



ÊTRE
UN VÉRITABLE AMI

Au service du Soi et du monde

Eli Jaxon-Bear



Mon intention est que tout le monde s'éveille et reste éveillé. Où que vous soyez, vous pouvez être un Véritable Ami pour le monde lorsque vous avez un esprit calme et un cœur ouvert. C'est ce que nous voulons tous, ce pour quoi nous avons tous prié : la possibilité d'un monde harmonieux et en paix. Notre temps est maintenant venu.



ÊTRE
UN VÉRITABLE AMI

Au service du Soi et du monde



Tout le monde veut être heureux. C'est une composante universelle de la condition humaine et cela peut sembler si évident que ça ne vaut pas la peine de le noter. Même ceux qui, intensément, se détestent ou détestent le monde peuvent retracer la source de cette pulsion jusqu'à l'insatisfaction profonde de leur désir de bonheur.

Pourquoi est-ce que si peu d'entre nous sont vraiment heureux ? Comment se fait-il que la quête universelle du bonheur ait conduit au spectre complet de la souffrance sur cette planète ?

Dans la poursuite du bonheur, seule l'ignorance peut créer de la souffrance. De l'ignorance naît la peur et l'avidité.

Si vous lisez ceci, il est fort probable que vous compreniez à quel point la peur et l'avidité ont un impact sur notre monde.

La question est : comment pouvons-nous l'arrêter ?

En étant prêt à faire face à l'ignorance, la peur et l'avidité qui surgissent en chacun de nous. Chacun de nous doit, individuellement, décider de faire partie de la solution. Faire partie de la solution, c'est être prêt à mettre fin à l'ignorance là où vous êtes. Non pas en combattant la peur ou l'avidité, mais en arrachant la racine de l'ignorance dont ils sont tous deux issus.



La racine de l'ignorance est la croyance en une identité imaginaire. Lorsque l'on entre dans une transe appelée « je ». Lorsque « je » surgit dans l'esprit, la peur et l'avidité surgissent en réponse. Lorsque l'esprit est silencieux et ouvert, il y a une possibilité de découvrir plus en profondeur la vérité de qui vous êtes : conscience vide, intelligence silencieuse débordant d'amour et de félicité.

Cette brochure est là pour vous faire savoir que vous pouvez faire partie de la solution. Et, par conséquence, vivre une vie de bonheur et de paix, quelles que soient les circonstances. Faire partie de la solution, c'est être un Véritable Ami pour vous-même et pour la Terre Mère. Comment cela est possible pour vous, c'est le début du travail.

Qu'est-ce qu'un Véritable Ami ?

La fondation de base de ce travail est l'attitude de « Véritable Ami ».

Un Véritable Ami a l'esprit paisible, le cœur ouvert et ne prend rien personnellement.

Un Véritable Ami est solide et calme ; ouvert et détendu ; profond et subtil. Cette attitude soutient tout le reste.

Un Véritable Ami n'a aucune position pour ou contre, il n'approuve ou ne désapprouve. Un Véritable Ami n'est pas plein de réponses mais n'est pas ignorant. En l'absence de parti pris, un Véritable Ami peut être un allié et un diseur de vérité.

Un Véritable Ami est l'espace ouvert où la lumière de la conscience peut être reflétée à elle-même.

Être un espace ouvert n'est pas maintenir l'espace, car personne ne détient rien. Être un espace ouvert est le plus beau cadeau que nous puissions nous faire l'un l'autre.

Aucune formation n'est nécessaire, aucune qualification ou pratique, simplement la volonté d'être un être aimant et silencieux, sans programme. Être un Véritable Ami, c'est simplement être tranquille et voir.



Comment puis-je être un Véritable Ami ?

Le moyen le plus sûr d'être un Véritable Ami est le suivant :

Tout d'abord, réalisez pour vous-même qu'il existe une réalité intemporelle, sans espace, sans forme et silencieuse en vous.

C'est le premier pas. C'est un aperçu. Ce n'est pas la fin du tunnel mais la lumière qui se trouve au bout du tunnel. Regarder, même un instant, derrière le rideau du monde illusoire, est suffisant pour savoir avec certitude que rien n'est comme cela apparaît.

La réalisation du silence intérieur est la première étape.

L'étape suivante consiste à s'abandonner, en laissant derrière l'identité personnelle alors que vous plongez dans l'inconnu pour vous trouver. Lorsque vous réalisez la vérité de qui vous êtes en tant qu'espace vide et inconnu, votre travail est terminé.

Lorsque rien ne reste à faire, il n'y a pas besoin de mouvement, de jugement ou de commentaire. L'esprit peut être complètement immobile, car il n'a pas de travail à faire. Il n'y a rien à penser, à se demander, à remettre en question. Simplement rester tranquille et observer.



Quel est le rôle du Véritable Ami ?

