

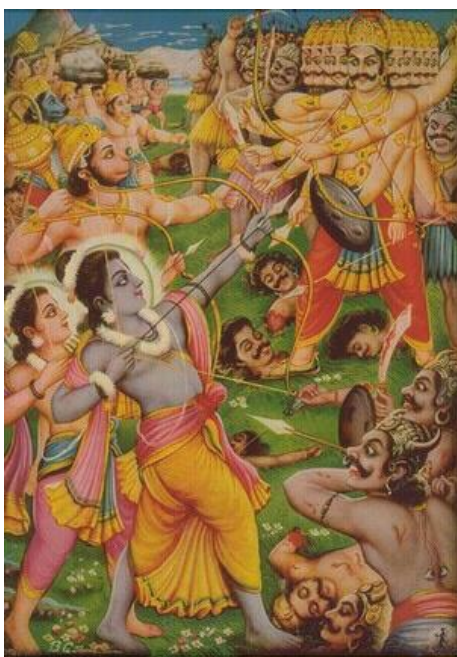
Michèle RAULIN 28.02.2022

Tout ce sur quoi on porte son attention grandit. C'est une des lois les plus puissantes de l'univers, parce qu'elle utilise la force de la pensée consciente : force créatrice de la pensée et force créatrice de la conscience. Le "et" multiplie. Ensemble ces forces ne s'ajoutent pas elles se multiplient. Une petite observation : maintenant que l'attention mondiale se détourne de l'épidémie, que pensez-vous qu'elle va devenir ? Il en est de même de toute peur.

Il ne faudrait surtout pas croire qu'il s'agit de déni, de lâcheté. Il y a une grande différence entre détourner son regard de ce qui fait peur parce qu'on a peur, et porter son attention sur ce qui anéantit la peur. C'est comme se cacher les yeux devant un film d'horreur ou se souvenir que ce n'est qu'un film. Ramener la conscience en méta-position. Dans mon dernier article je parlais des mensonges du mental. Quand il se prend les pieds dans le scénario du film au point qu'on s'identifie aux personnages et qu'on vit leur peur ou leur douleur, il est temps de porter son attention sur le rayon de lumière qui porte l'image, se souvenir du projectionniste.

Le monde vit une formidable poussée évolutive qui a pour le moment deux conséquences immédiates sur lesquelles il convient de ne pas se tromper. La première conséquence, c'est que cela provoque l'éclatement de poches de négativité. Quand la santé s'améliore, l'organisme a plus de force pour éliminer les poches d'infection ou d'intoxication. Le retour de la santé peut commencer par un furoncle, des vomissements ou autres manifestations morbides ; de nombreuses personnes guéries de leur cancer vous le diront : elles ont bien senti qu'elles étaient dans un processus de purification et n'ont pas cessé de porter leur attention sur cet assainissement.

La seconde conséquence de la poussée évolutive mondiale, c'est que pour maintenir l'équilibre les forces "négatives" augmentent parallèlement. Il faut bien comprendre ce processus. Je vous avais dit que je vous parlerais du Râmâyana, c'est le moment d'en toucher un petit mot. Ce qui fait le sens d'une histoire, c'est sa fin, comme la morale de la fable. A la fin de la grande bataille des forces du Bien (Râm et ses alliés) contre les forces du Mal (Râvan et ses alliés) Râm est tué et Vîbishan, le frère de Râm,



et ses alliés) Râvan est tué et Vîbishan, le frère de Râm, devient un "dévôt de Râm". Dans la physiologie comme dans la nature et comme dans les sociétés humaines, les forces destructrices sont nécessaires à la vie et à l'évolution, elles font partie des processus de renouvellement, de régénération. Les feuilles et les fruits tombent à l'automne, ils pourrissent au pied de l'arbre et forment l'humus de la prochaine poussée de sève. La seule condition à maintenir c'est que les forces de destruction restent au service de l'évolution. Le frère de Râm est l'autre visage de Râm. Si on lit bien le texte, on s'aperçoit que Râm n'a pas envoyé des flèches tueuses sur le Râm de l'ombre mais des flèches lumineuses sur son alter ego. Râm ne porte pas son attention sur la guerre mais sur la paix, et Râm s'autodétruit, il devient Vîbishan.

Quelles flèches de paix pouvons-nous envoyer quand les forces de l'ombre semblent grandir sur la Terre ? D'abord revenir au projectionniste et voir que ce n'est qu'un jeu d'ombres et de lumière. Voir que l'histoire est en train de "râmener" l'ombre dans la lumière, et pour cela il faut bien qu'elle sorte du bois. Et maintenant avec toute notre détermination, focaliser notre attention consciente sur la lumière. Il ne s'agit pas de se fabriquer des images ou des humeurs. Simplement de regarder, ici et maintenant, ce qui fait déjà source de lumière là où on est. Peut-être est-ce les prémises du printemps, peut-être un enfant qui joue, un geste d'humanité, peut-être est-ce votre expérience intime du divin ... il y a tellement de belles choses à regarder. Surtout ne sous-estimez pas la puissance de ce choix. La conscience collective est plus que la somme de ces petits choix individuels, elle les multiplie. Ayez bien conscience que lorsque vous portez votre attention sur la beauté ou la bonté dans le monde, vous n'êtes pas en train de détourner lâchement votre regard mais d'envoyer intentionnellement une flèche d'ensemencement de la paix, et que suivant votre intention elle ira droit au but. Vous choisissez de ne pas alimenter la peur, de ne pas alimenter l'ombre. Vous avez là une responsabilité. Ne méprisez pas le pouvoir des fleurs.

Depuis plus de 60 ans maintenant, des études répétitives menées par des équipes indépendantes les unes des autres ont systématiquement montré que la plus puissante façon d'arrêter une guerre est de créer des groupes de cohérence qui stabilisent la conscience collective. Amener l'esprit au-delà de la pensée dans l'expérience de la seule et pure conscience, crée des vagues de stabilisation dans la conscience collective. La pratique synchronisée en groupe a démontré ses effets sur la guerre Iran/Irak, sur la guerre en Irlande du Nord, et d'autres. On ne peut plus dire qu'on ne sait pas quoi faire. Si on ne connaît pas ces techniques-là, c'est déjà beaucoup de regarder les fleurs et le lever du soleil. Depuis la France regarder vers l'Est c'est choisir de regarder les chars ou le lever du soleil. A quoi voulez-vous donner votre pouvoir ? C'est un choix beaucoup plus puissant qu'un bulletin de vote, et vous n'avez pas besoin de procuration.

Je vous suggère aussi de relire sur mon site un vieil article datant de 2011 et qui a pour titre ["La crise et le géranium"](#). Il faut le remettre dans son époque mais vous verrez qu'il est parfaitement transposable.