

L'art de la réalisation du Soi (deuxième partie)

Partage international n° 259 - Mars 2010

Le SOI est présence, conscience et lumière : présence dans le temps, conscience dans l'éternité, et lumière. « Nous sommes tous des étincelles du Tout-Puissant. » [*Les lois de la vie* (Maitreya)]

AINSI NOUS TROUVONS-NOUS aujourd'hui au seuil d'une ère de connaissances nouvelles aux concepts renouvelés, aux horizons élargis et aux expériences plus riches que jamais auparavant. C'est à ce moment précis qu'est venu le nouvel Instructeur. Sa mission sera d'élargir encore davantage les nouveaux horizons de l'humanité, de montrer que tout est lié, que nous vivons au sein d'une famille comme des frères, et que chacun contribue au bien-être de l'ensemble. Ainsi l'homme en viendra-t-il à se considérer comme unité intégrante d'un vaste système qui s'étend jusqu'aux étoiles, comme un minuscule point de vie consciente et aimante dont l'absence appauvrirait l'univers. Ainsi l'homme en viendra-t-il à comprendre sa grandeur et sa fonction dans un système infini et interactif de points de lumière, d'énergie et de connaissance. [*La science divine* (Maître -)]

LA STATURE UNIQUE DE MAITREYA, son expérience millénaire sur le sentier de l'évolution, lui permettent de présenter, dans les termes les plus simples, ses enseignements spirituels d'une grande profondeur, débarrassés de tout « fatras » doctrinal et dogme théologique. Il n'impose rien, chacun est laissé libre d'être lui-même et encouragé à l'être. Maitreya enseigne avant tout l'art de la réalisation du Soi. Trois pratiques, simples, mais exigeant cependant une certaine discipline, sont au cœur de son enseignement sur la réalisation du Soi : l'honnêteté mentale, la sincérité d'esprit et le détachement. » [*Partage international*, juillet 2007 (B. Creme)]

MES BIENHEUREUX, vous qui êtes dans la joie, je vois maintenant briller en vous la lumière de la Vérité, la Vérité de ma présence parmi vous. J'attiserai cette lumière qui deviendra un brasier de gloire en ces temps bénis qui approchent. Mes Maîtres sont également parmi vous, et vous

montreront comment manifester les dons divins qui sommeillent en votre cœur. [*Message n° 62* (Maitreya)]

NOUS SOMMES rarement nous-mêmes. Nous jouons un rôle. Nous voulons que les gens pensent que nous sommes ceci plutôt que cela, que nous sommes gentils, bons, honnêtes ou autre chose, suivant l'idéal que nous souhaitons représenter. Il est rare de rencontrer des gens qui sont sincèrement et honnêtement eux-mêmes. Lorsque cela arrive, nous avons l'impression de parler à cœur ouvert. Dans ces conditions, il peut y avoir un véritable échange sur le plan spirituel. Nous cherchons alors à établir une relation de cœur à cœur et sommes nous-mêmes. Nous manifestons et exprimons notre propre identité, sincèrement et totalement. Cela amène le détachement... Maitreya dit : « Seul le Soi importe » (le Soi signifiant l'aspect divin, le Seigneur). « Vous êtes le Soi, un Etre immortel. » Et il ajoute que nos peines, nos souffrances, nos problèmes, sont dus au fait que nous nous identifions avec tout autre chose que le Soi. Il nous dit de nous poser la question : « Qui suis-je ? » Si nous le faisons, nous découvrirons que nous nous identifions avec le corps physique, qui ne dure que le temps d'une vie. Il ne peut donc s'agir du Soi éternel. Ou alors, nous nous identifions avec nos émotions, nos sentiments, nos sensations qui sont passagères - un jour nous ressentons une chose, le lendemain nous en ressentons une autre. Cela n'a rien à voir avec le Soi. Ou bien encore, nous nous identifions avec nos structures mentales, avec nos croyances, notre idéologie, ou avec les traditions de notre religion, quelle qu'elle soit. Peu importe pour le Soi que nous soyons chrétien, bouddhiste, musulman, hindou, ou que nous n'ayons aucune religion ; ce qui importe, c'est notre identification avec le Soi, dont la nature est divine.

