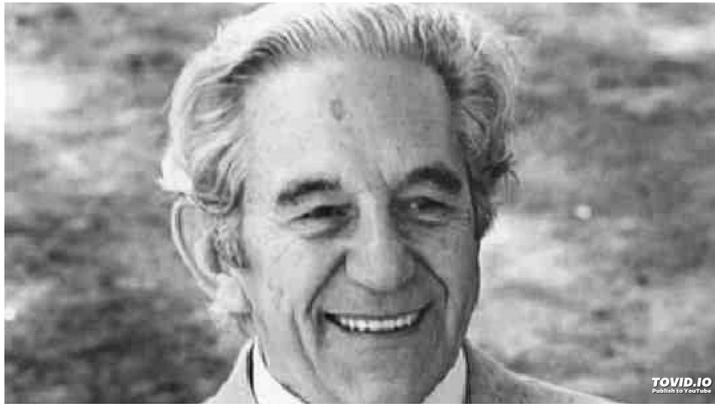


Lester Levenson  
raconte comment il s'est réalisé





# Avant-Propos

Même après plusieurs séminaires de Release Technique®, je me suis longtemps posé la question : “Comment est-ce que Lester a fait ?”

J’avais eu l’information que Lester s’était réalisé en aimant tout le monde mais ce n’était pas suffisant. Je voulais savoir quel processus il avait utilisé puisque tout était parti de ce constat de Lester : “Lorsque j’ai des pensées de non-amour, je souffre, lorsque j’ai des pensées d’amour ou – lorsque je ressens l’amour – je vais mieux”. Mais ensuite, comment avait-il fait, ensuite ? Et comment a-t-il fait pour ressentir l’amour ? Quel amour ? Et comment l’a-t-il utilisé comme “levier” pour se libérer entièrement de la maladie et devenir libre ?

J’ai récemment découvert le livre de Hale Dowskin “Happiness Is Free And It’s Easier Than You Think” (“Le bonheur est à disposition et c’est plus facile que vous ne le pensez”. Dans le premier livret, Hale Dowskin cite cet extrait d’un récit de Lester Levenson où il explique comment il a fait. Ne trouvant pas de traduction française, j’ai commencé par traduire cet extrait en attendant la traduction complète.

C’est ce que je viens partager avec vous maintenant.

Je vous invite à le lire et le relire. Peut-être que la première fois, vous l’aurez lu mais vous aurez retenu seulement quelques passages. Et puis, vous ferez votre chemin, et lorsque vous le relirez une prochaine fois, vous découvrirez de nouveaux passages en vous demandant pourquoi vous ne l’avez pas lu la première fois. C’est votre mental qui vous trompe. Acceptez-le et continuez votre route et votre lecture.

Prenez votre temps, lisez en prenant le temps et laissez-vous imprégner par les mots.

Chantal Mallet

“Je suis né le 19 juillet 1909 à Elizabeth, dans le New Jersey, dans une famille de classe moyenne. J’étais très timide. J’essayais de faire les choses comme il fallait, faisant ce qu’il fallait, suivant une bonne éducation, et j’étais le meilleur dans mon domaine. J’étais naturellement enclin aux sciences, et plus particulièrement, la science relative au monde et à l’homme lui-même. J’ai été diplômé de l’université de Rutgers en tant que physicien en 1931, après quoi, j’ai travaillé pendant une vingtaine d’années comme ingénieur et comme physicien. En physique, j’ai travaillé en recherche et développement dans la mesure des instruments et le contrôle automatique chez Brown Instrument Co. Celle-ci est devenue plus tard une filiale d’Honeywell. Dans le domaine de l’ingénierie, j’ai travaillé comme ingénieur électrique, ingénieur en chauffage et ventilation, ingénieur en construction et ingénieur marine, en fait quatre domaines différents.

