



Le  
**chemin**  
de la  
**transformation**

**Eva Pierrakos**

**Dangles**

"Grand angle / Psycho-épanouissement"

## LE CHEMIN DE LA TRANSFORMATION

*Se transformer* reste l'enjeu plus ou moins clairement exprimé de quiconque se lance sur un chemin de **développement personnel**. On se rêve meilleur, c'est-à-dire heureux... et là, les hydres intérieures qui sommeillent en nous se redressent pour nous barrer la route. Ces fantômes destructeurs et inhibants ont pour noms toutes nos peurs, blocages, doutes, interdits... La peur est une protection, et l'on préfère s'y cramponner plutôt que de s'aventurer sur des chemins inconnus. Combien même le croirait-on, on s'aperçoit bien vite que l'on ne possède pas les clés pour ouvrir les portes de ses propres prisons. Reste alors à trouver le bon "guide" qui aura suffisamment de sagesse, de connaissance et d'indulgence pour nous faire évoluer vers la partie lumineuse de notre être.

Tout cela, Eva Pierrakos, épouse du célèbre psychanalyste reichien John Pierrakos, l'a découvert, en elle-même d'abord, puis à travers la fréquentation des patients et disciples de son mari. Dans son discours, on sent très nettement le savoir psychologique et l'expérience pratique. Elle exprime avec des paroles claires et dédramatisantes tous les mécanismes qui nous retiennent prisonniers, et nous livre simplement les possibilités de déverrouillage. Elle ne juge pas nos parts d'ombre, elle les constate et les décrit précisément pour mieux les désamorcer. Elle nous apprend à nous aimer d'abord tels que nous sommes, avec toutes nos imperfections, puis nous invite à nous transformer.

Son message va plus loin que le savoir psychologique ; il lui a été délivré par **channeling**. A travers son canal, une entité qu'elle nomme *le Guide* se manifeste et nous enseigne la voie de l'autotransformation. Pendant plus d'une vingtaine d'années, Eva Pierrakos a ainsi été l'instrument de la délivrance d'un message constructif et évolutif. Ce livre est la réunion des conférences publiques et entretiens autour desquels se sont rassemblés des milliers d'individus. Il décrit une façon pratique, rationnelle et honnête de nous reconnecter sur notre identité divine.

Se transformer n'est plus un rêve... Le travail d'Eva Pierrakos, empreint d'amour, nous rassure sur le fait que **l'évolution est toujours possible**.



Couverture :  
photo S. Hunt  
The Image Bank

**Eva Pierrakos**

TITRE ORIGINAL AMERICAIN : The  
Pathwork of Self-Transformation

# Le chemin de la transformation

Traduit de l'américain par Patrick Favro

Edition française publiée sous la direction d'Aline  
Apostolska

*Edition originale américaine :*

© 1990 by The Pathwork Foundation  
Published by arrangement with Bantam Books,  
a division of Bantam Doubleday Dell Publishing Group, Inc.

*Traduction française :*

© Editions Dangles, St-Jean-de-Braye (France) - 1993

ISSN: 1160-3380  
ISBN : 2-7033-0396-3

Tous droits de reproduction et d'adaptation  
réservés pour tous pays.

Deuxième édition

**Editions Dangles**  
18, rue Lavoisier 45800  
ST-JEAN-DE-BRAYE

## L'AUTEUR

Née en 1915 en Autriche, Eva Pierrakos est la fille du célèbre romancier Jakob Wasserman. Elle grandit parmi l'élite intellectuelle de Vienne. Son premier mari fut le fils d'un autre écrivain connu : Hermann Broch. Jeune femme dynamique et brillante, Eva aimait danser et skier ; plus tard, elle devint professeur de danse. Elle était alors à mille lieues d'imaginer qu'elle pourrait être choisie pour servir d'instrument en vue de communications spirituelles.

Eva réussit à quitter l'Autriche avant l'Anschluss et s'installa à New York. C'est en Suisse - où elle vécut quelque temps - que ses pouvoirs médiumniques commencèrent à se manifester sous la forme d'écriture automatique. Après de longues méditations et un changement de ses habitudes alimentaires, et en s'engageant à utiliser ses dons dans le seul but d'aider les autres - au risque même de perdre ses amis qui pensaient qu'elle perdait la raison - elle parvint finalement à devenir un canal pur, si bien qu'une entité spirituelle d'une grande sagesse, qu'elle nomma *le Guide*, fut en mesure de se manifester à travers elle pour nous faire le don de son enseignement.

Après son retour aux Etats Unis, un petit groupe se forma autour d'elle. Elle accorda des *Consultations du Guide* et, deux fois par mois, donna des conférences ou des séances de questions/réponses.

C'était une petite femme brune aux yeux foncés, au regard lumineux et au corps de danseuse rayonnant une merveilleuse joie de vivre. Sa rencontre avec John Pierrakos - un psychiatre travaillant dans la tradition de Reich et cofondateur de la bioénergie - enrichit mutuellement leurs travaux. Leur mariage, en plus du bonheur personnel qu'il

leur apporta, aida John à transformer sa pratique de la bio-énergie en bioénergie spirituelle (1), en y intégrant l'enseignement du *Guide*. D'un autre côté, l'introduction d'éléments « énergétiques » au *Chemin* contribua à l'efficacité de ce dernier.

Un nombre de gens toujours croissant se trouva attiré par l'enseignement du *Guide*, et un *Centre du Chemin* fut fondé dans une vallée retirée des Castkills, où l'on peut entreprendre un travail de transformation personnelle en profondeur dans un havre de paix et de beauté situé en pleine nature. En 1972, *le Chemin* fut incorporé à une fondation éducative à but non lucratif.

Eva décéda en 1979, laissant derrière elle un héritage abondant transmis par *le Guide* : en plus des 258 conférences qui présentent *le Chemin*, il existe aussi des centaines de séances de questions/ réponses et de consultations privées avec *le Guide*, toutes enregistrées. A ce jour, des milliers de personnes ont lu les conférences et des centaines d'autres suivent ce *Chemin*, même s'il n'a pas cherché à se faire connaître du grand public.

Il existe deux *Centres du Chemin* aux U.S.A., sans compter de nombreux groupes d'étude et de travail répartis aux Etats-Unis et dans le monde.

1. Traduction de *core energetics*, qui est un travail sur les blocages émotionnels et corporels dans la tradition reichienne, combiné avec un travail sur les énergies subtiles.

QUELS que soient votre situation dans la vie, votre profession, vos problèmes, votre âge... ce livre peut vous aider à considérer votre être et votre vie sous un jour nouveau. Cette nouvelle lumière combine raison et amour et illumine le **chemin qui mène aux dimensions les plus secrètes de votre être**. Ce livre est le résultat d'un « channeling ». Son véritable auteur est un être désincarné qui n'a pas voulu se nommer, mais que l'on a appelé *le Guide*. Il a fait, par l'intermédiaire de l'écrit, Pierrakos, 258 conférences sur la nature des réalités spirituelles et psychologiques et sur le processus du développement spirituel personnel.

Le processus s'appelle *le Chemin* et les communications qui ont tenté le nom de *Conférences du Chemin* ou *Conférences du Guide*.

Il existe aujourd'hui de nombreux livres issus du « channeling ». Aussi nous semble-t-il justifié de faire de notre livre pour informer le lecteur potentiel de ce qui distingue ce livre d'autres ouvrages du même type.

L'enseignement du *Guide* se particularise donc grâce aux deux aspects principaux suivants :

- L'enseignement du Guide (le Chemin) établit un **programme complet** visant à transformer son être et à se réaliser rituellement.

- Ce livre inclut une profonde compréhension de la négativité présente en nous : ses origines, ses conséquences, les moyens d'y faire face et de la transformer. Ce processus, tel qu'il est enseigné par le Guide, n'a point d'égal.

Le but du *travail psychologique sur soi* consiste à se réaliser pleinement et à développer son potentiel humain personnel. On peut ainsi effectuer un travail constructif sur la terre et vivre dans l'amour et dans l'harmonie avec les autres.

Les *pratiques spirituelles* ont pour but d'atteindre l'illumination, ou conscience unitive, le sentiment de faire un avec l'univers. L'objectif du travail spirituel consiste à connaître notre véritable identité en tant qu'êtres inspirés par le divin, remplis d'amour et de lumière.

Un *programme complet* doit nous aider à faire face aux frustrations qui empêchent notre plein épanouissement d'une part, et aux limitations qui freinent notre éveil spirituel d'autre part. La plupart des approches du développement spirituel n'offrent d'aide que pour une partie de ce voyage. Il nous reste à savoir ceci : *comment, de là où je suis, puis-je arriver là où je veux être ?*

La plupart des ouvrages issus du « channeling », tout comme les traditions ésotériques de la plupart des religions, nous enseignent que **nous sommes les créateurs de notre réalité**. *Mais s'il en est ainsi et si je suis vraiment le créateur de ma vie, quelle est donc cette partie de moi qui produit des événements qui me sont plutôt désagréables ?... Pourquoi est-ce que je ne me débrouille pas mieux pour créer la vie que je crois vouloir ?... Pourquoi certains aspects de mon être sont-ils si difficiles à changer ?...*

La contribution la plus précieuse du Guide concernant la quête psychologico-spirituelle moderne, c'est un **moyen pratique, rationnel et honnête pour aller de l'endroit où l'on est à celui où l'on souhaite être**. Tous les guides spirituels décrivent l'état d'illumination, d'amour et d'harmonie dans lequel on se sent à l'unisson avec tous les hommes, où on s'abandonne à Dieu dans la joie. On peut aussi lire des descriptions, faites par des psychologues humanistes ou holistiques, de la vie épanouie de l'être qui s'est réalisé.

Mais si on s'observe avec objectivité, on s'aperçoit que l'on est bien loin de cet idéal. Il faut trouver un moyen de nous accepter totalement tels que nous sommes maintenant, et travailler avec

tout ce qui, en nous, bloque notre évolution spirituelle et personnelle. Il nous faut des plans de la psyché qui refusent d'idéaliser, de minimiser ou d'ignorer nos défauts d'êtres humains. Le Chemin donne les grandes lignes d'un plan de la conscience humaine qui inclut nos anges comme nos démons, l'enfant vulnérable tout comme l'adulte mûr et capable, les mesquines préoccupations égoïstes comme les sublimes élans visionnaires.

Nous avons besoin d'être guidés et soutenus lors de notre cheminement de là où nous sommes actuellement jusqu'à la dimension plus vaste, plus épanouie, plus consciente de notre être qu'il nous est possible d'atteindre. Le Chemin nous encourage à cesser d'essayer de faire croire que nous sommes une image idéalisée de nous-mêmes, c'est-à-dire la personne que nous pensons devoir être. Le Guide nous aide à nous détendre et à accepter en toute honnêteté ce que nous sommes et ce que nous ressentons au fil du temps. Chacun, s'il est soucieux de vérité, découvrira en lui-même des attitudes et des sentiments déplaisants et égoïstes.

Pourtant, nous ne nous percevons pas comme mauvais. Nous aimerions suivre la Règle d'or. La plupart d'entre nous accepterait même l'idée que si nous pouvions nous aimer, et aimer notre prochain comme nous-même, nous serions plus heureux. *Pourquoi m'est-il si difficile d'y arriver ?... Pourquoi suis-je toujours aussi centré sur moi-même ou, au contraire, pourquoi ai-je une image si déplorable de moi-même ?...*

En général, on reçoit très peu d'aide véritable sur ces questions. La plupart des religions nous donnent des commandements moraux, souvent renforcés par le sentiment de culpabilité ou la peur, les menaces ou les cajoleries ; par conséquent nous n'exprimons pas notre négativité. Quand nous échouons - ce qui est inévitable - on nous intime de redoubler d'efforts. On nous dit d'offrir nos défauts à quelqu'un d'autre : le Christ, l'Eglise ou le gourou. Ou, dans bien des enseignements contemporains, on attend de nous qu'on dépasse nos propres limitations et qu'on considère notre négativité simplement comme un oubli momentané de notre divinité. *Comment puis-je prendre acte de ma négativité sans la minimiser ni être dévasté par elle ?*

La plupart des méthodes psychologiques ne répondent pas non plus à ces questions. A la place, on nous dissuade - par ignorance - d'assumer la pleine responsabilité de notre négativité. Puisque le sentiment de culpabilité est une émotion si débilitante, on nous encourage souvent, dans la démarche psychologique, à cesser de nous considérer comme des pécheurs ou des êtres imparfaits. D'une façon ou d'une autre, on peut tenir les autres (nos parents, nos « vies antérieures », les normes oppressantes de la société) pour responsables de notre négativité. Nous nous considérons alors comme des victimes. Nous renvoyons nos sentiments négatifs vers ceux que nous estimons être à l'origine de nos souffrances, avec l'espoir que les pensées et les sentiments négatifs disparaîtront... mais rien de tel ne se produit.

*Suis-je condamné à vivre avec mes imperfections ?... Si je ne peux pas les surmonter, vont-elles gâcher ma vie ?... Que reste-t-il, hormis la peur secrète d'apprendre que nous sommes intrinsèquement mauvais et dans l'impossibilité de changer ? Voilà la cause du désespoir et du découragement.*

Les *Conférences du Chemin* fournissent l'élément manquant dans les approches du développement personnel, qu'elles soient contemporaines ou traditionnelles. Tout en nous proposant une perspective spirituelle selon laquelle nous sommes fondamentalement divins, **qu'en notre centre nous sommes Un avec Tout ce qui est**, le Guide enseigne aussi que tout être humain possède une couche de négativité qu'il appelle le *moi inférieur*. Le moi inférieur est cette partie de nous qui intervient activement - quoique le plus souvent inconsciemment - dans notre choix de la négativité, de la séparation, de l'égoïsme, de la peur et de la méfiance. Cependant, puisque ce moi inférieur, en fin de compte, est une déformation de la seule et unique énergie qui anime l'univers, on peut la retransformer en sa vitalité originelle, source de vie. Dans les *Conférences du Chemin*, le Guide nous montre *comment* procéder.

Il est extrêmement difficile de faire face au moi inférieur, et la plupart d'entre nous aimeraient éviter cette confrontation. C'est pourquoi nous nous accrochons à notre image idéalisée de nous-

mêmes, nous nous dérobons devant le travail émotionnel à faire en profondeur, là où ces sentiments négatifs refont surface. Pourtant, reconnaître et prendre acte de nos émotions négatives n'est pas une entreprise trop difficile quand, d'un autre côté, nous avons conscience d'une perspective et d'une expérience spirituelle qui nous affirment qu'en **essence nous sommes divins**. Les sentiments de trouble ressentis intérieurement peuvent se métamorphoser quand nous les reconnaissons sans chercher à les fuir et quand nous apprenons à les retransformer et à leur rendre leur nature divine originelle.

Voici ce que dit le Guide à ce sujet :

- *C'est en **ressentant** votre faiblesse que vous trouverez votre force.*
- *C'est en **ressentant** vos peines que vous trouverez le plaisir et la joie.*
- *C'est en **ressentant** vos peurs que vous trouverez la sérénité et la sécurité.*
- *C'est en **ressentant** votre solitude que vous trouverez la possibilité de vous épanouir, d'aimer et de partager.*
- *C'est en **ressentant** votre désespoir que vous trouverez les bases d'un espoir véritable et justifié.*
- *C'est en **acceptant** les manques de votre enfance que vous vous épanouirez maintenant.*

Le Guide nous propose non seulement une approche spirituelle au problème du mal, mais il offre aussi un programme complet et systématique visant à **libérer la lumière** qui se cache derrière nos déformations. Il nous accompagne avec douceur et amour lors de notre traversée des ténèbres. En conjuguant la confrontation honnête et pleine de compassion au moi inférieur avec un ancrage de plus en plus ferme dans le moi supérieur, nous atteindrons l'ultime libération.

Le Chemin nous renforce grâce à une prise de responsabilité personnelle. Aucune expérience n'est plus éclairante que celle d'être finalement en mesure de relier les événements de sa vie (positifs ou négatifs) aux formes en nous qui les ont créés. Cette

démarche nous ramène à **l'unité de notre centre intérieur**, à notre véritable identité créatrice.

Les conférences contenues dans cet ouvrage ont été choisies avec soin ; elles représentent ainsi l'enseignement de base du Guide et donnent une vue d'ensemble. Nous vous recommandons de les lire dans l'ordre où elles se trouvent, car les concepts y sont introduits graduellement et progressivement. Cependant, vous les comprendrez même si vous lisez d'abord les chapitres qui vous intéressent le plus.

Il est possible de travailler seul avec ces textes en pratiquant les exercices proposés par le Guide dans les conférences visant à développer la conscience de soi. Il est aussi bénéfique de former un petit groupe au sein duquel on peut discuter des conférences et échanger idées, réflexions et expériences concernant le travail sur soi. Les *Centres du Chemin* proposent des ateliers ainsi que des cours et des programmes de formation suivis qui vous aideront à mettre en pratique le contenu des conférences pour votre développement personnel.

Dans les centres, des membres expérimentés sont également disponibles pour des séances de travail individuel ou en groupe. Vous pouvez aussi utiliser les *Conférences du Chemin* avec votre psychothérapeute s'il est ouvert à la spiritualité. De nombreux psychiatres et psychologues se sont déjà rendu compte que les conférences du Guide contiennent des **méthodes de transformation de la « négativité »** que *l'on ne trouve nulle part ailleurs*.

De nombreux membres du clergé ou de groupes spirituels peuvent en tirer grand profit sur le plan pratique pour accomplir leur mission. Le plus important, c'est de s'attacher à découvrir *sa* vérité personnelle et *son propre* chemin intérieur.

L'enseignement du Guide nous aide à nous purifier pour que nous puissions remplir notre tâche sur la terre, nous réaliser et apprendre à aimer, au sens véritable du terme. En tant que membres de la société, notre tâche consiste à transformer la terre

et à créer une fraternité universelle grâce à la propagation de cette nouvelle conscience et au développement de nouveaux moyens de communication, d'interaction et de résolution des problèmes. Comprendre que notre évolution personnelle fait partie intégrante de l'évolution de la planète Terre, et devenir des cocréateurs conscients d'une réalité nouvelle, plus vaste, tels sont les buts les plus réjouissants et les plus positifs de ce chemin.

*La pratique du Chemin* commence par l'assimilation de ces conférences. Puissent-elles vous toucher en profondeur, non seulement dans votre intellect, mais aussi dans votre cœur. Puissent-elles vous inspirer.

JUDITH SALY et DONOVAN THESENGA.

## Qu'est-ce que le Chemin ?

*UN voyage traversant les régions connues de l'âme, et qui mène à des contrées inconnues, ressemble à la quête que rapportent les contes de fées. Le héros (ou l'héroïne) ignorant(e), quitte le monde familier, de tous les jours, poussé par un ardent désir de découvrir une vie plus riche que la routine ordinaire d'une existence limitée. S'ensuivent alors des rencontres effrayantes et des épreuves de toutes sortes. Si on surmonte les épreuves, on trouve le bonheur. La récompense, ce sont les richesses et une compagne (ou un compagnon) pour la vie ; on devient un roi ou une reine, c'est-à-dire un adulte épanoui.*

*La quête intérieure, si elle est prise au sérieux, exige aussi du courage, traverse des régions obscures et mène aussi à la maturité ; de même, on trouve toujours le trésor. Tout comme dans les contes de fée, le héros ne cherche pas à éviter lâchement le dragon : il l'affronte. Il ne s'enfuit pas devant la vieille sorcière : il s'en fait une amie. De même, **il vous faut affronter les forces destructrices présentes en vous et en venir à bout.***

*Dans cette conférence, le Guide montre comment répondre à cet appel et libérer les forces qui sommeillent en nous, de façon à découvrir ce trésor d'amour et de sagesse qu'est notre Dieu intérieur.*

Bonsoir et bienvenue, mes amis. Soyez tous bénis.

Dans cette conférence, je voudrais parler du chemin qui mène à la réalisation de vos aspirations les plus profondes.

### **L'aspiration à un état de conscience plus vaste et plus épanouissant**

Tout être humain reçoit un appel intérieur qui va au-delà des aspirations à un épanouissement affectif et créateur, même si celles-ci font évidemment partie de ce désir plus profond et plus essentiel. Ces aspirations proviennent de l'impression *qu'il doit exister un état de conscience supérieur plus vaste, et une capacité plus grande à jouir de la vie.*

Quand on exprime cette aspiration en termes conscients, il se peut que nous plongeons dans la confusion et les contradictions apparentes qui proviennent de la conscience dualiste de l'esprit humain. La dualité est toujours présente, car les humains perçoivent la réalité en termes mutuellement exclusifs tels que bon ou mauvais, vrai ou faux, blanc ou noir... Cette façon de voir la vie est au mieux à demi vraie : on ne peut percevoir que des fragments de réalité sans jamais pouvoir trouver la vérité tout entière. En effet, cette dernière dépasse toujours ce que peut saisir une vision dualiste de la réalité.

Voici une des confusions possibles ; l'on pense : « Est-ce que j'aspire à quelque chose d'irréel ? Une attitude plus réaliste et plus mûre ne consisterait-elle pas à renoncer à ce désir et à accepter que la vie soit cet univers monotone, triste et gris ? N'entend-on pas tout le monde dire que l'acceptation est nécessaire si on veut être en paix avec soi et avec la vie ? Il faut donc que j'y renonce pour de bon. »

Pour sortir de cette confusion, il faut absolument transcender ce dualisme implicite. C'est un fait : nous devons accepter notre état actuel ; pourtant cet état de chose à lui seul ne suffit pas à vous rendre vraiment malheureux. Le problème réside plutôt dans vos exigences irréalistes : pour vous, la vie devrait être parfaite, toute imperfection devrait vous être épargnée ; c'est de là que naissent les problèmes. Si vous vous explorez suffisamment en profondeur, vous découvrirez qu'une partie de vous refuse la douleur et la frustration : un point vulnérable où vous êtes revêche et en colère parce qu'il n'existe pas d'autorité bienveillante disposée à vous éviter les expériences indésirables. Ainsi, il s'avère que votre

aspiration à cette sorte d'état utopique de bonheur est chimérique ; il faut donc y renoncer.

### **I /aspiration erronée**

Mais cela signifie-t-il alors que cette aspiration en soi provient d'attitudes immatures, envieuses ou névrotiques ? Non, mes amis, car une voie intérieure vous affirme que *vous et votre vie recelez des dimensions tellement plus vastes que celles que vous l'les en mesure de vivre en ce moment.*

Mais comment pouvez-vous clairement démêler le vrai du faux quant à vos aspirations les plus profondes ? Le désir est erroné quand votre personnalité souhaite l'amour et la plénitude, la perfection et le bonheur, ou le plaisir et l'expansion créatrice sans avoir à payer le prix d'une confrontation rigoureuse avec elle-même. Il est erroné quand vous n'assumez pas la responsabilité de votre situation actuelle ou de la situation à laquelle vous aspirez. Par exemple, si vous vous apitoyez sur votre sort à cause de votre vie sans joie, ou si vous portez la moindre accusation contre les autres (vos parents, vos collègues, vos associés, la vie en général...) pour vous justifier, quels que soient leurs torts, alors vous n'assumez pas vos responsabilités. Si c'est le cas, alors vous souhaitez aussi - d'une certaine façon - recevoir la récompense d'une vie meilleure sans vraiment la mériter.

Vous pouvez essayer d'être le bon petit disciple obéissant d'une figure d'autorité puissante, mais vous ne recevrez que quelques miettes puisque, en réalité, la récompense ne peut jamais venir de l'extérieur. Et quoi que vous fassiez, vous vous sentirez nécessairement déçu, aigri, trompé et insatisfait pour retomber encore et toujours dans vos anciennes habitudes destructrices ; celles-ci sont les véritables responsables de l'état qui crée vos aspirations frustrées.

### **L'aspiration réaliste**

L'aspiration est réaliste quand, au départ, vous êtes convaincu que *la clé de Vépanouissement est en vous*, quand vous voulez déceler en vous les attitudes qui vous empêchent de mener une vie

épanouie, qui a un sens, quand vous interprétez cette aspiration comme un message provenant du cœur de votre être intérieur : il vous envoie sur un chemin qui vous aidera à trouver votre être véritable.

Cependant, lorsque ce message intérieur est déformé par la personnalité négative, envieuse, égoïste et exigeante, la confusion s'installe. L'aspiration est alors dénaturée et se transforme en fantasmes magiques irréalisables. Vous vous imaginez que la plénitude doit vous être accordée, plutôt qu'atteinte en portant un regard courageux et honnête sur ce que vous êtes maintenant, même dans des domaines que vous préféreriez éviter. Si dans la vie une situation est douloureuse et si vous réagissez en vous plaignant - par la colère ou d'autres moyens de défense - au lieu de ressentir sagement cette douleur, alors vous n'êtes pas sincère vis-à-vis de votre état présent.

Mais au contraire, si vous laissez simplement la douleur se manifester tout en la ressentant, sans jouer à des jeux comme « Ça va m'anéantir » ou « Ça ne s'arrêtera jamais », l'expérience libérera de puissantes énergies créatrices dont vous bénéficierez de plus en plus dans la vie et qui ouvriront des voies à votre moi spirituel. Ressentir la douleur amènera aussi une compréhension plus profonde, plus vaste et plus sage des liens entre la cause et les effets. Par exemple, vous verrez comment vous avez attiré cette douleur particulière. Il se peut que de telles révélations ne se produisent pas immédiatement, car plus on force le processus, plus il vous échappe. Mais elles viendront si votre lutte et votre-résistance intérieures cessent.

**Ne renoncez pas à cette aspiration.** Prenez-la au sérieux. En fait, cultivez-la et apprenez à la comprendre, de sorte que vous écouterez son message et emprunterez *le chemin intérieur qui mène à votre centre* ; traversez ces régions que vous voulez éviter, ce sont les seules vraies responsables de la grisaille de votre existence actuelle.

Ne renoncez pas à cette aspiration ; elle provient de l'impression que votre vie pourrait être beaucoup plus riche, qu'il existe un état grâce auquel vous pourrez éviter de sombrer dans une

confusion douloureuse et torturante, où vous aurez de grandes ressources, où vous vivrez dans le contentement et la sécurité intérieurs, où vous serez capable d'éprouver et d'exprimer des sentiments profonds, le bonheur et la félicité, où vous serez en mesure d'affronter la vie sans peur car vous n'aurez plus peur de vous-même.

Ainsi, vous découvrirez que la vie et même ses problèmes sont un défi stimulant, et si cette situation donne du piment à votre existence, la paix qui en découlera n'en sera que plus sereine. En venant à bout de ces problèmes, vous sentirez au fond de vous votre force, votre dynamisme et vos capacités créatrices. Vous sentirez votre moi spirituel circuler dans vos veines, dans vos pensées, dans votre vision et dans vos perceptions, si bien que vos décisions seront prises *à partir du centre de votre être*. Quand vous vivrez ainsi, les problèmes extérieurs qui surgissent de temps en temps seront le sel de votre vie et prendront presque un tour agréable. Mais ces périodes de troubles extérieurs surviendront moins souvent, et une existence paisible, joyeuse et créatrice deviendra la norme.

### Apprendre à tolérer l'état de félicité

A présent, l'aspect le plus triste de votre aspiration est que, dans votre for intérieur, vous savez que votre corps et votre âme ne sont même pas capables d'accepter et de supporter un plaisir intense. Le plaisir existe sur tous les plans : spirituel, mental, affectif et physique. Cependant, le plaisir spirituel séparé des niveaux de la vie de tous les jours est une illusion, parce **qu'un authentique bonheur spirituel englobe toute la personnalité**. Il faut donc que celle-ci apprenne à tolérer l'état de félicité, et cela ne peut se réaliser que si elle apprend à tolérer absolument tout ce que renferme maintenant la psyché : la douleur, la mesquinerie, la méchanceté, la haine, la souffrance, le sentiment de culpabilité, la peur, la terreur...

Il faut transcender tous ces aspects. C'est la condition pour que la personnalité humaine puisse fonctionner dans un état de félicité. Votre aspiration à éprouver davantage de plaisir est un mes-

sage qui vous convie à un voyage et qui vous offre la possibilité de vivre cette plénitude.

Il ne faut pas renoncer à l'état sublime que j'ai décrit sous prétexte qu'il est irréaliste ou illusoire. Il ne faut pas y renoncer, car vous l'atteindrez et le ferez vôtre en surmontant tous les obstacles intérieurs qui vous empêchent de le vivre. *Cet état existe déjà comme un potentiel qui sommeille en vous.* Ce n'est évidemment pas quelque chose que les autres peuvent vous donner ou qui peut s'acquérir grâce à un apprentissage ou aux efforts. Il se développe naturellement : c'est une conséquence de votre décision d'avancer sur un chemin que j'ai le privilège de vous montrer.

Et ici se pose la question : « *Qu'est-ce que le Chemin ?* » Il n'est pas nouveau ; il a existé sous de nombreuses formes différentes depuis la venue des humains sur la terre. Les formes et les moyens doivent changer à mesure que l'humanité évolue mais, fondamentalement, le chemin reste le même. Ce « Chemin » particulier sur lequel je vous guide s'inscrit dans la tradition d'une sagesse millénaire, et pourtant il est nouveau. Il vous propose une aide pour votre développement psychologique et spirituel pendant la phase critique de son évolution que l'humanité traverse actuellement.

### Le Chemin et la psychothérapie

Ce chemin n'est pas de la psychothérapie, même si les deux démarches ont forcément des points communs. Dans le cadre du Chemin, l'approche psychologique n'est qu'une question secondaire, un moyen de triompher des obstacles. Il est essentiel de venir à bout des confusions, des conceptions erronées, des méprises, des attitudes destructrices, des défenses aliénantes, des émotions négatives et des sentiments paralysés, ce que la psychothérapie tente aussi de réaliser et qu'elle présente comme but ultime. Au contraire, le Chemin n'entre dans sa phase essentielle qu'au moment où ce premier stade se termine. La deuxième phase, la plus importante, consiste à apprendre comment activer cette conscience plus large que recèle chaque âme humaine.

Souvent les deux phases se chevauchent : la première s'occupe de surmonter les obstacles, mais la seconde (la phase spirituelle) est essentielle pour bien exécuter la première. La première partie du travail ne peut vraiment être couronnée de succès que si le contact avec son être spirituel est régulièrement entretenu et cultivé. Cependant, le moment et la façon d'y parvenir varient considérablement et dépendent de la personnalité, des prédispositions, des préjugés et des blocages de la personne qui s'engage sur ce chemin. Plus tôt vous pourrez utiliser, explorer et activer cette source inépuisable de force et d'inspiration enfouie en vous, plus il vous sera facile de venir rapidement à bout des obstruements. Ainsi, la différence entre ce chemin et la psychothérapie est-elle clairement établie, même si les deux approches utilisent par-là des méthodes similaires et insistent sur les mêmes points.