La réalisation du Soi est la réalisation de notre aspect divin. Si nous pratiquons une identification juste ainsi que le détachement, nous arriverons inévitablement à la conscience du Soi qui mène à la réalisation du Soi. Il ne s'agit pas d'une croyance, d'une religion, d'une idéologie, mais de quelque chose qui est bénéfique pour tous. C'est en fait le but de toute vie. [*Enseignements de la Sagesse éternelle* (B. Creme)]

NOUS AVONS TOUS BESOIN d'un « espace intérieur » dans lequel personne ne nous dirige, ne nous dit où aller ni quoi faire. Ce n'est qu'à

l'intérieur de cet « espace » que l'on peut se détacher de cette énergie.

Personne ne peut vous diriger. Vous êtes né pour devenir conscient de vous-même, pour reconnaître le Maître en vous. Votre espace intérieur est sacré. C'est le lieu où tous les problèmes se dissipent. C'est le lieu où vous vous rendez lorsque vous dites aux autres que vous êtes fatigué, effrayé, que vous en avez « ras le bol », lorsque vous désirez être seul pour trouver votre propre espace. « Cet espace vous a été donné afin que la confusion et le chaos qui vous entourent se dissipent. Vous ne devez jamais livrer cet espace à quiconque, à l'exception de votre vrai Soi. La méditation est en fait un voyage de retour vers cet espace intérieur qui permet de trouver la paix et le bonheur. » [Les lois de la vie (Maitreya)]

BIEN QUE DIEU soit en réalité partout, on commence à prendre conscience qu'il est possible de percevoir le Seigneur dans son cœur. « Dieu ne se trouve pas dans le ciel », enseigne Maitreya, « Dieu réside dans le cœur ». Quand le mental est au repos, libre de toute opinion dogmatique, il absorbe la vérité. « La réalisation du Soi est la réalisation de Dieu » ; l'enseignement du Maître vous inspire à chercher en vous. Ce n'est pas de la religion. Ce n'est pas de la politique. Ce n'est pas de l'idéologie. [La Mission de Maitreya, tome II (B. Creme)]

LORSQUE L'HUMANITE prendra conscience de la véritable nature de sa constitution - en tant qu'âme s'exprimant par l'intermédiaire d'un corps mental, d'un corps émotionnel et d'un corps physique double (éthérique et dense), le premier pas vers la victoire sur la maladie aura été fait. Jusqu'à présent, l'attention de l'homme s'est focalisée sur le plan physique dense, alors que les causes de la maladie doivent être trouvées dans la dilapidation des énergies circulant dans les corps subtils. L'homme se trouve au seuil d'une grande découverte : que la maladie est le résultat d'un déséquilibre, qu'un équilibre correct s'obtient par une pensée et une action justes, et qu'une pensée et une action justes dépendent de ses frères et sœurs partout dans le monde. Si l'homme veut mettre fin à la maladie, il doit d'abord mettre fin à la séparation. [Santé et guérison (première partie)(Maître -)]

LORSQUE VOUS ETES DETACHE au niveau du mental, de l'esprit et du corps, ce qui peut se passer autour de vous et en vous ne vous touche pas. Vous êtes immunisé. C'est cela le salut. Tant que vous serez attaché, vous ferez l'expérience du conflit, des hauts et des bas de la vie. La connaissance et la sagesse engendrent les attachements les plus forts. C'est la raison pour laquelle Maitreya conseille : « Soyez ce que vous êtes. Vous n'êtes pas la

connaissance. Vous n'êtes pas la sagesse. Vous (le Soi) et moi (le Soi) sommes Un. Qui que vous soyez, quoi que vous soyez, où que vous soyez, baignez dans l'eau divine de la pureté que constitue le détachement. Je ne suis pas venu délivrer un enseignement nouveau. Soyez honnête et sincère envers vous-même, dans le détachement. Cette méthode est très simple, très douce, elle n'a rien à voir avec la religion, l'idéologie, la politique. Elle permet à chacun de faire l'expérience de ce qu'il est. Faites ce que vous avez à faire, mais restez libre. » [Les lois de la vie (Maitreya)]