J’ai aussi eu plusieurs entreprises dans des domaines aussi différents que la restauration, le négoce du bois, la construction et le pétrole, en lien avec l’ingénierie, toujours avec le même but de réussir dans le monde. A cette époque-là, je ne savais pas ce que je sais maintenant – à savoir que ce que je cherchais, en réalité, était les réponses à la vie même. Aucun de ces domaines et emplois dans lesquels j’avais travaillé ne me donnait la réponse, et comme les années passaient, je suis devenu très dépressif et j’avais beaucoup de maladies.

En 1952, j’étais tout le temps malade – j’avais environ trois jaunisses par an. J’avais une hypertrophie du foie, j’avais des problèmes de pancréas, j’avais soit trop soit pas assez d’acidité, des ulcères perforés qui avaient formé des plaies et pour couronner le tout, cela faisait au moins dix ans que j’avais des migraines chroniques. Tout cela a culminé en 1952 quand j’ai fait ma deuxième thrombose coronaire.

Après la deuxième attaque cardiaque, on m’avait dit que je ne vivrais pas longtemps, que je pouvais mourir à tout moment et que je ne devrais pas faire l’effort de monter une marche sauf si c’était vraiment nécessaire. J’avais extrêmement peur de mourir et je me suis dit : “Lester, tu respirez toujours – il y a encore une chance.” Alors, je me suis assis et j’ai commencé à penser à tout cela jour et nuit. J’avais vécu 42 ans, et j’étais arrivé au bout de ma vie sans avoir trouvé le bonheur, sans même avoir la santé. Je me suis rendu compte que toute la connaissance que j’avais accumulée ne m’aidait pas. J’avais étudié le behaviorisme de Watson dans les années 30, Freud à la fin des années 30 et au début des années 40, j’avais étudié la philosophie, j’avais étudié la logique, j’avais étudié l’économie. J’avais étudié tous les principaux domaines liés à l’homme, et avec toutes ces connaissances, j’étais au bout du rouleau. Cela m’a fait prendre conscience que toutes ces connaissances accumulées au sujet de l’humain, ne m’étaient d’aucune utilité.

Alors, j'ai décidé de tout reprendre depuis le début. Il fallait oublier toutes ces connaissances. Il fallait recommencer à zéro et voir ce que je pouvais tirer de là. Alors, je me suis posé les questions : "Qui suis-je ?", "Quel est ce monde ?", "Quelle est ma relation à celui-ci ?", "Qu'est-ce que l'intelligence ?", "Qu'est-ce que le bonheur ?".

J'ai commencé à me demander : "Qu'est-ce que je veux de la vie ?" et la réponse était le bonheur. En cherchant plus loin, j'ai retrouvé un moment où je me suis senti le plus heureux. J'ai découvert quelque chose qui était étonnant pour moi : que c'était lorsque je ressentais l'amour que j'étais le plus heureux. Ce bonheur était égal à ma capacité à aimer plutôt qu'à être aimé. C'était un point de départ.

J'ai commencé à corriger toutes mes pensées et tous mes sentiments dans cette direction, et changer "vouloir être aimé" en "ressentir l'amour pour les autres". Et dans ce processus, j'ai découvert une autre chose majeure qui m'a en quelque sorte choqué ; j'ai vu que je voulais changer le monde entier et que c'était la cause de mes ulcères – ou une des causes majeures. En prenant conscience de combien je voulais changer les choses dans ce monde, j'ai vu que cela m'avait rendu esclave de ce monde, et j'ai pris la décision de changer cela. Et dans le processus de suivre ces deux directions – en réalité enlever les concepts et pressions subconscientes – j'ai découvert que je devenais plus heureux, plus libre, plus léger et que je me sentais mieux en général.

