

MagicWorld



**“L’ Acceptation de soi : comment transformer nos émotions
et nos pensées en sources de Joie et de Lumière”**

Bonjour et bienvenue pour notre nouvelle Aventure MagicWorld !

Le projet pour nous libérer de notre état d'âme limité, des seuls désirs limités des différents masques de la personnalité, tel que l'avidité et l'angoisse occasionné en lien à celui-ci, soit l'attachement à ce que nous tenons, par exemple à nos biens matériels, notre argent, nos relations aimantes, notre travail professionnel, notre famille, etc.

Le problème de l'attachement n'est pas la bonté qui évidemment se trouve dans ces bienfaits de ce que la vie peut nous apporter de bien, de bon et d'heureux, mais le problème en est l'attachement excessif, sans capacité à pouvoir prendre une certaine distance et se libérer des souffrances occasionnés lorsque nous n'avons pas ce que nous désirons, sur ce à quoi nous tenons le plus.

Ce détachement, cette capacité d'être, de mettre une certaine distance, nous permet de vivre mieux nos attachements, car nous subissons moins l'effet négatif du revers de la pendule, dans les moment plus difficile de notre destin.

La valeur de liberté de l'être en lien avec cette capacité que nous développons progressivement au non attachement et la quête de liberté intérieure, de libération de nos propres limitations quant à l'attachement, est absolument essentielle. Car ce détachement, cette distance apportée nous permet de descendre plus en profondeur en soi et de toucher notre essence plus profonde, plus heureuse, plus lumineuse.

Ceci n'est possible qu'à travers la prise de conscience de nos attachements dans un premier temps et notre capacité à prendre une certaine distance pour revenir plus à l'intérieur de soi, plus ancré dans son corps, et plus libre intérieurement.

Notre capacité à réussir à entrer dans un état d'âme supérieur, plus beau, plus grand, plus dense, et donc plus libre, vient évidemment de notre intention à nous élever.

Développons, notre capacité de voir tous ces mouvements des masques limités en soi, sans rien rajouter à ce qui est.

Voir par exemple notre angoisse face à une situation, en restant dans son propre silence, dans sa conscience. Nous pouvons nous aider en nous ancrant dans le corps, les sensations, son hara, sa respiration et en se rappelant le Grand Esprit que nous sommes au plus profond de soi.

Notre conscience, qui grâce à son silence, qui ne rajoute aucun bavardage à tout ce qu'elle observe, permet ensuite de pouvoir observer simplement ce qui est, comme c'est, sans interprétation aucune par

le mental, qui désire tout intellectualiser, juger, analyser, discuter et finalement tourner en rond dans son problème.

À contrario, dans le silence, nous entrons là, dans une observation objective et non plus subjective, interprétée.

L'état d'esprit à développer pour nous libérer, est de s'ancrer dans le corps et à la fois d'observer les sensations, qui viennent des émotions. D'observer le mental, avec ses pensées, comme on observe des objets devant soi, sans se prendre pour les objets, soit les pensées.

Sans, non plus se prendre pour ses émotions, ses sensations.

Ni se prendre pour le corps physique non plus, avec sa physiologie, ses organes qui nous maintiennent en vie. On ne se prend pas pour un rein ou son intestin.

Bien qu'il soit nécessaire d'avoir un corps pour vivre notre expérience terrestre, nous ne sommes pas ce corps, et nous pouvons voyager d'un état d'âme limité, avec ses pensées, émotions, sensations limitées, vers un état d'Âme Libre, Heureux, Joyeux, en chaque instant.

Il ne s'agit là que d'une prise de conscience de notre réalité intérieure, soit la Connaissance de ses phénomènes en soi, par l'observation de soi, et ensuite la culture d'un état d'être, pratique, ou psycho-technique à connaître et développée, pour que cette libération s'opère.

Quelques subtilités d'âme et d'esprit, du corps et du cœur à acquérir, ou tout simplement une subtilité de Conscience à développer, pour réussir à pénétrer dans sa propre Âme Pacifiée, qui nous mènera ensuite, avec plus de profondeur encore, au véritable Royaume Céleste, Divin et Cosmologique.

Observer ce corps qui vit. Il vit indépendamment de soi. Le cœur bat tout seul, la respiration est automatique, nos cellules du corps sont en mouvements, indépendamment de notre propre volonté.

De même pour les émotions. Elles arrivent comme elles sont, automatiquement, en réaction au monde qui nous entoure, sans que nous ayons à y être pour quelque chose.