LA REALISATION DU SOI se rapproche lorsqu'on passe progressivement d'une initiation à la suivante. Chaque initiation impose une fréquence plus élevée aux vies déviques composant la structure atomique de nos corps physique, astral et mental. Cette structure atomique est progressivement modifiée et l'activité des vies déviques se transforme. Elles ne sont plus à la barre. Leurs pulsions nourrissent notre corps, mais l'énergie de l'âme commence à prendre les commandes. La personnalité maîtrise davantage le corps physique, qui commence à répondre aux instructions du plan mental. Le corps astral, lui aussi, commence à se calmer. En fait, le corps astral devrait être comme un lac tranquille - ce qu'il deviendra avec l'évolution. Il ne balayera plus l'individu de ses émotions. Il agira alors comme un miroir reflétant le niveau de conscience bouddhique.

Le niveau bouddhique est le second niveau de la Triade spirituelle, laquelle fait intervenir la volonté, l'amour-sagesse et l'intelligence de l'âme. La conscience bouddhique, reflétée sur ce lac tranquille, est ce que nous expérimentons sous forme d'intuition.

Les minuscules vies déviques du plan astral sont plus ou moins aux commandes jusqu'au niveau d'initiation 1,5-1,6, où la polarisation mentale commence.

Ensuite, elles s'imposent de moins en moins dans la vie de l'individu. Cela ne signifie pas pour autant que nous n'avons plus d'émotions, mais elles parviennent de moins en moins à nous envahir et à nous submerger. Nous apprenons à nous détacher de leur impact sur le corps astral.

L'énergie de l'âme est tellement plus élevée que celle des véhicules, en l'occurrence le corps astral, que nous prenons progressivement le contrôle de celui-ci. Cette maîtrise n'est cependant totale qu'une fois atteint le niveau 2,5-2,6, où la polarisation spirituelle commence.

De notre point de vue, la vie dévique est la vie de la matière. Du point de vue des dévas, c'est une vie pleinement consciente. Elle est similaire à celle des cellules de notre corps qui ont leur existence propre en dehors de notre conscience mentale et agissent en fonction de notre ADN et de la quantité de vitamines,

de minéraux et de nourriture que nous leur fournissons. Si nous mettons en action suffisamment d'énergie de l'âme, nous commençons à les contrôler. Tout autant que le karma, c'est notre capacité à changer la qualité de vie de nos véhicules qui détermine le moment où nous atteindrons la réalisation du Soi. Ou c'est nous qui sommes aux commandes, ou ce sont les dévas. Mais le grand aimant que nous appelons la Vie, et qui pousse en avant l'ensemble de l'évolution, devient tôt ou tard trop puissant pour qu'un groupe quel qu'il soit ou un individu puissent y résister, et nous sommes poussés en avant, bon gré mal gré. A ce stade, nous n'en sommes peut-être pas encore à la réalisation du Soi, mais nous y parviendrons un jour. [*L'Art de vivre* (Maitreya)]