Voyant que cette direction était bonne, j'ai pris la décision que si un morceau du gâteau était si bon, je voulais tout le gâteau. Et j'ai décidé de ne pas lâcher cette direction jusqu'à ce que j'aie tout le gâteau du bonheur, et avec lui, les réponses à : "Qui suis-je ? Qu'est-ce que la vie et quelle est ma relation à celle-ci ?" Comme je le dis, cette direction m'a permis d'avoir les réponses à la vie même dans un délai de trois mois. Je crois que si je peux le faire, tout le monde le peut si la personne a suffisamment de "je le veux".

Dans cette période de trois mois, tous mes désordres physiques se sont corrigés. Tous mes malheurs ont disparu. Et je me suis retrouvé dans un espace où j'étais heureux tout le temps, sans aucune peine. Non pas que le monde avait arrêté de me bousculer, cela continuait, mais j'étais dans un endroit où je pouvais résoudre les choses presque immédiatement. Ayant nettoyé les peurs négatives, tous les "je ne peux pas" négatifs, je me centrais sur la solution à chaque problème et cela venait très rapidement. Et par conséquent, toute ma vie est passée d'un état de dépression et de maladie à être heureux tout le temps, et être en parfaite santé tout le temps.

Une chose qui s'est passée dans ce processus, c'est mon identification avec les autres. J'ai vu que nous étions tous reliés, nous sommes tous interconnectés, chaque esprit est comme un poste de radio qui envoie et

reçoit, que nous sommes tous synchronisés de manière inconsciente, et nous n'en sommes pas du tout conscients. Au fur et à mesure que des énergies contenues sont supprimées, cela devient évident, et une fois que l'on s'identifie avec tout le monde, c'est juste naturel de vouloir que les autres découvrent ce que nous avons découvert : que la vie est faite pour être belle... faite pour être heureuse tout le temps et sans chagrin. Et d'être en parfaite santé. Et donc, après avoir atteint ce stade élevé de compréhension en 1952, j'ai voulu aider les autres à découvrir ce que j'avais découvert."

La citation suivante, est de Lester qui parle de la manière dont il s'est réalisé :

"J'étais rendu au bout de ma vie. On m'avait dit de ne pas faire un pas sauf si c'était vraiment nécessaire parce qu'il y avait une possibilité que je puisse mourir à chaque instant.

C'était un choc terrible que l'on me dise soudainement que je ne pourrais plus être actif ayant été aussi actif toute ma vie. C'était quelque chose d'horrible. J'étais submergé par une peur intense de mourir, la peur que je pourrais tomber mort à tout moment. Cela est resté avec moi pendant des jours et des jours. Je suis passé par une lente et horrible descente, prisonnier de la peur intense de mourir ou de rester diminué pour le reste de ma vie, et ne pourrais plus être actif. Je trouvais qu'il n'y avait plus aucun intérêt à vivre.

Cela m'a amené à conclure avec détermination : "Soit je trouve les réponses soit je me supprime moi-même de cette Terre. Ce n'est pas une attaque cardiaque qui va le faire !" J'avais une manière douce de le faire. Les médecins m'avaient donné de la morphine pour les crises de calculs rénaux.

Après plusieurs jours de cette peur intense de mourir, je me suis soudain rendu compte : "Et bien, je suis toujours vivant. Tant que je suis vivant, il y a de l'espoir. Tant que je vis, je peux peut-être me sortir de ça. Qu'est-ce que je fais ?"

J'ai toujours été un garçon intelligent, toujours au tableau d'honneur. J'ai même réussi à avoir une bourse de quatre ans à l'université de Rutgers à une époque où les bourses d'études étaient très rares et s'obtenaient par des concours. Mais qu'est-ce que ça m'apporte maintenant ? Rien ! Me voilà, brillant et aussi malheureux et angoissé qu'il est possible de l'être.

Alors, je me suis dit : "Lester, tu n'étais pas seulement intelligent, tu étais Idiot ! Idiot ! Idiot ! Il y a quelque chose qui ne fonctionne pas avec tes capacités intellectuelles. Avec toutes ces connaissances, tu es arrivé au fond du fond ! Laisse tomber toutes ces connaissances sur la philosophie, la

psychologie, les sciences sociales et l'économie, que tu as acquises de manière si studieuse ! Ça ne t'aide pas ! Recommence depuis le début. Recommence ta quête de réponses depuis le début.”

