

*Comment lâcher le mental alors qu'on en a besoin ?*

*Message de Sanat Kumara reçu par Agnès Bos-Masseron le 7-4-17*

*Question : Comment lâcher le mental alors qu'on en a besoin ? Quand quelqu'un veut lâcher l'addiction à la cigarette, il arrête, mais lâcher l'addiction au mental...*

Le mental est une très mauvaise marque de cigarette. Tu as besoin de l'intellect, tu as besoin de la clarté, tu as besoin de l'intuition, tu as besoin de la transparence de la pleine présence qui fait que tu connais. Cela n'est pas le mental.

L'humanité ne sait plus les règles de son fonctionnement. Le mental n'est que les ondes embrouillées de vos radios chaotiques ou les fumées des plus mauvaises cigarettes. Le mental n'est pas l'intellect.

Tu as besoin d'être pleine présence éveillée, la pleine présence qui honore chaque fraction de création, qui sait se taire et écouter, et donc entendre, qui entend la voix du cœur, la voix de sa propre intuition, la voix de l'infinie connaissance qui résonne dans les étoiles, qui résonne dans chaque fibre de création.

La réponse à toutes les questions, la réponse dont tu as besoin professionnellement ou dans tes fonctions de mère, d'épouse ou d'amie, est présente dans chaque brin d'herbe, dans chaque étoile, au cœur de ton cœur. Elle résonne à l'infini, au cœur du silence. Encore faut-il honorer le silence, intensifier la présence, accepter d'être écoute, simplifier, arrêter de "fumer les très mauvaises marques de cigarettes" qui embrouillent les pistes et semblent faire croire que l'on doit chercher la réponse, alors que la réponse est inscrite dans les fibres de ton cœur, dans les fibres du cœur de celui ou celle avec qui tu es en relation, dans le cœur des étoiles, dans le cœur de chaque fibre de création.

Bien comprendre que, de par cette servitude incessante au mental qui s'agite et qui soi-disant pense, tout s'embrouille et l'on vit dans les méandres enfumés, loin de la clarté. La simplicité implique dynamiser l'attention offerte à la présence. Ne plus écouter les milliers de pensées et ne plus les nourrir. Être la pleine présence et la pleine clarté. Être écoute et réapprendre la voix de l'intellect. La voix de l'intellect est la voix du cœur. Les deux sont un. Réapprendre cette clarté qui connaît. Être de cognition et de connaissance parce que l'être est être d'amour et que la connaissance est le chant du cœur.

*Auteur : Agnès Bos-Masseron*

*Vous pouvez reproduire et diffuser ces messages à condition qu'ils soient dans leur version intégrale sans modification, y compris le nom de l'auteur, du site anandamath.org et ce dernier paragraphe (pas de vidéo au son enregistré par un robot).*