
SEPTEMBRE 2007

Cher Disciple,

L'une des choses qu'un chercheur doit gérer est la primauté du mental subconscient. Le mental subconscient essaie de vous protéger des problèmes que vous avez en installant des barrières à cet effet. Quand vous essayez de supprimer ces barrières, il dit, "Non, tu ne peux pas faire cela. Je suis ici pour te protéger. Ces barrières sont pour ta protection."

Le problème est que les niveaux subconscient et conscients du mental n'ont pas les mêmes 'valeurs' et parce qu'il y a davantage de pouvoir dans le subconscient, le mental subconscient bat les valeurs du mental conscient. La solution est de savoir comment contourner un bloc d'énergie. C'est très important et c'est la chose-clé dont j'aimerais vous parler dans cette Leçon. En d'autres termes, certaines actions prises par le mental conscient sont une menace pour le mental subconscient.

Nous avons parlé du secret yogique qui consiste à prendre les blocs dits d'énergies négatives et à les convertir en énergie positive plutôt que d'essayer de détruire l'énergie qui existe dans une expérience négative. A cet effet nous utilisons le rituel mathématique et symbolique du cube, du plan, de la ligne et du point mathématique.

Souvenez-vous du processus : Le cube est devant vous et se dissout vers le haut, se transformant en plan. Puis vous déplacez le plan vers le haut pour le transformer en ligne. De là, deux approches : la première consiste à incliner la ligne, à la faire reculer vers son autre extrémité et à se dissoudre, se transformant en un point. Ou vous pouvez voir l'une et l'autre des deux extrémités de la ligne se dissoudre jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un point. Dans les deux cas, la ligne se transforme en un point mathématique.

En résumé, vous avez déplacé un symbole tridimensionnel et l'avez transformé en un symbole bidimensionnel puis en un symbole unidimensionnel et enfin en un point sans dimension.

En yoga, le point mathématique est le bindu, l'un des concepts les plus importants en mysticisme. Il symbolise et il est Nirguna Brahman, la Réalité sans forme.

Donc, troisième dimension, deuxième dimension, première dimension et un point sans dimension. Or ce n'est guère la façon dont le cerveau ordinaire pense, donc vous devez utiliser une autre partie de votre cerveau. C'est l'un des secrets.

J'aimerais partager avec vous un peu de mysticisme Japonais. Au Japon, ils ont un secret pour apprendre à atteindre le mental subconscient tout en apprenant ce qui est dans le subconscient. Leur secret consiste à ramper. Oui, c'est exact. Vous vous mettez à quatre pattes et lentement rampez sur le sol en ayant soin tout le temps d'observer attentivement ce que le mental vous révèle quant au contenu de votre mental subconscient.

Quand vous êtes confus ou que vous ne pouvez pas prendre votre décision, rampez ! Cela fonctionne car le rampe est lié au chakra Lune qui est l'une des portes au subconscient.

Copyright © 2007, Goswami Kriyananda.

Tous droits réservés. Tout transfert de cet Enseignement ou toute reproduction de quelque manière que ce soit sont interdits sans l'autorisation préalable écrite de l'Editeur et de l'Auteur.

Ce mois-ci, je vais demander de faire quelques rampements pour stimuler la tige du cerveau, le centre Lunaire, Chandra chakra. Les Japonais affirment que les rampements libèrent des "hormones d'apprentissage". Le fait de vous concentrer lentement sur un problème en rampant vous permettra de vaincre les obstructions et de résoudre ce problème plus rapidement. Bien que ce soit important, il est plus vital de ramper et d'observer ce qui flotte au-dessus de votre subconscient. Ramper stimule le centre Lunaire. Ramper à quatre pattes vous replonge littéralement dans votre mémoire d'enfance et re-libère les hormones d'apprentissage.

Souvenez-vous que le mental subconscient ne peut dire la différence entre aujourd'hui et hier. Par conséquent, en rampant vous stimulez le centre Lunaire, le la tige du cerveau libère des hormones qui vous facilitent le réapprentissage de choses. J'espère que vous comprenez le pouvoir de ce concept.

Au Japon, cette technique est aussi utilisée pour gens qui ont reçu un coup ou qui ont oublié une partie du langage. Les docteurs leur disent de penser une pensée puis de ramper. Cette méthode révèle que la personne réapprend beaucoup plus vite une langue. Elle est aussi utilisée pour gens partiellement paralysés. Les docteurs ont trouvé que ramper chaque jour pendant quelque temps stimule le réapprentissage et que ces âmes sont capables de réapprendre à marcher. Le mystique fait exactement la même chose mais à un niveau mental plutôt que physique.