### Le Chemin et les pratiques spirituelles

Ce chemin n'est pas non plus une pratique spirituelle visant simplement à atteindre une conscience spirituelle supérieure. Il existe bon nombre de méthodes et d'exercices dont l'objectif est de parvenir à la réalisation de l'être spirituel. Même si elles utilisent des procédés valables pour atteindre ce but de façon plutôt énergique, de nombreuses pratiques spirituelles n'accordent pas une attention suffisante aux domaines imprégnés de négativité et de destructivité de la psyché.

Tout succès ainsi remporté sera toujours éphémère et illusoire, même si certaines des expériences peuvent être d'une authenticité parfaite. Mais un état spirituel ainsi atteint, sans véritable équilibre, n'est pas stable et ne peut être maintenu sauf si la **personnalité entière** est impliquée. Puisque les êtres humains répugnent à accepter et à s'occuper de certaines parties d'eux-mêmes, ils cherchent souvent refuge dans des voies promettant la possibilité d'éviter la confrontation avec ces domaines intérieurs problématiques. Si vous cherchez un chemin spirituel où la méditation est un but en soi, ou uniquement un moyen d'atteindre la félicité et des états de conscience cosmiques, alors ce Chemin-ci n'est pas fait pour vous.

La tentation d'utiliser la spiritualité pour atteindre le bonheur, la plénitude et éviter la négativité, les confusions et la douleur présentes en vous est grande. Mais cette attitude va à l'encontre du but que l'on se propose ; elle provient de certaines illusions et entraîne d'autres. L'une d'entre elles consiste à penser qu'il existe des domaines en vous qu'on peut éviter ; une seconde est de croire que ce qui est en vous doit être craint et ignoré. Quelle que soit sa destructivité, tout aspect intérieur qui vous est propre peut être **transformé**. Vos illusions ne deviennent nuisibles pour vous et pour les autres qu'au moment où vous évitez ce qui est en vous.

Je vais récapituler ce que j'ai dit jusque-là. Ce chemin n'est ni une psychothérapie, ni une voie spirituelle dans le sens habituel du terme et, en même temps, il participe des deux. Vous gagnerez à garder présent à l'esprit les points suivants si vous envisagez la possibilité de vous embarquer pour ce voyage.

### Comment trouver votre moi véritable

En empruntant ce chemin, vous vous embarquerez pour un voyage menant à de nouveaux territoires de votre univers intérieur. Que vous ayez suivi une thérapie - avec ou sans succès - ou que vous soyez en proie à des troubles profonds et ayez besoin d'aide afin de vivre une vie épanouie, il vous faudra, pendant quelque temps encore, faire attention à ces zones d'ombre intérieure, négatives, destructrices et aberrantes. Vous répugnerez peut-être à procéder ainsi, mais si vous souhaitez sincèrement trouver votre véritable moi, le cœur de votre être - source de toute perfection - cette approche est nécessaire.

Vous vous demanderez peut-être combien de temps cela prendra ? Tout dépend de votre état d'esprit et de votre comportement dans la vie extérieure. Quand votre négativité intérieure sera surmontée, ce nouvel état s'exprimera dans votre vie : nul doute ne sera possible. Votre cheminement vous fera naturellement passer par des stades divers avec des intérêts différents.

L'objectif de ce chemin n'est pas de vous guérir d'une maladie mentale ou d'un trouble émotionnel, bien qu'il y réussisse

très bien ; d'ailleurs, il y parviendra nécessairement si vous accomplissez le travail. Mais vous ne devez pas suivre ce chemin si tel est votre but - si vous espérez qu'il vous fera oublier tristesse et chagrin ou qu'il vous permettra de dissimuler ces aspects de votre personnalité que vous aimez le moins ou que vous détestez franchement. Cette aversion n'est peut-être pas « névrotique ». Vous avez peut-être tout à fait raison de ne pas aimer ces caractéristiques, mais vous vous considérez à tort comme irrémédiablement mauvais à cause d'elles. Donc, ce chemin doit vous enseigner *a. faire face à tout ce que vous recelez*, car ce n'est qu'à cette condition que vous pourrez véritablement vous aimer et que vous pourrez trouver votre essence réelle, votre essence divine. Si vous voulez la trouver tout en refusant d'affronter ce qui est en vous, il ne faut pas suivre ce chemin.

On ne peut pas nier qu'élargir la conscience de départ limitée qu'ont les êtres humains soit une tâche extrêmement difficile. Ils doivent transcender leur mental de façon à prendre conscience de leurs moyens et de leurs pouvoirs illimités. Par conséquent, ce chemin demande sans cesse à notre mental d'aller au-delà de ses propres limitations en envisageant de nouvelles perspectives et en se préparant à d'autres possibilités dans la vie et à l'expression de votre être.

Ne vous méprenez pas ; ce n'est pas un chemin facile, mais la difficulté n'est pas fixe et immuable. Elle n'existe que dans la mesure où la personnalité a un intérêt à éviter certains de vos aspects. Dans la mesure où vous vous engagez à ne pas tricher avec votre être, la difficulté disparaît. Et ce qui apparaissait d'abord comme une pierre d'achoppement se transforme alors en un défi, un voyage passionnant, un processus qui rend la vie si intensément vraie et saine, si rassurante et si épanouissante que vous ne voudriez y renoncer pour rien au monde. En d'autres termes, la difficulté se fonde exclusivement sur la croyance erronée que si vous avez une certaine attitude négative, alors tout en vous est détestable. Une telle croyance rend difficile - voire impossible - la confrontation avec votre être. Par suite, il est nécessaire de découvrir les croyances sous-jacentes dissimulées

derrière cette forte résistance à examiner les régions obscures qui vous habitent.

Ce chemin exige de vous ce que la majorité des gens ont le moins envie de manifester : *l'authenticité vis-à-vis de soi, la mise au jour de ce qui existe maintenant, l'élimination des masques et des faux-semblants de façon à ressentir sa totale vulnérabilité.* C'est beaucoup demander, et pourtant c'est le seul véritable moyen qui mène à la plénitude et à la paix authentiques. Mais une fois que vous vous y êtes engagé, cette demande cesse d'être excessive et s'avère plutôt être un processus normal et naturel.

### **Positif et négatif : un seul et même courant d'énergie**

Ce chemin est à la fois le plus difficile et le plus facile. Tout dépend du point de vue dont vous l'envisagez et de la façon dont vous choisissez de le suivre. La difficulté peut se mesurer en termes de **sincérité vis-à-vis de soi**. Dans la mesure où vous voulez être dans la vérité, ce chemin n'apparaîtra pas trop difficile. Il ne donnera pas non plus l'impression de trop s'occuper, selon l'expression de certains de ses critiques, « des côtés négatifs de la vie et de l'être », car **le négatif, en essence, est le positif**. Négatif et positif sont deux aspects de l'énergie et de la conscience : ils ne font qu'un. La totalité des particules d'énergie et de conscience de notre être devenues négatives doivent se retransformer en leur positivité originelle. Cela ne peut pas s'accomplir si vous n'assumez pas la pleine responsabilité de votre négativité.

La répugnance à être sincère avec soi-même se retrouve chez les gens les plus honnêtes. Une personne peut se faire remarquer par sa probité et son intégrité sur certains plans ; cependant, à des niveaux plus profonds, cela peut cesser d'être vrai. Ce chemin conduit à des dimensions encore cachées, plus subtiles, qu'il est difficile de définir avec précision mais dont l'existence est assurément vérifiable.

c^x^>

### **I -es empreintes ou conclusions erronées**

A ces niveaux inconscients et cachés, les idées fausses se forment au cours de la petite enfance. Les perceptions déformées continuent à influencer le comportement de l'adulte. Elles se transforment en solides conclusions sur la vie, que j'aime à appeler « empreintes » car elles forment des schémas rigides, comme si elles étaient gravées dans la substance de l'âme.

Une empreinte se constitue d'idées fausses, de sentiments dénaturés et de blocages physiques. Une conclusion tirée d'une mauvaise perception sera erronée ; donc les empreintes sont en fait des conclusions erronées sur la nature de la réalité. Elles sont si fermement ancrées dans la psyché d'une personne qu'elles deviennent des signaux qui régissent le comportement dans la vie de tous les jours. Une personne aura peut-être plusieurs types d'empreintes, mais toutes découleront d'une empreinte principale qui est la clé des attitudes négatives fondamentales face à la vie.

Je vais vous donner quelques exemples. Une empreinte formée à la suite de circonstances particulières dans la famille d'un enfant peut concerner l'expression des émotions, essentiellement les sentiments chaleureux : cela peut être considéré comme un signe de faiblesse et nous rendra vulnérable.

Même si c'est une empreinte personnelle, elle peut être renforcée par l'empreinte de la société en général, surtout pour les hommes : la manifestation et l'expression physique de sentiments chaleureux « indignes d'eux » pourraient révéler une faiblesse car elles indiqueraient qu'on ne se maîtrise plus. Dans toute situation où elle pourrait s'ouvrir émotionnellement, une personne qui a ce genre d'image obéira alors aux signaux émis par *ses empreintes* au lieu de réagir *spontanément* par rapport à la situation présente ou à l'autre personne, ce qui constituerait une réaction saine et positive. De même, cette personne se comportera envers les autres de façon telle qu'ils réagiront négativement et confirmeront sa fausse croyance. Ainsi, elle se privera de plaisir et restreindra la circulation de l'énergie vitale, tout en créant des tensions intérieures et en renforçant toujours plus son empreinte.

En conséquence, des schémas compulsifs négatifs - ou cercles vicieux autogènes - se créent.

Ou encore une petite fille pleure parce qu'elle a faim, mais la mère ne réagit pas. Au contraire, quand elle ne pleure pas, la mère vient la nourrir. L'enfant tire alors la conclusion suivante : si elle exprime ses besoins, on l'ignorera ; si elle ne se manifeste pas, on s'occupera d'elle. En d'autres termes, elle se dira : « Si je veux qu'on satisfasse mes besoins, je ne dois pas les exprimer. » Dans le cas de cette petite fille, taire ses besoins marchera peut-être pendant quelque temps mais, de toute évidence, la même attitude produira l'effet contraire plus tard dans la vie. Puisque personne ne saura que cette femme a des besoins spécifiques, ces derniers ne seront jamais satisfaits. Cependant, comme elle ignore totalement l'existence de son « empreinte » - c'est-à-dire la fausse conclusion quant à l'expression de ses besoins, parce qu'elle s'est imprimée depuis longtemps dans son subconscient - cette femme continuera à vivre en exprimant de moins en moins ses besoins, avec l'espoir qu'un jour quelqu'un la récompensera de son effacement, mais la cause de son insatisfaction lui échappera totalement. Elle ignore que son seul comportement suffit à produire les circonstances de la vie qui confirment ses fausses croyances. Car les empreintes ont une force maléfique.

On tire les fausses conclusions formant les empreintes en grande partie à notre insu, par conséquent elles ne peuvent pas rester dans notre conscience ; elles pourraient, en fait, provenir d'incarnations précédentes. Quand l'enfant grandit, le nouveau savoir intellectuel qu'il acquiert contredit l'ancien « savoir » émotionnel. La personne repousse ce savoir émotionnel jusqu'à ce qu'il disparaisse de ses perceptions conscientes. Pourtant, **plus ce vécu émotionnel est caché, plus il gagne en puissance**. Ces empreintes inconscientes restreignent alors le développement de son potentiel personnel. Il faut donc fournir un effort conscient pour les ramener à la surface et apprendre comment les neutraliser.

Pour découvrir s'il existe dans les profondeurs de votre être de telles empreintes inconscientes, vous pouvez utiliser une clé

Infaisible qui vous donnera des réponses claires et nettes. La voici : quelle impression avez-vous de vous-même et de votre vie ? Menez-vous une vie riche, épanouie ? A-t-elle vraiment un NCIS pour vous ? Vous sentez-vous en sécurité avec les autres ? Etes-vous à l'aise avec votre être le plus intime en présence des autres, ou au moins avec certaines personnes qui ont le même Idéal ou le même but que vous ? Pouvez-vous ressentir de grands moments de joie, en donner et en recevoir ? Etes-vous harcelé par le ressentiment, l'anxiété et les tensions ou par un sentiment de solitude et d'isolement ? Eprenez-vous le besoin d'être débordé d'activité pour apaiser votre anxiété ? En réalité, l'absence d'anxiété consciente ne prouve aucunement que vous n'y êtes pas sujet. Bien des gens s'engagent sur le chemin sans être conscients de ce sentiment, mais ils ont l'impression d'être ternes, engourdis, apathiques et paralysés. C'est peut-être un signe que [l'anxiété a été surmontée grâce à un processus artificiel d'engourdissement. Ce chemin ne peut pas escamoter la phase où vous devrez d'abord ressentir votre anxiété, puis ce qu'elle cache. La véritable joie de vivre ne pourra se manifester qu'à ce moment-là

L'allégresse, l'enthousiasme et le bonheur constituent l'unique mélange de dynamisme joyeux et de paix qui indique le bien-être spirituel découlant d'un rapport authentique avec son être intérieur. Quand ces états sont absents, alors la sincérité vis-à-vis de soi fait nécessairement défaut. C'est aussi simple que cela, mes amis.

Donc, si vous êtes prêt à partir pour ce voyage en vous-même pour trouver, pour reconnaître et faire remonter à la surface tout ce qui est en vous, si vous faites appel à toute votre sincérité intérieure et si vous vous engagez totalement pour ce voyage, si vous trouvez le courage et l'humilité de ne pas apparaître différent de ce que vous êtes, même à vos propres yeux, alors vous avez vraiment tous les droits d'espérer que ce chemin vous aidera à ; il teindre la plénitude dans votre vie et à satisfaire vos aspirations : i tous points de vue. C'est un **espoir réaliste**, comme vous le constaterez au fur et à mesure de vos progrès.

### Le progrès sur le Chemin

Petit à petit, *vous fonctionnez à partir de votre centre divin*, ce qui diffère d'un fonctionnement à partir de la périphérie. Vous êtes maintenant si habitué à ce dernier que vous ne pouvez même pas imaginer une alternative. Actuellement, vous dépendez constamment de ce qui se passe autour de vous : de l'appréciation, de l'approbation des autres, de leur amour et du succès d'après les critères du monde extérieur. Que vous en soyez conscient ou non, vous faites intérieurement tous les efforts pour vous assurer d'obtenir tout ce soutien extérieur afin de vivre dans la paix et la plénitude.

Quand vous fonctionnez à partir de votre centre, la sécurité et la joie jaillissent d'une abondante source intérieure. Cela ne signifie aucunement que, lorsque cela se produit, vous êtes condamné à vivre privé d'approbation, d'appréciation, d'amour ou de succès. Voilà une autre méprise dualiste. Voici comment vous pensez : « Soit je parviens à connaître mon propre centre, et donc je dois renoncer à l'amour et l'appréciation des autres et rester seul, soit je renonce à mon centre intérieur parce que je ne peux pas envisager de vivre dans une telle solitude. » En fait, quand vous fonctionnez à partir du centre libéré de votre être intérieur, vous attirez à vous toute l'abondance de la vie mais vous ne dépendez pas d'elle. Elle vous enrichit et vous apporte la satisfaction d'un besoin légitime, mais elle n'est pas la substance de la vie. **Cette substance se trouve en dedans.**

Chez tout être humain, une vie saine doit être faite d'échanges, d'intimité, de communication, de partage, d'amour réciproque, de plaisir mutuel ; on doit aussi pouvoir s'ouvrir pour donner et recevoir des sentiments chaleureux. Aussi, tout être humain a besoin d'être reconnu pour ce qu'il fait. Mais il existe une énorme différence entre désirer sainement cette reconnaissance extérieure et en dépendre à un point tel qu'on est incapable de vivre sans elle. Dans ce dernier cas, l'être commence à sacrifier son intégrité de façon tragique et trop coûteuse. Alors le véritable être est trahi, et la recherche de la reconnaissance devient autodestructrice.

Ce chemin est conçu pour que vous trouviez votre centre, votre réalité spirituelle intérieure profonde et non pas quelques échappatoires religieuses illusoire. Bien au contraire, ce chemin est terriblement pragmatique, car **une vie spirituelle authentique n'est Jamais en contradiction avec la vie pratique sur la terre.** Les lieux aspects du tout doivent être en harmonie. Sacrifier la vie de tous les jours est une parodie de vraie spiritualité. Dans la plupart des cas, ce n'est ni plus ni moins qu'une autre forme de fuite. Pour beaucoup de gens, il est plus commode de sacrifier quelque chose et de s'autopunir plutôt que de l'affronter et venir à bout de ses aspects ténébreux.

Le sentiment de culpabilité qu'engendrent ces derniers est constamment expié grâce aux autoprivations qui sont censées être des voies d'accès au paradis. Pourtant, cette culpabilité ne peut disparaître que si la personnalité s'attaque au problème des ténèbres intérieures. Par suite, le sacrifice et les privations deviennent non seulement inutiles mais, de plus, elles s'opposent au véritable développement spirituel. L'univers abonde en joie, en plaisir et en félicité ; les êtres humains sont censés en jouir et non y renoncer. Tous les renoncements du monde n'effaceront jamais le sentiment de culpabilité que l'on crée en évitant de purifier son âme.

J'aimerais mentionner un autre aspect spécifique des blocages intérieurs qu'il faut affronter en vue de les transcender. Il est d'abord nécessaire de comprendre que toutes les pensées et tous les sentiments sont de puissants agents d'énergie créatrice, indépendamment de la vérité et de la sagesse ou de l'erreur, ou encore de la limitation de ces pensées. De même, qu'il s'agisse d'amour ou de haine, de colère ou de bonté, de peur ou de paix, l'énergie créera en fonction de la nature de ces sentiments. Les pensées et les opinions font naître des sentiments et, ensemble, ils produisent des attitudes, des comportements et des émanations qui à leur tour façonnent les circonstances de la vie. Il faut apprendre à associer, à comprendre et à reconnaître pleinement ces séquences. C'est un aspect essentiel du Chemin.

La crainte de vos sentiments négatifs est injustifiée. Les sentiments en soi ne sont ni terribles ni insupportables, cependant vos croyances et vos attitudes peuvent les rendre tels. Ceux qui suivent ce chemin constatent sans arrêt combien cela est vrai, parce qu'ils s'aperçoivent que ressentir les douleurs les plus intenses est une expérience revivifiante. Ainsi, on libère l'énergie bloquée et la créativité paralysée, ce qui permet d'éprouver un plaisir tel qu'on en souhaite éprouver la douleur.

La peur obéit aux mêmes principes. Ressentir la peur en soi n'est pas dévastateur : une fois éprouvée, elle devient instantanément un tunnel que vous parcourez - si vous ne l'abandonnez pas en route - jusqu'au moment où elle vous emmène à un niveau plus profond de réalité. La peur est un déni d'autres sentiments. Quand le sentiment originel est accepté et vécu, le nœud se dissout. Ainsi, ce n'est jamais le sentiment par lui-même qui est intolérable. Cependant, votre attitude a le pouvoir de le rendre tel.

Si vous craignez vos sentiments, vous vous en couperez. Ainsi vous vous couperez de la vie. Votre centre spirituel ne peut ni évoluer, ni se manifester, ni s'unir avec votre ego sauf si vous apprenez à accepter pleinement tout vos sentiments, à vous laissez emporter par eux tout en assumant la responsabilité. Vous créez des problèmes si vous rendez les autres responsables de vos sentiments, car soit vous niez leur existence, soit vous aurez un comportement agressif et destructif vis-à-vis des autres. Aucune de ces deux possibilités n'est souhaitable : elles ne peuvent pas apporter de solution.

### Libérez votre être spirituel

Votre être spirituel ne peut se libérer si vous n'apprenez pas à éprouver tous vos sentiments et à accepter tous les aspects de votre être, en dépit de tout leur potentiel destructeur du moment. Quel que soit le degré de négativité, de mesquinerie, de vanité ou d'égoïsme que vous pouvez découvrir dans les recoins de votre être, en contraste avec des côtés plus développés de votre personnalité, il vous est absolument nécessaire d'accepter et de venir à bout de tout ce qui constitue votre être intérieur. Aucun aspect

ne doit être laissé de côté ou masqué avec l'espoir chimérique qu'il disparaîtrait d'une manière ou d'une autre.

Cette question est d'une importance capitale, mes amis. Tout ce qui est en vous a une influence. Même si un aspect ténébreux est profondément enfoui, il crée malgré tout des conséquences qu'il vous faudra ensuite déplorer. C'est une des raisons pour lesquelles vous devez apprendre à **accepter le potentiel créateur de votre négativité** ; une deuxième raison est que, *malgré toute leur destructivité*, leur cruauté et leur méchanceté, tous les aspects de l'énergie et de la conscience sont à l'origine magnifiques et positifs en essence. Il faut retransformer les déformations en leur essence d'origine. L'énergie et la conscience ne peuvent redevenir créatrices en bien qu'au moment où la lumière de la connaissance et d'une intention délibérée et positive agissent sur elles. Si vous n'adoptez pas cette démarche, vous ne pourrez pas accéder à votre centre créateur.

### Abandonnez vos illusions

Voilà le Chemin dans ses grandes lignes. Votre seule difficulté est que vous vous accrochez à des *illusions* sur ce que vous êtes, ce que vous devriez être et sur le fait que vous ne devriez pas avoir certains problèmes. Si vous n'abandonnez pas ces illusions et si vous ne prenez pas acte de tout ce qui est en vous, vous ne pourrez pas accéder à votre essence spirituelle. Cette essence se renouvelle d'elle-même en permanence ; sans arrêt elle résout des conflits apparemment insolubles. Elle vous fournit absolument tout ce qui est nécessaire pour mener votre vie et pour accomplir la tâche que vous êtes venus réaliser en arrivant sur Terre. Tout cela est dans votre centre divin.

Ainsi êtes-vous l'expression de tout ce qui existe, de la « toute-conscience ». Tant que vous ne parvenez pas à vous lier à elle parce que vous avez trop peur de renoncer à votre petite vanité, vos aspirations ne pourront jamais être satisfaisantes car il n'existe aucune panacée qui puisse vous donner ce dont vous avez besoin et que vous souhaitez ajuster si vous n'empruntez pas le chemin qui vous fera pénétrer et **traverser vos propres ténèbres**. Les

pratiques spirituelles ne peuvent pas, à elles seules, satisfaire vos aspirations même si vous passez des heures et des heures à méditer et à vous concentrer. Cependant, la méditation et la visualisation créatrices peuvent être de très précieux outils quand on les utilise conjointement aux techniques de confrontation avec soi-même.

Très peu de gens sur terre souhaitent s'engager sur le type de chemin que je viens de vous décrire, et le parcourir jusqu'au bout. Mais quel bonheur attend ceux qui atteindront leur centre divin, grâce à leur courage, leur patience et leur opiniâtreté !

### **Laisser l'Esprit se manifester à travers soi**

Le Chemin devient glorieux une fois franchis les stades initiaux où vous avez à lutter contre vos idées fausses qui créent toujours un choix entre deux possibilités cruelles et inacceptables. Quand le chemin s'ouvre et que les énergies jaillissent de vous, vous commencerez à sentir - peut-être pour la première fois de votre vie - votre propre potentiel d'être, *votre propre divinité*. Vous ressentirez vos capacités à éprouver bonheur et sécurité, la conscience de soi et des autres et, par conséquent, la possibilité infiniment plus vaste de communiquer avec eux, de les comprendre et de les côtoyer sans peur.

La décision initiale de s'engager sur un chemin comme celui-ci doit être prise avec réalisme si la réussite est votre but. Etes-vous prêt à abandonner vos chimères et vos attentes (qui proviennent de votre résistance à abandonner vos illusions) liées à ce que les autres devraient faire pour vous ? Etes-vous prêt à vous débarrasser de vos peurs injustifiées concernant vos sentiments et à cesser de vous demander s'ils sont acceptables ou inacceptables, tolérables ou intolérables ? Si vous prenez l'engagement personnel de vous accepter pleinement tel que vous êtes et de chercher à vous connaître dans vos régions encore inconnues, vous vous apercevrez qu'il s'agit de la plongée en soi la plus passionnante, parce qu'elle recouvre un sens plus profond. Vous recevrez absolument toute l'aide dont vous pourriez avoir besoin,

t m personne ne peut entreprendre ce voyage seul. On vous apporte cette aide, elle viendra à vous.

Quand votre centre spirituel se mettra à s'exprimer, votre conscience l'intégrera et l'Esprit commencera à se manifester à travers vous, pour ainsi dire. Le cours de votre vie s'harmonisera spontanément et sans effort.

Maintenant, y a-t-il des questions ?

QUESTION : *En quoi ce chemin était-il différent à d'autres époques et dans d'autres cultures ?*

RÉPONSE : Le développement de l'humanité à d'autres époques nécessitait une approche différente. Au Moyen Age, par exemple, les gens étaient enclins à exprimer leurs impulsions cruelles. Ils n'étaient pas en mesure de se détacher suffisamment d'elles pour pouvoir les identifier, les admettre et en reconnaître la responsabilité. Ils se sentaient poussés à leur donner libre cours et se trouvaient complètement possédés par elles. Les populations avaient donc besoin d'une autorité extérieure stricte pour refréner leur nature intérieure. Ce n'est qu'au moment où la personnalité humaine devint capable de se maîtriser qu'elle a pu passer au stade suivant de l'évolution. Il faut maintenant assouplir ce contrôle excessif.

Par le passé, les gens ordinaires étaient trop éloignés de leur centre pour rechercher *de l'intérieur* la vie spirituelle ; il fallait qu'elle soit projetée à l'extérieur. Cette incapacité à assumer la responsabilité de leur être entraîna alors la création d'un démon extérieur qui posséderait un être, ainsi qu'un dieu extérieur qui viendrait à l'aide.

Maintenant la situation a changé. Aujourd'hui, par exemple, l'entrave la plus importante pour l'humanité est l'orgueil égoïste. Les hommes ont remporté de grands succès grâce aux pouvoirs de l'ego. Ils avaient besoin de développer ces facultés afin de ne plus être des enfants irresponsables et impuissants. Mais maintenant il faut utiliser ces pouvoirs provenant de l'intérieur, grâce à son centre spirituel et non plus les attribuer à l'ego. L'orgueil de l'ego rend cette transition difficile. On se pose alors

ce genre de questions : « Que vont dire les autres ? Vont-ils me croire naïf, stupide ou dénué d'esprit scientifique ? » Aujourd'hui, il est du devoir de tous de vaincre cet orgueil et cette dépendance de l'opinion d'autrui. Comme il arrive souvent qu'on trahisse son authenticité spirituelle en tenant des propos censés être intelligents sans même jamais oser chercher l'inspiration auprès de son être divin ! Tels sont aujourd'hui les critères pour le Chemin.

Chaque stade de l'évolution de la conscience spirituelle nécessite une approche différente. Cependant, il existe une exception. A chaque époque il y a toujours eu quelques êtres bien plus développés que les gens « ordinaires ». Pour les premiers, le chemin a toujours été le même. Cette minorité constituait des sociétés secrètes qui restaient inconnues et qui n'étaient pas appréciées le moins du monde. Par conséquent, un groupe comme le vôtre ne sera pas non plus apprécié car, même aujourd'hui, peu de gens peuvent ou veulent suivre un tel chemin. Mais ils sont bien plus nombreux maintenant que par le passé ; beaucoup pourraient se joindre à nous, mais malheureusement peu le feront.

Je vais maintenant me retirer de l'instrument grâce auquel on me permet de me manifester. Une grande force spirituelle vous protège. Certains d'entre vous ne comprendront peut-être pas, pourtant c'est une réalité, mes amis. Il existe tout un univers au-delà du monde que vous connaissez, touchez et voyez. Vous ne le découvrirez qu'au moment où vous explorerez votre être et où vous accéderez à votre centre ; cet univers se révélera alors dans toute sa réalité sublime et dans toute sa gloire. Cet univers existe en vous et autour de vous, et toute sa sagesse vous inspirera quand vous l'atteindrez.

Soyez tous bénis. Ceux d'entre vous qui veulent s'engager auprès de leur être intérieur et ceux qui veulent bénéficier de l'aide que ce chemin particulier peut procurer sont bénis et guidés dans tous leurs faits et gestes ; ceux d'entre vous qui ne souhaitent pas encore entreprendre cette démarche ou qui sont attirés ailleurs, ceux-là aussi sont bénis.

Soyez en paix.

## L'image idéale de soi

**L**A majorité d'entre nous grandissent en croyant que nous ne méritons pas d'être aimés seulement pour nous-mêmes. Alors nous faisons des efforts désespérés pour nous montrer à la hauteur d'une image idéale de soi dont nous sommes les créateurs.

*La lutte constante menée pour continuer à faire illusion avec cette version idéalisée de nous-mêmes nous cause de nombreuses difficultés. Il est donc important de découvrir sur quelles bases vous avez créé cette image, ainsi que la façon dont elle a entraîné la détresse et la frustration dans votre vie. Vous vous apercevrez que le résultat est diamétralement opposé à ce que vous espériez. Cette découverte sera peut-être douloureuse, mais elle vous permettra de réévaluer la façon dont vous vous présentez au monde. Elle vous aidera aussi à vous sentir détendus et à devenir véritablement vous-mêmes.*

Bonsoir, que Dieu vous bénisse tous, mes très chers amis.

### Le moi supérieur, le moi inférieur et le masque

Pour mieux comprendre la nature humaine, je vous proposerai de l'imaginer sous la forme de trois sphères concentriques. La sphère centrale, le tréfonds de votre être : c'est le *moi supérieur*, partie de l'Intelligence et de l'Amour universels qui imprègnent la vie, autrement dit Dieu. C'est l'étincelle divine. Le moi supérieur est libre, spontané, créatif, rempli d'amour, généreux, omniscient et capable d'éprouver la joie et la félicité éternelles. Il est

toujours possible d'entrer en contact avec lui quand on est dans le vrai, quand on donne avec le cœur, et grâce à la prière et à la méditation.

La couche qui entoure l'être divin, c'est le monde caché d'égoïcentricité qu'on appelle le *moi inférieur*. C'est la partie non développée, qui contient encore des émotions, des pensées et des impulsions négatives telles que la peur, la haine et la cruauté.

La couche extérieure, dont les gens se servent comme d'un bouclier protecteur pour recouvrir leur moi inférieur et souvent même leur moi supérieur, c'est le *masque*, ou image idéale de soi.