Raison et intuition

par le Maître —, par l'entremise de Benjamin Creme

Nous entrons dans une ère nouvelle où la raison sera progressivement remplacée par la faculté plus élevée qu'est l'intuition. Ce qui constitue chez l'homme la faculté de raisonner et dont il tire aujourd'hui une légitime fierté tombera un jour au-dessous du seuil de la conscience et deviendra aussi instinctif que le sont aujourd'hui le fait de respirer ou de se mouvoir. L'avenir réserve à l'homme une immense expansion de conscience par le développement de l'intuition, un éveil à des états d'être qui lui sont aujourd'hui totalement inconnus mais qui attendent d'être perçus par son mental éveillé. Toute expansion de conscience est précédée d'une période de tensions, et l'époque de conflits et de difficultés que traverse actuellement l'humanité sera suivie d'une époque de tranquillité et d'équilibre qui préparera le terrain pour l'épanouissement progressif de l'intuition. L'homme connaîtra alors de façon directe, et sans aucun doute possible, sa véritable nature en tant qu'âme créée à l'image de Dieu. Grâce à l'éveil de l'intuition, l'homme découvrira les secrets de la nature et apprendra à jouer le rôle qui est le sien dans le Plan évolutif de tous les règnes. Il découvrira en lui-même des facultés et des connaissances dont il n'aurait jamais pensé pouvoir un jour rêver, et tout ce

qu'il aura besoin de savoir se présentera à son mental illuminé.

L'étape suivante dans l'épanouissement de la race humaine sera l'arrivée d'âmes dotées dès la naissance d'une faculté d'intuition déjà active et puissante. Ces âmes se rassemblent en ce moment sur les plans intérieurs de la vie et ne vont pas tarder à s'incarner. Elles constitueront la prochaine (la sixième) sous-race de la cinquième race-racine actuelle et mèneront l'humanité de l'obscurité du mental rationnel limité à la lumière de l'intuition. Tout deviendra possible pour l'homme. La lumière de l'âme transformera les problèmes humains, en indiquant du même coup la solution. Grâce à cette connaissance directe, l'homme se dirigera sans erreur possible vers le but qui est le sien.

La faculté que nous appelons « raison » a joué son rôle et conduit l'homme au seuil de la divinité, le préparant ainsi à accéder aux facultés du mental supérieur. On considère généralement que l'intuition vient du niveau manasique de la conscience. Mais en réalité, la véritable intuition trouve son origine sur un niveau supérieur, le niveau bouddhique. C'est essentiellement la compréhension aimante ou véritable sagesse. Lorsque l'intuition fonctionne, la séparation est inconnue. L'unité de toutes choses est directement perçue, les illusions du mental rationnel sont transcendées et la Réalité est connue.

A la lumière de l'intuition, l'homme reconstruira le monde et foulera le chemin qui mène à Dieu, suivant ainsi les pas de ceux qui l'ont précédé et sont devenus des Fils de Dieu réalisés. Notre tâche, lorsque nous vivrons et travaillerons parmi vous, sera de stimuler, chaque fois que cela sera possible, cette faculté supérieure du mental et de vous guider sur le Sentier.

Déjà, les portes de la perception commencent à s'ouvrir et nombreux sont ceux qui se découvrent détenteurs de vérités intuitives. L'alignement avec l'âme a ouvert des canaux et la lumière descend à profusion. Une perception

plus claire de la Réalité devient possible pour la race des hommes en cette heure de grande nécessité, ce qui est de bon augure pour l'avenir. A mesure que l'intuition se développe, les tendances séparatrices du mental rationnel diminuent et il en résulte un climat plus sain dans toutes les relations.

La tâche à venir est claire : ouvrir les fenêtres de l'âme et laisser sa lumière illuminer vos vies. Par l'éveil de l'intuition permettre à la connaissance et au dessein de l'âme de s'exprimer. Comprendre le mot « compassion » et répandre l'amour autour de vous. Permettre à la sagesse de votre âme de bannir toute illusion et de devenir une lumière pour vos frères. Telle est la tâche de tous ceux qui désirent fouler le Sentier de Lumière. Eveiller l'intuition et avoir une vision claire du Plan ; éveiller l'intuition et dissoudre l'obscurité ; éveiller l'intuition et rejeter toute crainte.