Et avec un désespoir extrême et une volonté intense de ne pas mourir, j'ai commencé à me poser des questions : “Qui suis-je ? Qu'est-ce que ce monde ? Quelle est ma relation à celui-ci ? qu'est-ce que je veux de lui ?”

“Le bonheur”

“Bien, qu'est-ce que le bonheur ?”

“Être aimé”

“Mais je suis aimé. Je connais plusieurs femmes désirables, avec la beauté, le charme et l'intelligence qui sont prêtes à venir vers moi. Et j'ai l'estime de mes amis. Et pourtant, je suis malheureux.”

Je ressentais que la chose la plus proche du bonheur, était l'amour. Alors, j'ai commencé à revoir et à revivre mes relations amoureuses passées ; je cherchais les brefs instants où se trouvait le peu de bonheur que j'avais ressenti. J'ai commencé à extraire et à disséquer tous ces moments où je ressentais l'amour, et qui m'élevaient. Tout à coup, j'ai eu la révélation que c'était quand je donnais de l'amour que je me sentais le plus vibrant !

Je me suis souvenu d'une fin de journée, une belle soirée dans les montagnes où je campais avec ma petite amie. Nous étions tous les deux couchés dans l'herbe, et nous regardions le ciel, et j'avais mon bras autour d'elle. C'était le nirvana, la perfection du bonheur le plus élevé était juste là. Je ressentais à quel point j'aimais ma petite amie ! Comme c'est merveilleux de connaître cela ! Quel décor parfait !

Ensuite, j'ai vu que c'était mon amour pour elle qui était la cause de mon bonheur ! Pas la beauté du décor ou être avec ma petite amie.

Alors, j'ai immédiatement retourné les choses. Mon Dieu, que c'était formidable quand elle m'aimait ! Je me suis souvenu du moment où elle avait dit à tout le monde qu'elle appréciait Lester, qu'elle aimait Lester – et je ressentais ce doux sentiment d'approbation. Mais ce n'était pas aussi élevé que ce que j'avais découvert. Ce n'était pas un sentiment qui durait. C'était juste un bref moment. Afin que je puisse ressentir ce sentiment en continu, il fallait qu'elle le dise tout le temps.

Donc, cette approbation momentanée de l'égo, n'était pas aussi forte que le sentiment de l'aimer ! Tant que je l'aimais, je me sentais tellement heureux. Mais quand c'était elle qui m'aimait, il y avait seulement des moments de bonheur quand elle me donnait de l'approbation.

Des jours de cogitation m'ont graduellement montré que cela était juste ! J'étais plus heureux quand je l'aimais que lorsque je recevais cet instant de satisfaction de mon égo quand elle m'aimait. Son amour était un plaisir momentané qui avait toujours besoin d'être démontré et qu'elle devait toujours me prouver, alors que mon amour pour elle était source de bonheur permanent, tant que je l'aimais.

J'en ai conclu que mon bonheur était égal à ma capacité à aimer ! Si je pouvais augmenter mon amour, alors, je pouvais augmenter mon bonheur ! C'était le premier indice que j'avais sur ce qui apporte le bonheur. Et c'était quelque chose de formidable parce que je n'avais jamais été heureux. Et je me suis dit : "Mince alors, si c'est cela la clé du bonheur, alors, j'ai ce qu'il y a de plus fabuleux !" Même l'espoir d'avoir de plus en plus de bonheur était quelque chose d'extraordinaire parce c'était la chose que je voulais le plus – le bonheur !