Il est inutile de dire qu'il existe de nombreux degrés et stades au sein de ces niveaux de conscience. Il faut explorer et comprendre d'une part la façon dont ils se chevauchent, se neutralisent et créent la confusion, et d'autre part les effets indirects et les réactions en chaîne. C'est ce travail d'exploration que vous avez entrepris sur ce chemin. Tous ces aspects de la personnalité peuvent être conscients ou inconscients à des degrés divers. Moins vous serez conscient de l'existence de chacun d'entre eux, plus vous vous heurterez à des conflits dans la vie et plus vous serez désarmé pour venir à bout des difficultés que vous rencontrerez. Cependant, la limitation de votre conscience ralentira le processus de transformation grâce auquel vous finirez par intégrer votre moi inférieur et votre masque à **votre centre divin**.

C'est du masque - ou de l'image idéale de soi - dont je veux vous parler ce soir.

La douleur fait partie de l'expérience humaine, à commencer par la naissance. Même si des moments agréables succèdent forcément aux expériences douloureuses, on sait toujours que la souffrance existe et on la craint. Le remède le plus significatif auquel les gens ont recours en espérant à tort qu'il éloignera le malheur, la douleur et même la mort, c'est la création d'une *image idéalisée de soi* qu'on érige en pseudo-protection universelle. Le malheur, le sentiment d'insécurité et le manque de confiance en soi sont étroitement liés. En jouant un rôle qui ne correspond pas à notre véritable identité, c'est-à-dire en créant un être idéalisé, on espère retrouver le bonheur, la sécurité et la confiance en soi.

En réalité, seule la paix de l'âme apporte une confiance en soi saine et authentique. Elle est synonyme de sécurité et d'indépendance ; elle nous permet de vivre un bonheur maximal, en développant nos talents inhérents, en menant une vie constructive et en établissant des relations humaines enrichissantes. Mais puisque la confiance en soi fondée sur son être idéalisé est artificielle, il est tout à fait impossible d'atteindre le résultat qu'on s'était proposé. En fait, c'est tout le contraire qui se produit, et cela est frustrant car la relation de cause à effet n'est pas claire à vos yeux.

Vous devez saisir le sens et les effets de votre image idéale de vous-même, les dégâts qu'elle cause et les liens qu'elle entretient avec votre sentiment d'être malheureux. Vous devez aussi reconnaître exactement la façon dont elle se manifeste dans votre cas précis. Cette recherche exige beaucoup de travail. La dissolution du moi idéalisé est le seul moyen possible de découvrir votre véritable être, de trouver la sérénité et la dignité personnelle et de vivre pleinement votre vie.

### La crainte de la douleur et de la punition

Quand vous étiez enfant - et là je ne m'arrêterai pas sur les circonstances particulières à chacun - on vous a endoctriné à grands coups de remontrances sur l'importance d'être sage et parfait comme un ange. En cas de désobéissance, on vous infligeait une punition quelconque. La pire punition, peut-être, c'était que vos parents vous retirent leur affection ; ils étaient en colère et vous aviez l'impression de ne plus être aimé. Il n'est pas étonnant que « mal se conduire » se trouva associé aux punitions et au chagrin, et « bien se conduire » aux récompenses et au bonheur. Donc, être sage et parfait devint un impératif, une question de vie ou de mort pour vous. Pourtant, vous saviez très bien que vous n'étiez pas aussi sage et parfait que le monde semblait l'attendre de vous. Il fallait cacher cela, ce qui fit naître un sentiment de culpabilité secret à cause duquel vous avez commencé à mettre un masque. Vous pensiez que ce stratagème serait une protection et un moyen d'atteindre ce que vous vouliez à tout prix : la vie, le bonheur, la

sécurité et la confiance en soi. Puis vous vous êtes mis à oublier l'existence de cette façade trompeuse, tout en vous sentant coupable de faire semblant d'être celui que vous n'êtes pas ; ce sentiment vous imprègne toujours.

Vous vous êtes acharné à devenir cette fausse identité, cet être idéalisé. Vous étiez convaincu - et dans votre inconscient l'idée n'a pas changé - qu'en fournissant les efforts suffisants, un jour vous deviendriez cet autre. Mais à cause de cette tentative artificielle de vous forcer à entrer dans des schémas qui ne vous correspondent pas, vous ne pouvez pas vraiment vous améliorer, vous purifier et vous développer. Vous avez commencé à construire un être factice sur de fausses bases, en laissant de côté votre être véritable. En fait, vous essayez de le cacher avec l'énergie du désespoir.

### Le masque moral du moi idéalisé

L'image idéale de soi peut revêtir plusieurs formes. Elle n'impose pas toujours des *critères de perfection généralement reconnus*. Oh oui ! l'image idéale de soi indique souvent des critères moraux élevés, ce qui augmente la difficulté de remettre en question leur validité... Mais où est le mal à vouloir toujours être correct, compréhensif, plein d'amour, à ne jamais se mettre en colère, à ne pas avoir de défauts, à tendre vers la perfection ? N'est-ce pas ce que nous sommes censés faire ? De telles considérations vous desserviront lorsqu'il s'agira de découvrir l'attitude compulsive qui vous fait nier la présente imperfection, comme l'orgueil et le manque d'humilité qui vous empêchent de vous accepter tel que vous êtes maintenant. On y trouve aussi les faux-semblants et la honte qui les accompagne, la peur de se faire démasquer, la dissimulation, les tensions, les crispations, le sentiment de culpabilité et l'anxiété.

Il vous faudra encore progresser dans ce travail avant de commencer à sentir la différence entre le véritable désir d'avancer petit à petit pour vous développer, et les faux-semblants pernicious que vous imposent les exigences de votre être idéalisé. Vous découvrirez cette peur profondément enfouie, qui dit que ce sera pour vous la fin du monde si vous ne vous montrez pas à la

*hauteur* de ses critères. Vous sentirez et reconnaîtrez de nombreux autres aspects et différences entre ce qui, dans votre être, est authentique et ce qui ne l'est pas. Et vous découvrirez aussi les exigences de *votre moi idéalisé particulier*.

D'autre part, certaines facettes du moi idéalisé - selon la personnalité, les conditions de vie et les influences subies pendant l'enfance - ne sont ni ne peuvent être considérées comme bonnes, éthiques ou morales. La propension à l'agressivité, à l'hostilité, à la fierté et à l'ambition exacerbée est glorifiée ou idéalisée. Il est vrai que ces côtés négatifs sous-tendent tous des images idéalisées de soi. Mais elles sont cachées et, puisqu'elles sont en contradiction flagrante avec les valeurs morales élevées du moi idéalisé en question, elles provoquent davantage d'anxiété, parce que le moi idéalisé, cet imposteur, vit dans la crainte justifiée d'être un jour démasqué.

La personne qui glorifie de telles tendances négatives, en croyant qu'elles sont une preuve de force, d'indépendance et de supériorité hautaine, aura vraiment honte de la forme de bonté que le moi idéalisé d'une autre personne utilisera comme façade et la considérera comme de la faiblesse, de la vulnérabilité et de la dépendance malsaines. Une telle personne néglige complètement le fait que rien ne rend aussi vulnérable que l'orgueil, rien n'engendre autant de peur.

Dans la majorité des cas, on a affaire à une combinaison de ces deux tendances : des **critères moraux trop exigeants**, impossibles à suivre, et **l'orgueil de se sentir invulnérable**, distant et supérieur. La coexistence de ces deux aspects mutuellement exclusifs est pour la psyché une épreuve particulière. Inutile de dire que la conscience de cette contradiction fait défaut tant que ce travail spécifique n'a pas atteint un stade avancé.

Nombreuses sont les facettes, les possibilités et les pseudo-solutions individuelles combinant toutes sortes de comportements mutuellement exclusifs. Il faut découvrir tout cela cas par cas.

Considérons maintenant certains des effets généraux de l'existence du moi idéalisé et quelques implications. Puisque les critères

et les exigences du moi idéalisé sont impossibles à satisfaire, sans pour autant que vous renonciez jamais à y parvenir, vous nourrissez intérieurement une **tyrannie** de la pire espèce. Vous ne vous rendez pas compte de l'impossibilité d'être aussi parfait que l'exige votre moi idéalisé et vous ne cessez de vous flageller, de vous fustiger et de vous considérer comme un raté complet chaque fois que vous ne pouvez vous montrer à la hauteur de ses exigences. Le sentiment d'être un incapable vous envahit alors et vous plonge dans la détresse.

Cette détresse est parfois consciente, mais cela est rare. Même dans ce cas, vous ne saisissez pas toute la signification de vos impératifs et l'impossibilité de répondre à vos propres attentes. Quand vous essayez de cacher vos réactions par rapport à vos propres « échecs », vous utilisez des moyens spéciaux pour éviter de les voir. Un des procédés les plus courants consiste à faire porter la responsabilité de l'« échec » par le monde extérieur, les autres, la vie.

*Plus vous essayez de vous identifier à votre moi idéalisé, plus dure sera la chute à chaque fois que la vie vous met dans une situation où la mascarade ne peut plus durer.* Maintes crises personnelles reposent sur ce dilemme, plutôt que sur des difficultés extérieures. Celles-ci deviennent alors une menace supplémentaire qui s'ajoute aux épreuves par elles-mêmes. L'existence de ces difficultés vous prouve que **vous n'êtes pas votre moi idéalisé** ; vous êtes ainsi dépossédé du semblant de confiance en vous que vous vouliez arborer grâce à la création du moi idéalisé.

Certaines personnes savent parfaitement bien qu'elles ne peuvent pas s'identifier à leur moi idéalisé, mais n'en sont pas conscientes de manière saine. Elles désespèrent. Elles croient qu'elles devraient pouvoir être à la hauteur. Un sentiment d'échec hante toute leur vie, tandis que l'autre catégorie n'éprouve cela qu'à des niveaux plus conscients, quand les conditions intérieures et extérieures finissent par révéler la véritable nature de ce fantôme qu'est le moi idéalisé : une illusion, un faux-semblant, une tromperie. Cela revient à dire : « Je sais que je suis imparfait, mais je fais croire que je suis parfait. »

Refuser d'admettre cette malhonnêteté est relativement facile quand cette attitude est rationalisée par la bonne conscience, des buts et valeurs honorables et le désir de bien faire.

### L'acceptation de soi

La volonté sincère de s'améliorer nous amène à accepter notre personnalité telle qu'elle est maintenant. Si cette prémisse est l'idée directrice de votre motivation pour atteindre la perfection, toute découverte dans les domaines où vous n'êtes pas à la hauteur de vos exigences ne vous fera pas sombrer dans la dépression, l'anxiété et le sentiment de culpabilité mais, au contraire, vous renforcera. Vous n'aurez nul besoin d'exagérer les aspects négatifs du comportement en question, vous ne vous en défendrez pas non plus en cherchant des excuses et en accusant les autres, la vie et le destin.

Vous y gagnerez une vision objective de vous-même à cet égard, ce qui vous libérera. Vous assumerez pleinement la responsabilité de votre attitude fautive et serez prêt à en accepter les conséquences. C'est votre plus grande crainte, quand votre moi idéalisé se manifeste, car assumer la responsabilité de ses travers ou faiblesses équivaut à dire : « Je ne suis pas mon moi idéalisé. »

### Le tyran intérieur

Les sentiments de **culpabilité**, **d'échec**, de **frustration**, les **compulsions** et la **honte** sont les signes les plus évidents des méfaits du moi idéalisé. Ce sont des émotions ressenties consciemment, en dehors de toutes celles qui se cachent sous la surface. En fait, la tyrannie de l'image idéale de soi repose sur l'impression *de fausse honte* et *défausse culpabilité* que cette empreinte produit quand on ne se montre pas à la hauteur. De plus, le moi idéalisé manifeste aussi de faux besoins qui se superposent et se créent artificiellement, comme les besoins de gloire, de triompher et de satisfaire sa vanité ou son orgueil. Chercher à les assouvir n'aboutit jamais à un véritable épanouissement.

On donne existence au moi idéalisé pour bâtir la confiance en soi et, par la suite, trouver le bonheur et le plaisir suprêmes. Or, **plus sa présence est forte, plus la véritable confiance en soi est fragilisée.** Puisqu'on ne peut se montrer à la hauteur de ses exigences, notre estime de soi baisse encore plus qu'au tout début. Il est donc évident que la confiance en soi ne peut s'acquérir qu'au moment où vous vous affranchissez de cette superstructure : votre moi idéalisé, ce tyran impitoyable. Oui, vous pourriez être sûr de vous si le moi idéalisé était réellement vous et si vous pouviez vous montrer à la hauteur de ses exigences.

Puisque cela est impossible et puisque vous savez très bien, au fond, que vous n'êtes en aucune façon la personne que vous imaginez pouvoir être, vous augmentez encore votre insécurité avec ce « super-moi »... et d'autres cercles vicieux se créent.

L'insécurité originelle - qu'on était censé éliminer grâce à la constitution du moi idéalisé - augmente constamment. Elle fait bouler de neige et ses effets néfastes croissent sans cesse. Moins vous vous sentez en sécurité et plus vos exigences à l'égard de la superstructure - ou moi idéalisé - seront impérieuses, moins vous serez à la hauteur et moins vous vous sentirez en sécurité. Il est très important d'observer le fonctionnement de ce cercle vicieux. Mais on ne peut y parvenir tant qu'on ne démonte pas tous les mécanismes sournois, subtils et inconscients par lesquels votre image idéalisée sévit dans votre cas personnel. Demandez-vous dans quels domaines spécifiques il se manifeste. Quelles causes et quels effets y sont associés ?

### La séparation d'avec son véritable moi

L'éloignement de son véritable être est une autre conséquence dramatique de ce problème. Ce moi idéalisé est une supercherie. Il n'est qu'une imitation rigide et artificiellement construite d'un être humain vivant. On peut lui conférer de nombreux aspects de son véritable être ; néanmoins, il reste un montage artificiel. Plus vous y investissez vos énergies, votre personnalité, vos pensées, concepts, idées et idéaux, plus vous puisez des forces au centre de votre être qui, seul, est susceptible de se développer. Ce

centre de votre être est la seule partie en vous, le *vrai moi*, qui peut vivre, croître et être. C'est la seule partie qui peut vous guider correctement, lui seul fonctionnant avec toutes vos capacités. Il est souple et intuitif. Seuls ses sentiments sont vrais et authentiques, même si, pour le moment, ils ne se réalisent pas pleinement en vérité, en perfection et en pureté. Mais **les sentiments du véritable moi fonctionnent suivant la perfection de ce que vous êtes maintenant.** Plus vous enlevez à ce centre vivant pour l'investir dans le « robot » que vous avez créé, plus vous vous éloignez de votre moi véritable et plus vous l'affaiblissez et l'appauvrissez.

Au cours de ce travail, vous vous posez parfois cette question déroutante et souvent effrayante : « *Qui suis-je vraiment ?* » C'est le résultat de la séparation et de la lutte entre le véritable moi et le faux. Il faut absolument répondre à cette question vitale et profonde pour que votre centre vivant réagisse et fonctionne au maximum de ses capacités, pour que votre intuition fonctionne au maximum de ses capacités, pour que vous deveniez spontané et vous libériez de toutes vos compulsions, que vous ayez confiance en vos sentiments car ils auront la possibilité de mûrir et de croître. Vos sentiments deviendront alors absolument aussi fiables pour vous que vos facultés de raisonner et de penser.

Voilà en quoi consiste la découverte ultime de l'être. Avant d'y arriver, de nombreux obstacles restent encore à surmonter. A vos yeux, elle ressemble à un combat pour la vie ou la mort. Vous persistez à croire que vous avez besoin du moi idéalisé pour vivre et être heureux. Quand vous comprendrez que la réalité est tout autre, vous pourrez renoncer à la pseudo-défense que le maintien et l'entretien du moi idéalisé rendent apparemment si nécessaire. Quand vous comprendrez que le moi idéalisé était censé résoudre vos problèmes particuliers dans la vie, au-delà de votre besoin de bonheur, de plaisir et de sécurité, vous verrez alors que la conclusion de cette théorie est erronée. Quand vous irez un peu plus loin et constaterez les dégâts que le moi idéalisé a provoqué dans votre vie, vous vous en débarrasserez comme du fardeau qu'il est. Aucune conviction, aucune théorie, aucune parole qui vous par-

viendront ne vous le feront abandonner ; seule la reconnaissance de ce qu'il était spécialement censé résoudre et des dégâts qu'il a causés - et qu'il continue de causer - vous permettra de dissoudre la plus coriace de toutes les empreintes.

Inutile de dire qu'il vous faudra aussi reconnaître dans ses moindres détails les exigences et les critères spécifiques de votre moi idéalisé et, de plus, vous devrez voir leur caractère excessif et utopique. Quand vous vous sentez profondément anxieux ou déprimé, pensez que votre moi idéalisé peut avoir l'impression d'être remis en question et menacé, que ce soit par vos propres limitations ou par la vie. Reconnaissez le mépris de soi qui sous-tend l'anxiété ou la dépression. Si vous êtes particulièrement irascible, envisagez la possibilité que ces sautes d'humeurs ne sont que la manifestation extérieure de votre colère envers vous-même car vous n'êtes pas à la hauteur des exigences de votre faux moi. Ne le laissez pas se tirer d'affaire en utilisant l'excuse des problèmes extérieurs pour expliquer une forte peur ou une profonde dépression. Examinez la question d'un nouveau point de vue.

Une introspection minutieuse vous aidera dans cette démarche, mais ce travail est presque impossible à réaliser seul. Ce n'est qu'après avoir effectué de substantiels progrès que vous remarquerez que tous ces problèmes extérieurs découlent directement ou indirectement du décalage entre vos capacités et les critères de votre moi idéalisé, puis de la façon dont vous faites face à ce conflit.

Ainsi, à mesure que vous avancez dans cette phase particulière du travail, vous en viendrez à comprendre la nature exacte de votre moi idéalisé : ses exigences, ses demandes vis-à-vis de soi et des autres pour entretenir l'illusion. Quand vous verrez clairement que ce que vous estimiez louable n'est en fait qu'orgueil et faux-semblant, vous aurez acquis une plus grande lucidité qui vous permettra de diminuer l'impact du moi idéalisé. Ce n'est qu'à ce moment-là que vous vous rendrez compte de la formidable autopunition que vous vous infligez tout seul.

Car après chaque échec (ce qui ne manquera pas de vous arriver), vous éprouverez tant d'impatience et d'irritation que vos

émotions vont s'intensifier et se transformer en une colère furieuse dirigée contre vous-même. On projette souvent cette agressivité sur les autres parce que prendre conscience de se haïr est insupportable, à moins d'aller au bout de tout le processus et d'en avoir une vision parfaitement claire. Néanmoins, même si on se décharge de cette haine sur les autres, les effets sur soi demeurent et peuvent entraîner maladies, accidents, malheurs ou échecs extérieurs sous de nombreuses formes.

### Le renoncement au moi idéalisé

Quand vous ferez les premiers pas vers le renoncement au moi idéalisé, vous éprouverez une sensation de libération inconnue jusqu'alors. Ce sera pour vous une authentique seconde naissance ; votre véritable moi se manifesterá. Vous aurez alors trouvé votre être et votre centre intérieur véritables. Tous les aspects de votre être se développeront réellement, et non, seulement, certains domaines qui étaient peut-être indépendants de la dictature du moi idéalisé. De nombreux changements se produiront, d'abord dans vos réactions par rapport à la vie, aux incidents, à vous-même et aux autres. Ce changement de réaction sera assez stupéfiant mais, petit à petit, les circonstances extérieures aussi changeront nécessairement. Votre attitude différente aura de nouveaux effets.

Triompher de votre moi idéalisé signifie triompher d'un important aspect de la dualité entre la vie et la mort.

En ce moment vous n'êtes même pas conscient de la pression de votre moi idéalisé, de la honte, des tensions, du stress et des compulsions, de la peur d'être **humilié** et **démasqué**, sentiments que vous éprouvez parfois. S'il vous arrive parfois d'avoir un aperçu de ces émotions, vous ne les associez pas encore aux exigences incroyables de votre moi idéalisé. Ce n'est qu'après avoir clairement détecté ces attentes irréalistes et leurs impératifs souvent contradictoires que vous vous en libérerez. La liberté intérieure initiale acquise de cette façon vous permettra d'affronter la vie et d'y tenir votre place. Vous n'aurez plus à vous accrocher frénétiquement au moi idéalisé. En effet, à elle seule cette activité intérieure engendre un climat général de tension, où l'on se cram-

ponne, ce qui s'exprime parfois en manifestations extérieures mais, le plus souvent, ce sont des attitudes intérieures.

A mesure que vous progresserez dans cette nouvelle phase de votre travail, vous ressentirez cette tension intérieure et, petit à petit, vous vous apercevrez des dégâts sérieux ainsi causés ; de plus, elle rend impossible le lâcher prise de maintes attitudes. Cela crée des difficultés injustifiées pour effectuer tout changement qui permettrait d'apporter une joie et une vigueur naturelle à votre vie. Vous vous limitez à un périmètre intérieur restreint, vous allez alors à contre-courant de la vie dans un de ses aspects les plus fondamentaux.

Les mots sont insuffisants ; il vous faut plutôt *ressentir* le message que je veux transmettre. Vous saurez exactement quand vous aurez affaibli votre moi idéalisé au moment où vous comprendrez dans ses moindres détails sa fonction, ses effets et ses causes. Vous aurez alors acquis **la fantastique liberté de vous abandonner à la vie parce que vous n'aurez plus rien à cacher ni à la vie ni aux autres.** Vous pourrez donner de vous-même dans la vie, non pas de façon malsaine et déraisonnable, mais sagement, comme la nature qui prodigue ses bienfaits. C'est seulement à ce moment-là que vous pourrez jouir de la beauté de la vie.

Vous ne pourrez pas aborder la partie la plus importante de votre travail intérieur au moyen d'un concept général. Comme toujours, vos réactions quotidiennes les plus insignifiantes, considérées de ce point de vue, apporteront les résultats nécessaires. Donc, poursuivez votre recherche intérieure à la lumière de ces nouvelles considérations, et ne vous impatientez pas si cela prend du temps et nécessite des efforts que vous pourrez fournir dans un climat de détente.

### Le retour à soi

Un dernier mot : la différence entre le véritable moi et le moi idéalisé n'est pas une question de *quantité*, mais plutôt de *qualité*. Autrement dit, la motivation de départ est différente chez ces deux « moi ». Cela ne sera pas forcément aisé à voir, mais à mesure que vous identifierez les exigences, les contradictions,

les relations de cause à effet, petit à petit la différence de motivation vous apparaîtra clairement. Une autre considération importante est liée au facteur temps. Le moi idéalisé veut être parfait, suivant ses exigences spécifiques, tout de suite ! Le véritable moi sait que cela est impossible et ne s'en afflige pas le moins du monde.

Bien sûr, vous n'êtes pas parfait. Votre moi actuel est un ensemble complexe de tout ce que vous êtes en ce moment. Bien sûr, vous avez, à la base, votre égocentricité, mais si vous l'admettez vous pouvez en venir à bout. Vous pouvez apprendre à la connaître et, par conséquent, à en diminuer l'impact à chaque nouvelle découverte. Vous comprendrez alors véritablement que **plus vous êtes centré sur vous-même, moins vous serez sûr de vous.** Le moi idéalisé croit justement le contraire. Ses revendications de perfection sont motivées par des raisons purement égocentriques et cette égocentricité interdit toute confiance en soi.

Cette merveilleuse liberté *de pouvoir retourner à soi* consiste à retrouver le chemin qui mène à votre véritable être. L'expression « le retour à soi » a souvent été utilisée dans la littérature et les enseignements spirituels, mais elle a été bien mal comprise. On l'interprète souvent comme le retour dans le monde spirituel après la mort physique, mais elle a un sens beaucoup plus vaste. On peut mourir plusieurs fois, après plusieurs vies terrestres, mais si on n'a pas trouvé son moi véritable on ne peut pas revenir chez soi. On peut se perdre en route et rester ainsi tant qu'on n'a pas découvert l'accès au centre de notre être, et d'un autre côté on peut y arriver ici et maintenant, même en étant encore dans son corps physique. Quand vous prendrez votre courage à deux mains pour devenir votre véritable moi, même s'il vous semble moins intéressant que le moi idéalisé, vous découvrirez qu'il l'est bien davantage. Dès lors, tout changera : dans la paix de votre sanctuaire intérieur, vous trouverez la sécurité, vous agirez comme un être humain pleinement réalisé, vous aurez brisé le fouet du tyran implacable auquel il est impossible d'obéir, vous saurez ce que signifient vraiment paix et sécurité. Vous cesserez une bonne fois pour toutes de les chercher par des moyens détournés.

Puissiez-vous trouver de l'aide, ainsi que la vérité et la lumière dans les paroles que j'ai prononcées pour vous ce soir. Cependant, vous devez comprendre et vous douter qu'une approche purement théorique ne vous servirait à rien. Tant que vous ne mettez pas ces paroles en pratique, elles ne vous seront d'aucune utilité. Quand vous commencerez ou poursuivrez votre travail dans cette direction, et que vous pourrez ressentir vos réactions émotionnelles et les observer en relation avec votre moi idéalisé, alors vous aurez accompli de substantiels progrès vers votre libération et la découverte de vous-mêmes dans le véritable sens du terme.

Mes très chers amis, recevez tous notre amour, notre force et nos bénédictions. Que Dieu et sa paix soient en vous.

## Recréer et surmonter les blessures de l'enfance

*L*E Guide dit que la psychologie en profondeur est une discipline spirituelle parce qu'on ne peut purifier son âme, c'est-à-dire la débarrasser de ses habitudes autodestructrices et la préparer à se relier au Dieu intérieur qu'en se connaissant soi-même. « La compulsion de répétition » est bien connue en psychologie ; cependant, le résultat que cette répétition est censée obtenir n'a jamais été expliqué de façon aussi éclairante que dans cette conférence.

*Nos expériences négatives répétées sont liées non seulement à notre petite enfance, mais aussi aux incarnations précédentes. Grâce à cette conférence, nous pouvons découvrir pourquoi nous continuons à tourner en rond dans nos cages respectives et comment nous pouvons briser ce cercle vicieux.*

Bonsoir, mes très chers amis. Que Dieu vous bénisse tous. Que toutes les bénédictions divines soient accordées à chacun d'entre vous, qu'elles vous aident à assimiler les paroles que je vais prononcer, afin que cette soirée vous soit bénéfique.

### Le manque d'amour mûr

C'est parce que les enfants reçoivent si rarement assez d'amour et de chaleur « mûrs » qu'ils continuent à les désirer ardemment tout au long de leur vie, à moins que ce manque et ces blessures ne soient reconnus puis qu'un remède y soit trouvé. Dans le cas

contraire, *ils passeront leur vie d'adulte en éprouvant l'impérieux besoin inconscient de ce dont ils ont manqué pendant l'enfance.* Cela les rendra incapables d'aimer de façon mûre. Vous voyez maintenant comment cette situation se perpétue de génération en génération.

On ne peut pas trouver le remède en souhaitant que les choses se soient passées autrement et que les gens aiment de façon *mûre*. Le remède ne peut se trouver qu'en soi-même. C'est vrai : si vous aviez reçu une telle forme d'amour de la part de vos parents, vous n'auriez pas ce problème dont vous n'êtes pas vraiment ni pleinement conscient. Mais les manques dus au passé cesseront d'avoir un effet perturbateur sur vous et votre vie si vous en devenez conscient, les remarquez et révisez vos souhaits, vos regrets, vos pensées et vos concepts inconscients en les adaptant à la réalité de chaque situation. En conséquence, non seulement vous deviendrez plus heureux, mais vous serez aussi en mesure de donner de l'amour mûr à ceux qui vous entourent : vos enfants si vous en avez, votre famille, vos amis... de façon à déclencher une réaction en chaîne bénéfique.

Une telle amélioration de soi est bien en contradiction avec votre comportement intérieur du moment, que nous allons examiner maintenant.

Le lien puissant entre les besoins affectifs, l'insatisfaction de l'enfant d'une part et les difficultés et les problèmes présents de l'adulte d'autre part, échappe en règle générale à tous, y compris au petit nombre de personnes qui ont commencé à explorer leur inconscient et leurs émotions, parce que très peu d'entre nous sentent personnellement la puissance de ce lien et vont au-delà de la reconnaissance théorique. Il est essentiel d'en être pleinement conscient.

On peut trouver des cas isolés et exceptionnels où l'un des deux parents donne suffisamment d'amour mûr ; toutefois, il est très probable que l'autre ne pourra pas faire de même. Puisque sur cette terre l'amour mûr n'est présent que dans une certaine mesure, l'enfant souffrira malgré tout des défauts de ses parents, même s'ils se montrent affectueux.

Cependant, le plus souvent les deux parents manquent de maturité affective et ne peuvent pas donner l'amour dont l'enfant a tant besoin - ou n'en donnent qu'insuffisamment. Pendant l'enfance, ce besoin est rarement conscient. Les enfants n'ont aucun moyen d'exprimer verbalement leurs pensées. Ils ne peuvent pas comparer ce qu'ils ont avec ce qu'ont les autres. Ils ne soupçonnent pas l'existence d'autre chose. Ils croient que les choses doivent être ainsi. Ou, dans des cas extrêmes, ils se sentent particulièrement isolés, et croient que leur situation ne ressemble à aucune autre. Ces deux attitudes s'écartent de la vérité. Dans les deux cas, la véritable émotion n'est pas consciente, par conséquent elle ne peut ni être évaluée correctement, ni acceptée. Ainsi, les enfants grandissent sans jamais bien comprendre pourquoi ils ne sont pas heureux, ni même qu'ils ne sont pas heureux. Beaucoup d'entre vous repensent à leur enfance, convaincus d'avoir eu tout l'amour voulu seulement parce que vous avez effectivement reçu quelque amour.

Nombreux sont les parents qui font de grandes démonstrations d'amour. Ils peuvent gâter et dorloter leurs enfants à l'excès. Une telle attitude peut être une surcompensation et une sorte d'excuse pour une incapacité, qu'ils suspectent quelque part, d'aimer de façon mûre. Les enfants sentent la vérité avec une extrême acuité. Ils n'y pensent peut-être pas consciemment, mais ils sentent vivement la différence entre l'amour mûr et authentique et son substitut : l'amour immature, exagérément démonstratif.

