

Le Chant des Dunes est un recueil spirituel et poétique  
Il propose une immersion dans la métaphysique de l'esprit  
Tirées d'expériences du réel canalisées et rédigées dans un ordre chronologique  
(Septembre 2020)



"L'Enfer, c'est les autres » disait Sartre. La réalité, c'est que l'enfer c'est nous-même car nous ne parvenons pas à observer la sottise en nous-même. La sottise d'un mental non disséqué. Lorsque nous voyons suffisamment la sottise en nous-même, nous n'en sommes plus tributaire car nous en sommes témoin. En étant témoin de cette sottise vous êtes témoin de celle des autres alors vous ne perdez plus d'énergie à leur en vouloir. C'est la fin de la croyance en un mal qui serait placé ailleurs qu'à l'intérieur de nous-même. L'interprétation d'un mal en l'autre cesse lorsque vous cessez vous-même d'interpréter ce qui Est devant vous et ce que vous ressentez à l'intérieur de vous-même. Cette libération d'un mal fictif s'effectue par l'étude minutieuse de vos mécanismes intérieurs. Car telle ou telle interprétation vient bien de nous-même non ? Alors la sottise est en nous-même avant d'être à l'extérieure de nous-même. Nous ne pouvons percevoir que ce que l'on éprouve profondément à l'intérieur de nous-même. La réalité est créée par l'esprit, vous pouvez changer votre réalité en changeant votre esprit.



Le véritable alchimiste n'est autre que cet être infiniment fin et sage ; se frottant les mains de plaisir à l'arrivée d'une émotion ou d'une série infernale de pensées. Il les contemple comme simples illusions et les transcendent à la seule force de l'esprit. Il n'est pas dupe. Pourquoi y croire ? Reconnaissez-les comme telles lorsqu'elles se manifestent. Ni plus ni moins. Puis plus rien. Il voit tout phénomène physique ou physiologique comme prétexte à jouir de l'existence. Tout est accueilli. Aucunement interprété. Oui ça existe. Si une interprétation subsiste, cette subsistance est elle-aussi repérée par l'esprit. Elle perd sa charge positive et négative puis détruite dans le même mouvement. Elle n'est plus. C'est le temps des transmutations.



A l'apparition d'une émotion, il s'agit de repérer votre résistance à cette émotion. D'une façon très claire, il y a cette résistance en vous qui ne veut pas de cette émotion. Comme si cette émotion était malsaine, terrifiante, violente, désagréable. Elle vous fait passer un sale quart d'heure et applaudissez l'événement car c'est votre opportunité de réaliser votre propre sagesse. Elle

peut être ressentie et localisée dans une partie du corps ou dans tout le corps. L'émotion est une sensation corporelle. Ce qui l'a rends désagréable, c'est l'interprétation que vous en avez. La première étape est de repérer l'émotion lorsqu'elle apparaît.. La deuxième étape est de repérer votre résistance à cette émotion, cette peur de l'émotion, cette angoisse liée à l'émotion que vous vivez. Vous devez faire l'évaluation de votre rapport avec cette émotion. Est-ce que vous vous sentez terrifié, triste, déçu, apeuré, envahi, débordé par elle ? La troisième étape consiste à observer les deux étapes précédentes en reconnaissant qu'il y a une dualité en vous-même, une dualité composée d'une émotion d'un côté et de l'autre, votre rapport à cette émotion. A ce moment-là, vous constatez qu'il y a une propension à aller d'un côté ou de l'autre. Soit vous vous faites manipuler par l'émotion car elle est trop forte pour vous et elle prends possession de votre corps. Soit vous décidez d'observer cette émotion de en gardant une distance avec elle en usant de votre concentration pour l'observer. Il y a quelque chose en vous qui déteste l'émotion et qui l'a voit comme quelque chose d'inconfortable, d'étranger et voir même de belliqueux. Alors vous utilisez votre volonté pour fuir ou combattre une émotion. Ceci est une méthode qui mène à plus de brouhaha intérieur. Ceci me fait penser au chien qui s'acharne à essayer d'attraper sa queue dans sa gueule. Toute émotion est parfaite, elle est la garantie que votre corps est encore en vie et que vous pouvez l'utilisez comme un tremplin spirituel. Un tremplin qui vous transporte hors de la dimension sclérosée du combat intérieur. Refuser une émotion revient à refuser la vie. Ce qui perçoit l'émotion comme négative, c'est votre mental. Ce n'est pas vous. Vous avez toujours besoin d'une interprétation dans votre vie, car si il n'y a plus d'interprétation, c'est le vide, et ce vide, c'est la mort pour le mental alors il crée d'autres émotions. La pratique consiste à analyser finement ce qu'il se passe en vous-même afin que vous perceviez que votre véritable nature est 'Ce' qui voit l'émotion comme négative. Ainsi ce filtre négatif de l'émotion disparaît puisqu'il sera repéré et éliminé de votre fonctionnement grâce à votre esprit qui le repère et constate la tension qu'il crée en vous-même. Alors ce réflexe qui vous présentait auparavant l'émotion comme négative est enrayé. Le réflexe disparu, il n'y a plus de négativité ou de positivité contenu dans cette émotion. Déchargé des polarités positive et négative, elle perd sa charge et disparaît, la joie apparaît à ce moment-là. Vous transcendez l'émotion en portant votre attention sur 'CE' qui l'a perçoit comme négative. Il est simple de repérer l'émotion, la deuxième étape est de repérer celui qui l'a reçoit et qui l'a juge comme émotion. C'est ce juge que vous devez repérer et démasquer. 'Ce' qui juge, est ce qui vous limite. Et cette habitude mentale est en somme ce qui vous fait souffrir car ceci vous