L'EQUILIBRE - Si vous regardez en permanence au-dehors, vous perdez de vue votre soi intérieur. La vie devient alors trop matérialiste. Si, à l'inverse, vous regardez la plupart du temps en vous-même, vous perdez contact avec la réalité extérieure. C'est l'équilibre entre intérieur et extérieur qui conduit au développement de relations justes dans le mental, l'esprit et le corps. Ce point d'équilibre doit être conservé. *[Les lois de la vie (Maitreya)]*

TOUT COMME LE CORPS a besoin d'être baigné, le détachement est le « bain » du mental, et la conscience éveillée le « bain » de l'esprit. Lorsque vous vagabondez dans le mental, l'esprit et le corps, n'oubliez pas que c'est dans la conscience du Soi que vous trouverez le repos. Si, dans votre sommeil, vous dormez « dans le mental », vous vous réveillez épuisé. Si vous dormez « dans l'esprit », il se peut que vous fassiez l'expérience de choses extraordinaires. Mais si vous dormez dans la conscience du Soi, vous dormez d'un bon sommeil. *[Les lois de la vie (Maitreya)]*

L'HOMME se tient désormais au seuil d'une nouvelle perception de lui-même, de son but et du monde dans lequel il vit. Ce nouvel éveil de conscience suscitera l'apparition d'aptitudes et de talents insoupçonnés qui attendent encore de s'exprimer et permettra aux humains d'entrer dans la demeure des dieux. Lorsque l'homme se verra vraiment tel qu'il est, rien

n'empêchera la manifestation de ses pouvoirs divins. Cette gloire sera visible de toutes parts et créera un sentier de lumière jusqu'aux étoiles les plus lointaines. Avant d'arriver à cette époque bénie, l'homme doit apprendre et s'entraîner aux loisirs, car sans loisirs, il a peu de chance de grandir. Les loisirs doivent être considérés comme la condition préalable au développement de la pensée et de l'action créatrices qui transformeront totalement la vie de l'humanité. *[Les loisirs sont la clé (Maître -)]*

SI UN VOLEUR s'adresse à vous, ne prêchez pas ; cela ne marchera pas. Apprenez-lui à être honnête dans ce qu'il fait. Il acquerra peu à peu le détachement.

Le détachement permet de mieux comprendre les mystères de la vie. En pratiquant le détachement, le voleur finira par se rendre compte que le mental réagit à une forme-pensée particulière. « *Même lorsque vous êtes en train de voler, sachez que sans la main divine du Seigneur, vous ne pourriez le faire.* » Le Soi n'est que le témoin. Petit à petit, le Soi devient conscient de sa maîtrise. Progressivement le Soi contrôle le mental, l'esprit et le corps. Chacun a sa propre richesse, que personne ne peut lui prendre. Cette richesse, c'est la réalisation du Soi. *[Les lois de la vie (Maitreya)]*

L'HOMME a un long chemin à parcourir car il provient de la plus haute source. En chaque homme siège un dieu.

Ce dieu est votre Soi véritable. Ma tâche consistera à libérer en vous cet être divin et, ainsi, à accomplir un Plan divin. Rien n'est plus simple que Dieu car, derrière toute chose, demeure ce principe divin. Lorsque l'homme en sera conscient, il parviendra à sa véritable grandeur et de lui se déversera un flot créateur. *[Message n° 54 (Maitreya)]*

L'expansion de la conscience

par le Maître —, par l'entremise de Benjamin Creme

Il est de plus en plus perceptible qu'à travers le monde un profond changement s'opère dans la conscience de l'humanité. Cette transformation se traduit de mainte façon, en particulier par les efforts entrepris pour explorer la nature de la conscience elle-même, pour mettre en lumière les liens existant entre la conscience, le mental et le cerveau, et pour étudier les effets que ces trois facteurs peuvent engendrer, individuellement ou de concert, dans la

matière et le monde naturel.