Une éducation correcte et le sentiment de sécurité figurent parmi les responsabilités des parents, ce qui exige de l'autorité de leur part. Certains parents n'osent jamais punir ou exercer une saine autorité. Ce manquement est dû au sentiment de culpabilité parce que l'amour vrai, généreux, chaleureux et réconfortant est absent de leurs personnalités immatures. D'autres parents peuvent être trop sévères, trop stricts. De cette façon, ils exercent une autorité dominatrice en maltraitant l'enfant et empêchant ainsi son individualité de se développer. Les deux catégories échouent dans leur mission de parents, et leur attitude inadaptée - que l'enfant assimile - entraînera des blessures et un sentiment d'insatisfaction. Chez des enfants de parents stricts, le ressentiment et la

révolte seront ouverts, donc plus facilement détectés. Dans l'autre cas, la révolte est tout aussi forte, mais elle est cachée, ce qui la rend infiniment plus difficile à découvrir.

Si vous aviez un parent qui vous étouffait de son affection, mais qui manquait de chaleur authentique, ou si vous aviez un parent qui faisait tout consciencieusement, comme il faut, mais qui manquait aussi de réelle chaleur, l'enfant que vous étiez le savait inconsciemment et n'aimait pas cette situation. Cela peut fort bien avoir échappé à votre conscience parce que, enfant, vous ne pouviez pas déceler exactement ce qui manquait. Extérieurement, on satisfaisait tous vos besoins et vos désirs. Comment pouviez-vous établir, avec votre intellect d'enfant, une distinction fine et subtile entre l'affection réelle et la pseudo-affection ? Le fait que quelque chose vous chagrînait sans que vous puissiez y donner une explication rationnelle nourrissait en vous un sentiment de culpabilité et d'inconfort. Vous l'écartiez donc hors de votre vue, le plus loin possible.

Tant que les blessures, les déceptions et les besoins insatisfaits de votre petite enfance restent inconscients, il vous est impossible d'apprendre à les accepter. En dépit de tout l'amour que vous portez à vos parents, un ressentiment inconscient sommeille en vous ; il vous empêche de leur pardonner pour les blessures. Pour y arriver et lâcher prise, il faut que vous reconnaissiez ces blessures et cette amertume profondément enfouies. En tant qu'être humain adulte, vous verrez que vos parents, eux aussi, ne sont que des êtres humains. Ils n'étaient pas aussi irréprochables et parfaits que l'enfant l'avait pensé et espéré ; pourtant il ne faut pas les rejeter maintenant parce qu'ils avaient leurs propres conflits et leur propre immaturité.

La lumière d'un raisonnement conscient doit être projetée sur ces émotions que vous ne vous êtes jamais permis de voir sous leur vrai jour.

### **Tentatives à l'âge adulte pour remédier aux blessures de l'enfance**

Tant que vous n'êtes pas conscient du conflit entre le besoin impérieux d'un parfait amour venant de vos parents et votre ressentiment à leur égard, vous serez poussé à essayer de remédier à la situation plus tard. Cet effort peut se manifester sous des aspects variés dans votre vie. Vous vous heurterez constamment à des problèmes et à des schémas répétitifs qui ont leur origine dans  *votre tentative de reproduire les situations vécues pendant l'enfance de façon à les corriger*. Ce comportement compulsif inconscient est un facteur très puissant, mais il échappe complètement à votre compréhension consciente !

Le moyen le plus fréquent de tenter de remédier à cette situation réside dans  *le choix de vos relations sentimentales*. Inconsciemment, vous saurez comment choisir chez ce partenaire des aspects du parent chez qui l'affection et l'amour réels et authentiques faisaient particulièrement défaut. Mais vous cherchez aussi, chez votre partenaire, des aspects de l'autre parent qui répondait le mieux à vos exigences. Si important soit-il de trouver les deux parents représentés chez votre partenaire, il est encore plus important et plus difficile de trouver ces aspects qui représentent le parent qui vous a particulièrement déçu et blessé, celui à qui vous en vouliez le plus, que vous méprisiez le plus et que vous aimiez peu ou pas du tout. Ainsi vous vous remettez à la recherche de vos parents - d'une façon qui n'est pas aisée à détecter - chez vos partenaires conjugaux, dans vos amitiés ou dans toute autre relation humaine.

Dans votre subconscient se produisent les réactions suivantes : puisque l'enfant en vous ne peut pas s'arracher au passé, ne peut pas apprendre à l'accepter, ne peut pas pardonner et comprendre, il crée toujours des conditions analogues, essayant à chaque fois d'avoir le dernier mot et de finir par maîtriser la situation au lieu de succomber. Perdre signifie se faire écraser, ce qu'il faut éviter à tout prix. Le prix est vraiment élevé, car toute cette stratégie est irréalisable. Ce que l'enfant en vous entreprend est voué à un échec certain.

### **L'erreur de cette stratégie**

L'ensemble du processus est complètement destructif. Avant tout, il est illusoire de croire que vous avez été vaincu et, par conséquent, que vous pouvez maintenant être victorieux. De plus, il est illusoire que le manque d'amour - si triste qu'il ait pu être quand vous étiez enfant - est vraiment la tragédie que votre subconscient ressent encore comme telle. La seule tragédie consiste à compromettre votre bonheur futur en continuant à reproduire la situation pour essayer de la maîtriser. Mes amis, c'est un processus qui est profondément inconscient. Bien sûr, rien n'est plus éloigné de votre pensée tandis que vous vous concentrez sur vos souhaits et vos buts conscients. Il faudra creuser en profondeur pour découvrir les émotions qui vous amènent encore et toujours à des situations où votre but secret est de remédier à vos malheurs de l'enfance.

Dans votre tentative de reproduire la situation vécue dans l'enfance, vous choisirez inconsciemment un partenaire ayant des aspects similaires à ceux du parent. Pourtant, ce sont ces aspects mêmes qui vous empêcheront de recevoir l'amour mûr que vous réclamez maintenant à juste titre, comme c'était le cas par le passé. Dans votre aveuglement, vous êtes convaincu qu'en le voulant avec plus de force et de vigueur, le partenaire-parent va maintenant céder, alors qu'en réalité, l'amour ne peut pas venir de cette façon. Ce n'est qu'au moment où vous serez libéré de ces schémas qui se répètent à n'en plus finir que vous cesserez de pleurer pour recevoir l'amour du parent. Au lieu de cela, vous chercherez à établir d'autres relations humaines dans le but de trouver la maturité qui correspondent réellement à vos besoins et désirs.

En n'exigeant pas d'être aimé comme un enfant, vous serez par là même disposé à aimer. Cependant, l'enfant en vous trouve cela impossible en dépit de toute la capacité à aimer acquise grâce à votre développement et votre progrès. Ce conflit caché éclipse votre âme, qui croît pourtant de son côté.

Si vous avez déjà un partenaire, la découverte de ce conflit peut vous montrer dans quelle mesure il ou elle ressemble à vos parents

par certains aspects immatures. Mais comme vous savez maintenant que les personnes mûres sont excessivement rares, les immaturités de votre partenaire cesseront d'être la tragédie qu'elles étaient pendant votre quête incessante pour retrouver le ou les parents ce qui, bien sûr, était impossible à réaliser. En dépit de votre immaturité et de votre imperfection présentes, vous pouvez malgré tout bâtir une relation plus mûre, exempte de l'attitude infantile compulsive consistant à recréer et à corriger le passé.

Vous ne pouvez pas imaginer à quel point votre subconscient est préoccupé par l'idée de rejouer la scène, pour ainsi dire, avec ce seul espoir : « Cette fois-ci, ce sera différent. » Pourtant, c'est le même scénario qui se reproduit ! Avec le temps qui passe, chaque déception pèse plus lourd et votre âme se décourage toujours davantage.

Ces idées pourront paraître plutôt grotesques et artificielles à certains de mes amis qui n'ont pas encore atteint certaines profondeurs de leur inconscient inexploré. Cependant, ceux d'entre vous qui en sont venus à remarquer le pouvoir de leurs tendances, de leurs attitudes compulsives et de leurs empreintes cachées y croiront immédiatement d'une part et, d'autre part, verront à quel point ces idées se vérifient dans leur vie personnelle. Vous savez déjà, grâce à d'autres découvertes, combien les mécanismes de votre subconscient sont puissants et dans quelle mesure ses manigances habiles et destructrices défient toute logique.

### **Revivre les blessures de l'enfance**

Si vous apprenez à considérer vos problèmes et votre insatisfaction de ce point de vue et si vous suivez le processus habituel consistant à laisser vos émotions remonter à la surface, votre perception des choses s'affinera énormément. Mais il sera nécessaire, mes amis, de revivre le besoin ardent et les blessures de l'enfant malheureux que vous avez été, même si vous avez aussi connu des moments de bonheur ; d'ailleurs, ce dernier était peut être authentique, sans que vous soyez victime de la moindre illusion, car on peut être à la fois heureux et malheureux. Maintenant, vous êtes parfaitement conscient des aspects heureux de votre

enfance, mais ce qui vous a blessé profondément et ce quelque chose dont vous aviez tellement besoin - sans vraiment bien savoir quoi - vous n'en étiez pas vraiment conscient. Vous trouviez la situation normale. Vous ignoriez ce qui vous manquait, et même qu'il manquait quelque chose. Il faut prendre maintenant conscience de cette peine enfouie en vous si vous voulez vraiment poursuivre votre croissance intérieure. Il faut revivre la douleur aiguë dont vous avez souffert par le passé, mais que vous avez soustrait à votre vue. Maintenant il faut regarder cette douleur, conscient de la nouvelle lumière que vous possédez sur la question. Ce n'est que grâce à ce processus que vous saisirez la valeur réelle de vos problèmes actuels et que vous les verrez sous leur vrai jour.

*Et maintenant, comment pouvez-vous revivre les blessures d'un passé si lointain ?*

Prenez un problème présent et débarrassez-le de toutes les couches superposées de vos réactions. La première couche, la plus accessible, est celle de la rationalisation qui consiste à « prouver » que c'est la faute des autres ou des circonstances, et non pas celle de vos conflits intérieurs les plus secrets qui vous font adopter une attitude erronée face à votre problème du moment. La couche suivante peut être la colère, le ressentiment, l'anxiété, la frustration... Derrière toutes ces réactions, vous trouverez la blessure de ne pas être aimé. Revivre cette blessure liée à votre problème du moment vous servira à réveiller la blessure de l'enfance.

Alors que vous faites face à votre blessure présente, repensez au passé et essayez de vous replacer dans le contexte de votre situation avec vos parents : ce qu'ils vous ont donné, ce que vous éprouviez réellement à leur égard. Vous allez prendre conscience que, par de nombreux côtés, vous manquiez d'un certain quelque chose que vous n'aviez jamais vu clairement auparavant ; vous ne vouliez pas le voir. Vous vous apercevrez que cela a dû vous blesser quand vous étiez enfant, mais il est possible qu'à un niveau conscient, vous ayez oublié cette blessure. Pourtant c'est loin d'être le cas. La blessure de votre problème présent est exactement la même.

Maintenant, réévaluez cette dernière en la comparant avec la blessure de l'enfance. Vous finirez par voir clairement qu'elles ne font qu'une. Même si la blessure présente est vraie et compréhensible, c'est néanmoins la même que dans l'enfance. Un peu plus tard, vous verrez comment vous avez contribué à engendrer la blessure présente à cause de votre désir de corriger la blessure de l'enfance. Mais en premier lieu, il vous suffit de ressentir la similitude de la douleur. Cependant, cela exige un effort considérable car de nombreuses couches d'émotions recouvrent la peine de l'enfance. Vous ne pourrez pas progresser davantage dans cette direction avant d'avoir réussi à cristalliser le chagrin que vous ressentez.

Quand vous pourrez faire fusionner ces deux chagrins puis vous rendre compte qu'ils ne font qu'un, l'étape suivante devient beaucoup plus facile. Par la suite, en repérant le schéma répétitif lié à vos difficultés diverses, vous apprendrez à reconnaître les similitudes existantes entre vos parents et les gens qui vous ont causé du chagrin - ou qui vous en causent actuellement. Grâce à cette prise de conscience, vous progresserez davantage sur le chemin qui mène à la dissolution de ce conflit fondamental.

Pour qu'il soit fructueux et apporte des résultats tangibles, le processus qui fera cesser la répétition doit aller au-delà de la simple évaluation intellectuelle. Vous devez vous laisser revivre le chagrin de certaines insatisfactions, de même que la peine due aux insatisfactions de votre enfance, puis vous devez comparer les deux jusqu'à ce que, comme deux diapositives distinctes, elles se superposent et ne forment qu'une seule et unique image. *En revivant la peine du présent et celle du passé*, vous en viendrez petit à petit à comprendre comment vous pensiez devoir choisir la situation présente parce qu'au fond de vous vous ne pouviez absolument pas admettre la défaite. Quand cela se produira, votre nouvelle compréhension et l'expérience que vous vivrez exactement comme je la décris ici vous permettront de passer à l'étape suivante.

Il va sans dire que beaucoup de gens n'ont même pas conscience d'une peine quelconque, passée ou présente. Ils l'écartent

de leur vue avec beaucoup de zèle. Ils ne perçoivent pas leurs problèmes comme une « douleur ». Pour eux, le tout premier pas consistera à prendre conscience que ce chagrin est bien là et qu'il les fait souffrir bien davantage tant qu'ils n'admettent pas sa présence. Beaucoup de gens en ont peur et aiment à croire qu'en faisant mine de ne pas le voir, ils peuvent le faire disparaître. C'est parce que leurs conflits sont devenus trop pénibles pour eux qu'ils recourent à ce moyen de se soulager.

Il est tellement préférable de choisir ce chemin, fort de la sage conviction qu'un conflit caché cause, à long terme, plus de dégâts que ceux qu'on perçoit effectivement. Ainsi, on ne craint plus de mettre au jour la véritable émotion et on sent même qu'en revivant temporairement ce chagrin intense, il se transforme au même moment en une douleur de croissance saine, dénuée de frustration et de toute amertume.

D'autres tolèrent le chagrin - mais de manière négative - et s'attendent toujours à ce que le remède vienne de l'extérieur. D'une certaine façon, de tels êtres sont plus proches de la solution car il leur sera assez facile de voir comment fonctionne encore le processus infantile. L'extérieur, c'est le parent indigne, ou les deux parents, projetés sur les autres êtres humains. Il leur suffit de réorienter l'approche qu'ils ont de leur souffrance ; ils n'ont pas à la trouver.

### **Comment cesser de reproduire les mêmes situations**

Ce n'est qu'après avoir ressenti toutes ces émotions, en synchronisant le « présent » et « le passé », que vous prendrez conscience de la façon dont vous avez essayé de corriger les situations. Vous verrez encore mieux l'ineptie du désir inconscient de reproduire la blessure de l'enfance et sa frustrante inutilité. Vous observerez toutes vos actions et vos réactions avec cette nouvelle compréhension, ce nouveau point de vue, après quoi vous cesserez d'en vouloir à vos parents. Vous laisserez votre enfance vraiment derrière vous et vous adopterez un nouveau schéma de comportement intérieur, infiniment plus constructif et plus gratifiant pour vous et pour les autres. Vous ne cherche-

rez plus à maîtriser la situation qui échappait à votre contrôle quand vous étiez enfant. Vous prendrez un nouveau départ, de là où vous êtes, en oubliant et en pardonnant vraiment du fond du cœur, sans même vous en rendre compte. Vous n'aurez plus besoin d'être aimé comme vous en aviez besoin pendant votre enfance.

D'abord vous prendrez conscience que c'est cette forme d'amour que vous souhaitez encore, puis vous cesserez de la chercher. Puisque vous n'êtes plus un enfant, vous chercherez l'amour d'une manière différente, en le donnant plutôt qu'en attendant de le recevoir. Cependant, il est absolument nécessaire de souligner que beaucoup de gens ne sont pas conscients qu'en l'ait ils *espèrent le recevoir*. Comme cette attente infantile et inconsciente a été si souvent déçue, ils en sont venus à abandonner tout espoir et tout désir d'amour. Il est inutile de dire que cette attitude n'est ni naturelle ni saine, car c'est elle qui est extrême et fort éloignée de la vérité.

Le travail sur ce conflit intérieur est d'une importance capitale pour tous : vous aurez un nouveau point de vue qui facilitera la découverte de vous-même ; vous y verrez infiniment plus clair. Au début, ces paroles ne vous donneront peut-être qu'une lumière intermittente, ne susciteront qu'une émotion vacillante et temporaire, mais elles devraient vous aider et vous ouvrir une porte vers une meilleure connaissance de vous-même, vers une évaluation de votre vie d'un point de vue plus réaliste et plus mûr.

Maintenant, avez-vous des questions en rapport avec cette conférence ?

QUESTION : // *est très difficile pour moi de comprendre que nos choix amoureux se portent sur des personnes qui ont exactement les mêmes tendances négatives que l'un ou l'autre de nos parents. Est-il vrai que cette personne particulière possède ces tendances ? Ou bien a-t-on affaire à une projection suivie d'une réaction ?*

REPONSE : Il peut s'agir soit de l'un, soit de l'autre, soit des deux. En fait, la plupart du temps c'est une combinaison. On

recherche et on retrouve inconsciemment certains aspects qui, en réalité, se ressemblent. Mais les similitudes existantes sont exacerbées par la personne qui reproduit la situation. Ces dernières ne sont pas seulement les caractéristiques projetées qui ne sont pas véritablement présentes, mais qui sont latentes dans une certaine mesure sans se manifester. Elles sont encouragées et subissent une forte excitation, vu l'attitude de la personne qui a un problème intérieur méconnu et qui éveille quelque chose chez l'autre personne en provoquant une réaction similaire à celle des parents. La provocation, bien sûr entièrement inconsciente, est ici un facteur très puissant.

Une personnalité humaine, envisagée dans sa globalité, comporte de nombreux aspects. Parmi ceux-ci, disons qu'il peut effectivement s'en trouver trois ou quatre présentant certaines analogies avec ceux du parent de la personne qui reproduit la situation. Les plus frappantes seraient un même type d'immatunité et d'incapacité à aimer. A lui seul, cet élément est suffisant et assez puissant en essence pour reproduire la même situation.

La même personne ne réagira pas avec les autres comme elle réagit avec vous, car c'est vous qui catalysez la provocation, reproduisant de ce fait des conditions semblables à celles de votre enfance pour que vous puissiez les corriger. La peur, l'autopunition, les frustrations, la colère, l'hostilité, les blocages et le refus de donner de l'amour et de l'affection, toutes ces tendances présentes en vous provoquent constamment l'autre personne et renforcent la réaction provenant de cette partie faible et immature. Cependant, une personne plus mûre aura un effet différent sur les autres et éveillera leurs côtés mûrs et sains, car ces derniers existent chez tous, ne serait-ce que dans une faible mesure.

*QUESTION : Comment puis-je savoir si c'est l'autre personne qui m'a provoqué ou si c'est le contraire ?*

*REPONSE :* Il n'est pas nécessaire de savoir qui a commencé, car c'est une réaction en chaîne, un cercle vicieux. Il est bon de commencer par découvrir votre propre attitude négative, peut-

être en réaction à une provocation ouverte ou dissimulée de la part de l'autre. Ainsi, vous vous rendrez compte qu'en réponse à une provocation, vous provoquez à votre tour l'autre personne. Et à cause de ce comportement, l'autre vous rend la monnaie de votre pièce. Et quand vous examinez non pas la raison superficielle, mais la véritable raison - celle pour laquelle vous avez été blessé en premier lieu, et par conséquent poussé à réagir - à la lumière de la conférence de ce soir, vous ne considérerez plus cette blessure comme désastreuse. Votre réaction à la blessure sera différente et, en conséquence, la blessure en sera automatiquement atténuée. Vous n'éprouverez donc plus le besoin de provoquer l'autre personne. De même, comme le besoin de reproduire la situation de l'enfance diminue, vous vous ouvrirez de plus en plus et blesserez les autres de moins en moins, de sorte qu'ils n'auront plus à vous provoquer. S'ils le font, vous comprendrez alors qu'ils ont réagi, comme vous dans le passé, à cause des mêmes besoins infantiles aveugles. Vous voyez maintenant comment vous attribuez des motivations différentes aux provocations de l'autre personne et aux vôtres, même si vous vous rendez bien compte que c'est vous qui avez lancé le processus.

Grâce à ce point de vue différent sur votre propre blessure, en comprenant sa véritable origine, vous acquerrez le même détachement par rapport à la réaction de l'autre personne. Vous trouverez exactement les mêmes réactions chez vous et chez l'autre. Tant que le conflit de l'enfance demeure irrésolu en vous, la différence (entre votre réaction et celle de l'autre personne) semblera énorme, mais quand vous percevrez la réalité, vous commencerez à rompre le cercle vicieux des répétitions.

A mesure que vous percevrez de mieux en mieux de telles interactions mutuelles sous leur vrai jour, le sentiment d'isolement et de culpabilité qui vous accable s'apaisera. Vous oscillerez constamment entre un sentiment de culpabilité et l'accusation d'injustice que vous portez contre les gens qui vous entourent.

L'enfant en vous se sent complètement différent des autres, dans un monde bien à lui où il se crée des illusions si pernicieuses. Grâce à la résolution de ce conflit, vous prendrez davan-

tage conscience des autres, dont la réalité vous avait presque échappé jusqu'alors. D'un côté vous les accusez tout en vous sentant victime des pires blessures à cause d'eux parce que vous ne vous comprenez pas ; par conséquent vous ne comprenez pas l'autre. D'un autre côté, et en même temps, vous refusez de prendre conscience de vos propres blessures quand elles surviennent, ce qui semble paradoxal, mais sans l'être. Avec le temps, vous ressentirez personnellement les interactions dont j'ai parlé ce soir et vous pourrez vérifier par vous-même.

Par moments, vous exagérez peut-être les blessures, tandis qu'à d'autres vous ne vous permettez même pas de prendre conscience qu'elles vous ont affecté, parce que cela ne correspond pas à l'image que vous avez de la situation et peut altérer l'idée que vous vous êtes faite, ou encore cela ne correspond pas à votre désir à ce moment-là. D'un autre côté, si la situation vous paraît favorable et si elle s'accorde avec votre idée préconçue, vous écartez tout ce qui vous dérange et enfouissez en vous ces éléments malsains : voilà comment se crée l'hostilité inconsciente. Tout le processus inhibe vos facultés intuitives, au moins dans ce domaine particulier.

L'état de provocation constante qui prévaut parmi les êtres humains, mais qui est encore caché à votre conscience maintenant, est une réalité que vous percevrez bientôt très clairement. Cette découverte aura un effet libérateur sur vous et votre environnement.

Allez votre chemin, mes très chers amis, et que les bénédictions que nous vous apportons vous protègent et vous pénètrent corps et âme.

Puissiez-vous ainsi ouvrir votre âme et devenir votre véritable moi, celui qui vous est propre.

Soyez bénis, mes amis. Soyez en paix.

## Le vrai Dieu et l'image de Dieu

*P*ERSONNE ne peut éviter la confrontation avec la question de Dieu. Un tel Etre existe-t-il vraiment ? Comment et où puis-je trouver Dieu, et quelle est la part de vérité dans les réponses que je me suis données jusqu'à présent, ou dans la confusion que je ressens ? Et le Guide, entité douée d'une conscience plus vaste, qui considère les choses du point de vue d'un être spirituel, peut-il nous transmettre ce que nous n'avons encore jamais lu ou entendu nulle part ailleurs ?

Bonsoir. Je vous apporte des bénédictions au nom de Dieu. Que cette heure soit bénie, mes très chers amis. Si l'existence de Dieu est si souvent remise en question et si l'âme humaine ressent si rarement la présence divine, c'est à cause de l'image de Dieu déformée, présente dans l'esprit de la majorité des hommes.

### Le faux concept de Dieu

Les enfants font l'expérience de leur premier *conflit avec l'autorité* à un très jeune âge. Ils apprennent aussi que Dieu est *Y Autorité suprême*. Il n'est donc pas étonnant que les enfants projettent leurs expériences subjectives avec l'autorité sur l'idée qu'ils se font de Dieu. Cela aboutit à une conclusion erronée au sujet de Dieu, qui nous poursuit à notre insu jusqu'à l'âge adulte.

Les enfants rencontrent toutes sortes d'autorités. Quand on leur interdit de faire ce qu'ils aiment par-dessus tout, ils perçoivent

vent l'autorité comme hostile. Quand l'autorité parentale laisse tout faire à un enfant, l'autorité sera ressentie comme bienveillante. Quand une des deux formes d'autorité prédomine pendant l'enfance, la réaction à son égard deviendra l'attitude inconsciente envers Dieu. Cependant, dans de nombreux cas les enfants ont affaire à un mélange des deux. Alors la combinaison de deux formes d'autorité façonnera leur image de Dieu. Dans la mesure où un enfant connaîtra la peur et la frustration, dans cette même mesure il éprouvera inconsciemment les mêmes sentiments à l'égard de Dieu. On croit alors que Dieu est une force sévère, répressive et même souvent injuste et arbitraire, contre laquelle il faut se battre.

Je sais, mes amis, que ce n'est pas ce que vous pensez consciemment. Mais sur ce chemin, on vous demande de découvrir les réactions émotionnelles qui ne correspondent pas du tout à vos concepts conscients, quel que soit le sujet. Moins les concepts inconscients coïncident avec ceux qui sont conscients, plus le choc est rude quand on se rend compte des différences entre les deux.

**Presque tout ce que l'enfant apprécie le plus est interdit.** Ce qui procure le plus de plaisir est prohibé, souvent pour le bien de l'enfant, et c'est ce qu'il ne peut pas comprendre. Il arrive aussi que les parents agissent ainsi par ignorance et par peur. Voici ce qui s'imprime dans la tête de l'enfant : quand on jouit des plaisirs les plus exquis, on se fait punir par Dieu, l'autorité la plus élevée et la plus sévère.

Ajouté à cela, *vous rencontrerez nécessairement l'injustice humaine au cours de votre vie*, pendant l'enfance comme à l'âge adulte. Votre croyance inconsciente en l'arbitraire sévère de Dieu se renforcera d'autant plus si ces injustices sont perpétrées par des gens représentant l'autorité et que, par conséquent, on associe inconsciemment avec Dieu. De telles expériences intensifient aussi la crainte de Dieu.

Tous ces éléments se conjuguent pour constituer une empreinte qui, si on l'analyse correctement, transforme Dieu en un monstre. *Ce dieu, qui vit dans notre inconscient, se rapproche davantage d'un satan.*

Chacun de vous doit découvrir, au cours de son travail sur lui-même, dans quelle mesure ces idées se vérifient dans son cas personnel. Votre âme est-elle imprégnée de tels concepts erronés ? Quand un être humain en pleine évolution prend conscience d'une telle empreinte, souvent il ne comprend pas que ce concept de Dieu est erroné. Alors cette personne se détourne complètement de Lui et refuse de laisser la moindre parcelle du monstre hanter ses pensées.

C'est souvent là, soit dit en passant, que réside la véritable justification de l'athéisme des gens. Se détourner de Dieu est tout aussi erroné que l'autre extrême, qui consiste à craindre un Dieu sévère, injuste, sûr de son droit et cruel. La personne qui nourrit inconsciemment cette image déformée de Dieu est justifiée dans sa crainte d'une telle déité et recourt aux cajoleries pour obtenir des faveurs. Vous avez ici un bon exemple de deux extrêmes, à l'opposé l'un de l'autre, mais aussi éloignés de la vérité l'un que l'autre.

Examinons maintenant le cas où un enfant fait davantage l'expérience d'une autorité bienfaisante plutôt que celle de la peur et de la frustration avec une autorité négative. Imaginons que les parents passent tout à leur enfant gâté et cèdent à tous ses caprices. Ils n'inculquent pas à l'enfant le sens des responsabilités, de sorte qu'il peut presque se permettre de faire n'importe quoi en toute impunité. L'image de Dieu qui en résulte apparaît d'abord, en surface, plus proche du vrai concept de Dieu, c'est-à-dire un Dieu de pardon, de « bonté », d'amour et d'indulgence. En conséquence, la personnalité pensera inconsciemment qu'elle peut impunément faire n'importe quoi vis-à-vis de Dieu, tricher avec la vie et ne pas avoir à assumer la responsabilité de ses actes.

Pour commencer, un tel enfant connaîtra beaucoup moins la peur. Mais comme **on ne peut pas tricher avec la vie**, cette attitude fautive produira des conflits, et donc engendrera la peur suite à une réaction en chaîne de pensées, de sentiments et d'actions fautives. La confusion intérieure s'ensuivra, puisque la vie telle qu'elle est en réalité ne correspond pas à l'image d'un Dieu indulgent et à l'idée qu'on s'en fait inconsciemment.

Il peut exister dans la même âme de nombreuses subdivisions et combinaisons de ces deux catégories et, à cet égard, le niveau d'évolution atteint dans des incarnations précédentes influence aussi la psyché. Il est donc très important, mes amis, de découvrir quelle est votre image de Dieu. Cette image est essentielle et détermine toutes les autres attitudes, schémas et habitudes tout au long de votre vie. Que vos convictions conscientes ne vous trompent pas. Essayez plutôt d'examiner et d'analyser vos réactions émotionnelles à l'égard de l'autorité, de vos parents, de vos pairs et de vos attentes.

Grâce à cette introspection, vous découvrirez progressivement ce que vous ressentez envers Dieu plutôt que ce que vous pensez. Toute la gamme allant du pôle de monstre à son opposé, celui de parent indulgent à l'excès, se reflète dans votre image de Dieu : on désespère ou on se passe tout, en rejetant la responsabilité de ses actes et en comptant sur un Dieu cajoleur.

### Dissoudre l'image de Dieu

Maintenant, la question suivante se pose : comment pouvez-vous *dissoudre une empreinte*, c'est-à-dire une fausse perception ? Il faut d'abord prendre pleinement conscience du concept erroné, ensuite il faut remettre de l'ordre dans votre approche intellectuelle. Il est extrêmement important de comprendre que la formation correcte du concept intellectuel ne doit jamais se superposer au concept émotionnel erroné dont les effets se font encore sentir. Cela n'entraînerait qu'un refoulement. Comprenez que les concepts erronés refoulés doivent parvenir clairement à la conscience. Formulez le concept correct. Ensuite, il faut comparer les deux. Vous devez constamment vérifier dans quelle mesure vous déviez émotionnellement du concept intellectuel correct.

Faites ce travail intérieur tranquillement, sans hâte ni colère envers vous-même si vos émotions ne suivent pas votre pensée aussi rapidement que vous le souhaiteriez. Laissez-leur le temps de se développer. Le meilleur moyen d'y arriver consiste à observer et à comparer constamment les deux concepts. Prenez conscience qu'il faut du temps pour que vos émotions s'adaptent

à la nouvelle situation ; observez aussi la résistance au changement et à la croissance. Le moi inférieur de la nature humaine est très rusé. Soyez donc avisé.

