

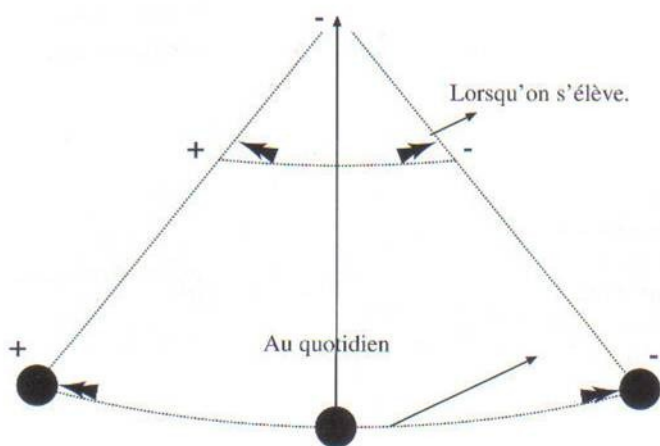
# La théorie du Pendule

Sur notre chemin de Vie, malgré les années de travail fait sur nous il nous arrive de continuer à vivre par moments des expériences douloureuses. Ceci nous étonne et nous fait nous interroger sur nos pratiques, sur nous mêmes et sur notre capacité à assimiler la vie.

J'aimerais à l'occasion de cet article partager avec vous un enseignement, avec l'espoir qu'il vous accompagne dans vos pérégrinations pour renforcer votre élan vers l'avant et vous aider à poursuivre la rencontre avec vous-mêmes.

Nous savons que dans de nombreux domaines nous vivons dans l'illusion. Celui que nous traitons aujourd'hui concerne la croyance que nous entretenons et qui nous laisse penser que si nous étudions et travaillons avec application, nous ne vivons plus d'expériences difficiles. Nous avons été éduqués en ce sens et c'est ce qui nous motive quotidiennement. Pour ma part je suis le premier à prôner que tout passe par un travail réel et continu mais je dois préciser certains points.

Chacun peut se rendre compte à des degrés divers que la vie (le temps de l'Expérience) n'est pas un long fleuve tranquille. Nous vivons notre existence comme le mouvement du pendule. Au quotidien on passe par des états agréables, « Biens » ou « + », à des états déplaisants, « Mauvais » ou « - ».



(Schéma de représentation de la pratique)

Dans un premier temps, plus on pratique et plus on accentue le mouvement du pendule. Ce qui veut dire qu'on va vivre alors des

changements dits « Positifs » ou « PLUS ». Mais ensuite puisqu'il s'agit d'un pendule, automatiquement on va avoir un retour du balancier et donc on va passer par des états dits « Difficiles » ou « MOINS ». On va avoir par exemple des remises en questions.

Nous ne comprenons pas toujours pourquoi nous vivons ces états et cela nous dérange.

A la phase suivante, si on pratique toujours avec sincérité on commence à s'élever le long du balancier. On passe toujours des états dits « Plus » aux états dits « Moins », à la différence que désormais les états PLUS et MOINS sont moins marqués et par conséquent ils nous affectent moins.

En poursuivant notre Expérience nous continuons l'ascension, nous évoluons. Certains arriveront au sommet du pendule, là il n'y a plus de mouvement, plus d'agitation de quelque nature. Enfin le summum est de devenir nous-même le balancier, d'être au centre, donc plus d'Ego. Etre présent, centré, ETRE tout simplement.

La base du schéma représente le seuil d'identification à l'organisme Corps/Mental. Donc plus je suis identifié à cet organisme que je crois être, plus le balancier va être important et plus l'écart entre les moments de bien-être et les moments de mal-être va être énorme. Alors quand je suis totalement identifié, vous pensez bien que c'est hyper, hyper, hyper violent, agréable et jusque dans les dernières cellules de la matière c'est bon. A l'opposé, quand ça va mal et bien c'est juste hyper, hyper, hyper douloureux jusque dans les dernières cellules de la matière.

La loi de notre Univers c'est que le pendule « Pendule ! ». On ne peut pas le bloquer et il n'y a aucune raison pour qu'il s'arrête d'un côté ou de l'autre. Ce que dit aussi cette loi, c'est que l'Expérience (le temps de la vie) est de la Dualité. On va d'un Pôle à l'autre mais en fait c'est nous qui décidons de l'intensité du balancement.

Heureusement, dès qu'on s'élève (qu'on monte un petit peu le long du pendule) on commence à moins s'identifier à l'organisme Corps/Mental et alors là évidemment on vit des « Plus » et des « Moins » qui sont moins marqués. Les « Plus » sont vécus un petit peu moins intensément et les moins sont un petit peu moins douloureux. Si je continue à grimper le long de mon pendule, j'arrive à un point au sommet où il n'y a plus de « Plus » et plus de « Moins ».

Les pratiques c'est ce qui nous sert à monter le long du fil du pendule

pour arriver au sommet.

Ce point au sommet on peut l'éprouver, certains l'ont peut-être expérimenté parfois lors de diverses pratiques et/ou méditation. Une petite chose qui nous fait savoir si c'est l'Eveil ou pas : Est-ce qu'il y a un « Je » ?

S'il y a quelqu'un pour dire « Je » (par exemple: Je suis en train d'être uni à l'univers), ce n'est pas l'Eveil.

En fait, qu'est ce que c'est que l'Eveil ? Quand on parle de l'Eveil il n'y a plus de pendule, plus de notion de haut ou de bas...

Mais alors qu'est-ce qui se passe quand on est en haut du pendule ?

C'est un moment où le « Je » se met entre parenthèses et pendant quelques instants, une minute ou toujours, il n'y a plus de « Je ».

Alors qu'est-ce qui se passe ensuite ? A un moment donné on referme la parenthèse et à nouveau il va y avoir le « Je » puisque je vais en parler. Je vais dire « J'ai vécu », « J'ai vécu une expérience », etc.

L'Eveil on pourrait dire que c'est une parenthèse qui s'ouvre mais qui ne se referme jamais. Il n'y aura plus jamais quelqu'un pour raconter l'expérience, parce que le « Je » aura disparu.

L'important dans une Voie de Développement Personnel ou Spirituel c'est qu'elle nous ramène au centre, à notre centre. Donc quand on ramène tout au point, le mental au centre, les émotions au centre, le corps au centre, c'est une situation d'équilibre (au centre il n'y a pas de mouvement, c'est l'arrêt !).

L'équilibre est un effet de la conscience. L'invitation c'est que dans notre pratique comme dans notre vie nous soyons dans une démarche d'équilibre, de vigilance et de Conscience. Ceci nous évitera d'être ballotté dans tous les sens et de faire après bien des années le constat amer : « mais comment est-ce que je peux encore reproduire ça ? Comment je fais pour me mettre encore dans des situations pareilles avec tout ce que j'ai appris, que je sais et que j'ai intégré ? ».

Pierre JOURDA

Maître Reiki USUI, TIBET, KARUNA®, TEATE [www.reiki-institut.org](http://www.reiki-institut.org) -  
Email : [reiki.institut26@free.fr](mailto:reiki.institut26@free.fr)