

NOUS NE SOMMES PAS NOS PENSÉES



La nature du mental inférieur est de manifester des pensées tant et aussi longtemps qu'elles ne seront pas réalisées. Être réalisé, c'est vivre la plénitude du Moment Présent, libre de toute attache au passé et de toute anticipation au futur.

Les pensées ne sont que des réactions et des interprétations que nous produisons face aux sensations que nous expérimentons. Elles sont un phénomène naturel d'évolution de la Conscience.

En fait, l'Esprit permet à la Conscience de l'Âme de s'auto-expérimenter dans le but de se « connaître elle-même ». Les pensées ne sont donc que des mouvements de fluctuation du mental et ne sont pas la « Conscience elle-même ».

Nous avons développé des attaches à nos pensées et à nos émotions car nous avons cru que nous étions « elles ». Elles se sont si bien ancrées sous forme de croyances qu'elles créent notre réalité à chaque instant.

Parvenir à la Maîtrise de l'Esprit, c'est apprendre à se détacher mentalement et émotionnellement de nos pensées et de notre histoire. Nous y parvenons en exerçant notre Conscience à se mettre dans un état « neutre » afin qu'elle puisse « observer et voir » tous les mécanismes des formes-pensées que nous avons mis en place. Dès qu'ils sont perçus clairement, nous cessons de nourrir nos pensées, elles perdent de leur emprise et peuvent alors se dissoudre.

Agnès ♥