On attribue souvent à Dieu toutes les injustices d'ici-bas. Si vous croyez fermement à l'injustice, voici la meilleure attitude à adopter : examinez votre propre vie et découvrez la manière dont *vous avez contribué* à la créer telle qu'elle est ; vous avez peut-être même provoqué des événements qui semblent totalement injustes. Mieux vous comprendrez la force magnétique des empreintes et la puissance formidable de tous les états psychologiques et inconscients, mieux vous comprendrez et reconnaîtrez la vérité de cet enseignement et plus votre conviction que *l'injustice n'existe pas* se renforcera. Partez à la recherche de la cause et des effets de vos réactions intérieures et de vos actions extérieures.

### Dieu n'est pas injuste

Si vous utilisiez une fraction de l'énergie que vous déployez pour trouver les défauts des autres à trouver les vôtres, *vous identifieriez le lien avec votre propre loi de la cause et des effets* et cela vous démontrerait que l'injustice n'existe pas. Cela suffira à vous libérer et à vous montrer que ce n'est ni Dieu, ni le destin, ni un quelconque ordre du monde injuste où vous devez subir les conséquences des travers des autres, mais votre ignorance, votre peur, votre orgueil ou votre égoïsme qui - directement ou indirectement - ont provoqué ce qui semblait jusqu'ici vous arriver sans que vous l'attiriez. Découvrez ce lien caché et vous en viendrez à voir la vérité. Vous vous apercevrez que *vous n'êtes pas victime des circonstances* ou des imperfections des autres, mais bien **le véritable créateur de votre vie**.

Les émotions sont des forces créatrices puissantes, car votre inconscient agit sur l'inconscient de l'autre. Cette vérité prend toute sa valeur quand vous cherchez à savoir comment vous attirez les événements dans votre vie, qu'ils soient bons ou mauvais, favorables ou défavorables.

Quand vous assimilerez cela, vous pourrez dissoudre cette image de crainte. Dieu - parce que vous croyez vivre dans un monde injuste et avez peur d'être victime des circonstances échappant à votre contrôle, ou que vous rejetez la responsabilité de vos actes et comptez sur un Dieu indulgent et cajoleur qui dirigera votre vie à votre place - prendra des décisions pour vous et supportera à votre place les conséquences et les épreuves que vous vous êtes infligées. En prenant conscience du lien de cause à effets dans votre vie, vous dissoudrez les deux images de Dieu. C'est un des principaux points de rupture.

### Le vrai concept de Dieu

Dieu *est*. Les lois divines sont établies une bonne fois pour toutes et agissent automatiquement, pour ainsi dire. Considérez Dieu comme étant, entre autres, *vie et force vitale*. Considérez Dieu comme *un courant électrique, doué d'une intelligence suprême*. Ce courant électrique est là, en vous et autour de vous, en dehors de vous. **La manière de l'utiliser dépend de vous.** Vous pouvez utiliser l'électricité dans un but constructif, même pour guérir, ou bien dans un but destructif pour tuer. Le courant électrique est *neutre au départ*, et c'est vous qui le rendez bon ou mauvais. Ce courant d'énergie est un des aspects importants de Dieu et c'est celui qui vous concerne le plus.

Ce concept soulèvera peut-être les questions suivantes : Dieu est-il personnel ou impersonnel, intelligence directrice ou loi et principe ? Les êtres humains, comme ils appréhendent la vie avec une conscience dualiste, ont tendance à croire que soit l'un soit l'autre est vrai. Pourtant Dieu est les deux. Mais l'aspect personnel de Dieu ne signifie pas personnalité. Dieu n'est pas une personne demeurant quelque part même s'il est possible de ressentir une expérience divine en soi. En effet, **le seul endroit où on peut chercher et trouver Dieu, c'est en soi et nulle part ailleurs.** On peut conclure à l'existence extérieure de Dieu d'après la beauté de la Création, les manifestations de la nature, la sagesse accumulée par les philosophes et les savants. Mais ces observations ne deviennent une expérience divine qu'au moment où on

ressent d'abord la présence de Dieu *intérieurement*. Cette expérience est la plus sublime de toutes, car elle englobe toutes les sensations les plus désirables.

On peut appeler cette sensation particulière *Conscience cosmique*. Cette conscience cosmique n'est pas une connaissance théorique ou un sentiment concernant le cosmos ; c'est une authentique expérience physique, mentale, émotionnelle et spirituelle qui englobe toutes les dimensions d'un être. Je ne peux pas la décrire de façon satisfaisante à cause des limitations du langage humain.

La conscience cosmique ne dissocie plus le *sentiment* de la *pensée* : ils ne font alors plus qu'un. C'est très difficile à imaginer pour quelqu'un qui n'a jamais connu d'expériences de la sorte. Mais certains d'entre vous en ont peut-être déjà eu un aperçu. Le *sentiment d'unité* est total. C'est une expérience de félicité, la compréhension de la vie et de ses mystères, l'amour universel, une certitude que tout est pour le mieux et qu'il n'y a rien à craindre.

Pendant l'état de conscience cosmique, on ressent le caractère immédiat de **la présence de Dieu en soi**. Cette sensation d'une présence incroyablement puissante et l'impression agréable qui l'accompagne sont d'abord bouleversantes. Littéralement, c'est comme si un courant électrique parcourait tout votre corps. Par conséquent, il faut que la personnalité soit assez forte et bien portante pour pouvoir s'adapter aux vibrations élevées de la présence intérieure de Dieu. Cette manifestation est alors vécue comme *votre* réalité et *votre* état éternels, comme votre véritable identité.

Lorsque vous vous trouvez dans cet état, vous éprouvez la conviction intime que *vous avez toujours connu* ce que vous découvrez maintenant, que vous n'étiez que temporairement coupé de cet état de connaissance, de sensation et de perception de la vie *telle qu'elle est vraiment*.

Bien sûr, cette description est extrêmement limitée car les mots ne peuvent pas traduire cette expérience. Ce que vous pouvez faire maintenant pour avoir une petite idée de cette réalité, c'est prier pour pouvoir pressentir cet état de conscience. Ouvrez

vos facultés intérieures, votre moi supérieur à une compréhension au niveau le plus profond, mes amis.

### Les lois divines et éternelles

L'amour de Dieu se manifeste dans l'âme des êtres humains, mais aussi dans les *lois divines*, dans *Y être* des lois. L'amour - apparemment présent dans les lois *qui sont* (comprenez bien ce qu'impliquent les mots « qui sont ») - est évident par le fait qu'elles sont conçues de façon à ce qu'elles vous mènent finalement à la lumière et à la félicité en dépit de toutes les transgressions et déviations. Plus vous vous en écarterez, plus vous vous en rapprocherez par la souffrance que la transgression inflige. Cette souffrance vous poussera à faire demi-tour à un moment ou à un autre. Pour certains ce sera plus tôt, et pour d'autres plus tard, mais tous devront finalement en venir au point où ils s'aperçoivent **qu'ils déterminent eux-mêmes leur bonheur ou leur malheur**. C'est là que réside l'amour de la Loi ; c'est le « Plan du Salut ».

La transgression de la Loi est le remède adéquat pour guérir tous les maux nés de la transgression. Il vous rapproche par là même du but ultime : l'union avec Dieu.

Dieu vous laisse transgresser les lois universelles si vous le souhaitez. Vous êtes créé à l'image de Dieu, autrement dit vous êtes tout à fait libre de choisir. On ne vous force pas à vivre dans la félicité et dans la lumière, bien que cela vous soit possible si vous le souhaitez. Voilà comment s'exprime l'amour de Dieu.

Si vous avez du mal à comprendre la morale cosmique et votre propre responsabilité dans ce qui vous arrive, ne considérez pas Dieu comme une entité humaine. Considérez-le plutôt comme **la merveilleuse puissance créatrice dont vous disposez**. Ce n'est pas Dieu qui est injuste, l'injustice est provoquée par la mauvaise utilisation de la puissante énergie à votre disposition. Si vous partez de cette prémisse et en nourrissez vos méditations, et si dorénavant vous cherchez à trouver où et comment vous avez - par ignorance - fait mauvais usage de vos énergies, Dieu vous répondra, je vous en fait la promesse formelle.

*Si vous pouvez observer l'enchaînement de la Loi de la cause et des effets dans votre vie, vous ne soupçonnez pas ce que cette découverte signifiera pour vous.* Plus votre résistance sera grande au départ, plus éclatante sera la victoire. Vous n'avez aucune idée du sentiment de liberté et de sécurité que vous éprouverez alors. Vous comprendrez cette merveille qu'est la création de ces lois qui vous laissent, vous et votre puissante énergie vitale, agir à votre guise dans la vie. Cela vous donnera de l'assurance et la conviction intime que vous n'avez absolument rien à craindre.

L'univers est un tout organique dont l'humanité fait partie. Vivre l'expérience de Dieu, c'est se sentir partie intégrante de cette unité. Pourtant, dans leur état actuel de développement intérieur, la majorité des êtres humains ne peuvent ressentir Dieu que sous l'aspect dualiste : d'une part conscience active et spontanée et, d'autre part, loi systématique. En fait, ces deux aspects forment une unité en interaction :

- La conscience spontanée est l'aspect actif, qu'on appelle en termes humains *principe masculin*. C'est l'énergie vitale qui crée, c'est une force puissante. Cette énergie vitale imprègne toute la création et toutes les créatures. Tous les êtres vivants conscients peuvent l'utiliser.

- L'aspect de loi systématique est l'aspect passif, réceptif, la substance vitale ou *principe féminin* façonné, formé et animé. Ces deux aspects, ensemble, sont indispensables pour créer quoi que ce soit. Ils sont les conditions de la création et toute forme de création, que ce soit une galaxie ou un simple gadget.

Quand on parle de Dieu, il est important de comprendre que **tous les aspects divins se retrouvent chez un être humain**, dont la vie et l'existence s'organisent d'après les mêmes conditions, lois et principes que ceux qui se rapportent à l'Intelligence Cosmique. Tous deux sont similaires en essence, la seule différence concerne le degré. **La réalisation de soi n'est donc rien d'autre que l'activation de nos potentialités divines inhérentes.**

### Dieu est en vous et crée à travers vous

Dieu, qui est une intelligence directrice tranquille et spontanée, n'agit pas *pour* vous mais *à travers* vous, car Il est en vous. Il est très important de comprendre cette différence subtile mais fondamentale. Quand on a, à cet égard, une conception erronée de Dieu, on espère vaguement qu'il agira à notre place, et on accepte mal les inévitables déceptions, finissant par conclure qu'il n'existe pas de Créateur. Si on pouvait contacter une déité extérieure, on pourrait logiquement s'attendre à ce qu'elle agisse à notre place. Mais attendre des réponses de l'extérieur, c'est se tourner dans la mauvaise direction. Quand on contacte *Dieu en soi* les réponses viennent nécessairement et, qui plus est, vous les remarquerez et les comprendrez. De telles manifestations de la présence de Dieu en soi sont un signe de l'aspect personnel de Dieu. Elles démontrent une intelligence directrice active et tranquille, changeant et se renouvelant sans cesse, s'adaptant à toute situation avec une sagesse infinie. Elles expriment l'Esprit de Dieu se manifestant par l'intermédiaire de l'esprit des êtres humains.

Quand vous découvrirez qui vous êtes - et par suite le rôle que vous jouez dans le déroulement de votre vie - vous vous réaliserez vraiment. Vous ne serez plus manipulé, mais deviendrez maître de votre destinée. Libéré des forces que vous ne comprenez pas, vous pourrez utiliser ces énergies de façon réfléchie et éminemment constructive, exprimer davantage ce qu'il y a de meilleur en vous, augmenter sans cesse vos potentialités infinies, enrichir votre vie et, par conséquent, en jouir davantage.

Il faut découvrir cette puissance et la liberté de prendre en main votre destin. Si la vie vous forçait à accepter ce qui vous est dû à la naissance pour vous épargner les souffrances, vous ne seriez jamais une créature libre. Le sens même de la liberté implique la non-utilisation de toute force ou contrainte, même pour des résultats positifs et souhaitables. Même les découvertes les plus formidables sur le chemin de votre évolution n'auraient aucun sens si on vous obligeait à les faire. Le choix de se trouver dans la direction qui finira par apporter liberté et puissance véritables doit être laissé à la discrétion de chacun. La connais-

sance de soi, d'abord sur le plan terrestre (dit psychologique), quand elle se poursuit, doit vous faire découvrir que vous êtes maître de l'univers dans la mesure où vous êtes maître de vous-même. Cette maîtrise dépend d'une connaissance approfondie de soi, de l'étendue et de l'envergure des concepts que votre intellect est capable d'appréhender.

*Puisque vous êtes créé à l'image de Dieu, vous aussi devez créer.* C'est ce que vous faites constamment, que vous le sachiez ou non. Vous créez votre vie, votre destinée, vos expériences. Chaque pensée, réaction, émotion, intention, action, opinion ou motivation est un processus créateur. Quand on est déchiré par des contradictions et des conflits entre des désirs mutuellement exclusifs, quand on oscille entre des réflexes automatiques aveugles et l'action délibérée, ce qui en résulte est notre propre création.

Les idées, les intentions, les pensées, la volonté, les sentiments, les attitudes manifestés par des êtres conscients sont les puissances les plus formidables de l'univers. Cela signifie que le pouvoir de l'esprit est supérieur à toutes les autres énergies. Si ce pouvoir est compris et utilisé d'après les lois qui lui sont propres, il dépasse toutes les autres manifestations de puissance, toutes les forces matérielles. Puisque les êtres humains sont esprit et intelligence, ils sont, en essence, capables de diriger toute loi automatique et aveugle. C'est grâce à cette faculté qu'on peut vraiment ressentir Dieu.

Quand on entre délibérément en contact avec son moi supérieur, qui contient tous les aspects divins et qu'on fait appel à lui pour qu'il nous guide et nous inspire, et quand on ressent le résultat de cette démarche intérieure, on ne doute plus de la présence de Dieu en nous.

Alors, mes très chers amis, découvrez votre propre image déformée de Dieu que vous avez et qui vous empêche de vivre l'expérience divine, cette merveilleuse conscience cosmique totale telle qu'elle est en réalité. Ouvrez-vous à elle. Puissent mes paroles apporter la lumière à votre âme et à votre vie, qu'elles

remplissent vos cœurs, qu'elles soient un instrument qui vous libère de vos illusions.

Recevez toutes mes bénédictions, et que le groupe que vous formez soit aussi béni. Le monde divin est un monde merveilleux et vous avez toutes les raisons de vous réjouir, quels que soient le plan où vous vivez et les illusions et les épreuves que vous subissez ; que ces épreuves soient un remède pour vous. Renforcez-vous et trouvez le bonheur grâce à tout ce que vous rencontrerez.

Soyez bénis, soyez en paix. Que Dieu soit avec vous.

## L'unité et la dualité

*Vous vivons sur le plan de la dualité, donc nous percevons à travers toutes nos expériences à travers le prisme d'une conscience dualiste. La condition dualiste est douloureuse car nous oscillons entre deux pôles opposés, nous considérons la vie comme une série d'événements que nous appelons bons ou mauvais. La plus menaçante des dualités, c'est la division entre la vie et la mort. Pourtant nous savons qu'il existe une conscience supérieure sur un plan unifié et qu'entrer en contact avec elle est merveilleux. Nous nous efforçons d'atteindre l'unification, mais comment pouvons-nous y arriver sans nier certains aspects de notre être actuel ?*

*Cette conférence présente notre condition dualiste et montre comment nous pouvons transformer ces aspects de nous-même qui empêchent l'unification.*

Bonsoir, mes très chers amis, que cette soirée soit une bénédiction et un enrichissement pour tous ceux qui sont présents ici ou qui liront ces mots.

Puissiez-vous ouvrir votre cœur et votre pensée pour parvenir à une meilleure compréhension de vous-mêmes. Et même si vous ne pouvez pas comprendre mes paroles immédiatement, certaines d'entre elles se graveront peut-être dans votre psyché et vous éclaireront plus tard. Il se peut que vous ne compreniez pleinement cette conférence qu'au cours de votre cheminement à travers les couches profondes de votre inconscient, dans les domaines où ce que je dis pourra s'appliquer.

A la base, il existe deux manières d'aborder la vie et l'être ou, autrement dit, il existe deux possibilités fondamentales pour la conscience humaine : la *dualité* et *Y unité*. La majorité des humains vit principalement sur le plan dualiste, où l'on perçoit et ressent toute chose en termes de contraires : le bien ou le mal, le vrai ou le faux, la vie ou la mort... En d'autres termes, presque tout ce qu'on rencontre, tout problème humain tombe sous le coup de ce dualisme. Le principe unifié englobe les contraires du dualisme. En transcendant ce dernier, vous transcenderez aussi la douleur qu'il entraîne, ce que peu d'êtres humains peuvent faire ; c'est pourquoi la plupart des gens ne ressentent que de temps en temps la sagesse, la liberté et cette impression de vision illimitée du plan unifié.

Sur le plan unifié de la conscience, les contraires n'existent pas. Il n'y a ni *bien* ni *mal*, ni *vrai* ni *faux*, ni *vie* ni *mort*. Il ne reste que le Bien, le Vrai, la Vie, qui ne représentent pourtant pas un seul et unique pôle des deux contraires dualistes. Il les transcende tous les deux et diffère complètement de l'un et de l'autre. Le bien, le vrai, la vie qui existent sur le plan unifié de la conscience combinent les deux pôles dualistes, donc les conflits disparaissent. C'est pourquoi vivre dans un état unifié - dans l'absolue réalité - engendre la félicité, la liberté illimitée, la plénitude et la prise de conscience illimitée de potentialités que les religieux appellent le *paradis*.

En général, on considère que le ciel est un endroit situé dans le temps et l'espace. Ce n'est certainement pas le cas. **Le paradis est un état de conscience qui peut être vécu à tout moment** par n'importe quelle créature, que ce soit un être humain incarné ou une entité sans corps physique.

### La compréhension est le chemin qui mène au plan unifié

On atteint l'état de conscience unifié grâce à la *compréhension* et à la *connaissance*. La vie sur le plan dualiste pose d'incessants problèmes. Vous avez à vous débattre contre la division arbitraire et illusoire du principe unifié, qui transforme tout en contraires qui imposent des conflits. Cette création de contraires irréconciliables crée des tensions en soi et, par suite, avec le monde extérieur.

Essayons de comprendre un peu mieux cette lutte particulière et la tragédie humaine qui en découle. *Vous avez déjà, dans votre moi véritable, un état de conscience unifié, même si vous l'ignorez complètement et n'en êtes absolument pas conscient.* Ce moi véritable représente le principe unifié. Or, même ceux qui n'ont jamais entendu parler d'une telle chose aspirent profondément à un état de conscience et à une perception de la vie différente de celles qu'ils connaissent à présent. Ils en ont essentiellement une vague intuition et ressentent la nostalgie de la liberté, de la félicité et de la maîtrise de la vie qu'apporte l'état unifié de conscience.

Cette aspiration est mal interprétée par la personnalité, en partie parce qu'il s'agit d'une nostalgie du bonheur et de la plénitude. Mais comprenons précisément quel est le vrai sens de ces mots. Ils signifient l'unification des contraires dualistes, de sorte qu'il n'y a plus de tensions, de conflits ou de peur. En conséquence, le monde s'anime et l'être maîtrise la situation, non pas de manière crispée, tendue ou hostile, mais dans le sens où la vie peut prendre exactement le tour qu'une personne détermine. Or on recherche - consciemment et inconsciemment - cette liberté, cette maîtrise, cette félicité et cette libération.

Cette aspiration est en partie mal comprise car elle est inconsciente : c'est juste une vague sensation dans les profondeurs de l'âme. Mais même si on connaît en théorie l'existence d'un tel état, on continue de mal l'interpréter pour une autre raison. Quand on recherche sur le plan dualiste la liberté, la maîtrise, l'unification et la félicité qui découlent de l'état de conscience unifié, il s'ensuit nécessairement un conflit terrible parce que tout cela est irréalisable sur ce plan-là. Vous vous efforcez de satisfaire votre profonde aspiration à transcender et vous trouvez, au tréfonds de votre être, un nouvel état de conscience où tout est un. Si vous faites cette quête sur un plan où tout est divisé, vous ne pourrez jamais trouver ce que vous cherchez. Vous désespérerez et serez encore plus troublé par les conflits, car l'illusion crée la dualité.

Cela arrive surtout aux gens qui ignorent ces possibilités, mais aussi à ceux qui sont sur un chemin spirituel et qui, pourtant, ignorent d'une part la différence entre ces deux plans, et d'autre

part la possibilité d'apprendre à transcender le plan dualiste dans la vie de tous les jours.

Quand on interprète mal la connaissance théorique précise de l'état de conscience unifié ainsi que la vague aspiration qu'on éprouve à l'atteindre, et donc qu'on recherche sur le plan dualiste, voici ce qui se produit : on sent qu'il n'existe que le bien, la liberté, le juste, le vrai, le beau, l'amour et la vie, tous non menacés par les contraires, mais quand on applique cela au plan dualiste, on se heurtera au conflit même qu'on cherchait à éviter. On se bat alors pour un des deux aspects dualistes, mais en même temps on lutte contre l'autre. Un tel combat rend la transcendance impossible.

Je vais vous le démontrer en prenant l'exemple suivant d'un problème humain ordinaire, concret, afin que vous puissiez mieux me comprendre. Supposons que vous vous disputiez avec un ami. Vous êtes convaincu, de votre point de vue, d'avoir raison ; la conséquence immédiate est que votre ami a tort. Avec une approche dualiste, soit on a raison, soit on a tort. L'issue du débat semble compter moins que le débat lui-même, car l'intensité des émotions est souvent sans commune mesure avec le problème soulevé. On croirait plutôt avoir affaire à une question de vie ou de mort. Même si cette idée peut paraître irrationnelle à un niveau conscient, inconsciemment avoir tort signifie en fait être mort, car avoir tort signifie être rejeté par l'autre. Sur le plan dualiste, votre sens de l'identité est associé à l'autre personne et non pas avec votre moi véritable. *Tant que vous vous identifierez à votre moi-ego extérieur, vous dépendrez des autres.* Ainsi, une petite querelle se transforme bel et bien en une question de vie ou de mort, ce qui explique l'intensité des émotions quand il s'agit de prouver qu'on a raison et que l'autre a tort. Votre vie ne cesse de dépendre des autres qu'au moment où vous vous êtes réalisé, où vous êtes inspiré par le centre de votre être qui représente l'unification.

Sur un plan dualiste, chaque problème aboutit à une alternative vie/mort. La vie devient terriblement importante pour éviter la mort. Souvent les gens ont tellement peur de la mort qu'ils

foncent tout droit vers elle ; ils n'échappent pas à la peur de la mort. Bien au contraire, leur lutte continuelle avec la vie - qui résulte de leur peur et de leur lutte contre la mort - les rend si malheureux qu'ils croient ne pas avoir peur de la mort. C'est une illusion tant qu'on perçoit la vie d'un point de vue dualiste, tant qu'un côté est considéré comme important, digne d'un combat et que l'autre côté est jugé menaçant et qu'il faut donc l'attaquer. Tant que vous sentez qu'il faut gagner parce que votre cause est juste, vous serez considérablement assujéti au monde de la dualité, donc à l'illusion, au conflit et à la confusion. Plus vous luttez de cette façon, plus la confusion grandit.

Les êtres humains, de par leur éducation, sont en général formés à l'idée qu'on doit se battre pour un camp, et tout ce qu'ils apprennent dans la vie va dans ce sens. Cela s'applique non seulement à des questions matérielles, mais aussi au combat d'idées. Chaque vérité peut ainsi se diviser en deux contraires, le camp qu'on choisit devient le « bon », tandis que l'autre est condamné comme étant le « mauvais ». En réalité, les deux se complètent. Sur le plan unifié, aucun aspect n'est concevable sans l'autre. Là, les deux facettes complémentaires ne sont ni « ennemis », ni négations l'une de l'autre ; ce n'est que sur le plan dualiste de la conscience qu'ils sont ainsi opposés. Là, tout conflit se multiplie et forme des subdivisions complexes issues de la rupture dualiste de départ. Puisque tout cela est le produit de l'illusion, plus le conflit dure, moins la solution est facile à trouver et plus on s'y trouve empêtré.

Revenons maintenant à notre exemple et démontons les rouages du processus. Plus vous prouvez que votre ami a tort, plus les frictions augmentent et moins vous obtenez ce que vous espérez en démontrant que vous avez raison et qu'il a tort. Vous imaginez qu'en agissant ainsi il finira par vous accepter et vous redonner son amour, et que tout s'arrangera. Si vous n'y arrivez pas, vous interprétez mal la situation et vous redoublez d'efforts, car vous pensez que vous n'avez pas été assez convaincant pour prouver que vous avez raison et qu'il a tort ; la rupture s'aggrave, votre anxiété grandit, et plus vous rassemblez vos forces pour

gagner le combat, plus vos difficultés augmentent jusqu'à ce que votre attitude vous devienne vraiment nuisible - ainsi qu'à l'autre - et que vous alliez à rencontre de vos intérêts. Vous êtes alors confronté à un autre conflit qui résulte de la première division dualiste. Pour éviter une cassure complète - et toutes les menaces qui l'accompagnent, réelles ou imaginaires, car la situation s'est déjà gravement détériorée - vous êtes alors devant l'alternative suivante : soit vous cédez pour apaiser votre ami et éviter de vous nuire, soit vous poursuivez le combat. Comme vous êtes toujours convaincu qu'il s'agit d'une lutte du vrai contre le faux, un tel apaisement vous frustre de votre dignité personnelle et vous vous insurgerez contre cela. Que vous choisissiez cette solution ou non, vous serez tiraillé entre le combat et la soumission. Les deux attitudes créent des tensions, l'anxiété et des inconforts intérieurs et extérieurs.

Ainsi une seconde dualité naît de la première. Voici la première : « Qui a raison et qui a tort ? Il n'y a que moi qui puisse avoir raison... Autrement, c'est la fin de tout ! » La seconde consiste soit à céder devant quelqu'un qui a tort (et vous ne pouvez l'admettre car il a tout à fait tort), soit à poursuivre le combat. Dans un sens, reconnaître qu'on a tort signifie la mort. On se trouve alors placé devant cette alternative : soit admettre qu'on a tort (ce qui signifie, au fond de la psyché, la mort, de façon à éviter les conséquences redoutées et la possibilité d'un risque réel, ce qui compromet gravement votre vie : la mort resurgit, dans son sens le plus strict), soit revendiquer qu'on a absolument raison. Où que l'on se trouve, on ne rencontre que la mort, le malheur, l'annihilation. Plus vous redoublez d'ardeur au combat, moins cela en vaut la peine et plus les situations ainsi créées se retournent contre vous. L'illusion de croire qu'un camp avait raison et l'autre tort vous a mené à l'inévitable étape suivante sur la route de l'illusion : les deux solutions sont mauvaises. Tous les combats dualistes vous feront irrémédiablement tomber dans de nouveaux pièges, tous fruits de l'illusion.

Quand on choisit le chemin qui mène au principe unifié, on cesse très vite de considérer comme fondamentalement bon ou

fondamentalement mauvais ce qui était d'abord apparu comme tel, et inévitablement on rencontre le bon et le mauvais dans les deux cas. Quand on continue à avancer dans la même direction, le mauvais finit par disparaître et il ne reste que le bon. Cette démarche mène dans les profondeurs du moi véritable, à la vérité qui va bien au-delà des intérêts du petit ego craintif. Quand on cherche cette vérité dans les profondeurs de son être, on approche de l'état de conscience unifié. Notre exemple est banal et peut être transposé à de nombreuses questions dans la vie de tous les jours, importantes ou non. Il peut prendre la forme d'une petite querelle entre partenaires ou d'un conflit entre deux pays. Il participe de toutes les difficultés que rencontre l'humanité, individuellement et collectivement.

Tant que vous serez aux prises avec ce conflit dualiste illusoire, vous sombrerez dans le désespoir car il n'y a pas de solutions sur le plan dualiste de la pensée. Tant que votre existence s'identifie à l'ego-moi, et donc à l'approche dualiste de la vie, vous serez en prise au désespoir, même si ce désespoir est masqué ou momentanément soulagé par quelque succès grâce au choix heureux d'un des deux contraires. Le sentiment d'impuissance et de désespoir, l'énergie gaspillée dans cette lutte dualiste vous frustreront du bonheur qui vous est dû à la naissance. *Vous ne pouvez retrouver ce dû que sur le plan de l'unification.*

Puisque tout ce que vous apprenez à l'école ou dans votre environnement vous inculque des principes dualistes, il n'est pas étonnant que vous soyez totalement attaché et habitué à cet état de conscience. Et même quand vous découvrirez l'autre possibilité, elle vous effraie. Vous ne pouvez pas y croire et vous vous accrochez à ce que vous savez. Cela crée un cercle vicieux, en ce sens que les règles et les préceptes dualistes qui vous conditionnent ainsi résultent eux-mêmes de votre peur de renoncer à l'état égo-tiste, le seul qui semble garantir la vie. Il en ressort qu'abandonner cet état équivaut à l'annihilation de votre individualité ce qui, bien sûr est complètement faux. Donc vous suivez ces règles dualistes à cause de vos peurs injustifiées, et vous vous accrochez à ces peurs à cause de votre conditionnement.

Avant d'examiner en détail les raisons pour lesquelles vous vous accrochez à cet état dualiste douloureux, malgré l'accessibilité immédiate au plan unifié de la conscience, j'aimerais ajouter quelques mots sur *la façon de réaliser l'unification en vous*. Le moi véritable, le principe divin, l'intelligence infinie, appelez comme vous le souhaitez ce profond centre intérieur présent en chaque être humain, contient toute la sagesse et la vérité possibles et imaginables. La vérité est si vaste et d'un accès si direct qu'aucun autre conflit n'existe quand cette vérité peut se manifester. Les « mais » et les « si » de l'état dualiste cessent d'exister. Le savoir de cette intelligence innée dépasse de loin l'intelligence de l'ego. Elle est totalement objective ; elle néglige les intérêts personnels mesquins, et cela explique en partie pourquoi vous le craignez et évitez tout contact avec elle.