ordonne la manière dont vous devez vous comporter, c'est un maître dont vous pouvez reprendre le fouet. L'illusion n'est pas l'émotion, l'émotion est un simple courant énergétique incontrôlable. L'illusion réside dans celui qui perçoit l'émotion de telle ou telle manière. La croyance en l'émotion est alors détruite. En paramétrant votre manière d'accueillir l'émotion de cette façon, vous serez le spectateur de cette révolution intérieure. La pratique directe de cette méthode vous mène à la fin de la souffrance et vous faites l'expérience de l'émotion se transformant en énergie créatrice. Cette énergie créatrice se manifestant d'une manière fine et subtile, vous l'appréciez finement et subtilement.



## De la peur

La peur est la combinaison d'une pensée et d'une sensation corporelle regroupées en un seul mouvement énergétique défini que l'on a nommé peur. A l'apparition d'une peur, restez attentif et disséquez ce qu'il se passe dans votre corps et ce qu'il se passe dans votre tête. Il y a ce que vous vivez dans votre corps et ce que vous vivez dans votre tête. Séparez bien les deux dans un premier temps. Il y a un phénomène énergétique dans votre corps et un phénomène énergétique dans votre tête.

L'association de ces deux phénomènes énergétiques est appelé Peur. Par exemple : Vous entendez une voix qui vous dit que vous avez peur du saut en parachute. Ensuite vous constatez que vous croyez à cette voix. Transcender la peur, c'est simplement comprendre que cette voix que vous entendez ne s'adresse pas à vous. C'est simplement une création chimique de votre mental. C'est à dire que les mots que vous entendez dans votre tête deviennent réels car vous y croyez. L'illusion, c'est de penser que cette pensée s'adresse à vous. Vous croyez que vous êtes « la personne » concernée par cette pensée qui passe dans votre tête. La réalité au-delà de cette croyance est que vous êtes simplement un espace (la conscience infini, le Soi) qui remarque cette pensée et l'a constate comme illusion. Ce qui rends l'expérience plus compliquée, c'est que lorsque la pensée du saut en parachute émerge, il y a aussi une sensation énergétique, que vous identifiez comme agréable ou désagréable qui se produit dans votre corps. Cette sensation apparaissant en même temps que la pensée « saut en parachute », vous mélangez les deux et vous vous mettez à confondre et mélanger ces deux courants énergétiques en les identifiant en un seul. Disséquez ces énergies et vous vous libérerez.



La branche souple vit sur l'arbre et s'élève au ciel en épousant le vent.  
La branche dure est tombée au sol, morte et se dégrade.  
Incarnez la souplesse par votre esprit en observant et en accueillant Tout ce qui Est  
Tout Est Juste et Bienvenu.  
Tout est absolument et infiniment passionnant.  
Juste là où vous êtes.  
Regardez tout ce qu'il se passe.  
Vous n'êtes pas ce qu'il se passe.  
Vous êtes simplement CE qui observe ce qu'il se passe.



