nous ne savons pas comment le faire.

Très souvent, nous laissons le présent nous échapper et nous gaspillons notre vie en nous préoccupant du passé ou du futur.

Les érudits bouddhistes disent aussi que nous vivons dans un monde qui contribue largement à la fragmentation mentale, à la désintégration, à la distraction, à la dégradation. Nous sommes toujours en train de faire quelque chose, et nous n'accordons que peu ou pas de temps à la pratique de l'immobilité et du calme.

Nous nous attardons sur des souvenirs intrusifs du passé ou nous nous tourmentons à propos de ce qui pourrait ou ne pourrait pas arriver dans le futur.

Nous n'apprécions pas de vivre le présent parce que nos "esprits de singe", comme les appellent les bouddhistes, sautent d'une pensée à l'autre comme des singes qui se balancent d'un arbre à l'autre.

Einstein a dit :

"La différence entre le passé, le présent et le futur est une illusion"; et un proverbe indien Cherokee bien connu recommande de ne pas "laisser hier consommer trop d'aujourd'hui".

Une citation d'Eckhart Tolle nous rappelle que "le malaise, l'anxiété, la tension, le stress, l'inquiétude - toutes les formes de peur - sont causés par trop de futur et pas assez de présent".

La culpabilité, les regrets, le ressentiment, les griefs, la tristesse, l'amertume et toutes les formes de non-pardon sont causés par trop de passé et pas assez de présent".

Pourquoi tant de scientifiques, d'enseignants, d'érudits et de sages anciens parlent-ils de cette vérité ?

Parce qu'elle nous permet de nous relier à une vocation supérieure. C'est parce que lorsque notre esprit et nos émotions ne sont pas encombrés par ce qui aurait pu être ou ce qui sera, notre énergie se concentre sur le calme et la paix...



La vie d'une personne née dans la nature comporte de nombreux hauts et bas. Lorsqu'une personne est jeune, en bonne santé et forte, qu'elle est sur la crête d'une vague, comme on dit, et qu'elle "se baigne dans la lumière du soleil de sa vie", elle chante dans sa chrysalide de matière.

Mais très vite, il y a de nombreux moments où elle sent qu'elle est emprisonnée dans son château d'illusion.

Un instant, elle est complètement absorbée par l'agitation du monde, l'instant d'après, elle écoute la voix rugissante de la grande illusion. Elle est saisie par les chaudes larmes de la souffrance et elle est assourdie par les nombreux cris d'angoisse et de détresse.

Ainsi, à un moment donné, il y a lieu d'affronter la vie à nouveau, plein d'optimisme, et à l'instant suivant, elle est submergée par la grande terreur de tout cela.

Et maintenant, la voix du silence dit à l'élève qui est arrivé au début de son chemin :

"Ne permettez pas à votre âme d'entrer et d'être entraînée dans toutes ces humeurs fluctuantes de l'être né dans la nature.

Élevez-vous au-dessus de la joie et de la tristesse.

N'entrez pas dans le plaisir éphémère du moment présent, ni dans l'angoisse à court terme d'aujourd'hui.

Si vous vous laissez entraîner dans la grande tourmente, comment pourrez-vous appartenir à l'éternité ?

Si votre âme oscille au gré des turbulences de chaque instant de la journée, et qu'elle en est constamment affectée, elle rompra le fil d'argent qui la lie au Maître.

En tant qu'êtres de l'espace et du temps, nous mesurons tout en termes de distance et de temps.

C'est pourquoi, pour notre conscience, il y a une étendue incommensurable et une période illimitée entre le présent et le but à atteindre.

Mais dans la lumière éternelle de la Gnose, être touché signifie être absolument relié, et cette liaison est synonyme de purification totale.

Lorsque l'être humain a suivi jusqu'au bout le chemin du retour à la vie nouvelle, il est parfait et, dans cette phase finale, il n'y a pas une seule partie de lui qui ne soit totalement au-delà de la forme et du changement, au-delà de tous les aspects et phénomènes de l'ordre de l'espace et du temps.

Il n'est pas possible de se faire une image d'une telle existence, même s'il s'agit d'un état réel. Un domaine spirituel est un domaine de vie qui existe en harmonie avec l'esprit.

Aucune philosophie, aucune révélation du salut, passée ou présente, et certainement pas future, ne peut donner à un être humain la connaissance de l'esprit.

Nous pouvons seulement indiquer et être conscient que l'essence de l'esprit est là. Nous pouvons sentir son attouchement, et nous pouvons aussi en vivre de diverses manières.

Dans la Bible, il y a un proverbe qui s'applique à chaque élève sur le chemin :

"Je t'ai assigné un jour pour un an".

Ces mots nous rappellent que chaque jour doit être vécu comme une année entière, comme une réalité cohérente et vibrante.

L'élève doit dominer le temps, se libérer du temps. Il ne doit pas essayer de le ralentir, de le faire passer plus vite ou d'en changer le caractère. Il doit se libérer du temps et permettre à l'éternité de triompher de lui.

" Je t'ai assigné un jour pour un an ! "

Que faites-vous tous les jours d'une année ?

N'essayez-vous pas, chaque jour de l'année, de vous réconcilier, de parvenir à un compromis avec l'essence du temps ?

Beaucoup essaient de ralentir le temps parce qu'ils craignent l'inévitable, ou ils essaient de l'accélérer parce qu'ils ont placé leurs espoirs dans quelque chose de particulier.

Cette double tendance se retrouve chez tout le monde, ainsi que l'effort constant pour modifier la nature des choses qui se sont produites ou qui pourraient se produire.

"Je t'ai assigné un jour pour un an".

Chaque jour, tu peux commencer ton parcours. Chaque jour peut être utilisé pour prendre un nouveau départ. Chaque jour, tu peux te libérer de l'emprise de l'espace et du temps.

Une telle âme vivante est devenue un enfant de Dieu au sens propre du terme. Une telle âme vivante est omniprésente, se tient dans l'éternité et est inattaquable.

Le chemin vers ce monde est un chemin concret, réel, pas seulement une abstraction, une idée ou une illusion. Il ne s'agit pas d'une illusion ou d'une fiction, mais d'un chemin réel, un chemin connu, qui a été parcouru et qui, à l'heure actuelle, est également ouvert à tous ceux qui cherchent réellement la libération et qui ont pris la grande décision.