Le merveilleux mystère du Véritable Ami, c'est que, pour être un Véritable Ami, vous devez être à l'écart du chemin. Vous devez être transparent. Lorsque vous vous présentez en tant que personne ayant quelque chose à dire, vous prenez trop de place et il n'y a pas de place pour recevoir pleinement l'autre. Lorsque nous prenons quelque chose personnellement, d'une certaine manière, nous souffrons et obscurissons la pureté de la compréhension intuitive profonde. Lorsque nous ne prenons rien personnellement, nous sommes ouverts et libres.

Être un Véritable Ami, c'est être tellement vide que vous pouvez être présent à quoi que ce soit qui apparaisse sans que cela vous affecte. Vous n'avez pas besoin d'accomplir, de prouver ou de justifier votre existence.

Vous n'avez pas à répondre. Vous n'avez pas à vous améliorer. Vous n'avez pas à changer. Vous n'avez pas à réparer.

C'est le cadeau le plus rare que nous puissions nous offrir l'un l'autre ! Le rôle d'un Véritable Ami est d'offrir en exemple la possibilité de ne pas réagir à ce qui se passe devant lui, mais plutôt de le refléter.

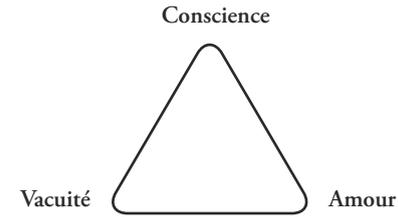


Lorsque vous n'avez pas de programme personnel pour ce que devrait être le moment, vous pouvez le vivre comme une étreinte intime. Vous serez plus efficace et plus productif, car vous ne serez pas engagé dans un dialogue interne sur ce que vous devriez ou ne devriez pas faire.

Un esprit silencieux est la fin de la recherche spirituelle, la fin du voyage et le début d'une vie éveillée. Vous êtes alors tout naturellement un Véritable Ami pour vous-même et pour le monde, quel que soit le rôle qui peut apparaître. Une fois que le commentateur interne est vu, vous pouvez directement expérimenter la vie telle qu'elle est. Ce n'est pas une dissociation et cela n'implique aucune pratique, ni concept, ni mémoire. Elle ne peut être ni oubliée, ni rappelée au souvenir.

C'est le point immobile au centre de l'univers. Je l'appelle le *Chez-Soi*. C'est notre véritable nature.

Model du Véritable Ami



Pour être un Véritable Ami, les seules conditions sont que vous soyez :

Conscience : Être conscient de ce qui se passe, avec qui que vous soyez.

Vacuité : Intérieurement silencieux, sans dialogue interne, ni connaissances, jugements ou opinions.

Amour : surgit naturellement dans la conscience et la vacuité.

Au lieu de la conscience et du vide, il y a habituellement des pensées, du savoir ou une interaction avec l'autre, prenant personnellement ce qui est exprimé.

Lorsque quelqu'un parle et la pensée immédiate est : « Oui, je sais de quoi vous parlez », « Cela doit signifier que vous rentrez dans cette catégorie » ou « Je sais ce que vous voulez dire, ça m'est arrivé ».

Il y a différentes façons de réagir à ce qui nous est présenté dans la vie : comparer, juger, personnaliser, mettre en rapport avec, réparer. Ce sont toutes des stratégies de l'ego pour tenter de contrôler et, en tant que telles, forment le bruit qui brouille la conscience.

Si vous accueillez totalement ce modèle d'investigation : avoir un mental silencieux, ne pas savoir, être conscient et en amour, alors des miracles se produiront. Tout notre conditionnement, toute notre formation consiste à connaître la réponse, à savoir quoi faire. Depuis l'époque où vous n'étiez qu'un petit bébé, vous étiez récompensé pour savoir et faire ce qui était bien, pour être une bonne fille ou un bon garçon. Toute notre formation a été de savoir. Cela a été et reste une stratégie de survie très utile. Savoir n'est pas mauvais, mais limité pour servir autrui.

Ce que je vous défie de faire, c'est de ne pas savoir, d'abandonner toutes connaissances théoriques et conceptuelles.

Vous constaterez que si vous n'êtes pas en train de comparer, de chercher à comprendre ou à réparer, vous n'êtes pas en train de vous parler à vous-même. Alors ce que vous entendez et voyez en face de vous a une chance de pénétrer quelque part, plus profondément. De s'enfoncer et d'atteindre un lieu de sagesse vacant, vide.

Si vous vivez en tant que conscience, vide et amour, vous serez naturellement un Véritable Ami pour tous ceux que vous rencontrerez.

Le défi consiste à être un Véritable Ami pour le monde. Il est souvent plus facile d'être vide, conscient et amour lorsque vous êtes dans le rôle du thérapeute ou du Véritable Ami, mais ensuite, lorsque la séance est terminée et que votre rôle change, il y a souvent la tendance à s'impliquer dans la souffrance de « ma vie ».