La Contemplation est l'observation minutieuse de la corrélation entre les phénomènes intérieurs et extérieurs à votre corps. Elle est le constat de ce qu'il se passe à l'intérieur en réaction à ce qu'il se passe à l'extérieur. La Contemplation est : Être Conscient du principe (divin, naturel, conscient) qui opère en nous à chaque moment de l'expérience. Ce n'est pas nous qui tenons les rênes, c'est la vie elle-même qui les gardent précieusement en mains de manière à ce qu'il n'y ai aucuns efforts à fournir dans notre expérience de vie. Afin de profiter pleinement de ces quelques années sur terre. La vie contemplative devient notre plus haute vertu.



Ce qui peut être affecté n'est pas toi. C'est ton mental.  
Ce qui ne peut être affecté est toi. C'est le Soi.



À l'aube  
De la sauge,  
Un peu d'Ibn Arabi  
Cet hymne m'a ravi  
Une Salutation Soleil,  
Et l'Esprit divague  
Dunes du Nord mon amour,  
Un vent d'Est prit dit vague  
Le corps danse  
Tout Est sans doute Uni  
Trente Om  
Un peu de poésie  
Ainsi va la vie  
Du cacao et lait de coco  
Une potion magique  
Les sons de la new wave



Nos âmes célèbrent à tout moment  
Les égos se disputent on ne sait quoi







De l'Amour possessif à l'Amour véritable, il y a ce seul pas que l'humanité peine à fouler

ce que j'éprouve bifurque d'un amour basé sur ce que je peux obtenir de toi : des moments exclusifs, des baisers, des mots tendres, ta présence.

ce que j'éprouve est un amour qui est là avant, pendant et après. du vivant à l'inerte et les deux en même temps. sans les deux. avec ou sans conditions, avec ou sans moments exclusifs, avec ou sans baisers, avec ou sans mots tendres, avec ou sans ta présence.

le véritable amour est d'une affection aussi légère à porter que forte à éprouver.



Chez une personne,  
préférez-vous aimer son âme : l'Unité, l'Absolu, l'Inconditionnalité, l'Infinité, l'Amour.  
Ou ses côtés humains : possessivité, humeurs variables, banalité, prévisibilité.



La seule différence qu'il y a entre vous et moi. C'est que vous pensez qu'il y en a une. Et moi non. Une différence que vous ne parviendrez peut être jamais à réaliser dans votre vécu. Je ne suis aucunement différent de vous. L'identité du Moi est gelée par le mental puis éclate grâce à la lumière de l'esprit qui se détourne de la pensée pathologique. Et puis en attendant, la capacité de mon intellect m'offre un plaisir sans précédent. Le plaisir de ressentir les flux vibratoires de nos existences formant un Tout cosmique, extatique. Depuis mon canapé nordiste, le chien s'est effondré, la famille s'est réunie, et les agapes en bonne place, tout s'élargit en un festin insensé. Et cette baignade, je m'y jette, à vrai dire mon corps ne se sent plus lui-même. Une rencontre où les deux parfums s'enrobent, où ses arômes arborent leur plus simple unité.





Par cette Unité flagrante, c'est une rencontre entre deux points, vous et moi, apparemment séparés. Qui, par le biais d'une maïeutique spirituelle et le dépouillement des images façon Maître Eckart, parviennent à la constatation finale, qu'il n'y a pas de personnage à incarner. Néanmoins, une conscience d'Être continue, qui ne peut être affectée. Celle de l'Âme du monde. Dans sa forme la plus pure, celle de l'Eveil, plein, définitif, inaltérable.



Le Soi, c'est lorsque les secrets des maîtres n'ont plus de secrets pour vous. N'êtes vous point fatigué de vous plaindre de votre histoire ? Alors oubliez la. Et vous réaliserez l'inconnu, le Soi. Et puis, la mémoire s'estompe car pour avoir des problèmes, il faut encore s'en souvenir.