La vérité qui en jaillit place le moi sur un pied d'égalité avec les autres. Loin d'être l'annihilation que redoute l'ego, cette vérité ouvre l'accès aux réserves de vitalité, de vie, de force et d'énergie que vous n'utilisez d'habitude que dans une faible mesure et que vous mésusez en limitant votre attention et vos espoirs au plan dualiste et à tous ses écueils : opinions défendues de pied ferme, idées fausses, vanité, orgueil, entêtement et peurs. Quand ce centre vivant s'anime en vous, vous abordez une phase d'expansion illimitée en vous, un processus dont la réalisation devient possible précisément parce que le petit ego ne veut plus faire mauvais usage de ces potentialités pour trouver la vie, comme il en avait coutume, sur le plan dualiste.

### **Il est toujours possible de contacter le véritable moi unifié.**

Retournons encore à notre exemple pour voir comment. La démarche la plus difficile à entreprendre - mais qui en réalité est la plus facile - c'est de demander : « Où se trouve donc la vérité ? » Au moment où votre désir de trouver la vérité est plus fort que la volonté de démontrer que vous avez raison, vous entrez en contact avec le principe de la vérité transcendante et unifiée. Si le désir d'être dans le vrai est sincère, l'inspiration doit venir. Même si tous les indices semblent aller dans le même sens, vous devez être prêt à renoncer et à vous demander si votre point de vue

englobe tous les aspects de la question. Cet acte généreux d'*intégrité* ouvre la voie qui mène au véritable moi.

Il vous sera plus facile de continuer dans cette direction quand vous considérerez que la question ne consiste pas nécessairement à avoir raison ou tort. En effet, le point de vue de l'autre contient des éléments de vérité et le vôtre des éléments erronés, aspects que vous n'aviez pas vus jusqu'ici car vous n'aviez même pas songé à cette éventualité. Cette approche d'un problème ouvre la voie qui mène jusqu'au plan de l'existence unifiée, où l'on est guidé par le véritable moi. Alors une énergie se libère immédiatement, que l'on ressent distinctement quand on entreprend cette démarche avec une profonde sincérité. Les tensions sont ainsi soulagées.

Ce que vous découvrez alors diffère totalement de ce que vous espérez et craigniez sur le plan dualiste. Vous vous apercevez que vous n'êtes pas aussi innocent que vous le pensiez, que vous n'aviez pas totalement raison, ni tout à fait tort, comme vous le redoutiez. Aucun camp n'est votre adversaire. Vous remarquez bientôt des aspects de la question que vous n'aviez jamais envisagés auparavant, même s'ils n'étaient pas forcément cachés. Vous comprenez exactement comment la dispute a éclaté dans un premier temps, puis ce qui l'a provoquée et quelle était son histoire bien avant sa véritable manifestation. Grâce à de telles découvertes, vous aurez une vision plus lucide de la nature de la relation. Votre connaissance de vous-même et de l'autre s'améliore, de même que votre compréhension des lois de la communication. Plus votre point de vue s'élargira, plus vous vous sentirez libre, fort et en sécurité.

Cette vision élimine non seulement ce conflit particulier tout en montrant le meilleur moyen de le liquider, mais elle révèle aussi d'importants aspects de vos difficultés en général et facilite leur élimination grâce à cette compréhension. La paix profonde, conséquence directe de cette compréhension plus vaste, est durable. Elle a un retentissement sur la réalisation de soi et sur la vie quotidienne. Ce que j'ai décrit est un exemple typique de compréhension unifiée et intuitive : connaître la vérité. Après le besoin initial apparent de courage et la résistance momentanée à

embrasser une vérité plus vaste que le point de vue égoïste, votre cheminement devient beaucoup plus aisé car vous n'êtes plus aux prises avec les conflits inséparables du plan dualiste, où les possibilités sont mutuellement exclusives.

Avant que vous puissiez parvenir au plan unifié de la pensée et de l'existence, la tension va monter, car tant que vous restez sur le plan dualiste vous luttez contre l'unification ; en effet, vous vous imaginez qu'au moment où vous voyez et admettez que vous avez tort et l'autre raison, vous vous soumettez et vous asservissez. Vous devenez quelqu'un d'insignifiant, un moins que rien pitoyable, et, dans votre vie de fantasmes, il n'y a là qu'un pas à l'annihilation. Vous concluez alors qu'abandonner le plan dualiste représente un danger mortel.

La tension va monter à mesure que vos conflits s'intensifient, mais quand vous serez prêt et décidé à être dans le vrai - à considérer non seulement votre point de vue, votre vérité subjective pour ne pas céder à la vérité subjective de l'autre par peur des conséquences si vous résistez - quand vous souhaitez connaître *la vérité plus large et plus vaste* qui transcende vos deux petites vérités, une tension spécifique disparaîtra de votre psyché. La voie de la manifestation du véritable moi aura été dégagée.

### **Les obstacles à la découverte du véritable moi**

Récapitulons : les deux obstacles les plus importants au véritable moi sont l'ignorance de son existence et de la possibilité d'entrer en contact avec lui, et un état psychique fait de tensions liées à une raideur et une crispation mentale et émotionnelle. Ces deux facteurs rendent impossible le contact avec le véritable moi, et donc avec l'état de conscience unifié. Tant que vous resterez sur le plan dualiste, votre âme sera constamment paralysée. Quand vous luttez contre un aspect dualiste et soutenez l'autre, *observez les mouvements de votre âme*.

En surface, vous vous appuyez peut-être sur l'apparente justification de la position que vous soutenez et dites : « N'ai-je pas tout à fait raison de combattre ce mal dans le monde ? » C'est

peut-être le cas sur le plan dualiste. Mais avec ce point de vue limité, vous ne tenez pas compte du fait que ce mal n'existe qu'à cause de votre approche dualiste du problème et de votre ignorance fort répandue qu'il existe une autre approche. La tension qui en résulte vous empêche de remarquer l'existence d'autres aspects qui unifient à la fois ce que vous estimez vrai et ce que vous estimez faux, sans chercher à savoir où se situe effectivement le faux.

La simple quête de la vérité exige plusieurs conditions, dont la plus importante est le désir d'abandonner ce à quoi on s'accroche, que ce soient une croyance, une peur ou une manière d'être qu'on affectionne particulièrement. Quand je parle d'abandonner, je veux dire tout simplement remettre tout cela en question et être prêt à envisager d'autres points de vue, ce qui nous ramène à la cause de votre terreur induite par l'idée d'abandonner le plan égotiste et, par suite, la façon de vivre dualiste qui engendre la souffrance. Pourquoi résistez-vous tant avant de vous tourner vers ce centre divin qui unifie tout le bien et qui est immédiatement accessible ? Cependant, il dépasse les petites considérations personnelles de l'ego.

### **L'ego contre le centre divin**

Le plan dualiste est celui de l'ego. Le plan unifié est le monde du centre divin, des dimensions supérieures du moi. L'ego donne toute sa mesure sur le plan où il se sent chez lui. Abandonner ce plan signifie renoncer aux exigences du petit ego, ce qui n'équivaut pas à l'annihilation, mais pour lui cela semble revenir au même pour l'ego. En fait, l'ego est une particule, un aspect isolé de l'intelligence maîtresse, le véritable moi intérieur. Ils ne sont pas différents l'un de l'autre. L'ego a tout simplement un potentiel moindre que celui du moi véritable. Puisqu'il est séparé et limité, il est moins fiable que son point d'origine. Mais cela ne veut pas dire qu'il faut annihiler l'ego. En fait, l'ego finira par s'intégrer au véritable moi, de sorte qu'ils formeront une unité plus complète, plus sage et plus efficace. Il aura de bien meilleurs atouts, au-delà de ce que vous pouvez imaginer.

Mais l'ego séparé pense que cette évolution équivaut à l'inhibition. De son point de vue limité et ignorant, l'ego pense ne pouvoir exister que séparément, d'où ses efforts pour maintenir la séparation. Puisque la conscience limitée ignore l'existence du moi véritable (même si elle est acceptée en théorie, sa réalité vivante sera mise en doute tant que nos idées fausses ne seront pas éliminées), l'ego craint de lâcher prise, de desserrer son étreinte et de libérer l'élan intérieur qui mène au véritable moi. Telle est la lutte constante de l'ego jusqu'à ce qu'il cesse de combattre un des contraires parce qu'il a reconnu, à maintes reprises, l'existence d'une vérité plus large, présente dans chaque problème personnel de la vie courante.

Le moi véritable ne peut pas se manifester tant que les problèmes personnels ne sont pas résolus, mais ce processus et les premiers signes de la réalisation de soi se chevauchent souvent ; l'un est le prolongement de l'autre. Cette façon d'envisager ce combat typiquement humain peut vous aider considérablement. Tant que vous vous identifiez à votre ego, vous continuerez à entretenir la séparation, et l'idéalisation de soi s'ensuivra inévitablement. La glorification et l'idéalisation de soi semblent, de ce point de vue, représenter le salut apparent et la garantie d'apaiser vos peurs existentielles.

En effet, l'ego pense : « Si tous les gens autour de moi me considèrent comme spécial, meilleur que les autres, intelligent, beau, doué, heureux, malheureux ou même malfaisant (ou toute autre caractéristique que vous avez choisie pour votre auto-glorification idéalisée) alors je recevrai l'approbation, l'amour, l'admiration et l'acceptation dont j'ai besoin pour vivre. » Cet argument indique qu'au fond de vous, vous croyez que vous ne pouvez exister que si les autres vous remarquent, vous approuvent ou vous apprécient. Vous avez l'impression que si vous passez inaperçu, vous cessez de vivre. Ce tableau n'est exagéré qu'en apparence et explique pourquoi votre image idéalisée de vous-même est si destructrice. *Vous vous sentez plus sûr de vous en vous faisant remarquer plutôt qu'en faisant des efforts positifs.*

Ainsi, votre salut semble dépendre des autres, qui reconnaîtraient votre existence seulement si vous êtes spécial. En même temps, les messages du véritable moi sont mal interprétés : ils vous intimement de maîtriser la vie, mais vous vous trompez de plan et croyez que vous devez vaincre toutes les résistances que vous rencontrez. Chaque pseudo-solution personnelle est pour vous un moyen d'éliminer les obstacles qui vous empêchent d'être spécial. Le choix parmi les pseudo-solutions dépend des traits de caractère individuels, des circonstances et des influences pendant l'enfance. Mais à la base il en existe trois : *l'agressivité*, la *soumission* et le *repli* ; quelles qu'elles soient, elles visent toutes à triompher des autres et à vous apporter la liberté et la plénitude.

Votre existence semble être assurée quand vous êtes totalement aimé, accepté et servi par les autres, et vous espérez atteindre ce but en triomphant d'eux. Vous pouvez maintenant constater que vous êtes agi par une succession de conclusions erronées, toutes complètement différentes en réalité. Bien sûr, vous ne pouvez prendre conscience de vos réactions et de vos croyances qu'au moment où vous avez appris à admettre leur présence. Il vous faut aussi remettre en question la signification d'une réaction particulière et voir ce qu'elle cache, au-delà du sens apparent.

Quand vous reconnaîtrez cela, il serait judicieux de vérifier que toutes ces idées fausses vous manipulent et vous frustrant de la beauté de la réalité. Vous remarquerez ensuite, non pas en théorie, mais réellement, que votre vie ne dépend pas de la reconnaissance de votre existence par les autres, que vous n'avez pas besoin d'être spécial et séparé des autres, que cette exigence même vous mure dans la solitude et la confusion, que les autres vous aimeront et vous accepteront seulement si vous ne souhaitez pas être meilleur qu'eux, ou spécial ou différent d'eux. De même, cet amour viendra quand votre vie n'en dépendra plus.

Lorsque vous atteindrez vraiment la connaissance, vos réalisations, quel que soit le domaine, ne pourront pas avoir l'effet sur les autres qu'elles avaient quand vous vous serviez d'elles pour vous distinguer. Dans un premier cas vos réalisations vous rapprocheront des autres, car elles ne sont pas une arme brandie

## LE CHEMIN DE LA TRANSFORMATION

Peut-être pouvez-vous maintenant comprendre certains de mes propos, et cela vous aidera sur votre chemin individuel. Quand vous les appliquerez à votre vie quotidienne, vous vous apercevrez que mon discours, abstrait en apparence, ne se réfère pas à des notions qui dépassent l'entendement. Bien au contraire, il est accessible à chacun d'entre vous. Vous verrez que ces paroles sont pratiques et concrètes, pour peu que vous soyez disposé à envisager une nouvelle relation avec la vie, à la lumière d'une vérité encore plus vaste que celle que vous êtes même à peine désireux d'envisager pour le moment.

Le message qui vient du véritable moi dit : « Vous êtes né pour être parfaitement heureux, libre et maître de votre destinée ». Quand vous vous efforcez d'atteindre ce but selon le principe dualiste, vous vous éloignez toujours davantage de la réalisation de vous-même et de la maîtrise, de la liberté et de la plénitude totale qui l'accompagnent. Vous recherchez tout cela avec de mauvaises méthodes, et ces chemins varient autant que le caractère de chacun.

*Voyez comment, dans votre cas personnel, vous essayez d'établir cette lutte illusoire qui vous enfonce davantage dans la douleur et la confusion. Dans toutes vos tentatives de triompher, vous dépendez des autres et de circonstances qui échappent totalement à votre contrôle ; elles sont donc vouées à l'échec. Ce vain combat enduret votre corps psychique. Plus il se crispe, moins vous êtes en mesure d'entrer en contact avec le centre de votre être intérieur où se trouve tout ce dont vous pourriez avoir besoin : le bien-être vital, la créativité productrice et la paix intérieure, qui découlent naturellement de la découverte du véritable moi.*

La seule façon d'entrer dans l'état unitif où vous pouvez vraiment prendre la situation en main, c'est de renoncer au faux besoin de gagner, d'être à part, de vous distinguer, d'avoir raison et de vouloir n'en faire qu'à votre tête. Découvrez le bien dans toutes les situations - que vous les jugiez bonnes ou mauvaises, favorables ou défavorables. Précisons que cela ne signifie ni la renonciation, ni l'abdication craintive, ni la faiblesse. Bien au contraire, c'est se laisser emporter par le courant de la vie et faire

## L'UNITE ET LA DUALITE

face à ce qui échappe encore à votre contrôle immédiat, que cela vous plaise ou non ; c'est accepter votre situation et votre vie *en ce moment*. C'est être en harmonie avec votre propre rythme intérieur.

Ce processus ouvrira **la voie qui mène à votre Dieu intérieur**, de sorte que vous finirez par vous réaliser totalement. Toutes vos manifestations dans la vie seront motivées et animées par le principe divin qui opère en vous et s'exprime à travers votre individualité en intégrant les facultés de l'ego au moi universel. Une telle intégration enrichit votre individualité sans la diminuer ; elle ajoute un plus à chacun de vos plaisirs sans vous retirer quoi que ce soit.

Puisse chacun de vous comprendre la vérité qui est en lui. **Tout ce dont vous avez besoin est en vous.** Puissiez-vous tous découvrir que vous n'avez pas à vous battre, comme vous en avez coutume. Tout ce que vous avez à faire, c'est de reconnaître la vérité, quelle que soit votre position. Tout ce que vous avez à faire, en ce moment, c'est de prendre conscience que vos potentialités dépassent votre entendement ; invoquez ce centre divin et devenez réceptifs à ses messages intuitifs. Puissiez-vous réaliser cela exactement là où votre besoin est le plus grand à ce moment précis. *Votre jugement dépend toujours de ce qui vous semble le plus désagréable et de ce que vous êtes le plus tentés de ne pas regarder.*

Soyez bénis, poursuivez ce merveilleux chemin, il vous fera prendre conscience que vous avez déjà ce dont vous avez besoin et êtes là où vous devez être. Vous refusez de regarder tout simplement parce que vous allez dans la direction opposée.

Soyez en paix. Que Dieu soit avec vous.

## L'amour, Eros et l'instinct sexuel

*P*UISQUE l'état dualiste se manifeste physiquement chez les êtres humains sous la forme des deux sexes, cela nous amène tout naturellement à enchaîner avec la conférence sur l'amour, Eros et l'instinct sexuel, un sujet fort prisé. Personne n'échappe à l'influence, ou parfois même à l'assaut de ces forces. Cette conférence projette une lumière sur la confusion qui s'installe en chacun de nous à chaque fois que nous aimons ou désirons, et elle va vous aider à mettre de l'ordre dans vos sentiments contradictoires. Comment conserver Eros ? Là est la question !

Je vous salue au nom du Seigneur. Je vous apporte des bénédictions, mes très chers amis. Que cette heure soit bénie.

Ce soir, j'aimerais parler de trois forces particulières présentes dans l'univers : l'énergie d'amour telle qu'elle se manifeste entre les sexes, l'attraction erotique et l'instinct sexuel. Ce sont trois principes - ou forces - différents et distincts qui se manifestent différemment sur chaque plan, du plus élevé au plus bas.

L'humanité a toujours confondu ces trois principes. En fait, on sait à peine qu'il existe trois forces séparées et dans quelle mesure elles diffèrent. Une telle confusion règne à ce sujet, qu'il sera fort utile de la tirer au clair.

### Le sens spirituel de l'attraction erotique

*L'attraction erotique est l'une des forces les plus puissantes qui soit ; son action et son impact sont formidables. Elle est censée assurer le lien entre l'instinct sexuel et l'amour, ce qui se produit pourtant rarement. Chez une personne spirituellement très développée, l'attraction erotique transporte l'entité de la sensation erotique (qui, en soi, est de courte durée) à un état permanent de pur amour. Cependant, même l'élan puissant de l'attraction erotique emmène l'âme jusqu'à un certain point seulement, sans aller plus loin, et elle s'évanouira si la personnalité n'apprend pas à aimer en développant toutes les qualités indispensables à l'Amour véritable. L'étincelle de l'attraction erotique ne survit que si on a appris à aimer. Livrée à elle-même, sans l'amour, l'attraction erotique s'éteint. C'est bien sûr un des écueils du mariage. Comme la majorité des gens sont incapables d'aimer d'un amour pur, de même sont-ils incapables de vivre un mariage idéal.*

En apparence, Eros ressemble à l'Amour à de nombreux égards. Il fait naître des élans qu'un être humain ne connaîtrait pas autrement : élans d'altruisme et d'affection dont la personne en question aurait été autrement incapable. C'est pourquoi on confond aussi souvent l'Amour et Eros. Mais on confond aussi souvent ce dernier avec l'instinct sexuel qui, comme Eros, se manifeste par une forte impulsion.

Maintenant mes amis, j'aimerais vous montrer quels sont le sens et le but spirituels de l'attraction erotique, surtout en ce qui concerne l'humanité. Sans Eros, beaucoup de gens ne ressentiraient jamais la beauté et les sentiments sublimes inséparables du véritable amour. Ils n'en auraient jamais la moindre idée, leurs aspirations à l'amour demeureraient profondément enfouies dans leur âme. Leur crainte de l'amour resterait plus forte que leur désir.

*Eros est le sentiment le plus proche de l'amour qu'un être « non développé » peut éprouver. Grâce à lui, l'âme s'arrache à son apathie, à sa résignation et cesse de végéter. Il la dilate, la sort d'elle-même. Quand cette force touche même la personne la moins développée, cette dernière peut alors se surpasser. Même*

un criminel éprouvera momentanément, au moins envers une personne, un sentiment de bonté qu'il n'a jamais connu auparavant. La personne la plus égoïste, tant que dure ce sentiment, aura des élans altruistes. Les paresseux sortiront de leur inertie. Les routiniers, naturellement et sans effort, abandonneront leurs habitudes rigides. L'attraction erotique vous arrache à la séparation, ne serait-ce qu'un court laps de temps. Eros donne à l'âme un avant-goût de l'unité et en communique le désir à l'âme craintive. Plus on aura ressenti Eros avec intensité, moins l'âme se contentera de la pseudo-sécurité de la séparation. Sous l'influence d'Eros, même une personne totalement centrée sur elle-même sera capable de faire un sacrifice.

Eros permet donc aux gens d'adapter des attitudes qu'ils n'auraient pas dans des circonstances ordinaires, et ces comportements sont liés de près à l'amour. On peut donc facilement voir la raison de cette confusion si fréquente entre Eros et l'Amour.

### La différence entre Eros et l'Amour

En quoi Eros diffère-t-il de l'amour ? L'amour est un état permanent de l'âme, mais pas Eros. L'amour ne peut exister que si ses assises ont été préparées par un travail sur soi et par la purification. Eros va et vient au hasard, mais pas l'amour. Eros frappe fort, soudainement, souvent en prenant au dépourvu ; il arrive même qu'on ne souhaite pas vivre une telle expérience. Eros ne permettra d'accéder à l'amour manifesté entre un homme et une femme que si l'âme est prête à aimer et que si les assises ont été établies.

Ainsi, vous pouvez voir toute l'importance de l'attraction erotique. Sans cette force qui les frappe et les sort de leur ornière, beaucoup d'êtres humains ne seraient jamais prêts à une recherche plus consciente destinée à abattre les murs de la séparation. L'attraction erotique introduit une graine dans l'âme et lui communique le désir de l'unité, but suprême du plan du salut. Tant que l'âme est séparée, elle est destinée à vivre dans la solitude et la tristesse. L'attraction erotique permet à la personnalité d'aspirer à l'union avec un autre être au moins. Dans les hauteurs du monde de l'Esprit, l'union règne entre tous les êtres - et donc avec Dieu.

Sur la terre, l'attraction érotique est une **force de propulsion**, même si sa vraie signification n'est pas toujours comprise, et si on en mésuse et on en jouit uniquement pour le plaisir, tant qu'il dure... On ne s'en sert pas pour nourrir l'amour dans son âme qui, du coup, s'étirole. Néanmoins, ses effets sur l'âme ne s'effacent pas.

### La peur d'Eros et la peur de l'amour

Eros fait irruption dans la vie des gens à certaines périodes, même chez ceux qui craignent le risque apparent de s'aventurer hors de la séparation. Ceux qui ont peur de leurs émotions et de la vie en tant que telle seront souvent prêts à tout pour éviter - inconsciemment et à leur insu - la merveilleuse expérience de l'unité. Bien que de nombreux êtres humains éprouvent cette peur, il en est peu, en fait, qui n'aient pas ressenti une ouverture de l'âme là où Eros pouvait les toucher. Pour l'âme transie de peur qui résiste à l'expérience, c'est un bon remède, même si le chagrin et la tristesse peuvent s'ensuivre à cause d'autres facteurs psychologiques.

Cependant, certaines personnes sont trop sentimentales et, bien qu'elles puissent avoir peur de la vie dans d'autres domaines, elles ne craignent pas cette expérience particulière. En fait, sa beauté inhérente représente pour elles une grande tentation, et elles sont donc frénétiquement à sa recherche. Elles courent d'un partenaire à l'autre sans interroger leurs émotions, ce qui leur permettrait de comprendre le sens profond d'Eros. Elles ne sont pas disposées à vivre un amour pur et se servent de l'attraction érotique pour leur plaisir puis, quand elle s'essouffle, vont chercher ailleurs. Cela constitue un abus qu'il faudra réparer, même si cela a été commis dans l'ignorance, cette situation ne pouvant pas durer sans conséquences néfastes. De même, quelqu'un de lâche et de timoré devra réparer l'erreur commise en essayant de tricher avec la vie en se déroband à Eros et en privant son âme d'un remède valable pour peu qu'on l'utilise correctement.

La plupart des gens appartenant à cette catégorie ont dans leur âme un point vulnérable quelconque par lequel Eros pourra s'introduire. D'autres - peu nombreux - s'entourent, en guise de

protection, d'un mur compact de peur et d'orgueil pour se prémunir entièrement contre ce type d'expérience, nuisant ainsi à leur propre évolution.

L'origine de cette peur peut se retrouver dans une vie antérieure où ils firent une expérience malheureuse avec Eros, ou peut-être parce que l'âme a fortement abusé de la beauté de l'attraction érotique sans la transformer en amour. Dans tous les cas, la personnalité a probablement choisi une plus grande prudence. Si cette décision est trop contraignante et trop stricte, on passera d'un extrême à l'autre. Dans l'incarnation suivante, les conditions seront choisies de façon à rétablir l'équilibre jusqu'à ce que l'âme atteigne un état harmonieux où les extrêmes n'ont plus cours. Cette équilibrage au fil des incarnations concerne tous les aspects de la personnalité. Pour atteindre cette harmonie, au moins dans une certaine mesure, il faut établir un équilibre correct entre le cœur, l'intellect et la volonté.

L'attraction érotique s'associe souvent aux pulsions sexuelles, mais ce n'est pas pour autant une règle générale. Ces trois forces (amour, Eros et instinct sexuel) se manifestent souvent de façon complètement séparée tandis que, parfois, deux d'entre elles se trouvent mêlées : par exemple Eros et instinct sexuel, ou Eros et Amour dans la mesure où l'âme est capable d'amour, ou encore instinct sexuel et un semblant d'amour. Ces trois forces ne s'harmonisent parfaitement bien que dans un cas idéal.

### L'instinct sexuel

**L'instinct sexuel est la force créatrice sur tous les plans d'existence.** Dans les plus hautes sphères, la même force sexuelle crée tout ce qui est spirituel : la vie, les idées, les concepts et les principes. A des niveaux inférieurs, l'instinct sexuel pur, non spi-ritualisé, crée la vie telle qu'elle se manifeste dans cette région particulière ; elle crée l'enveloppe extérieure, ou véhicule de l'entité destinée à y vivre.

L'instinct sexuel pur est foncièrement égoïste. *On qualifie d'animal l'instinct qui ne s'accompagne pas d'Eros et de l'Amour.* En tant que force reproductrice, il existe chez toutes les créatures

vivantes : animaux, plantes et minéraux. Eros apparaît au stade de développement où l'âme s'incarne dans un être humain, -et l'amour pur évolue dans les domaines spirituels supérieurs. Eros et l'instinct sexuel ne disparaissent pas pour autant chez les êtres supérieurement développés mais, dans ce cas, les trois forces fusionnent dans l'harmonie, le raffinement et perdent de plus en plus leur égoïsme. Mais cela ne veut pas dire non plus que les êtres humains ne devraient pas essayer de combiner harmonieusement ces trois forces.

Dans de rares cas, *Eros seul, sans instinct sexuel ni Amour*, se manifeste pendant un laps de temps limité. On parle alors d'amour platonique. Mais tôt ou tard, chez une personne en relativement bonne santé, Eros et instinct sexuel se mêleront. L'instinct sexuel, au lieu d'être refoulé, s'associe à l'attraction érotique ; ils fusionnent et forment alors une seule énergie. Moins ces trois forces restent séparées, mieux la personnalité se portera.

Une autre combinaison fréquente, en particulier dans le cas de relations durables, c'est la coexistence de *l'amour authentique et de l'instinct sexuel, mais sans Eros*. Même si l'amour ne peut pas être parfait à moins que les trois forces fusionnent harmonieusement, on trouve de l'affection, de la camaraderie, de la tendresse, un respect mutuel, mais la sexualité reste purement sexuelle, sans l'étincelle érotique éteinte depuis quelque temps. Quand Eros fait défaut, les relations sexuelles sont destinées à en pâtir un jour. Or, c'est le problème chez la majorité des gens mariés. Il existe peu d'êtres humains que la question suivante ne dérouté pas : que faire, dans un couple, pour préserver l'étincelle qui semble perdre en intensité à mesure que l'habitude et la familiarité s'installent ? Vous ne vous êtes peut-être pas posé la question en termes de trois forces distinctes, pourtant vous savez et sentez qu'un élément présent au début du mariage part à vau-l'eau. Cet élément n'est autre qu'Eros. Vous vous trouvez pris dans un cercle vicieux et pensez que le mariage est condamné. Vous vous trompez, mes amis, même si vous ne pouvez pas encore atteindre cet idéal.

### Le couple amoureux idéal

Dans une relation amoureuse idéale entre deux personnes, il faut que les trois forces soient représentées. L'amour ne semble pas soulever trop de difficultés car, dans la plupart des cas, on ne se marie pas si on n'était pas au moins disposé à aimer. Je ne parlerai pas ici des cas extrêmes où la situation est différente. Je vais me concentrer sur les relations où le choix est mûrement réfléchi et, pourtant, les partenaires ne peuvent se prémunir contre l'action insidieuse du temps et des habitudes, parce que *l'insaisissable Eros s'est évanoui*. Le désir sexuel obéit plus ou moins au même principe. Il est présent chez la plupart des êtres humains en bonne santé et n'abordera une phase de déclin éventuel, en particulier chez les femmes, qu'au moment où Eros s'en est allé. Il se peut alors que les hommes cherchent Eros ailleurs, car les relations sexuelles finiront par pâtir de son absence.

*Comment préserver Eros ?* C'est la grande question. On ne peut y arriver que si on s'en sert comme d'une passerelle qui débouche sur une relation d'amour dans le vrai sens du terme. Mais comment s'y prendre ?

### La quête de l'autre âme

Cherchons d'abord l'élément principal de l'attraction érotique. Quand on l'analyse, on découvre que c'est l'aventure : on cherche à connaître l'autre âme. Chaque esprit créé naît avec ce désir. L'énergie vitale inhérente est destinée, en fin de compte, à arracher l'entité à sa séparation. Eros renforce la curiosité de connaître l'autre. **Tant qu'il reste de nouveaux domaines à découvrir dans l'autre âme et tant que vous révélez la vôtre, Eros vivra.** Au moment où vous croyez être arrivé au bout de vos découvertes d'une part, et des révélations de votre âme d'autre part, il s'en ira. Avec lui, c'est aussi simple que cela. *Mais votre grande erreur est de croire que la révélation d'une âme quelconque - la vôtre ou celle de l'autre - peut avoir une limite.* Quand vous atteignez un certain point de révélation, d'habitude assez super-

ficiel, vous avez l'impression que vous ne pouvez pas aller plus loin et vous vous installez dans une routine placide sans poursuivre vos recherches.

L'élan d'Eros vous a propulsé jusqu'à un certain point. Mais ensuite, votre volonté de poursuivre l'exploration des profondeurs illimitées de l'autre personne, de révéler et de partager de plein gré votre quête intérieure personnelle, détermine si oui ou non vous vous êtes *servi d'Eros comme d'une passerelle* vers l'amour. D'ailleurs, ce processus dépend toujours de votre volonté d'apprendre à aimer. C'est la seule façon d'espérer préserver l'étincelle d'Eros dans votre relation. Cela vous permettra aussi de poursuivre la découverte de l'autre qui, à son tour, pourra adopter la même attitude. Les limites n'existent pas car l'âme est infinie et éternelle : toute une vie ne suffirait pas à la connaître. A aucun moment on ne peut connaître entièrement ni l'autre âme, ni la sienne. L'âme est vivante, et rien de ce qui est vivant ne reste statique. Elle a la capacité de révéler des replis inexplorés ignorés jusqu'ici.