Vous pouvez jouer le rôle de thérapeute, de père, de femme au foyer, de médecin, de serveur/serveuse, de secrétaire ou de jardinier. Où que vous soyez, vous pouvez être un véritable ami pour le monde lorsque vous êtes vide et calme, conscient et en amour.



A propos de la Leela School of Awakening

(Ecole Leela - Ecole d'Eveil)

La Leela School est une organisation éducative à but non lucratif basée à Ashland (Oregon/USA), Byron Bay (Australie) et Amsterdam (Pays-Bas).

Sa mission est de servir le monde en tant que Véritable Amie, en offrant des cours et un mentorat individuel en vue de l'Eveil de la conscience et de l'acquisition de compétences pour guider les autres.

Notre but est de servir tous ceux qui sont intéressés par l'acquisition d'une véritable connaissance d'eux-mêmes, de la liberté et de la paix, ainsi que d'inspirer un respect inconditionnel pour la dignité et la diversité humaine.

Nos valeurs fondamentales incluent le soutien du droit de contrôler nos choix de vie ; d'éviter les actions qui causent du tort ou de la servilité ; de traiter tous les individus de manière juste, équitable et avec empathie et grâce ; de remplir notre responsabilité de confiance dans les relations professionnelles, de mentorat et personnelles et de favoriser le bien-être de l'individu et de la société en facilitant la réalisation de notre vraie nature.

À travers la Leela School, Eli ainsi que ses professeurs et formateurs transmettent l'essence des 40 ans de travail d'Eli, inscrits

dans un contexte de silence et d'éveil. Le format d'enseignement est toujours une formation de thérapeute en vue de travailler avec des clients ; cependant, à l'heure actuelle, les compétences d'observateur et les aptitudes professionnelles sont au service du silence. De cette façon, le rôle du thérapeute a évolué pour devenir le rôle d'un Véritable Ami. En cela, il est possible d'être un Véritable Ami pour le monde. Quelles que soient vos circonstances de vie, ces compétences vous donneront la possibilité d'un véritable service dans toutes vos relations.

Que vous souhaitiez être formé et certifié afin d'être thérapeute, mentor, coach, formateur ou guide ou que vous cherchiez à vous réveiller de votre propre transe de souffrance, la Leela School vous accueille et vous invite à découvrir votre vrai Soi.



A propos d'Eli Jaxon-Bear

Au cours des années 1980, Eli a dirigé le programme de certification clinique en hypnose à l'Esalen Institute, à Big Sur, en Californie, et à l'Institut Dr. Schmida, à Vienne, en Autriche. Cette formation d'un mois était une synthèse de l'Ennéagramme, de la Neurolinguistique (NDT : Étude des relations entre les facteurs neurologiques des troubles du langage et leur expression.) et de l'Hypnose Ericksonienne. À ce moment-là, Eli était certifié Maître formateur en neurolinguistique et faisait partie du jury des examinateurs du American Council of Hypnotist Examiners. Beaucoup de personnes qui ont suivi ce programme sont maintenant des thérapeutes, des enseignants, des coaches et des leaders spirituels réputés.

Après une recherche spirituelle de dix-huit ans, quand Eli a rencontré son dernier enseignant, en janvier 1990, tout a changé. Sri Poonjaji, appelé Papaji, a demandé à Eli de retourner dans le monde de la thérapie afin que « le client et le thérapeute puissent s'éveiller ! »

Eli a fondé et enseigne actuellement par le biais de la Leela Fondation, une organisation à but non lucratif dédiée à la paix et à la liberté dans le monde grâce à la réalisation de soi universelle, ainsi qu'à la Leela School.

Eli est aussi un auteur dont certains livres spirituels sont bien connus et ont été traduits en français :

Sur le chemin de l'Éveil - Le secret de l'éveil : la transmission de poonjaji (L'originel Charles Antoni)

Titre original : *Wake up and Roar: Satsang with Papaji*

Soudain, l'éveil - Arrêtez votre mental, ouvrez votre cœur, et découvrez votre vraie nature (Ada Eds)

Titre original : *Sudden Awakening: Stop Your Mind, Open Your Heart and Discover Your True Nature*

Autres livres en anglais :

Fixation to Freedom: The Enneagram of Liberation (New Morning Books)

The Awakened Guide: A Manual for Leaders, Teachers, Coaches, Healers and Helpers (New Morning Books),

An Outlaw Makes It Home: The Awakening of a Spiritual Revolutionary (New Morning Books). Son dernier livre, un recueil de mémoires.

Allumer des bougies est une chose. Mais allumer une bougie qui allume d'autres bougies. C'est autre chose.

Papaji

Par donation - Pas en vente

Tous les profits sont versés au fond
de bourses d'études de la Leela School.

Pour plus d'information

www.Leela.org

www.Leelaschool.org



The Leela School
of Awakening