Quand tu es divin, tu divinises  
Car tout est divin  
Quand tu réalises le Soi.  
Tout devient soyeux  
Le Soi est Soyeux  
Une fois réalisé  
Tout est soyeux  
Ceci est votre repère  
Si ce n'est pas soyeux  
C'est que ce n'est pas le Soi



L'égo dit :  
Habillons-nous bien  
Cachons notre nudité  
Mais n'oubliez pas que cette nudité perdue  
Est celle qui a égaré Adam et Eve



Seul celui qui fait face au défi de l'incertain apprend sa vérité intérieure.  
Vous connaissez cette sensation qui dit : « Ah j'aimerais que ça dure toute la  
vie ». Cette sensation est possible si vous remontez jusqu'à votre Âme.



Une aigreur soudaine vient entachée un moral naguère intacte.  
Est-ce le lot de toute vie humaine que d'être navré de ces inconstantes humeurs ?  
Je ne puis vous répondre avec l'arrogance des plus grands égos  
En parlant du mien, fut-il, est-il, sera-t'il ?  
Vous ne le sentez guère.  
Seuls les absolutistes ayant bravé les courants mentaux les plus insolubles,  
reconnaissent l'inexistence de ces énergies immondes.  
L'immondice d'une chose est temporaire.  
L'Âme impérissable baigne dans une mer méta-temporelle,

Si loin, si lointain que le temps résonne si faux.  
Je parle de la fausseté fade d'une aguicheuse de mauvais gout,  
Prenant son pied à tenter le premier luron affaibli



Il est d'une sureté infinie que les corps jouissent d'une agréable satisfaction,  
Sans plus la moindre force de croire ce qui est vu, perçu, senti, touché, entendu, compris, interprété...  
Alors l'Âme jouit de nombreux attributs que l'on ne peut décrire.  
Et ce commencement débute par une fin.

Déposez les toutes et tous,

Pensées au cimetière.

Emotions à l'orphelinat.

Croyances à la morgue.

Il n'y a que le dédain pour ces chimères dont l'esprit affaibli eut un jour la stupeur d'en goûter la substance nauséabonde

Dépouillez-vous inlassablement de ces images secondaires,

Celles qui se sur-ajoutent avec la finesse d'un parfum incréé,

Celles qui s'invitent profondément à applaudir la putréfaction d'un Être.

Les Âmes copulent en Une, Unies,

Dansant dans un ballet cosmique dégagé des pales idéaux,

Ayant transcendé le passé chimérique et le futur fantasmagorique.

Il n'y a plus à tanguer à la symphonie des pulsions imaginaires de l'identité double.

Un est Un et Deux n'est plus





*Il y a deux voix dans votre tête, écoutez celle qui ne fait pas de bruit.*



Si un mal te rapproche de dieu  
Alors ce n'est pas un mal  
C'est simplement Dieu qui te fais du pied.  
Alors nous pouvons marcher une vie entière simplement pour rentrer à la maison  
Une souffrance éclate, ce n'est que l'Âme qui réclame son bon dû, de bon droit.  
Et puis, celui qui part de chez lui se met en quête du temps où il était uni



Le Soí, c'est comme être seul sur une île imaginaire et paradisiaque  
Sans aucuns manques d'aucune sorte.  
Juste l'émerveillement continu d'un spectacle que l'on ne peut décrire et au mieux ressentir.  
Mes frères semblent avoir perdu la vue ou peut être est-ce moi le plus aveugle de tous ?



Quelle est cette beauté que tu contemples ?  
La beauté que tu contemples est celle de qui ?  
D'où vient la beauté que tu contemples ?  
Qui te permet de contempler cette beauté ?  
Comment tu peux contempler cette beauté ?  
Tout est Un.



Les gens qui ont de l'ego s'attendent à ce que vous vous intéressiez à leur vie donc ils vont subtilement vous présenter leur métier dans l'espoir que vous évaluez à peu près leur salaire. Plus tard ils vont vous présenter leur vélo de collection, leur tableau et leur moto ou leur voiture. Ils vont s'arranger pour vous donner le plus d'éléments pour que vous puissiez imaginer le prix. Avec un curieux espoir de vous faire connaître leur richesse. Ils s'identifient à leur représentation idéale de la vie, ils sont aveugles. Ils devraient plutôt passer leur temps à vous regarder dans les yeux et échanger de coeur à coeur.



