

## **S'ABANDONNER**

S'abandonner à ce qui est dans l'instant, pour ne plus être prisonnier de cette peur d'être abandonné, délaissé, seul.

Quand je plonge dans cette évidence et quand je m'abandonne complètement dans cet instant présent à ce qui est, à ce qui vibre, alors je permets à mes conditionnements de me quitter, de perdre de leur emprise et de leur activité. Je ne suis plus prisonnier de ceci ou cela, mais je deviens libre d'être moi-même. Être moi-même, libre de tout concept, de toute représentation.

Je ne peux plus me définir, je peux juste briller.

Dans cet instant, je m'abandonne complètement.

Dans cet abandon, je me sens relié, je me sens aimé. Je sens l'amour, je sens la vie, je sens la joie.

Dans cet abandon, la vérité peut jaillir. Seul cet abandon me donne accès à ma véritable nature. A cet endroit, je ne peux plus rien fabriquer, je ne peux plus rien imaginer, je ne peux plus rien interpréter, je ne peux plus rien prévoir.

A cet endroit je suis libre, totalement libre et totalement vivant.

A cet endroit, tout comme l'inspiration et l'expiration se font naturellement, la vie se déroule naturellement.

Je suis simplement là, témoin de ce qui apparaît, témoin de ce qui disparaît.

Abandonner. Abandonner, pour être totalement présent, totalement éveillé, totalement disponible. Ce profond lâcher m'amène dans la vacuité.

Dans la vacuité, tout est possible ; aucune limite, aucune restriction.

Je me laisse plonger.

Je meurs dans la vacuité pour que seul reste ce qui est.

Plus d'encombrement, plus d'agitation, la paix et la vie, la joie, l'amour et l'évidence.

*juillet 2017*