De même, l'âme change constamment, est toujours en mouvement : c'est la caractéristique même de tout ce qui est spirituel. L'esprit est synonyme de vie et la vie est synonyme de changement. Puisque l'âme participe de l'esprit, on ne peut jamais la connaître ; si les gens étaient plus éclairés, ils en prendraient conscience et transformeraient le mariage en la merveilleuse aventure qu'il est censé être, au lieu de se laisser emporter par l'élan initial d'Eros et d'en rester là. Vous devriez vous servir de ce puissant élan, de cette impulsion de départ comme d'un stimulant qui vous donnerait l'envie de poursuivre cette quête par vos propres moyens. Vous aurez alors, dans votre mariage, relié Eros au véritable amour.

### Les écueils du mariage

*Dieu a créé le mariage à l'intention des êtres humains*, et son but divin n'est pas seulement la procréation. Il ne s'agit là que d'un aspect. L'idée spirituelle du mariage est de permettre à l'âme de se révéler et d'être constamment à la recherche de l'autre, afin

de découvrir sans cesse de nouvelles facettes de l'autre. Plus cet idéal est mis en œuvre, plus le mariage sera réussi, plus ses racines seront fermes et solides et moins il sera exposé à l'échec. Il aura rempli son but spirituel.

Cependant, cela se produit rarement. Vous atteignez un certain stade de familiarité, vous prenez quelques habitudes et vous pensez alors connaître l'autre. Il ne vous vient même pas à l'esprit que l'autre vous connaît à peine, mis à part, peut-être, certaines facettes de votre personnalité, mais cette connaissance s'arrête là. Cette recherche de l'autre, tout comme la révélation de soi, exige de la vigilance et une vie intérieure active. Mais comme la plupart des gens se laissent envahir par l'inertie intérieure, tandis qu'ils déploieront une plus grande activité extérieure pour surcompenser ils seront pris au piège, sombreront dans une calme routine, entretenant l'illusion dorée de croire que l'un et l'autre se connaissent à fond. Voilà recueil. Au pire c'est le commencement de la fin, ou cela mène à un compromis où l'on est en proie à une insatisfaction qui vous ronge. A ce moment-là la relation se fige, cessant d'être vivante même si elle peut conserver des côtés agréables. L'habitude est une grande tentatrice et nous conduit à l'apathie et l'inertie : ainsi nous n'avons plus à faire d'efforts, à travailler et à rester vigilant.

Deux personnes vivent une relation apparemment satisfaisante et, après quelque temps, se trouveront confrontées à deux possibilités :

- La première, c'est que l'insatisfaction ouverte et consciente gagne soit un des partenaires, soit les deux. Car l'âme a besoin de bondir et d'aller de l'avant, de découvrir et d'être découverte afin d'en finir avec la séparation, même si l'autre facette de la personnalité a grand peur de l'union et subit la tentation de l'inertie. L'insatisfaction est soit consciente, même si le plus souvent on en ignore la *véritable* raison, soit inconsciente. Mais dans les deux cas elle l'emporte sur le confort de l'inertie et de l'apathie. Alors le mariage sera perturbé et l'un des partenaires, ou même les deux, va commencer à s'imaginer qu'avec un nouveau partenaire ce sera différent, surtout après qu'Eros a frappé de nouveau. Tant

qu'on n'a pas compris ce principe, il se peut qu'on aille d'un partenaire à l'autre et, dans ce cas, les sentiments ne durent pas plus longtemps que les effets d'Eros.

- La seconde possibilité est que la tentation d'un semblant de paix soit plus forte. Alors les partenaires resteront peut-être ensemble et obtiendront certainement quelques satisfactions, mais un immense besoin inassouvi hantera toujours leur âme. Puisque les hommes incarnent naturellement davantage le principe actif et aventureux, ils ont tendance à être polygames et sont donc plus tentés par l'infidélité que les femmes. Ainsi vous pouvez comprendre quelle est la raison sous-jacente de l'inclination des hommes à être infidèles. Les femmes ont une tendance beaucoup plus marquée à la passivité, car elles participent davantage du principe réceptif et sont donc plus enclines aux compromis. C'est pourquoi elles seraient plutôt monogames. Il existe bien sûr des exceptions chez les deux sexes. L'infidélité est souvent aussi déconcertante pour celui qui trompe l'autre que pour la « victime », aucun ne comprenant ce qui lui arrive. Le (ou la) partenaire infidèle souffrira peut-être autant que celui (ou celle) dont la confiance a été trahie.

Dans la situation où on choisit la solution du *compromis*, les deux personnes stagnent, au moins pour un aspect très important de l'évolution de leur âme. Elles trouvent refuge dans le réconfort stable de leur relation. Il se peut même qu'elles croient être heureuses ainsi, ce qui est peut-être vrai dans une certaine mesure. Les avantages de l'amitié, de la camaraderie, du respect mutuel et d'une vie commune agréable dans le cadre d'une routine bien établie compensent l'agitation de l'âme et il est possible que les partenaires soient assez disciplinés pour rester fidèles. Pourtant, il manque un élément important à leur relation : la meilleure connaissance mutuelle dans la plus grande mesure possible.

### Le vrai mariage

Les deux personnes ne peuvent *se purifier ensemble*, et par là s'aider, que si elles entreprennent cette démarche. Deux âmes évoluées peuvent combler les désirs l'une de l'autre en se révé-

lant mutuellement et en explorant les profondeurs de l'âme de l'autre. Ainsi, ce que recèle chaque âme parviendra à leur conscience et une purification aura lieu. Alors l'étincelle de vie sera préservée, de sorte que la relation ne stagnera jamais ni ne dégénérera pour aboutir à une impasse. Il sera plus facile, pour ceux qui sont sur ce chemin et qui suivent les différentes étapes de cet enseignement, de triompher des écueils et des dangers d'une relation conjugale et de réparer les dégâts causés involontairement.

De cette façon, non seulement vous préservez Eros, cette énergie vibrante, mais vous la transformez également en véritable amour. Ce ne sera que grâce à une association authentique entre l'amour et Eros que vous pourrez découvrir chez votre partenaire des dimensions que vous n'aviez pas perçues jusque-là. Et vous vous purifierez aussi en renonçant à votre orgueil et en vous révélant tel que vous êtes réellement. Votre relation sera toujours nouvelle, même si vous pensez que vous vous connaissez déjà l'un l'autre. Il faut que tous les masques tombent, non seulement en surface mais aussi en profondeur, là où vous ne soupçonniez même pas leur présence. Alors votre amour gardera toute sa flamme. Il ne sera jamais statique, ne stagnera jamais. Vous n'aurez jamais à chercher ailleurs. Il reste tant à voir et à découvrir dans les territoires de l'âme que vous avez choisie et que vous continuez à respecter mais où, à vos yeux, l'étincelle de vie qui vous attira l'un vers l'autre semble maintenant manquer.

Vous n'aurez jamais peur de perdre l'amour de votre bien-aimé(e) ; cette peur ne sera justifiée que si vous vous abstenez de risquer le voyage de la révélation de soi. *C'est cela, mes amis, le mariage dans le vrai sens du terme*, et c'est le seul moyen d'en faire la splendeur qu'il est censé être.

### La séparation

Chacun de vous devrait réfléchir en profondeur et se demander s'il a peur de quitter les quatre murs de son isolement. Certains de mes amis ne soupçonnent pas que rester séparé est presque un souhait conscient. C'est le cas pour bon nombre

d'entre vous : vous désirez le mariage parce qu'une partie de vous y aspire profondément ; c'est aussi un moyen d'écarter la solitude, et on peut y ajouter des raisons plutôt vaines et superficielles. Mais cette aspiration et les motifs superficiels et égoïstes de votre désir frustré d'avoir une relation s'accompagnent probablement aussi d'une réticence à risquer ce voyage et cette aventure consistant à vous révéler. Il vous reste à vous réaliser dans un domaine qui fait partie intégrante de la vie ; si ce n'est pas dans cette incarnation-ci, ce sera dans une autre.

Si vous êtes seul, vous serez en mesure, grâce à ce savoir et cette vérité, de réparer les dégâts que vous avez causés à votre âme en entretenant des concepts erronés dans votre inconscient. Vous découvrirez peut-être votre peur de cette merveilleuse aventure en compagnie de l'autre, ce qui expliquerait votre solitude. Cette nouvelle lumière devrait s'avérer utile et pourrait même permettre à vos émotions de changer suffisamment, si bien que votre vie extérieure pourrait également changer. Tout dépend de vous. Quiconque répugne à prendre le risque de ce grand voyage ne peut réussir dans la plus merveilleuse aventure que l'humanité connaisse : le mariage.

### Le choix du partenaire

Vous ne pourrez prodiguer le meilleur de vous-même, votre véritable moi, à votre bien-aimé(e) que si votre approche de l'amour, de la vie et de l'autre va dans cette optique. Par la suite, vous recevrez inévitablement les mêmes présents de votre bien-aimé(e), mais cela nécessite une certaine *maturité spirituelle et émotionnelle*. Si vous avez cette maturité, vous choisirez intuitivement le bon partenaire : une personne ayant la même maturité et la même envie de s'embarquer pour ce voyage. Le choix d'un partenaire qui n'y est pas disposé provient de la peur cachée d'entreprendre ce voyage. *Le magnétisme de votre psyché attire à vous les gens et les situations qui correspondent à vos peurs et vos désirs subconscients*. Vous le savez déjà.

L'humanité, dans l'ensemble, est très loin de l'idéal du mariage des moi véritables, mais l'idée ou l'idéal ne changent pas pour

autant. Entre-temps, il faut apprendre à vous accommoder de votre situation. Et vous qui avez la chance unique d'être sur ce chemin, vous pouvez apprendre énormément, où que vous soyez, ne serait-ce qu'en comprenant pourquoi vous ne pouvez pas atteindre le bonheur auquel aspire une partie de votre âme. Découvrir cela représente déjà beaucoup et vous permettra, dans cette vie-ci ou dans d'autres à l'avenir, de vous rapprocher de la réalisation de vos aspirations. Quelle que soit votre situation, que vous ayez un partenaire ou que vous soyez seul, interrogez votre cœur et il fournira la réponse à votre conflit. Elle doit venir de l'intérieur et aura toutes les chances d'être liée à vos peurs, à votre réticence et votre ignorance des faits. Cherchez et vous trouverez. Comprenez que le plan divin pour une relation amoureuse consiste en une révélation mutuelle *complète* d'une âme à l'autre, et non pas en une révélation partielle.

La révélation physique est facile pour beaucoup. Sur le plan affectif, vous partagez dans une certaine mesure, généralement suivant l'impulsion donnée par Eros. Mais ensuite vous verrouillez la porte, et c'est là que les ennuis commencent.

Nombreux sont ceux qui ne sont pas disposés à révéler quoi que ce soit. Ils veulent rester seuls et garder leurs distances. Ils ne tenteront pas l'expérience consistant à se révéler et à découvrir l'âme de l'autre. Ils évitent cette intimité par tous les moyens.

### Eros : le tremplin

Mes chers amis, je vous le répète : comprenez toute **l'importance du principe érotique** dans votre univers. Il aide beaucoup de gens qui ne sont ni prêts ni disposés à l'expérience de l'amour. C'est ce que vous appelez « tomber amoureux » ou une « aventure sentimentale ». Grâce à Eros, la personnalité a un avant-goût de ce que pourrait être l'amour idéal. Comme je l'ai déjà dit, on abuse souvent de ce sentiment de bonheur, de façon irréfléchie, avidement, sans jamais franchir le seuil qui mène au véritable amour qui, d'ailleurs, est beaucoup plus exigeant sur le plan spirituel. Si les partenaires ne satisfont pas à cette exigence, ils manquent le but que cherche à atteindre leur âme. Cette recherche

effrénée d'aventures sentimentales est aussi erronée que l'autre extrême, où la puissante énergie d'Eros ne peut même pas forcer la porte solidement verrouillée. Mais le plus souvent, lorsque la porte n'est pas trop hermétiquement close, Eros se fraie un passage jusqu'à vous à certains stades de votre vie. Que vous puissiez alors utiliser Eros comme un tremplin vers l'amour dépend de vous, de votre évolution, de votre bonne volonté, de votre courage, de votre humilité et de votre capacité à vous révéler.

Avez-vous des questions en relation à ce sujet, mes chers amis ?

QUESTION : *Quand vous parlez de la révélation d'une âme à une autre, voulez-vous dire que, à un niveau supérieur, c'est la façon dont l'âme se révèle à Dieu ?*

REPONSE : C'est la même chose. Mais avant de pouvoir vraiment vous révéler à Dieu, vous devez apprendre à vous révéler à un autre être humain qui vous est cher et, à ce moment-là, vous vous révélez aussi à Dieu. Beaucoup de gens veulent commencer par se révéler au Dieu/personne mais, en fait, dans leur for intérieur, une telle révélation à Dieu n'est qu'un subterfuge car elle est abstraite et trop détachée. Aucun autre être humain ne peut voir ou entendre ce qu'ils révèlent. Us sont toujours seuls. Ainsi, on n'a pas à entreprendre cette démarche qui semble si risquée, qui exige tant d'humilité et menace donc d'être humiliante. En se révélant à un autre être humain, on réalise tellement plus que par le truchement de la révélation à Dieu, qui vous connaît de toute façon et qui n'a vraiment pas besoin de votre révélation.

Quand vous rencontrez l'autre âme, vous accomplissez votre destin. Quand vous trouvez l'autre âme, vous trouvez par la même occasion une autre particule de Dieu, et si vous révélez votre propre âme, vous révélez une particule de Dieu et faites à l'autre un don divin. Quand Eros viendra à vous, il vous exaltera suffisamment, de sorte que vous sentirez et connaîtrez à la fois ce qui en vous désire ardemment cette expérience, et votre véritable moi qui aspire à se révéler. Sans Eros, vous êtes tout juste conscient des couches extérieures qui végètent.

Ne fuyez pas Eros quand il veut venir à vous. Si vous comprenez l'idée spirituelle qui se cache derrière lui, vous vous en servirez avec sagesse. Dieu pourra alors vous guider et vous donnera la force de faire de votre mieux pour vous aider, vous et un autre être, sur le chemin du vrai amour, dont la purification fait partie intégrante. Même si ce travail de purification, grâce à une relation où vous vous engagez vraiment, prend une forme différente du travail effectué sur ce chemin, il vous aidera et contribuera à vous purifier d'une manière semblable.

QUESTION : *Est-il possible qu'une âme soit si riche qu'elle puisse se révéler à plus d'une seule âme ?*

REPONSE : Mon cher ami, dites-vous cela en plaisantant ?

QUESTION : *Non, mais je me demande si la polygamie entre dans le cadre de la loi spirituelle.*

REPONSE : Non, certainement pas. Et si quelqu'un pense que oui, c'est un subterfuge. La personnalité cherche le bon partenaire. Soit la personne n'est pas assez mûre pour le trouver, soit il est déjà là et la personne polygame est tout simplement emportée par l'élan d'Eros, sans chercher à sublimer cette force et à la transformer en amour volitif qui exige maîtrise de soi et travail, de façon à franchir le seuil que j'ai déjà mentionné.

Dans de tels cas, ce genre de personnalité aventureuse est en recherche perpétuelle, découvrant toujours une autre partie d'un être sans jamais se révéler complètement, ou peut-être en révélant à chaque fois une facette différente. Cependant, quand il s'agit du sanctuaire intérieur la porte reste close. Alors Eros s'en va et une autre recherche commence. Chaque nouvelle aventure apporte son lot de déceptions qu'on ne peut comprendre qu'à la lumière de ces vérités.

L'instinct sexuel pur joue aussi un rôle dans ce grand voyage, mais la satisfaction sexuelle commence à pâtir si on ne maintient pas la relation au niveau que je vous présente ici. En fait, elle sera inévitablement de courte durée. On ne gagne rien à se révéler à tout venant. Dans de tels cas, soit on exhibe sans arrêt les mêmes marchandises à de nouveaux partenaires ou, comme je l'ai déjà

dit, on montre différentes facettes de sa personnalité. Plus on cherche à se partager entre de nombreux partenaires, moins on donne à chacun d'entre eux. C'est inévitable, il ne peut pas en être autrement.

*QUESTION : Certains pensent qu'ils peuvent supprimer Eros et le désir d'un partenaire et ainsi vivre complètement pour l'amour de l'humanité. Pensez-vous qu'il est possible, pour un homme ou une femme, de jurer de renoncer à cet aspect de la vie ?*

*REPONSE :* En effet c'est possible, mais ce n'est certainement ni sain ni honnête. Je dirais que peut-être une personne sur dix millions peut assumer une telle tâche. C'est possible. Cela peut faire partie du karma d'une âme particulière déjà suffisamment évoluée, qui a déjà fait l'expérience d'une authentique relation de couple et qui vient sur la terre pour une raison spécifique. Il peut aussi y avoir certaines dettes karmiques qu'il faut payer. Dans la majorité des cas, et ici je peux généraliser sans risque aucun, vouloir rester seul n'est pas un comportement sain. C'est une fuite. La vraie raison, c'est la peur de l'amour, la peur de l'expérience de la vie, mais cette renonciation craintive est rationalisée et qualifiée de sacrifice.

A quiconque venant me voir avec ce genre de problème, je dirais : « Analysez-vous. Allez sous la surface de votre raisonnement conscient et de vos explications justifiant votre attitude à cet égard. Essayez de savoir si vous craignez l'amour et les déceptions. N'est-il pas plus facile de vivre seulement pour soi et de ne pas avoir de problèmes ? N'est-ce pas ce que vous ressentez, au fond, et ce que vous voulez masquer par d'autres raisons ? Vous embrassez certainement une noble cause avec le grand travail humanitaire que vous voulez réaliser, mais pensez-vous vraiment que l'une doive exclure l'autre ? Est-ce que vous n'augmenteriez pas les chances de mener à bien la tâche grandiose que vous vous êtes assignée si vous appreniez aussi à aimer un être humain ? »

Si la personne en question répondait sincèrement à ces questions, elle verrait bien qu'elle cherche à fuir. L'amour et la plénitude individuels sont la destinée des hommes et des femmes

clans la plupart des cas, car on peut tant apprendre grâce à l'amour entre êtres humains qu'on ne peut pas acquérir autrement. Et former une relation stable et durable dans un mariage est la plus grande victoire qu'un être humain puisse remporter, car c'est l'une des entreprises les plus difficiles qui soient, comme vous pouvez le constater dans votre monde. Ce genre d'expérience de la vie rapprochera davantage votre âme de Dieu que de bonnes œuvres manquant de ferveur.

*QUESTION : J'allais vous poser une question en rapport avec la précédente : le célibat est censé être une marque de grande évolution spirituelle dans certaines religions. D'autre part, la polygamie est aussi reconnue dans certaines autres religions, comme chez les mormons, par exemple. Je comprends ce que vous dites, mais comment justifiez-vous ces attitudes chez des gens censés rechercher l'union avec Dieu ?*

*REPONSE :* L'erreur humaine s'immisce dans toutes les religions, et les types d'erreurs varient suivant les religions. Ici, vous avez simplement les deux extrêmes : quand tels ou tels dogmes ou règles firent leur apparition dans différentes religions, c'était toujours le résultat d'une rationalisation et d'un subterfuge auxquels l'âme individuelle a constamment recours. C'était une tentative de justifier par de pieuses raisons les impulsions rebelles des âmes craintives ou luxurieuses.

On croit communément que tout ce qui se rapporte à la sexualité est entaché de péché. L'instinct sexuel se manifeste déjà chez les tout jeunes enfants : moins une créature est mûre, plus la sexualité sera dissociée de l'amour, et donc plus elle sera égoïste. Tout ce qui est dénué d'amour est lié au péché, si vous souhaitez utiliser ce mot. Rien de ce qui est associé à l'amour n'est mauvais ou lié au péché.

Chez l'enfant en pleine croissance et qui manque naturellement de maturité, l'instinct sexuel se manifestera d'abord de façon égoïste. La sexualité ne s'intégrera à l'amour que si toute la personnalité croît et mûrit harmonieusement. Par ignorance, l'humanité a longtemps cru que la sexualité en tant que telle était synonyme de péché, si bien qu'elle est devenue taboue. Par consé-

quent, cet aspect de la personnalité ne pouvait pas se développer. Rien de ce qui reste caché ne peut se développer, vous le savez. Donc, même chez beaucoup d'adultes, la sexualité reste enfantine et dissociée de l'amour, et en conséquence l'humanité en est venue à croire que la sexualité est un péché et que les êtres vraiment spirituels doivent s'en abstenir. Ainsi, un de ces cercles vicieux maintes fois mentionnés fit son apparition.

L'instinct ne pouvait pas évoluer et se fondre avec l'énergie d'amour parce qu'on considérait la sexualité comme un péché. En conséquence, la sexualité est souvent, en fait, égoïste et bestiale, dénuée d'amour et de raffinement. Si les gens se rendaient compte - comme cela se produit de plus en plus - que l'instinct sexuel est un don de Dieu aussi naturel que toute autre force universelle et qui, en soi, n'est pas plus honteux que toute autre force existante, ils rompraient ce cercle vicieux et davantage d'êtres humains pourraient montrer plus de maturité dans leur vie sexuelle, qui pourrait alors se fusionner avec l'amour et, qui plus est, avec Eros.

Il existe un nombre incroyable de gens chez qui la sexualité est complètement dissociée de l'amour. Ils ont non seulement mauvaise conscience quand les pulsions sexuelles se manifestent en eux, mais ils se retrouvent aussi incapables d'exprimer leurs sentiments liés à la sexualité envers la personne qu'ils aiment vraiment. A cause des opinions déformées et du cercle vicieux que je viens de décrire, l'humanité en est venue à croire qu'on ne peut pas trouver Dieu à moins de réprimer les pulsions sexuelles. C'est complètement faux, on ne peut pas éliminer quelque chose de vivant. On ne peut que le cacher, et un jour il resurgit d'une autre manière qui peut être bien plus préjudiciable. La force sexuelle n'est vraiment sublimée constructivement et n'aboutit à des manifestations créatrices dans d'autres domaines que dans des cas très rares. La vraie sublimation ne peut pas avoir lieu quand elle est motivée par la peur et qu'elle sert d'échappatoire. Cela répond-il à votre question ?

QUESTION : *Tout à fait, merci. Comment l'amitié entre deux personnes s'inscrit-elle dans ce tableau ?*

REPONSE : L'amitié, c'est de l'amour fraternel. Un tel sentiment peut aussi lier un homme et une femme. Eros peut vouloir s'en mêler, mais la raison et la volonté peuvent toujours donner aux sentiments une orientation déterminée. Un sage et sain équilibre entre le cœur, l'intellect et la volonté est nécessaire afin d'éviter que les sentiments ne s'engagent dans une direction inappropriée.

QUESTION : *Le divorce s'oppose-t-il à la loi spirituelle ?*

REPONSE : Pas obligatoirement. Nous n'avons pas de règles fixes de ce genre. Dans certains cas, le divorce est une porte de sortie facile, une simple dérobade. Dans d'autres, le divorce est raisonnable car la décision de se marier a été prise par des partenaires immatures, à qui il manque le désir d'assumer les responsabilités du mariage dans le vrai sens du terme. Même si une seule, ou même aucune, des deux personnes mariées ne souhaite se lancer dans cette entreprise, il vaut mieux divorcer plutôt que de rester ensemble et transformer le mariage en une farce. Il est préférable de rompre, sauf dans le cas où tous deux souhaitent s'embarquer pour ce voyage, sinon l'un empêchera l'évolution de l'autre. Cela arrive, bien sûr. Il vaut mieux mettre fin à une erreur que d'en subir indéfiniment les conséquences sans chercher le remède efficace.

Il est tout aussi incorrect de généraliser à propos du divorce et de dire qu'il est toujours justifié ou qu'il n'est jamais bon. Cependant, on ne devrait pas renoncer au mariage à la légère. Même si c'était une erreur et s'il ne marche pas, on devrait essayer d'en trouver les raisons et faire tout son possible pour voir quels sont les obstacles et comment les surmonter éventuellement, à la condition expresse que les deux partenaires y soient disposés. On devrait sans aucun doute faire de son mieux, même si le mariage n'est pas l'expérience idéale que j'ai présentée ce soir. Peu de gens y sont prêts et ont assez de maturité pour cela. Vous pourriez vous y préparer en essayant de vous accommoder au mieux de vos fautes passées et d'en tirer les leçons.

Mes très chers amis, repenchez-vous sur ce que je vous ai dit, cela va donner à réfléchir à chacun d'entre vous, ainsi qu'à ceux qui me liront. Tous, sans exception, y apprendront quelque chose.

Je veux terminer cette conférence en vous assurant tous que nous, dans le monde spirituel, sommes profondément reconnaissants envers Dieu pour vos louables efforts, pour votre croissance. C'est notre plus grande joie et notre plus grand bonheur. Et donc, mes très chers amis, recevez à nouveau les bénédictions du Seigneur. Puissent vos cœurs se remplir de cette force merveilleuse qui vient à vous du monde de la lumière et de la vérité.

Allez en paix et soyez heureux, mes très chers amis. Que Dieu soit avec vous !

## Le sens spirituel des relations

*La vie n'est faite que de relations", dit le Guide. Parmi A-/ toutes les relations, ce sont celles entre les hommes et les femmes qui représentent le plus grand défi et la meilleure occasion pour le développement et les échanges spirituels. Mais comment puis-je avoir des relations harmonieuses avec les autres si je suis encore divisé intérieurement ? Cette question, le Guide veut que nous nous la posions. Il nous montre comment entrer en relation intime avec notre véritable être intérieur et, grâce à cette franchise intérieure nouvellement acquise, nous pourrons faire face de façon sincère et constructive aux difficultés diverses qui surgissent dans nos relations avec les autres.*

Bonsoir, mes très très chers amis. Soyez tous bénis. Que le souffle de votre vie, ainsi que vos pensées et vos sentiments soient bénis.

Cette conférence traite des relations et de leur formidable importance du point de vue spirituel, celui de la croissance individuelle et de l'unification. Pour commencer, j'aimerais souligner qu'au niveau humain de la manifestation, il existe effectivement des unités de conscience individuelles ; elles s'harmonisent parfois, mais très souvent sont en conflit les unes avec les autres, créant ainsi frictions et crises. Pourtant, au-delà de ce niveau de manifestation, on ne trouve pas d'autres unités de conscience fragmentées. Au-dessus du niveau humain, il n'existe qu'une seule conscience, à travers laquelle chaque créature

s'exprime différemment. Quand on se réalise, on sent cette vérité sans pour autant perdre le sens de son individualité. On peut percevoir cela très nettement quand on fait face à des disharmonies intérieures, mes amis, car là aussi exactement le même principe s'applique.

### **Le développement inégal des champs de conscience**

Dans votre état actuel, une partie du tréfonds de votre être est développée et régit vos pensées, vos sentiments, vos actions et vos volitions. D'autres parties sont encore à un stade de développement moindre, mais gouvernent et influencent les mêmes phénomènes. Ainsi vous vous trouvez toujours divisé, ce qui crée toujours des tensions, des douleurs, de l'anxiété et des difficultés, intérieures comme extérieures. Certains côtés de votre personnalité sont dans la vérité, d'autres sont dans l'erreur et les distorsions. La confusion qui en résulte entraîne de graves perturbations. En général, vous réagissez en évinçant un aspect et en vous identifiant à un autre. Pourtant, ce refus d'une partie de vous-même ne peut pas mener à l'unification. Au contraire, cela élargit le fossé. Votre tâche doit alors consister à mettre au jour le côté déviant et conflictuel, puis à l'affronter, c'est-à-dire affronter toute l'ambivalence. Vous ne découvrirez la réalité ultime de votre être unifié qu'à cette condition. Comme vous le savez, l'unification et la paix se manifestent dans la mesure où vous reconnaissez, acceptez et comprenez la nature du conflit intérieur.

Exactement la même loi s'applique à l'unité et aux dissensions entre des entités extérieurement séparées et différentes. Elles aussi ne font qu'un, au-delà du niveau des apparences. Les dissensions proviennent non pas des vraies différences entre les unités de conscience, mais tout comme chez un individu, des différences dans le développement de leur champ de conscience universel. Même si le principe d'unification est exactement le même pour nous que dans nos relations avec les autres, on ne peut l'appliquer à autrui que si on a d'abord commencé par soi. Si vous ne vous occupez pas de vos conflits intérieurs à la lumière de cette vérité, si votre ambivalence n'est pas affrontée, acceptée

et comprise, *le processus d'unification ne peut pas être mis en pratique avec une autre personne*. C'est un aspect très important, qui explique pourquoi ce chemin insiste tant sur l'importance de *commencer d'abord le travail sur soi-même*. On n'entreendra des relations bénéfiques, fructueuses et positives qu'à cette condition.

### **Les éléments de dissension et d'unification**

*Les relations avec autrui représentent le plus grand défi pour les êtres humains*, car ce n'est que dans ce cadre que les problèmes non résolus qui subsistent encore dans la psyché individuelle sont affectés et ravivés. Beaucoup de gens fuient les contacts avec les autres pour faire durer l'illusion que les problèmes viennent des autres ; en effet, on ne se sent perturbé qu'en leur présence, tandis que seul on se sent bien.

Cependant, moins on voit les autres, plus l'envie de les voir se manifeste avec acuité. On a alors affaire à un genre de souffrance différente : la solitude et la frustration. Mais les contacts détruisent certainement - à plus ou moins long terme - l'illusion que l'être intérieur est parfait et harmonieux. Seule une aberration mentale peut nous faire persister à croire que nos problèmes relationnels ne sont provoqués que par les autres et non par soi. C'est pourquoi les contacts humains sont à la fois une satisfaction, un défi, et un test pour notre état intérieur. *La friction qui naît du contact avec les autres peut être un instrument efficace de purification et de connaissance de soi* si on est prêt à s'en servir.

En se déroband à ce défi et en sacrifiant la satisfaction d'une relation d'intimité, de nombreux problèmes intérieurs ne sont jamais réactivés. L'illusion de paix intérieure et d'unité provenant de l'absence de contact a même donné naissance à des concepts en vertu desquels l'isolement favorise la croissance spirituelle. Rien n'est plus éloigné de la vérité, mais il ne faut pas confondre cette affirmation avec la notion suivante : des retraites sont nécessaires pour la concentration intérieure et la confrontation avec soi. Mais ces périodes devraient toujours alterner avec les

contacts, et plus ceux-ci seront intimes, plus ils traduiront la maturité spirituelle.