Ah si

J'ai trouvé quelque chose

J'ai trouvé la pierre philosophale

L'or

Tout ce que l'Âme souhaite trouver

Je l'ai trouvé

Et je me suis trouvé moi-même

Et ce vrai Moi apparaît lorsqu'il n'y a plus de Moi

Ce que j'ai trouvé ?

C'est qu'il n'y a rien à trouver.

Que vos Âmes m'en soient témoins.

C'est la plus grande trouvaille que vous puissiez faire lors de ces quelques années sur terre.





J'alchimise les douleurs en caresses  
C'est un abandon total qui donnera le soin à votre intuition de vous guider  
Vivre l'expérience sans la réflexion intellectuelle superficielle.  
L'Intuition, c'est simplement ne pas suivre ses propres croyances.  
Et depuis cette réalisation, je le reconnais, l'expérience est hyper tactile.  
Je ressens tout venir, tout arriver et passer sans anicroches.  
C'est une succession de moments agréables, vécus par les sens comme bonté.



**Le Chant des dunes nous et moi  
Par sa beauté si elle est terre  
Ce doux parfum vient à moi  
Et fut transposé en l'éther**



Celui qui croit contrôler ses pensées est aussi fou que celui qui en est tributaire. La seule manière de transcender une pulsion est d'en être conscient. En devenant conscient de celle-ci, vous connaissez son parcours et son chemin. Et seulement.... vous pouvez voir la porte de sortie.



Le véritable bonheur, c'est lorsque la question de ce bonheur ne nous concerne plus. Toute pratique amène alors à repérer d'où vient cette question qui fait office de bâton dans les roues.

Toute autre démarche est conceptuelle et suppose la folie qu'il existerait un bonheur meilleur que celui qui Est déjà Là devant Nous. Le bonheur est déjà dans la question. La question même montre qu'il y a une personne se posant la question. Il est là le bonheur, nul part ailleurs. Ne suivez pas la question. Vous y êtes déjà.



Quand est-ce que le Soi sera réalisé ?  
Lorsque vous aimerez une myrtille autant que les membres de votre famille.



Alors je lui dit :

« Ma chère et tendre,

Ne penses-tu pas que si mon corps déclenche ce si précieux élan d'aller se noyer dans un Être autre que le tien. Que ça ne soit pas dans l'idée terrible de blesser ton Âme. Mais alors que je suis si pleinement heureux de cette existence que j'éprouve le dessein joyeux de répandre ce bonheur avec la terre entière ? Accordes-moi que cet élan est si pure, si honnête, avec le coeur sensé, que si je m'y oppose, ne ferai-je point un crime providentiel ? »



Courte est la vie que l'on parcourt avec tant de passions  
Sans les passions elle devient la vie elle-même  
Mort et vie deviennent concept  
Et vous êtes happé par ce mystère  
Un mystère qui vous est révélé lorsque vous ne le cherchez plus.



On est individué par le corps mais l'Âme, elle, est commune.  
Il n'y a qu'une seule Âme dans l'humanité qui s'individue dans les corps.  
On est individué par nos corps qui ont une forme individuelle.  
Nous sommes individué par nos corps en union avec une forme individuelle.  
Qui n'est pas du genre des autres Âmes. Complètement unique.  
Nos corps ne sont pas uniques. L'Âme est individuelle.  
L'Unité de l'Âme du monde.



Dans vos plus grandes émotions  
Repérez ce qui nous bouge pas  
Alors ce que vous Êtes est :  
Ce qui n'a pas faim  
Ce qui ne se met pas en colère  
Ce qui n'est pas jaloux  
Ce qui n'est pas heureux  
Ce qui n'est pas malheureux  
Ce qui est libre de tout nom  
Ce qui est exempt de tout attribut  
Ce qui ne peut être ému  
Ce qui ne peut être détruit  
Ce qui ne peut être construit  
Ce qui reste tel quel  
Inchangé





Si vous écoutez les pensées  
C'est que vous avez peur de  
l'ennui  
Vous souhaitez être distrait par  
peur de l'ennui  
Alors une addiction aux pensées  
se crée  
Puis vous plongez dans les  
profondeurs de la souffrance  
L'ennui est vécu comme une  
mort par le mental  
Car le mental ne peut pas  
fonctionner sans séparer les  
choses  
Il est le diviseur de l'Un  
Observez-le  
Et découvrez que vous êtes  
cette unité

