

# Article Eveiller sa conscience

## « Etre conscient au quotidien »

Comment éveiller sa conscience pour être ce que vous êtes ?

« Etre ou ne pas être, telle est la question »  
W Shakespeare

Qu'est-ce que l'éveil ? Pourquoi et comment est-ce possible de s'éveiller ? A-t-on peur de notre lumière comme le dit Nelson Mandela ? Pourquoi ce chemin est mené en secret par les adeptes ? Scientifique ou pas, est-ce la question ? La science peut-elle tout connaître ? ...

L'éveil semble indéfinissable par définition car rendre l'éveil cognitif c'est vouloir enfermer un éléphant dans une cage d'oiseau. Il pourrait être un processus continu d'exploration de la réalité, au-delà de nos croyances scientifiques ou non, occidentales ou orientales, peu importe.

Ce n'est pas avoir atteint un sommet car il n'y a de sommet que dans un dimensionnement limité à une échelle de valeur. L'éveil ne peut être enfermé dans une échelle. En ce sens elle rejoint la création, il est impossible de définir la création ni de l'évaluer car elle arrive là où on ne l'attend pas.

Nous pourrions continuer d'approcher une définition mais nous resterions enfermé dans notre cognitif.

Certains individus semblent avoir atteint l'état d'éveil par leur liberté de penser et d'agir, par la légèreté et l'attraction qu'ils exercent sur les autres. Par un sentiment de dépassement de soi et une ouverture à ce qui dépasse nos limites matérielles, nos limites perceptives. Après tout, ne sommes-nous pas énergie ? Cette hypothèse n'est pas plus absurde que celle de la matière, surtout depuis les découvertes de la théorie de la relativité et de la physique quantique.

Si nous sommes de l'énergie, plus ou moins fluide à l'échelle chimique, plus ou moins vide à l'échelle atomique. Si nos perceptions sont limités et que nous ne voyons ni n'entendons qu'une partie de notre réalité, qu'est-ce qui fige les composants de la matière ? Des programmes ? Des programmes commandés par qui, par quoi, par quelle intelligence ?

L'éveil ne semble pas être en rapport direct avec le quotient intellectuel. Est-il en rapport avec le quotient émotionnel ? Pas complètement.

Peut-on tendre vers cet état ou l'a-t-on instantanément ? Quelles sont les conditions qui favorisent cet état d'être, cette qualité de présence ? le temps n'a rien à voir avec la présence mais tout à voir avec l'acceptation mentale de la présence. Etre présent c'est aussi accepter, c'est obtenir l'accord du mental pour lâcher prise, pour s'abandonner à l'infini, à l'extériorité du temps et de l'espace tel qu'il le connaît. Dans la présence le mental n'est pas absent, il est là parmi les autres sans plus, il n'est plus aux commandes. Il accepte de prendre le risque de l'infini, de l'éternité, de l'illimité, de l'altérité qui se confond avec le soi tel que nous le connaissons. Etre présent demande de l'attention et de l'intention, un mélange de réceptivité et d'émissivité, une harmonie, un équilibre précaire, fragile au début du moins. Laisser traverser le son, les sons. Laisser les limites s'estomper, se limiter, se dissoudre, oser se dépasser. Laisser les formes s'exprimer, devenir vivante, lumineuses, profondes, vivantes, claires, parlantes. Les laisser vous toucher, flirter avec vos limites, celles communément perçues en tout cas. Libérer ses sens, sensations, sentiments, pensées sans les craindre, sans les figer, sans les limiter pour les faire correspondre au connu, à notre connu individuel ou collectif.

Abandonner la définition, la limitation, le contrôle pour entreprendre la description, la découverte, l'exploration, l'odyssée si je peux me permettre. Se laisser reconnaître, reconnaissance aux deux sens du terme. Reconnaître ce qui est connu au-delà du mental, de la mémoire culturelle. Reconnaître par reconnaissance, être reconnaissant, laisser la gratitude nous envahir, envahir la gratitude, la grâce présente dans chaque forme, dans chaque vide, dans chaque son, dans le parfum de la fleur mais pas que, dans les autres parfums, doux et fort, piquant et suave, sucré et salé, absent et présent... Etre ... et... ne pas être, qu'importe, l'essentiel n'est-t-il pas d'être !!!

Gilles Corcos  
gcorcos@odysseemotion.com