J'ai commencé comme cela, et j'ai continué pendant des semaines et des semaines à passer en revue mes relations amoureuses passées. J'ai ressorti du passé, chaque incident où je pensais que j'aimais, et où j'ai découvert que j'étais gentil avec mes petites amies dans le but d'avoir leur amour, et qu'en réalité, j'étais égoïste. Ce n'était pas vraiment de l'amour. C'était juste vouloir flatter mon égo !

J'ai continué à passer en revue tous les événements passés, et quand je voyais que je n'aimais pas avec mon cœur, je changeais ce sentiment en amour pour la personne. Au lieu de vouloir que la personne fasse quelque chose pour moi, je changeais cela en moi qui voulais faire quelque chose pour elle. J'ai continué jusqu'à ce que je ne trouve plus d'événements sur lesquels travailler.

Cette compréhension de l'amour, de voir que mon bonheur était lié à ma capacité à aimer, était une révélation incroyable. Cela a commencé à me libérer, et quand vous êtes affligé, chaque petit morceau de liberté fait tellement de bien. Je savais que j'étais dans la bonne direction. J'avais saisi un maillon de la chaîne du bonheur et j'étais déterminé à ne pas le lâcher jusqu'à ce que j'aie la chaîne tout entière.

Je ressentais une plus grande liberté. Grâce à cela, j'avais une meilleure concentration et j'ai commencé à avoir une meilleure image de mon mental. Qu'est-ce que le mental ? Qu'est-ce que l'intelligence ?

Tout à coup, j'ai eu la vision d'un manège d'autos tamponneuses. Elles sont difficiles à conduire parce qu'elles n'arrêtent pas de se tamponner. Elles tirent toutes leur énergie d'une grille à laquelle elles sont reliées par une antenne.

L'électricité au-dessus était symbolique de l'intelligence globale et de l'énergie de l'univers descendant par une antenne jusqu'à moi et toutes les autres personnes, et plus on appuyait sur la pédale, plus on utilisait cette énergie. Chaque conducteur de voiture peut utiliser la quantité d'énergie et d'intelligence qu'il veut de cette grille, mais au lieu de ça, il conduit aveuglément et tamponne les autres voitures et tamponne, tamponne.

J'ai vu que si je choisissais, je pourrais prendre de plus en plus de cette intelligence globale.

Alors, j'ai puisé à cette source. J'ai commencé à examiner la pensée et comment elle était reliée aux événements. Ce qui m'a été révélé, c'est que tout ce qui se passait avait d'abord été créé par une pensée, et que je n'avais jamais fait le lien auparavant entre la pensée et l'événement, à cause de l'élément temps entre les deux.

Lorsque j'ai vu que tout ce qui m'arrivait avait été pensé auparavant, je me suis rendu compte que je pouvais saisir cela et que je pouvais déterminer consciemment tout ce qui m'arrivait !

Et au-delà de tout, j'ai vu que j'étais responsable de tout ce qui m'était arrivé parce que je pensais que le monde abusait de moi ! J'ai revu toute ma vie et tous ces efforts incroyables pour gagner de l'argent, pour finalement échouer, et tout cela était dû à mes pensées !

Le fait de penser que je n'étais pas une victime de ce monde, que c'était en mon pouvoir de réarranger le monde comme je voulais qu'il soit, plutôt que d'en être une conséquence était une grande libération. Je voulais maintenant être la cause et arranger le monde comme je voulais !

C'était une prise de conscience extraordinaire, un sentiment de liberté extraordinaire !

J'étais tellement malade quand j'ai commencé à chercher, j'avais un pied dans la tombe. Et quand j'ai vu que c'étaient mes pensées qui étaient la cause de tout ce qui m'arrivait, j'ai immédiatement vu mon corps de la tête aux pieds comme parfait. Et instantanément, j'ai su que j'étais parfait ! Je savais que mes lésions et les adhérences dues à mes intestins perforés avaient disparu. Je savais que tout en moi était en parfait état de marche.

Et cela l'était.