Nous avons parlé de désapprendre des habitudes négatives. Essayez à la place de ré apprendre de bonnes habitudes. Pensez aux habitudes que vous devez réapprendre, que vous avez perdues en devenant adulte. Choisissez l'une des habitudes les plus vitales ; pensez-y puis rampez. Couvrez vos genoux et rampez pendant quelque temps.

Je vous parle de réapprendre à redevenir plus paisible et plus tranquille. Le rituel expansé que vous avez appris et pratiqué, j'espère, consistait à supprimer l'émotion de la colère si destructrice pour vous, votre famille et votre culture. Il y a en général un événement déclencheur source de la colère, d'où plusieurs expériences non résolues agissent comme facteurs déclenchants.

La colère ne vient pas à l'improviste ; plus souvent les gens ont appris à vivre avec une certaine quantité de colère refoulée. Dès que la colère se manifeste, vous commencez à chercher à qui incomber la faute. Le blâme est toujours placé sur une autre personne. Le problème est que cette attitude engendre un ressenti de brimades, une croyance que cette colère n'est pas venue de vous, donc qu'il n'y a aucune raison de changer vos états mentaux. Au lieu, cette émotion d'oppression signifie invariablement que quelqu'un d'autre vous opprime et vous projetez sur autrui la responsabilité pour vos émotions. Maintenant, votre mental pense que la colère est la faute de quelqu'un d'autre et qu'il n'y a aucune raison pour vous d'affronter vos émotions. Donc, la mesure à prendre est d'essayer de changer cette personne qui, à votre sens, vous a causé votre colère.

Cessez de croire que quelqu'un d'autre vous a mis en colère. Réalisez que cette personne a déclenché seulement une émotion de représailles que vous vous êtes vous-même installées. Commencez à faire face à vos émotions. Évaluez la situation avec réalisme puis décidez quel cours d'action prendre. L'action la plus simple et la plus directe est de vous éloigner

psychologiquement de l'événement ou de la personne. N'essayez pas de résoudre la situation quand votre mental est fâché. Eloignez-vous de la personne, de la situation puis commencez symboliquement à vous éloigner de votre colère et des fausses croyances associées à cette colère. Cependant, ce n'est que le début.

La prochaine étape est d'assumer la responsabilité complète pour votre colère. Cela signifie que l'émotion de colère que vous ressentez est totalement vôtre : vous vous êtes mis inconsciemment dans l'état de colère en permettant à l'accumulation d'inquiétude et de frustration de se développer.

L'étape suivante est de noter chaque fois que vous vous êtes mis en colère, incluant date, temps, lieu, personne et situation. Ainsi vous vous rendrez compte que vous devenez fâché beaucoup plus souvent que vous ne le pensez.

Ensuite observez toutes les façons dont votre attitude, votre manière de vivre, votre comportement supportent cette émotion de colère.

Enfin, initiez des changements dans votre vie en prenant la décision consciente de ne pas agir tant que vous êtes fâché. Choisissez de penser et d'agir de manière à ne pas être influencé par votre colère.

Notez, je vous prie, que toutes ces actions ne sont que des actions. Aucune ne concerne le fait de changer vos émotions. Ce processus sera beaucoup plus difficile :

Commencez par vous pardonner d'être en colère. Sachez que votre colère fait partie d'un mécanisme palliatif inconscient que votre psyché a appris à adapter pour vous aider à survivre émotionnellement. Réalisez qu'il y a vraiment de meilleurs moyens de répondre, de bien meilleurs moyens de gérer.

Alors tâchez de pardonner à ceux qui déclenchent votre colère. Réalisez que ces âmes luttent aussi avec leurs émotions sur une base quotidienne, tout comme vous. Ensuite, prenez conscience des souffrances et des épreuves que vous avez causées à autrui dues à votre émotionnalité.

Finalement, retournez dans vos banques mémorielles pour déterrer cette expérience où vous avez commencé initialement à planter les graines de frustration émotionnelle et de ressenti de brimades. Cette expérience se relie toujours à une vie passée. Cependant, elle peut être vue symboliquement et expérimentée dans vos expériences d'enfance, car les fantômes du passé revivront d'incarnation en incarnation à moins que vous ne les remplaciez par des esprits divins.

Voyez que le schéma existait dans vos parents et dans leurs parents. Réalisez que vous révélez un schéma karmique d'émotionalité et de colère qui existait dans votre famille depuis des générations. Aidez-les. Aidez votre famille et votre culture en guérissant votre colère et en la remplaçant par une gentillesse affectueuse.

OM

Shanti, Guru

Copyright © 2007, Goswami Kriyananda.

Tous droits réservés. Tout transfert de cet Enseignement ou toute reproduction de quelque manière que ce soit sont interdits sans l'autorisation préalable écrite de l'Éditeur et de l'Auteur.