Par contre, là où nous devenons responsables des émotions qui nous traversent, c'est lorsque nous nous prenons pour elles et que nous entrons dans leurs jeux. Nous rajoutons encore plus d'énergies, d'émotions et de pensées négatives à ce qui se manifeste déjà.

Donc, nous apportons du carburant, tel que du fuel, à un feu déjà allumé. Au lieu de le laisser s'éteindre sans alimenter celui-ci. Nous rajoutons du carburant. Ce feu continuera alors à bien brûler des heures et des heures entières et alimenter tout notre Être pour aller dans sa direction. La direction d'un masque seul, alimenté par nous-même, un être demi-conscient ou complètement endormi, soit identifié, inconscient, à ce qui est en train de se passer en soi, dans sa propre âme.

Lorsque l'émotion qui nous habite, nous fait entrer en action physique, matérielle, manifeste, elle est inscrite ensuite, selon la sagesse hindouiste ou bouddhiste, dans notre karma. Et elle nous reviendra sous une forme ou sous une autre.

“Par exemple, si je suis anxieux parce que je n'ai pas vu le temps passer et que je risque d'arriver en retard, et que je me retrouve dans une file d'attente à l'épicerie, et que je manifeste mon mécontentement envers la caissière qui discute avec une autre cliente, en devenant arrogant et insultant, il est évident que je ne recevrai pas le même traitement que si j'avais été aimable en contrôlant ma colère. De plus, la prochaine fois que j'entrerai dans cette même épicerie, il est fort probable que je ne serai pas considéré de la même manière que si j'avais été aimable auparavant. Voilà ce qu'est le karma de façon très concrète, sans aucune croyance sur le sujet.”

Nous pouvons soit subir la manifestation de nos masques, suite aux événements de notre vie au quotidien, ou alors les accepter et nous réconcilier avec ceux-ci, pour devenir plus libre, heureux et plus lumineux.

À l'inverse, nous serons angoissés et en colère ! Nos relations s'amenuiseront et nous deviendrons de plus en plus dépressifs. Nous aurons besoin de beaucoup d'alcool, de drogue et de médicaments en tous genres, pour rester debout avec l'entrain que nous estimons mérité.

Puisque nous devons subir ou accepter ce corps, l'âme aussi dans laquelle notre conscience réside, la seule chose que nous pouvons faire, en plus de prendre une certaine distance, donc un certain détachement, c'est aussi, dans un premier temps, de s'accepter une fois pour de bon. Se dire : "oui, toutes ces limitations vivent en moi, je m'accepte avec humilité et je m'aime comme je suis", et je peux rajouter : "j'accepte les autres, comme ils sont !"

La clé est l'acceptation de son état d'âme, avec ses émotions, ses sensations et ses pensées continues. Cela, sans rien rajouter à ce qui est pénible déjà.

Dans ce cas, nous pouvons simplement accepter ce qui nous vient, comme un état de fait, que nous ne pouvons de toute façon pas changer.

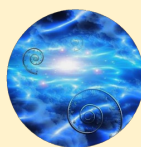
Alors, pourquoi ne pas prendre du plaisir dans notre âme limitée, telle qu'elle est ? Prenons le parti du plaisir ! Prenons le parti de l'humilité et de l'acceptation, avec humour et Amour. Nous serons surpris que cet état d'esprit, cet état d'être, nous rend libre, enthousiaste et nous attire la lumière.

Nous pouvons arrêter de rajouter par nos plaintes, nos mauvaises humeurs et plus grave, par de mauvaises paroles et des actes nuisibles, sur tout ce qui nous arrive de pénible déjà dans la vie. Et donc arrêter d'apporter de l'énergie, du carburant à cette pénibilité.

À partir de notre Centre de Commande Intérieure, nous prenons à présent le contrôle total de notre corps et de notre âme. Nous devenons le maître à bord. Nous avons une vision claire sur nous-même, sur nos réactions mécaniques, et sur notre possible influence, de maître à bord, qui accepte ce qui est, telle que c'est, et de rester simplement avec ce qui est, bienveillant, souriant, compatissant et joyeux.

Pour cela, restons dans notre observateur, qui observe silencieusement tous les mouvements, tous les phénomènes, dans son âme.

Et arrêtons de nous prendre pour ces phénomènes que nous ne sommes pas. Nous sommes une Conscience Libre et non dominée par sa propre personnalité, qui se dirige vers son Âme Pacifiée et au-delà encore, vers son Esprit Cosmique et Universel.



MagicWorld