Le fait de découvrir que mon bonheur équivalait à l'amour que j'avais en moi, le fait de découvrir que mes pensées étaient la cause de ce qui m'arrivait dans ma vie, m'a permis d'être de plus en plus libre, libre des contraintes de devoir travailler, de devoir gagner de l'argent et de devoir avoir des filles. J'avais la liberté dans le sentiment que j'étais maintenant

capable de déterminer mon destin, je pouvais maintenant contrôler mon monde, j'étais maintenant capable d'arranger mon environnement comme il me convenait. Cette nouvelle liberté allégeait tellement mon fardeau interne que je ressentais que je n'avais pas besoin de faire quoi que ce soit.

Et en plus, le nouveau bonheur dont je faisais l'expérience, était tellement extraordinaire ! J'avais une joie dont je n'avais jamais connu l'existence. Je n'avais imaginé que le bonheur puisse d'être aussi fabuleux

.Je me suis dit : "Si cela est aussi formidable, je ne vais pas le laisser partir jusqu'à ce que j'aille jusqu'au bout !" Je n'avais aucune idée à quel point une personne peut être heureuse.

Alors, j'ai commencé à creuser davantage sur comment étendre cette joie. J'ai commencé à changer encore plus, mes attitudes concernant l'amour. J'imaginai la fille que je voulais épouser le plus, épousait un de mes amis ou un homme que je voulais être le dernier à la voir épouser, et ensuite je me réjouissais de les voir s'aimer. Pour moi, c'était l'amour extrême, et si je pouvais y arriver, cela me donnerait plus de cette chose merveilleuse dont je faisais l'expérience.

Alors, j'ai travaillé sur ça. J'ai pris un type en particulier, Burl, et une fille en particulier, et je ne lâchais pas jusqu'à ce que je puisse vraiment ressentir la joie de les voir s'aimer.

Alors, je savais que j'y étais – ou que j'y étais presque.

Puis, plus tard, j'ai fait de nouvelles expériences avec ça, où je prenais des gens qui s'opposaient à moi autant qu'ils le pouvaient quand j'essayais de les aider. Consciemment, je ressentais le plus grand amour pour eux quand ils m'attaquaient. Et la joie de les aimer était merveilleuse, et sans aucune pensée, je les remerciais de m'avoir donné l'opportunité de leur parler, et cela les rendait hésitants.

Mais je le ressentais vraiment. Je les remerciais du fond du cœur de m'avoir donné l'opportunité de les aimer quand ils me rendaient la vie aussi difficile qu'ils le pouvaient. Je ne leur disais pas cela. Je les remerciais juste de m'avoir donné l'occasion de pouvoir leur parler.

D'être capable de faire cela, était une bonne nouvelle pour moi car, comme d'autres choses, j'étais capable de porter l'amour au plus haut. Je pouvais aimer les gens qui s'opposaient à moi.

Et je ne m'arrêtais pas tant que je n'avais pas vu le bout de cette chaîne de bonheur que je recevais. J'allais de plus en plus haut, et encore plus haut et je me disais : "Oh mon Dieu, il ne peut rien avoir de plus haut que cela." Mais j'essayais, et j'allais plus haut. Alors, je disais : "Oh, il ne peut rien

avoir de plus haut que cela !” Mais j’essayais et j’allais plus haut ! Et alors, je disais : “Oh, il ne peut pas y avoir de bonheur plus grand que cela !” jusqu’à ce que je comprenne qu’il n’y avait pas de limite au bonheur !

Parfois, j’étais incapable de bouger. Je pouvais voir mon corps et je ne pouvais pas le bouger tellement il était engourdi par l’extase et la joie. J’étais complètement paralysé. Je pouvais être comme cela pendant des heures, et pendant ce temps-là, j’allais de plus en plus haut, et ensuite je devais travailler pendant des heures pour redescendre, redescendre et redescendre jusqu’à ce que je puisse commencer à être de nouveau le corps afin de l’activer.