On peut observer le contact avec les autres et son absence à plusieurs niveaux. Il existe de nombreuses formes de contacts entre ces deux extrêmes absolus : d'un côté l'isolation totale, intérieure comme extérieure, et de l'autre la relation la plus profonde et la plus étroite. Certaines personnes ont quelques superficielles facilités de contacts, mais elles reculent devant une révélation mutuelle plus significative, plus ouverte, où les masques tombent. Je dirais que l'attitude de l'être humain moyen, aujourd'hui, oscille entre ces deux extrêmes.

### **L'épanouissement : un indicateur du développement spirituel**

Il est possible d'évaluer son degré d'épanouissement personnel grâce à la profondeur des relations et l'intimité des contacts, grâce à l'intensité des sentiments qu'on se permet d'éprouver, et suivant sa disposition à donner et à recevoir. La frustration trahit une absence de contacts, qui indique à son tour avec précision que le moi recule devant le défi des relations, sacrifiant ainsi épanouissement personnel, plaisir, amour et joie. Si on veut partager en escomptant seulement recevoir d'après les conditions qu'on a soi-même fixées, et qu'en fait on refuse inconsciemment de partager, alors nos aspirations resteront insatisfaites. Les gens feraient bien de considérer leurs désirs inassouvis de ce point de vue, plutôt que de se complaire dans leurs fantasmes habituels : ils se croient malchanceux et victimes d'un sort injuste.

Notre contentement et notre satisfaction dans nos relations sont un moyen trop peu considéré de mesurer notre développement personnel. Or, les relations avec les autres sont un miroir de notre état intérieur, donc une aide directe pour notre purification. Inversement, nos relations peuvent se prolonger, nos sentiments peuvent s'exprimer librement et nos contacts s'épanouir et durer à la condition expresse d'être absolument franc et honnête avec soi-même. Vous voyez donc, mes amis, que les relations repré-

sentent un aspect d'une importance capitale dans l'évolution humaine.

Le pouvoir et la signification des relations posent souvent de sérieux problèmes à ceux qui sont encore aux prises avec leurs conflits intérieurs. La souffrance provoquée par le désir insatisfait devient intolérable quand on choisit de s'isoler à cause de difficultés relationnelles. Cela ne peut se résorber qu'au moment où on décide de faire le point et de *chercher sérieusement l'origine de ce conflit intérieur*, sans recourir à divers mécanismes de défense comme le sentiment de culpabilité destructeur ou l'auto-accusation, ce qui élimine évidemment toute possibilité de s'attaquer à la racine du problème. Cette recherche, alliée à la volonté intérieure de changer, doit être effectuée pour échapper au douloureux dilemme où les deux solutions possibles, l'isolement et les contacts, sont insupportables.

Il importe de se souvenir que le repli peut être très subtil et passer inaperçu extérieurement ; il prend alors la forme d'une certaine réserve et d'une autoprotection artificielle. Les manifestations extérieures de camaraderie n'impliquent pas forcément le désir d'une intimité plus grande, ni la capacité à l'assumer, car cette intimité est trop exigeante. En surface, cette situation semble liée au caractère difficile des autres, mais la difficulté réside en réalité dans le moi, indépendamment de l'imperfection relative d'autrui.

### **Qui est responsable de la relation ?**

Quand des gens d'un degré d'évolution spirituelle différent se rencontrent, *c'est toujours la personne la plus évoluée qui est responsable de la relation*. Pour être plus précis, cette personne a la responsabilité d'explorer les profondeurs de l'interaction qui créent friction et disharmonie entre les parties.

La personne la moins évoluée ne possède pas les mêmes capacités d'exploration, car elle en est encore à accuser les autres et à dépendre de leur comportement irréprochable pour éviter la contrariété ou la frustration. De même, ce genre de personne est toujours victime de *l'erreur fondamentale de la dualité*. De ce

point de vue, toute friction est perçue ainsi : « Un seul d'entre nous a raison. » (Quand elle est victime de cette façon de penser dualiste, une telle personne, en remarquant un défaut chez l'autre, se déclarera automatiquement innocente, même si en réalité le rôle de sa propre négativité joue peut-être un rôle infiniment plus important que celle de l'autre.)

Une personne spirituellement plus évoluée peut avoir une perception réaliste, *soit non dualiste*. Cette personne peut constater qu'un des deux partis a un problème plus grave, mais que cela n'élimine pas l'importance du problème de l'autre, qui est peut-être bien moindre. La plus évoluée voudra et pourra toujours définir son propre rôle chaque fois qu'elle est affectée négativement, même si l'autre est clairement fautive. Une personne spirituellement et émotionnellement fruste et immature rejettera tous les torts sur l'autre. Toutes sortes de relations sont ici concernées : entre parents et enfants, entre amis et dans la vie professionnelle ou conjugale.

La tendance à se rendre émotionnellement dépendant des autres - qu'il importe tant de surmonter si l'on veut croître - résulte en grande partie de la volonté d'éviter les reproches ou d'échapper aux difficultés quand on noue ou entretient des relations. Se décharger du fardeau sur les autres paraît tellement plus commode, mais à quel prix ! En se comportant ainsi, on se prive de toute possibilité d'action, et cela aboutit à l'isolement ou à la souffrance et à des conflits permanents avec les autres. La liberté ne s'acquiert et les relations ne deviennent fructueuses et joyeuses que lorsqu'on commence vraiment à assumer la responsabilité de ses actes en examinant son propre problème et en ayant envie de changer.

Si la personne la plus évoluée refuse d'entreprendre la tâche spirituelle appropriée, c'est-à-dire d'assumer la responsabilité de la relation et de chercher en elle l'origine de la dissension, elle ne comprendra jamais l'interaction mutuelle ni la façon dont un problème affecte l'autre personne. La relation va alors se détériorer, semant la confusion chez les deux partis dont la capacité de se faire face, comme de faire face aux autres, sera diminuée. D'un

autre côté, si la personne la plus évoluée spirituellement accepte cette responsabilité, elle aidera aussi l'autre de façon subtile. Si elle peut résister à la tentation d'incriminer constamment les défauts évidents de l'autre et fait son autocritique, elle accélérera considérablement sa propre évolution et répandra la paix et la joie. Le poison des frictions sera vite neutralisé. Il deviendra alors possible de poursuivre un véritable processus de croissance mutuelle.

*Quand il s'agit d'une relation d'égal à égal, les deux partenaires partagent entièrement les responsabilités : c'est vraiment une magnifique entreprise, un état de mutualité profondément satisfaisant. Le moindre mouvement d'humeur sera identifié comme un signal venant de l'intérieur et ainsi le processus de croissance sera maintenu. Tous deux reconnaîtront leur rôle dans la création de cette difficulté passagère, que ce soient un vrai heurt ou un engourdissement momentané des sentiments. La réalité intérieure de l'interaction deviendra de plus en plus significative. Cela épargnera bien des accrocs à la relation.*

Je tiens à souligner un point ici : quand je parle d'être responsable de la personne moins évoluée, je ne veux pas dire que quelqu'un puisse jamais porter la croix des autres. C'est totalement à exclure. En général, les difficultés d'interaction dans une relation ne sont pas explorées en profondeur par la personne dont le développement spirituel est moindre ; elle rendra les autres responsables de ses malheurs et de la disharmonie dans une situation donnée, ne pouvant ni ne voulant voir le problème dans sa globalité. Ainsi, cette personne n'est pas en mesure d'éliminer la disharmonie. Seuls ceux qui endossent la responsabilité de découvrir le conflit intérieur et ses conséquences peuvent y arriver, si bien que la personne la moins évoluée spirituellement dépendra toujours de celle qui l'est davantage.

Une relation entre des individus où la destructivité du moins évolué rend impossible la croissance, l'harmonie et les sentiments positifs, et où les contacts sont excessivement négatifs doit être rompue. En règle générale, c'est le plus évolué qui doit prendre l'initiative. S'il ne le fait pas, cela trahit une faiblesse ou

une peur méconnues qu'il faut affronter. Si une relation est dissoute pour cette raison, quand elle est plus destructrice et dommageable que constructive et harmonieuse, la rupture doit intervenir lorsque les problèmes intérieurs et les interactions mutuelles sont pleinement reconnues par celui qui prend l'initiative de dissoudre un lien ancien. Cela lui évitera de nouer une nouvelle relation handicapée dès le départ par les mêmes courants et interactions sous-jacents. Cela signifie aussi que la décision de rompre le lien doit être motivée par une envie de se développer plutôt que par la rancœur, la peur ou le désir de fuir.

### Les interactions destructrices

Explorer les interactions sous-jacentes et les divers effets d'une relation où les difficultés des deux personnes sont mises à nu et acceptées est bien loin d'être une tâche facile. Mais rien n'est plus magnifique ni plus gratifiant. Quiconque parvenant au stade d'évolution où cela est possible n'aura alors plus peur d'aucun genre d'interaction. *Les difficultés et les peurs apparaissent exactement dans la mesure où vous projetez encore vos propres problèmes relationnels sur les autres* et les rendez responsables de tout ce qui vous déplaît. Cela peut prendre des formes variées et subtiles. Il se peut que vous vous concentriez constamment sur les défauts des autres parce qu'à première vue une telle attitude vous paraît justifiée. Il se peut que vous accordiez, de façon subtile, une importance excessive à un des aspects de l'interaction en excluant d'autres.

De telles distorsions trahissent des projections et un désir de fuite devant la responsabilité de ses actes dans les difficultés relationnelles. Le déni renforce la *dépendance vis-à-vis de la perfection des autres*, ce qui entraîne la peur et l'hostilité car on se sent abandonné quand l'autre ne se montre pas à la hauteur de ses propres critères de perfection.

Mes chers amis, quels que soient les torts de l'autre, si vous êtes troublés, vous laissez forcément dans l'ombre un aspect de votre être. « Troublé » est à prendre dans un sens particulier. Je ne parle pas d'une colère franche qui s'exprime sans qu'on se

sente coupable et qui ne laisse aucune trace de confusion et de souffrance intérieures. Les gens, entre eux, ont une tendance marquée à dire : « C'est de ta faute ! » Le jeu consistant à culpabiliser les autres est si répandu qu'on le remarque à peine. Tous ont leur bouc émissaire : les individus, les groupes, les pays... On s'accuse les uns les autres. C'est un processus qu'on retrouve partout à ce stade de l'évolution de l'humanité. C'est vraiment l'attitude la plus préjudiciable et la plus éloignée de la vérité que l'on puisse imaginer.

Les humains y trouvent pourtant plaisir, même si la douleur et les conflits insolubles qui s'ensuivent sont hors de toute proportion avec le plaisir passager et dérisoire qu'on peut en tirer. Un tel comportement est nuisible pour soi et pour les autres.

Et que devient la victime ? Comment va-t-elle se débrouiller ? En tant que victime, votre premier problème est le suivant : *vous n'êtes même pas conscient de ce qui se passe*. La plupart du temps, ce processus émotionnel prend une forme subtile et silencieuse : l'accusation muette, voilée, est lancée sans mot dire. Elle s'exprime indirectement de nombreuses façons. De toute évidence, il faut clairement et précisément prendre conscience du mécanisme, sinon on réagira inconsciemment par un mouvement de fausse autodéfense aussi destructif. Dans ce cas, personne ne peut démêler l'écheveau compliqué des actions, réactions et interactions, jusqu'à ce que les fils soient si emmêlés qu'il semble impossible d'y voir clair. Maintes relations se détériorent à cause de telles interactions inconscientes.

*Lancer des accusations envenime toute situation*, engendre la peur et, pour finir, on se culpabilise autant qu'on essaie de culpabiliser les autres. Ceux qu'on accuse et condamne peuvent réagir de façons bien différentes, suivant leurs problèmes et leurs propres conflits non résolus. Tant que la réaction est aveugle et qu'on projette inconsciemment le sentiment de culpabilité, le contrecoup sera aussi forcément névrotique et destructeur. Cela ne peut être évité que grâce à une perception consciente ; c'est la condition *sine qua non* si vous voulez être en mesure de refuser un fardeau qu'on veut vous faire porter et si vous voulez mettre le doigt sur le problème avec précision.

### Comment atteindre le plaisir et la plénitude

Dans une relation qui est sur le point de s'épanouir, on doit guetter cet écueil, d'autant plus malaisé à détecter car il est tellement fréquent de projeter des sentiments de culpabilité. De même, les victimes devraient les chercher autant en elles que chez l'autre. Et je ne parle pas d'une confrontation directe concernant le comportement répréhensible de l'autre, mais bien de l'accusation voilée portée contre lui pour ses propres malheurs. C'est ce dont il faut venir à bout.

La seule façon d'éviter de subir les reproches et la projection de la culpabilisation consiste à éviter de le faire soi-même. Dans la mesure où vous vous laissez aller à cette attitude subtilement négative qui peut prendre d'autres formes que celles de la personne qui commence, vous ne vous rendrez pas compte que vous la subissez et en serez donc victime. En être simplement conscient fait toute la différence, même si vous n'exprimez pas verbalement votre perception et ne cherchez pas la confrontation avec l'autre personne. Vous ne pourrez désamorcer la culpabilisation projetée par l'autre que dans la mesure où vous explorerez et accepterez les problèmes causés par vos réactions, vos distorsions, votre négativité et votre destructivité, mais sans que vous cherchiez à vous défendre. Ce n'est qu'à ce moment-là que vous éviterez de vous perdre dans un dédale d'erreurs et de confusion où l'incertitude, la faiblesse et une attitude défensive provoquent en vous soit la fuite, soit une agressivité excessive. Vous ne cesserez de confondre l'affirmation de soi avec l'hostilité, ou un compromis souple avec la soumission malsaine qu'à ce moment-là.

Voilà les aspects qui déterminent la facilité à établir de bonnes relations. Mieux ces nouvelles attitudes seront comprises et vécues en profondeur, plus les contacts humains deviendront intimes, épanouissants et harmonieux.

Comment pouvez-vous affirmer vos droits et vivre dans la plénitude et le bonheur universels ? Comment pouvez-vous aimer sans peur si vous n'abordez pas vos relations avec les autres de la façon que je viens de vous présenter ? Si vous ne vous purifiez

pas grâce à cet apprentissage, une menace pèsera toujours sur vous quand vous établirez des relations plus intimes : une personne, ou même les deux, finira par vouloir faire porter par l'autre le fardeau de la culpabilité. L'amour, le partage et une profonde et satisfaisante intimité avec les autres pourraient constituer une puissance vraiment positive, dénuée de menaces si on pouvait voir ces pièges, les mettre au jour et y échapper. Il est de la plus grande importance que vous les cherchiez en vous, mes amis.

La plus grande gageure, parmi toutes les relations humaines, la plus magnifique, la plus importante d'un point de vue spirituel et la plus propice à la croissance, c'est la relation entre un homme et une femme. La puissance d'amour qui attire deux êtres l'un vers l'autre et le bonheur inhérent sont un aperçu de la réalité cosmique. C'est comme si chaque créature avait une connaissance intuitive de cet état de félicité et cherchait à l'atteindre grâce au moyen le plus puissant à disposition de l'humanité : dans l'amour et la sexualité entre un homme et une femme. La force qui les attire l'un vers l'autre est la plus pure des énergies spirituelles, qui donne un avant-goût de l'état spirituel le plus pur.

Cependant, quand un homme et une femme s'engagent à rester ensemble plus longtemps, leur bonheur - qui peut même aller croissant - dépend entièrement de leur attitude l'un envers l'autre. Ont-ils conscience du lien entre un bonheur durable et la croissance intérieure ? Se servent-ils des inévitables difficultés de la relation comme d'un indicateur de leurs difficultés intérieures ? Communiquent-ils de la façon la plus sincère et la plus profonde, en se révélant l'un à l'autre, en partageant leurs problèmes intérieurs, en s'apportant une aide mutuelle ? Les réponses à ces questions détermineront l'évolution de la relation : la détérioration, la dissolution, la stagnation ou bien l'épanouissement.

Si vous observez les gens autour de vous, vous constaterez sans aucun doute que très peu d'êtres humains croissent et se révèlent aussi ouvertement. De même, seule une minorité se rend compte que *croître ensemble et l'un grâce à l'autre* détermine la stabilité des sentiments, du bonheur, de l'amour et du respect durables. Il n'est donc pas étonnant que les relations de longue

date soient presque invariablement plus ou moins marquées par l'absence de sentiments.

Les difficultés apparaissant dans une relation indiquent toujours la présence de problèmes qui restent à régler. Elles sont un message clair pour ceux qui veulent bien l'entendre. Plus il est perçu tôt, plus grand sera le potentiel d'énergie spirituelle rendu disponible, de sorte que l'état de félicité et la sérénité intérieure des deux partenaires puissent se prolonger. Dans une relation entre un homme et une femme, il existe un mécanisme comparable à un instrument délicatement réglé ; il révèle les aspects les plus sensibles et les plus subtils de cette relation ainsi que l'état individuel des deux personnes concernées. C'est un fait insuffisamment reconnu, même par des gens évolués et conscients qui connaissent par ailleurs de grandes vérités psychologiques et spirituelles. Au fil des heures et des jours, l'état intérieur et les sentiments sont le reflet de notre croissance. Dans la mesure où on y sera attentif, l'interaction s'améliorera, les sentiments, le bien-être intérieur et l'harmonie des échanges s'épanouiront.

Une relation tout à fait mûre et spirituellement valable sera toujours intimement associée à la croissance personnelle. Au moment où la relation est considérée comme n'ayant pas de rapport avec la croissance intérieure, où on l'abandonne à son sort pour ainsi dire, elle périlitera. La relation ne pourra acquérir un dynamisme et une vitalité croissants que si les deux partenaires développent tout leur potentiel. Il faut que ce soit un travail individuel et mutuel. Quand on aborde la relation de cette façon, elle sera bâtie sur le roc et non sur le sable. La peur n'aura jamais sa place dans de telles circonstances. La vie émotionnelle s'épanouira et le sentiment de sécurité intérieure et vis-à-vis de l'autre se renforcera. A tout moment, chaque partenaire servira de miroir à l'état de l'autre et ainsi à la relation.

Tout engourdissement, toute friction indiqueront à chaque fois un blocage. Un aspect de la relation entre les deux personnes reste dans l'ombre et doit être examiné. S'il est compris et mis au jour, la croissance se poursuivra à vitesse maximale, et sur le plan des sentiments, le bonheur, la félicité, l'expérience authen-

tique et l'extase y gagneront toujours plus en profondeur et en beauté. La vie n'en prendra que plus de sens.

A l'inverse, la peur de l'intimité trahit la rigidité et le déni du rôle que l'on joue dans les difficultés de la relation. Quiconque ne tient pas compte de ces principes, ou ne les met pas en pratique, n'est pas mûr pour assumer la responsabilité de ses souffrances intérieures, que ce soit au sein d'une relation ou en son absence.

Vous voyez donc, mes amis, qu'il est de la plus grande importance de reconnaître que *la félicité et la beauté - réalités spirituelles éternelles - sont à la portée de tous ceux qui cherchent au fond de leur cœur la clé du problème des relations humaines, ou de la solitude*. La véritable croissance est une réalité spirituelle au même titre que la *plénitude absolue*, la vitalité et le dynamisme et les contacts enrichissants, joyeux et heureux. Quand vous serez prêt à vous lier à un autre être humain sur de telles bases, vous trouverez le partenaire idéal avec qui ce genre de partage est possible. Cela ne vous effraiera plus, les peurs conscientes et inconscientes ne vous tenailleront plus quand vous vous servirez de cette clé à l'importance primordiale. Vous ne pourrez plus jamais vous sentir impuissant et réduit à l'état de victime quand vous aurez franchi cette étape décisive dans votre vie, et vous cesserez de rendre les autres responsables de ce que vous éprouvez ou ne parvenez pas à éprouver. Ainsi, la croissance et une vie épanouie et magnifique ne feront plus qu'un.

Puissiez-vous tous emmener avec vous ces idées nouvelles et une énergie intérieure éveillée par votre bonne volonté. Puissent ces paroles être le début d'une nouvelle attitude intérieure pour affronter la vie. Puissiez-vous enfin vous décider et vous dire : « J'ai la volonté de remettre en question mes bons sentiments. Je veux chercher la cause en moi, plutôt que chez l'autre, afin de devenir libre d'aimer. » Ce genre de résolution est sûr de porter ses fruits. Si vous conservez un germe, un fragment de cette conférence, elle aura vraiment été bénéfique.

Soyez tous bénis, mes très chers amis, pour que vous deveniez les dieux que vous êtes en puissance.

# 8

## La croissance émotionnelle et sa fonction

*Si je ne ressentais rien, je ne souffrirais pas. " La majorité des gens font beaucoup d'efforts pour ne rien ressentir, en croyant à tort qu'ils pourraient alors éviter d'être malheureux. Une telle pensée ne vous a-t-elle jamais traversé l'esprit ? Nous croyons qu'il ne s'agit que d'une pensée, mais ce souhait ne reste pas sans effets : notre capacité à éprouver des sentiments s'engourdit. Pourtant, ce refoulement des émotions ne soulage pas les souffrances ; au contraire, il les accentue. Les sentiments ont besoin d'espace pour se développer, tout comme nos corps mental et physique, de façon à atteindre un état émotionnel supérieur dans lequel nous pourrions oser aimer.*

Bonsoir, mes très chers amis. Que Dieu vous bénisse tous, que cette heure soit bénie.

Pour vous connaître vous-même plus en profondeur, il devient de plus en plus nécessaire de permettre à toutes vos émotions de remonter jusqu'à votre conscience afin de les comprendre ; ainsi, elles pourront mûrir.

La plupart d'entre vous opposent une grande résistance à ce processus. Vous n'êtes pas conscients des obstacles que vous placez sur le chemin de votre évolution, d'où la nécessité de parler du mécanisme de résistance.

D'abord, soyons clair à propos de l'unité de la personnalité humaine. Les êtres humains qui vivent dans l'harmonie développent les trois aspects de leur nature : physique, mental et émotionnel. Ces trois sphères sont censées fonctionner en harmonie, en s'aidant mutuellement, sans que l'une domine les autres. Si une des fonctions est sous-développée, cela entraîne une disharmonie chez l'être humain, qui handicape toute la personnalité.

Essayons maintenant de comprendre la raison pour laquelle les êtres humains négligent, répriment et paralysent la croissance de leur corps émotionnel. Cette négligence est universelle. La majorité des êtres humains prennent surtout soin de leur corps physique, faisant plus ou moins ce qui est nécessaire pour qu'il se développe et soit en bonne santé. Une bonne partie de l'humanité cultive ses facultés intellectuelles. Pour ce faire, on apprend, on se sert de son cerveau, de son aptitude à réfléchir ; on assimile, on exerce sa mémoire et sa pensée logique. Toutes ces activités favorisent la croissance mentale.

Mais pourquoi le corps émotionnel est-il si négligé en général ? Les bonnes raisons ne manquent pas. Pour que les choses soient plus claires, comprenons d'abord la fonction du corps émotionnel : *il sert avant tout à ressentir*. L'aptitude à éprouver des sensations est inséparable de l'aptitude à partager le bonheur, en donnant et en recevant. Dans la mesure où vous fuirez toutes sortes d'expériences émotionnelles, dans cette même mesure vous fermez aussi la porte au bonheur. De plus, le côté émotionnel de votre être, s'il fonctionne correctement, possède des facultés créatrices. *Dans la mesure où vous vous fermerez aux expériences émotionnelles, dans cette même mesure l'ensemble des potentialités de vos facultés créatrices sera limité dans ses manifestations*. A l'inverse de ce que nombre d'entre vous s'imaginent, l'épanouissement de vos facultés créatrices n'est pas uniquement un processus mental. En fait, le rôle de l'intellect est nettement moindre qu'il n'y paraît à première vue, en dépit du fait qu'une certaine technique est nécessaire pour donner forme aux inspirations créatrices. Le processus créateur est intuitif. Inutile de dire que l'intuition ne fonctionnera que dans la mesure où votre vie émotionnelle sera stable, saine et mûre.

Par conséquent, votre intuition sera limitée si vous avez négligé votre croissance émotionnelle et si vous vous êtes détourné du monde des sentiments. Pourquoi insiste-t-on tant aujourd'hui sur le développement des corps physique et mental au détriment évident de la croissance émotionnelle ? On pourrait avancer plusieurs explications générales, mais j'aimerais en venir directement au cœur du problème.

### **L'engourdissement des sentiments pour éviter de se sentir malheureux**

Dans le monde des sentiments, vous éprouvez ce qui est bon ou mauvais, heureux ou malheureux, agréable ou douloureux... Les expériences émotionnelles vous touchent vraiment et, en ce sens, elles diffèrent nettement d'un enregistrement mental de ces impressions. Puisque vous luttez avant tout pour être heureux, et puisque les émotions immatures vous rendent malheureux, votre objectif second consistera à éviter d'être malheureux. Les circonstances douloureuses, la tristesse et les déceptions font partie de la vie des enfants. Alors on tire très tôt cette conclusion, inconsciemment la plupart du temps : « Si je ne ressens rien, je ne serai pas malheureux. » En d'autres termes, au lieu d'entreprendre une démarche courageuse et appropriée en acceptant d'éprouver ces émotions négatives et immatures, pour leur permettre de croître, de mûrir et de devenir constructives, les émotions de l'enfant sont refoulées, chassées de la conscience et enfouies ; ainsi, elles restent frustes et destructrices, même si la personne en question n'est pas consciente de leur existence.

Bien qu'il soit peut-être vrai que vous puissiez anesthésier votre capacité à ressentir - et donc à ne pas éprouver une douleur immédiatement - il est aussi vrai que vous engourdissez votre aptitude au bonheur et au plaisir sans pour autant vous prémunir contre la tristesse à long terme. La tristesse que vous semblez éviter vous tourmentera de façon indirecte, différente et bien plus douloureuse. La blessure amère de l'isolement, de la solitude et du sentiment torturant d'avoir vécu une vie terne, sans hauts ni bas, sans réaliser toutes vos potentialités, est la conséquence d'une telle solution erronée.

En adoptant cette tactique de fuite, vous ne profitez pas de la vie au maximum. En reculant devant la douleur, vous reculez devant le bonheur et, qui plus est, vous vous fermez au monde des sensations. A un moment ou à un autre (et il se peut que vous ne vous rappeliez pas de cette déclaration d'intention), vous avez renoncé à la vie, à l'amour, aux sensations, à tout ce qui rend la vie belle et gratifiante. En conséquence, et vos facultés créatrices et votre intuition se sont engourdies. Vous ne vivez qu'avec une partie de vos potentialités. Le mal que vous vous êtes fait à cause de cette pseudo-solution - et que vous continuez à vous faire tant que vous y adhérez - échappe encore à votre compréhension et à votre perception.

### L'isolement

Puisque telle était votre défense contre le chagrin, on peut comprendre votre farouche lutte inconsciente pour ne pas renoncer à ce qui vous semble une protection vitale. Vous ne vous rendez pas compte que non seulement vous vous privez de la richesse de la vie, de ses bienfaits et de toutes vos potentialités, mais n'évitez pas vraiment le chagrin. Vous n'avez pas choisi délibérément cet isolement douloureux, donc vous n'acceptez pas qu'il y ait un prix à payer. Ou plutôt, cela vint comme une conséquence inévitable de votre pseudo-solution, et grâce à ce mécanisme de défense, l'enfant en vous se bat avec l'espoir de recevoir ce qu'il ne peut pas recevoir. En d'autres termes, vous espérez et vous croyez - en votre for intérieur - qu'il est possible d'être accepté et aimé même si vous inhibez jusqu'à l'engourdissement l'ensemble de vos sensations et, par là, vous vous interdisez d'aimer réellement les autres. Oui, vous avez peut-être besoin des autres et ce besoin vous paraît être de l'amour, mais maintenant vous savez que ce n'est pas la même chose. Au fond, vous croyez et espérez qu'il est possible de se mêler aux autres, de communiquer de manière satisfaisante et gratifiante avec le monde qui vous entoure, alors que vous construisez un mur de protection contre l'impact des expériences émotionnelles. Quand vous n'avez pas d'autre choix que de ressentir, vous vous démenez pour cacher ces émotions : ni vous ni les autres n'ont à connaître leur existence.

Comment pouvez-vous recevoir ce que vous désirez tant, c'est-à-dire l'amour, l'acceptation, les échanges, si vous n'éprouvez ni n'exprimez les sentiments fugitifs auxquels les parties saines de votre être s'efforcent de donner vie ? Vous ne pouvez pas gagner sur les deux tableaux, même si l'enfant en vous ne voudra jamais accepter cette situation.

Cette tentative absurde de vous « protéger » vous isole et, en fait, vous expose bien davantage à ce que vous voulez éviter, de sorte que vous êtes doublement perdant : vous n'évitez pas ce que vous craignez (pas vraiment et pas à long terme) et vous passez à côté de tout ce que vous auriez pu avoir si vous n'aviez pas fui devant la vie, car vivre et ressentir ne font qu'un. L'amour et la plénitude auxquels vous aspirez forcément de plus en plus vous incitent à accuser les autres, les circonstances, le destin ou la malchance, au lieu de voir quelle est votre propre part de responsabilité. Vous vous opposez à cette vision des choses car vous vous apercevez qu'au moment où elle sera vraiment claire dans votre esprit, *il vous faudra changer*, et vous ne pourrez plus vous rassurer en vous accrochant au fol espoir de pouvoir obtenir ce que vous voulez sans avoir à en payer le prix. Si vous souhaitez le bonheur, il faut être disposé à le partager. Comment voulez-vous le partager si vous ne voulez ni ne pouvez ressentir autant que cela vous est possible ?

Prenez conscience que c'est *vous* qui êtes à l'origine de cet état d'insatisfaction, et que c'est *vous* qui pouvez y remédier, quel que soit votre âge.

### Le besoin d'exercer les émotions

Voici une autre raison de recourir à cette pseudo-solution inefficace : comme dans tout autre domaine, l'expression des sentiments peut être mature et constructive, ou immature et destructive. Quand vous étiez enfant, vous aviez des corps physique et mental immatures et donc, naturellement, un corps émotionnel immature. La majorité d'entre vous a donné à leurs corps physique et mental la possibilité d'atteindre un certain état de maturité. Je vais vous donner un exemple sur le plan physique : les

bébés éprouvent le besoin impérieux d'utiliser leurs cordes vocales. Instinctivement, ils chercheront à favoriser la croissance de certaines cellules grâce à l'usage actif de leurs cordes vocales. Il est désagréable d'entendre un bébé crier, mais cette période de transition contribuera au développement d'organes sains et résistants. Pour le bébé, ne pas passer par ce stade déplaisant en refoulant le puissant désir instinctif de crier finirait par abîmer et affaiblir les organes concernés. Le besoin de se livrer à des exercices physiques poussés a la même fonction. