

Apprivoiser le Soi

Vous pouvez pleinement percevoir qui vous êtes et en même temps ne pas être capable de maintenir cette perception. Il se passe ceci : Etant le Soi infini, nous pouvons jeter un coup d'œil à cet infini, le contempler un instant et avoir ensuite le sentiment de l'avoir perdu.

You may see fully who you are and not be able to maintain it. What happens is that, being the infinite Self, we can get a glimpse of the infinite, hold it for a while, and then suddenly feel as though we've lost it.

Il en est ainsi parce que l'esprit, le mental, n'a pas été éliminé. Les pensées subconscientes de limitation sont pour le moment submergées. Ainsi est-il possible que vous alliez totalement dans votre Soi et laissiez l'esprit partir temporairement. Vous ne l'avez pourtant pas éliminé; vous l'avez juste laissé partir, mis momentanément de côté. Ainsi voilà que vous êtes totalement le Soi Infini, en ce moment-là. Cependant, l'esprit qui a été submergé refait maintenant surface et l'ego reprend les commandes. Vous ne pouvez tout simplement pas comprendre ce qui vous est arrivé, ce qui vous a ramené dans la lourdeur du monde.

The reason for that is that the mind has not been eliminated. The subconscious thoughts of limitation are submerged for the moment. You may go completely into your Self and let go of the mind temporarily. You haven't eliminated the mind, you just momentarily let go of it. So there you are, for the moment, totally the infinite Self. However, the mind that has been submerged, re-emerges and then the ego takes over and you just can't understand what happened to you, what brought you back into the heaviness of the world again.

Il est nécessaire de rétablir cet état du Soi encore et encore, jusqu'à ce qu'il devienne permanent. A chaque fois, nous érodons le mental un peu plus, jusqu'à ce qu'il n'en reste plus rien. Alors sommes-nous établi dans le Soi de manière permanente.

What is required is that we re-establish that state of the Self again and again until it becomes permanent. Each time we do it, we scorch more of the mind, until finally we have scorched the entire mind. Then we are permanently established in the Self.

Maintenant vous êtes là, assis, et l'esprit et le corps sont là-bas, et vous, vous n'êtes pas l'esprit et vous n'êtes pas le corps non plus. Tant que vous savez que vous n'êtes ni l'esprit ni le corps, tous les deux peuvent faire ce qui leur convient, et vous, vous savez qu'ils ne peuvent pas vous toucher, vous influencer.

Then you sit back and the mind is out there and the body is out there and you are not the mind, you are not the body. As long as you know you are not the mind and the body, both of them can go on to their heart's content, and you know that they cannot touch you.

Lester Levenson