

QU'EST-CE QUE LA NUIT NOIRE DE L'ÂME ?



par Samia Aissaoui

C'est en tombant sur des vidéos de personnes qui décrivaient « la nuit noire de l'âme » que j'ai voulu apporter mon témoignage sur ce sujet, même si j'en ai parlé à plusieurs reprises dans ce blog. Apparemment, ces personnes parlent d'un sujet qu'elles n'ont pas vécu et n'en savent que ce qu'elles ont lu et entendu. Ici je voulais apporter une vision qui s'appuie sur une expérience vécue.

Il semble qu'il y ait confusion entre Eveil spirituel et Eveil de la conscience. Je vais tenter de développer ce qui a été réalisé de mon point de vue. Souvent nous utilisons des mots différents pour parler de la même chose. C'est pourquoi il peut y avoir parfois méprise. Les mots que j'utilise sont ceux

qui me sont parvenus pour décrire les processus.

Si les deux états d'éveils sont provoqués par un état dépressif, suite à un événement de vie, tel qu'un deuil, divorce, licenciement ou autre, l'aboutissement ne pointe pas vers le même champ d'expériences même si dans les deux cas, la durée du processus est aléatoire, quelques jours, quelques mois voire quelques années selon l'individu. C'est notre capacité à dépasser l'expérience selon comment elle est appréhendée qui fera que l'état de souffrance disparaîtra à ce moment-là ou durera plus ou moins longtemps.

L'éveil Spirituel survient après un mal-être qui posera un vrai questionnement existentiel. Qui « Je suis » ? pourquoi « suis-je ici » ? Pourquoi je n'arrive pas à trouver le bonheur, l'amour et la paix ? Toutes ces questions sont les plus souvent citées poussant à en approfondir le sens.

Elles introduisent la personne sur le chemin du développement personnel et spirituel lui donnant l'opportunité d'explorer la personne afin d'en apprendre et comprendre sur les peurs, les blocages et les mémoires qui sont à l'origine de ses déboires.

C'est là que la quête de sens démarrera, tentant de trouver une interprétation au mal-être, au travers d'outils et de techniques qui ouvriront vers des expansions de conscience, des capacités extra-sensorielles (dons) et parfois à l'illumination.

L'éveil spirituel est une quête permanente du mieux-être, induisant la personne dans une perpétuelle insatisfaction et un besoin de se rassurer, la guidant vers toujours plus de pratiques et de thérapies, dans le seul but, tenter de s'extraire du mal persistant qui prend la forme d'angoisse, de peur, de tristesse, de colère, etc.

Dans cette phase d'éveil, il y a tentative de supprimer ces états négatifs au lieu de les accueillir. On est toujours dans la dualité. D'ailleurs nombre de personnes qui se croit être

dans l'accueil, ne comprenant pas la signification tant que cela est vu d'un point de vue mental.

Même s'il y a des prises de conscience, la libération et la guérison ne surviendront jamais tant qu'on est posté dans une attitude de croire que la paix viendra par ce biais. La croyance sur un chemin à suivre pour arriver quelque part n'existe pas que dans l'illusion. La souffrance provoquée par cette recherche du divin ne s'effacera jamais tant qu'il y est cru en un quelque chose ou un quelque part, donc toujours en une séparation.

Ici, il est constaté que le travail sur Soi développera plus l'ego au lieu de l'atténuer, entraînant toujours plus de fuite, s'imprégnant de nouvelles croyances engendrées par tout un savoir extérieur qui vient de ce monde. Tout est mis en œuvre pour aller vers l'unification ne faisant donc qu'accentuer la dualité. C'est ce qui déclenchera la nuit noire de l'âme, la phase précédant l'Eveil de la conscience.

La perspective de ne voir et ne vouloir que le côté positif et lumineux de l'expérience, rejetant et fuyant le côté sombre qui compose pourtant tout être, induit une tension et une rigidité corporelle jusqu'à la douleur, la maladie et l'épuisement entraînant l'effondrement ultime de tous les formatages extérieurs.