La vieille conception mécaniste de la nature et des forces qui y sont à l'œuvre cède rapidement du terrain, tandis que se fait jour une vision nouvelle de l'unité qui sous-tend toute manifestation. De plus en plus nombreux sont ceux qui acceptent l'idée que tout est énergie, qu'énergie et matière ne sont que deux états différents d'une réalité unique sur laquelle la pensée peut exercer son influence. La vision humaine de l'existence est transformée par cette compréhension qui ne cesse de croître, et la mise au point de nouvelles technologies mettra bientôt en évidence cette réalité. Tout ceci est d'une portée considérable pour l'évolution future du genre humain.

A l'orée du nouvel âge, la nécessité d'explorer le monde subjectif comme le monde extérieur et de comprendre la nature du lien qui unit ces deux aspects de la création prend une nouvelle acuité.

Nombreux sont les scientifiques du monde entier qui orientent leurs recherches dans cette direction, ressentant le besoin d'étayer de preuves leur conviction intuitive que tout est interconnecté. On accepte de plus en plus facilement l'idée de l'âme en tant que « soi » suprapersonnel, ce qui ouvre la voie à une vision nouvelle plus inclusive de la réalité.

Avec le temps, toutes ces recherches se fonderont sur la prémisse que la conscience est un attribut de l'âme, que le mental et le cerveau constituent ses véhicules de manifestation, et qu'il n'existe ni rupture ni séparation dans leur système de connexion.

A ce jour, le système nerveux est considéré comme la route qu'empruntent les signaux de nature électrique provenant du cerveau - le cerveau qui, tel un poste de commandement, met en action les automatismes mentaux, émotionnels et physiques par lesquels notre vie se manifeste.

Jusqu'à un certain point, cette conception est bien sûr fondée. Il est exact que cet ordinateur sophistiqué qu'est le cerveau physique coordonne et organise les informations et stimuli extrêmement variés qui, d'instant en instant, lui parviennent de l'appareil sensitif. Cependant, lorsque la nature de la conscience et sa source seront mieux comprises, il en émergera une représentation plus juste du statut et de la fonction du cerveau en tant que point focal d'une infinie diversité d'impulsions en provenance de principes supérieurs.

Nombreux sont ceux pour qui « le mental, c'est l'homme ». S'identifiant à leur mental, ils se prennent pour des êtres mentaux, capables de penser et d'agir de manière totalement autonome et séparée, et dont l'existence même provient de cette faculté de penser et de juger. Cette conception, elle aussi, n'est que l'ombre de la véritable relation existant entre l'homme et son mental.

Le mental humain est un instrument dont la sensibilité varie selon les individus, permettant d'entrer en contact avec les plans mentaux et de les connaître. Le plan mental, ou sphère mentale, s'étend à l'infini, et sert à canaliser l'ensemble des expériences mentales.

Quand les hommes comprendront cela, ils sauront pourquoi la télépathie résulte naturellement de cette relation avec le plan mental, et l'on assistera à la naissance d'une ère nouvelle de communication et de compréhension mutuelle.

On comprendra alors que le système nerveux est le lien qui relie l'âme à ses véhicules, l'instrument qui permet à l'âme en incarnation de s'emparer de son reflet et de se manifester à travers lui.

C'est ainsi que la conscience, la nature de l'âme, croît et se développe, déversant sa lumière à travers tous les plans et éveillant l'homme à sa destinée en tant que fils de Dieu.

Thématiques : [sagesse éternelle](#), [spiritualité](#),
[émergence](#)

Rubrique : [Compilation](#) (Nous publions dans cette
rubrique une sélection de citations de Maitreya

(Messages de Maitreya le Christ et Enseignements
de Maitreya : les lois de la vie), du Maître de
Benjamin Creme (Un Maître parle) et de Benjamin
Creme (divers ouvrages).)