En contemplant la source d’intelligence et d’énergie, j’ai découvert que l’énergie, de même que l’intelligence, était disponible en quantité illimitée, et qu’elle venait à moi simplement en me libérant de toutes les compulsions, inhibitions, enchevêtrements, blocages. J’ai vu que j’avais stocké cette énergie, cette puissance, à la manière d’un barrage fait de rondins, et tout ce que j’avais à faire, c’était de retirer les rondins faits de mes compulsions, de mes blocages – et c’est ce que j’ai fait. Au fur et à mesure, que je laissais partir tout cela, je retirais de plus en plus de rondins et je permettais à cette énergie infinie de couler, tout comme l’eau d’un barrage coule si vous retirez les rondins un par un. Plus vous retirez de rondins, plus le flot est grand. Tout ce que j’avais à faire, c’était de retirer ces rondins et de laisser couler la puissance et l’énergie infinie.

Voyant cela, la puissance, qui était juste à l’arrière de mon mental, pouvait enfin circuler comme elle ne l’avait jamais fait auparavant. Il y avait des moments où j’avais cette prise de conscience de ce que j’étais et cela mettait tellement d’énergie en moi, que je sautais en l’air de ma chaise. Je me dirigeais tout droit vers la porte d’entrée, et je marchais, et je marchais, et je marchais, parfois pendant des heures, parfois pendant des jours ! J’avais le sentiment que mon corps ne pourrait pas contenir toute cette énergie, que je devais la libérer en marchant ou en courant. Je me souviens marcher dans la ville de New York aux petites heures du matin, juste marcher à vive allure et incapable de faire autrement ! Je devais dépenser une partie de cette énergie. C’était tellement extraordinaire.

J’ai vu que la source de toute cette énergie, de toute cette intelligence était globalement harmonieuse, et que cette harmonie était la règle de l’univers, et que c’était pour cela que les planètes n’entraient pas en collision, et que c’était pour cela que le soleil se levait tous les jours, et que c’était pour cela que tout fonctionnait.

Lorsque j’ai commencé ma recherche, j’étais un matérialiste absolu et convaincu. La seule chose qui était réelle était ce que je pouvais sentir et

toucher. Ma compréhension du monde était aussi solide que concrète. Et lorsque certaines de ces révélations me sont venues : le fait que la pensée détermine toute la matière, que la matière n'a aucune intelligence, et tout sur ce sujet. Lorsque j'ai vu que la solidité que je ressentais auparavant était juste une pensée, mes fondations concrètes et solides ont commencé à craquer. Vingt ans de construction ont commencé à s'effondrer.

Et mon corps s'est mis à trembler, et il tremblait tellement, il a tremblé pendant des jours. Il tremblait comme celui d'une vieille personne anxieuse. Je savais que la vision concrète du monde que j'avais eu ne serait plus jamais là. Mais elle n'est pas partie aussi facilement. Pendant des jours, j'ai réellement tremblé, jusqu'à ce que je dégage tout à force de trembler.

Ensuite, ma vision était l'exact opposé de ce qu'elle avait été des mois auparavant, j'ai vu que la seule chose réellement solide n'était ni le monde physique ni mon mental, mais quelque chose de beaucoup plus grand. L'essence même, mon Êtreté même, était la réalité. Elle n'avait aucune limite, elle était éternelle, et toutes les choses que j'avais vu avant étaient le plus petit aspect de moi plutôt que la totalité de ce que j'étais. J'étais l'Êtreté en totalité.

J'ai vu que les seules limitations que j'avais étaient celles que j'acceptais. Alors, en voulant savoir qui je suis et en cherchant cet être illimité que je soupçonnais, j'ai eu un aperçu de cet Être illimité extraordinaire que je suis.

Et en voyant cela, alors j'ai pris conscience : "Et bien, je ne suis pas ce corps limité que je pensais être ! Je ne suis pas ce mental avec ces limitations que je pensais être !"

