

Le mécanisme de l'illusion

Croyance → Comportements → Désillusion → Répétition

C'est une illusion que de croire le futur capable d'apporter ce que l'on attend de ressentir. Le fait est que la paix est perceptible dans toute expérience présente.



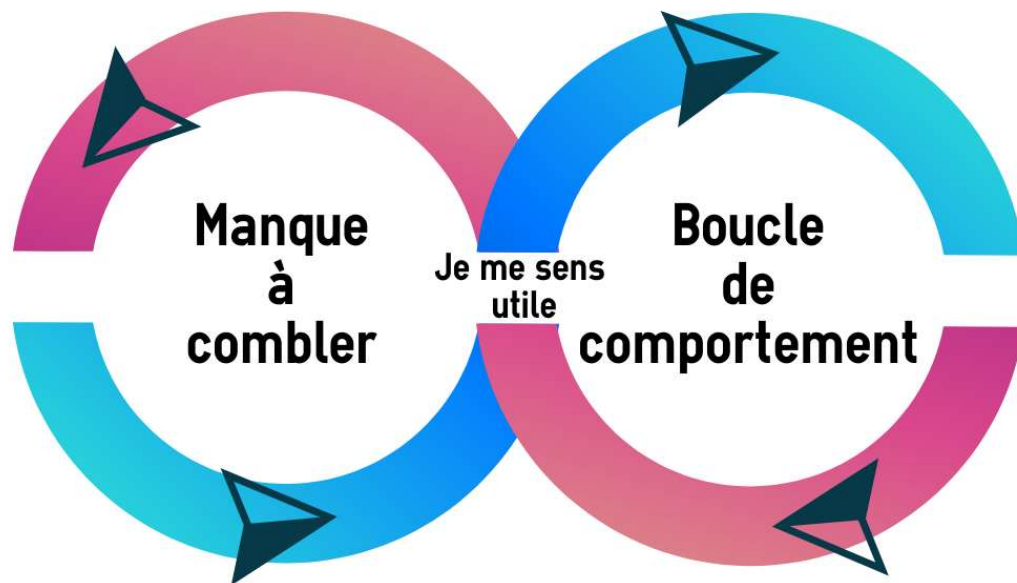
- Lorsque j'aurai trouvé l'amour, ... je serai heureux.
- Si j'attends un peu, ...j'aurai de l'argent, ...et je serai libre.
- Encore 4 ans, ...et c'est la fin des contraintes.

En matière d'illusion, il semble plus facile de tenter de vivre celle de l'appartenance que celle de l'isolement. Dans tous les cas, la paix ne se trouve pas dans le futur.

Le mécanisme de l'illusion

Croyance → Comportements → Désillusion → Répétition

Faire dépendre les sentiments du futur ou du passé, c'est se rendre dépendant de quelqu'un, de quelque chose (à faire, obtenir ou reproduire) ou d'événements à arriver ou à revivre.



Croire qu'il y a un manque (insatisfaction, peur, manque) pousse à décider de se comporter pour le combler.

Comme l'effet recherché n'est que de courte durée, une résistance s'installe.

La répétition du comportement dans le but de revivre l'effet désiré semble alors la seule alternative.

La recherche de ce que l'on veut ressentir à partir d'un sentiment d'insatisfaction, de peur ou de manque aboutit invariablement à des effets de courtes durées et un retour aux sentiments dont on voulait se libérer.

Sans savoir faire autrement, on se met à croire que la répétition du schème connu est la seule (ou la moins pire) alternative capable de nous faire revivre ce que l'on recherche. Certains diront que c'est de la folie, d'autre un comportement inconscient. C'est peut-être juste la meilleure façon trouvée pour survivre. Qu'elle soit folle ou non. Qu'elle soit inconsciente ou non.

Le mécanisme de l'illusion

Croyance → Comportements → Désillusion → Répétition

Pour beaucoup, l'existence n'a de sens que quand ils peuvent combler le besoin de quelqu'un d'autre. Pour plaire, ils diront qu'ils se sentent utile. Mais dans les faits, ne sont-ils pas oubliés ? Ne sont-ils pas devenus dépendants du besoin d'un autre ? La réponse à ces 2 questions est directement liée au niveau de paix.



Il faut une sacrée dose de courage et de détermination pour se libérer des résistances. Pour remettre en cause la croyance selon laquelle le temps apporte ce que l'on veut ressentir. Tout le monde possède cette énergie, mais peu la consacre à autre chose qu'à la lutte contre les résistances. Par exemple à se connaître.

L'apprentissage que tout est uni et complet, qu'il ne manque rien, passe par la connaissance de soi. Il est possible à tout moment de quitter l'illusion et s'offrir des choix. Sans résistances, ni temps, ni espace.

St. Licodia
Décembre 2022