Imaginez un élastique tenu à chacune de vos mains et tirant avec acharnement sur la même main. Vous provoquez une raideur constante jusqu'à ce qu'il craque. C'est un peu ce qui se passe dans cette expérience. Plus on tente d'aller vers une extrémité en niant l'autre versant, plus la tension devient intense. La résistance, venant d'une volonté et d'un désir sans cesse inassouvis, conduit tôt ou tard à plonger dans toutes ses ombres en accéléré.

Ici dans cet écroulement, tout est remis en question. La vie n'a plus de sens. Il n'y a plus de goût, juste une sensation

de frôler la folie et toucher la mort. Les peurs paniques qui en résultent déclenchent une souffrance des plus extrêmes et sans précédent. Tout semble ne plus correspondre à ce qui a été appris, compris ou encore connu. Ces états ingérables peuvent parfois conduire en psychiatrie ou même au suicide. C'est la confrontation à la mort de la personne qui s'est identifiée au Moi, basée sur des croyances, des empreintes de mémoires, de pensées et d'émotions. La force de la souffrance vient de la capacité à se laisser traverser par l'écroulement d'une expérience duelle qui n'annonce que la fin. D'ailleurs la durée de la traversée est liée à la capacité à s'abandonner à ce désespoir qui envahit le quotidien.

Cette phase n'est pas enseignée en amont, malheureusement parce qu'elle était méconnue. Mais de plus en plus de personnes passant par là, témoignent pour que cela soit plus compréhensible, même si ici nous sommes invités à faire ce retour vers Soi et à être à l'écoute de ce qui en émerge par nous-mêmes. Nous sommes seuls face à ce cataclysme et à ce qui s'y passe. Personne ne sait quand la fin du calvaire arrivera. Il ne parviendra que de notre capacité à nous laisser absorber par ce phénomène.

C'est quand il y a acceptation et accueil total du processus que les voiles tombent laissant l'Eveil de la conscience se produire, révélant que Nous Sommes au-delà de la forme et le vide chargés de silence.

Après la mort du Moi, c'est la naissance au Soi véritable, la vraie nature jaillissant de l'intimité la plus profonde. Même si, au final, nous réalisons que n'en avons jamais été véritablement coupé, ici on découvre que la dualité a juste été une expérience faisant partie de l'Unité retrouvée.

On peut parler de la libération de l'égo/mental qui durant toute la vie s'est vu attribuer le rôle du maître. L'égo/mental ne disparaît pas faisant partie de l'ensemble de l'hologramme humain. Cette structure permet le jeu ici-bas.

Tout se révèle dans cet éveil.

Réaliser qu'on n'est pas le corps, ,ni la personne qui jouait ce rôle.

Réaliser que le moi, auquel on est identifié , n'est qu'un amas de conditionnements, qui croit avoir le contrôle.

Réaliser que la conscience « Une » est derrière toute chose, tout vivant, toute nature, tout événement et tout état.

Réaliser que nous ne sommes pas humains, mais la conscience dans l'expérience humaine.

Réaliser que nous n'avons pas à chercher à Etre puisque nous le sommes déjà, mais à vivre pleinement ce qui s'en vient à chaque instant.

Ici cette immersion dans ce vide/vacuité/silence permet au vivant de prendre toute son expression dans la manifestation. Tout est vécu pleinement avec tout ce qui coexiste ici et maintenant.

Si la souffrance disparaît puisque tout est accepté et accueilli pleinement et simplement, les expériences négatives continuent de nous être servies par la vie tant que nous les fuirons. C'est notre capacité à les accueillir pleinement qui permet de mieux les vivre.

Si L'Eveil spirituel est un champ d'expériences passagères que tout le monde n'empruntera pas, l'Eveil de la conscience est l'ultime réveil avec la découverte et la reconnaissance de Soi en chacun.

Source: <http://samia-aissaoui.com/>