Et j'ai défait toutes les limitations du corps et presque toutes les limitations du mental juste en disant : "Je ne suis pas cela ! C'est fini ! Terminé ! Fini ! C'est fait !" C'est ce que je déclarais.

Il était évident pour moi que je n'étais pas le corps et le mental que j'avais pensé que j'étais. J'ai juste vu, c'est tout ! C'est simple quand vous le voyez.

J'ai cessé de m'identifier à ce corps. Et quand j'ai vu cela, j'ai vu que mon Êtreté était l'Êtreté de tout le monde, que l'Êtreté est comme un grand océan. Il n'est pas découpé en parties appelées gouttes de corps. C'est un seul grand océan.

Je me suis alors identifié avec chaque être, chaque personne et même chaque atome de cet univers. Alors, vous en avez fini avec la séparation et tout cet enfer qui est causé par la séparation.

Alors, vous ne pouvez plus être trompé par les apparentes limitations du monde. Vous les voyez comme un rêve, comme une apparence parce que vous savez que votre propre Êtreté n'a aucune limite.

En réalité, la seule chose qui est, c'est votre Êtreté. C'est la seule substance réelle et qui ne change jamais, derrière tout le reste.

Tout dans la vie s'est ouvert à moi, ainsi que toute la compréhension : simplement que nous sommes des êtres infinis, sur lesquels nous avons superposé des concepts de limitations (les rondins du barrage). Et nous nous pensons très intelligents sous ces limitations que nous acceptons comme si elles étaient réelles, parce qu'elles s'opposent à notre nature fondamentale de complète liberté.

La vie avant et après ma réalisation était à deux extrêmes différentes. Avant, c'était juste de la dépression extrême, le malheur intense et la maladie. Après, c'était le bonheur et une sérénité qui est indescriptible. La vie est devenue si belle et si harmonieuse que tout s'alignait parfaitement chaque jour et toute la journée,

Quand je conduisais dans New York, il était rare que j'aie un feu rouge. Quand je stationnais ma voiture, parfois, deux ou trois personnes s'arrêtaient et s'avançaient dans la rue pour me montrer une place libre. Il y avait des moments où les chauffeurs de taxi qui voyaient que je cherchais une place de stationnement, me donnaient la leur. Après cela, ils ne comprenaient pas pourquoi ils l'avaient fait. Ils se retrouvaient en double file !

Même les policiers qui étaient garés quittaient leur stationnement pour me donner leur place. Et là encore, après l'avoir fait, ils ne pouvaient comprendre pourquoi ils l'avaient fait. Mais je savais qu'ils étaient heureux avec cette situation. Et ils continuaient de m'aider.

Si j'allais dans un magasin, le vendeur était heureux de se mettre en quatre pour m'aider. Ou bien, si je commandais quelque chose dans un restaurant et que je changeais d'avis, la serveuse m'apportait ce que je voulais, même si je ne lui avais rien dit.

En fait, tout le monde se déplace autour de vous pour vous servir alors que vous vous déplacez en flottant. Lorsque vous êtes aligné et que vous avez une pensée, chaque atome de l'univers s'organise pour répondre à vos pensées. Et ceci est vrai.

C'est un tel délice d'être en harmonie, c'est un état si délectable, non pas parce que les choses viennent à vous comme vous le voulez, mais à cause du sentiment de Dieu en action. C'est un sentiment merveilleux, vous ne pouvez pas imaginer à quel point c'est fabuleux.

C'est tellement délicieux quand vous êtes aligné, en harmonie, vous voyez Dieu partout ! Vous regardez Dieu en action. Et c'est cela que vous aimez tant, plutôt que le temps, l'incident, la situation. Son action est ultime.

Lorsque nous sommes alignés, notre capacité à aimer est tellement extrême que nous aimons tout le monde avec une intensité extrême qui rend la vie, la chose la plus délicieuse qui soit.”