

Pourquoi explorer son esprit?

L'exploration de l'esprit est tel un tapis. Plus on l'explore plus les tendances mentales les plus anciennes et cachées se déroulent devant ses yeux. On découvre ainsi au fil du temps les archétypes les plus anciens de l'esprit humain. Pourquoi cette exploration de l'esprit est-elle importante ?

Explorer son esprit permet de mettre de la lumière sur toutes choses (notamment son ego). Cela permet d'éviter que les tendances mentales (peur, avidité, égoïsme, etc., se manifestent et fassent souffrir non seulement soi-même mais aussi autrui.

L'ego est tel un volet sur une fenêtre. Il empêche la lumière de rentrer dans sa maison.

En effet, la lumière, tel le soleil, est toujours présente, mais on ne la voit pas si les volets sont fermés. On ne peut pas non plus en ressentir la chaleur.

Ainsi, quelqu'un qui n'est pas ouvert, ne peut pas voir et exprimer sa lumière, sa joie, son amour, pourtant omniprésents.

Au contraire, la personne ouverte qui prend conscience, est tel un soleil dans la présence duquel toute ombre s'efface. L'ego ne peut agir. Un monde lumineux est un monde ouvert, qui reconnaît sa propre nature lumineuse et la réalise. La réalisation de soi signifie tout simplement: mettre de la lumière sur toutes choses.

Ainsi rechercher la lumière, l'amour, la paix, la joie, sans vouloir s'ouvrir à l'ego n'a pas de sens. L'un et l'autre vont ensemble. L'un et l'autre grandissent ensemble. Plus on connaît son ego, plus la lumière est présente et agit dans la matière, dans le monde.

Autant la lumière est infinie, autant notre structure mentale est finie, c'est à dire qu'on peut l'explorer jusqu'au bout et en découvrir la constitution : ignorance - peur - avidité - mensonge - jalousie - déni, etc.

À la fin de cette exploration, un des archétypes les plus anciens du mental est mis en pleine lumière. Je l'appelle l'archétype de la Trinité, car il implique l'interaction de trois personnages représentant l'esprit ancestral de la Mère, du Père et du Fils.

L'esprit de la Mère signifie l'ouverture à l'ego, à la vérité, et par conséquent l'ouverture au monde, à l'existence. Cela permet la réalisation de l'amour.

L'esprit du Père signifie la clarté mentale, la reconnaissance de sa propre lumière c'est à dire l'ouverture à l'essence de la Conscience: le silence, le vide. Cela permet le calme et la stabilité: la réalisation de la paix.

L'esprit du Fils signifie la joie, c'est à dire l'ouverture aux plaisirs tout en dépassant l'égoïsme et l'avidité. Cela permet le détachement, la dévotion, la gratitude et la sagesse: la réalisation de la félicité absolue.

Ces trois aspects de l'esprit sont en toutes personnes. La réalisation de Soi est la lumière faite sur cette trinité intérieure/extérieure et le dépassement de ses tendances mentales. Dans la terminologie hindoue cela s'appelle aussi la réalisation de Sat -Chit-Ananda.

Sat est l'esprit de la Mère, l'esprit de la nature, l'ouverture, l'existence ou la vérité.

Chit est l'esprit du Père, la perception, l'intellect, l'Intelligence, le calme, la paix, la Conscience.

Ananda est l'Esprit du Fils, la joie absolue, la sensualité, la dévotion, la gratitude, la sagesse, la félicité.

Beaucoup de courants spirituels sont très attachés à l'esprit du Père: la recherche du silence, de la paix, du vide excluant la pensée. Ils sont attachés à trouver un certain *état* de conscience. Certaines erreurs découlent de cette recherche car elle exclut souvent l'ouverture à l'ego et par conséquent le retour au naturel. Par manque de clarté, l'ego fait peur et l'Esprit de la Mère fut souvent nié ou rejeté dans l'histoire. Pour certains, elle ne fut qu'une sorcière. Inconsciemment, le Féminin fait peur. On le fuit car il implique de se regarder en face et de se remettre en question.

Ainsi, depuis la nuit des temps, on a oublié de reconnaître véritablement l'Esprit et la réalisation de la Mère. Il ne faut pas l'oublier car de là découle une spiritualité saine et naturelle et par conséquent des sociétés saines et naturelles.

Oublier le Féminin, ne pas reconnaître le Féminin, manquer de gratitude à l'égard du Féminin a été la source de nombreuses injustices à un niveau qui dépasse le personnel pour s'inscrire dans les structures mentales.

Reconnaître le Féminin apporte au contraire une ouverture réelle et profonde, l'humilité et la gratitude, et surtout le retour au naturel, le respect de la Nature intérieure /extérieure avec tout ce qu'elle comporte de précieux et de vivant.

Puissions-nous tous nous comprendre et intégrer ce masculin/féminin en soi pour trouver la complétude et réaliser Sat-Chit-Ananda 🙏

<https://www.tilicho.fr>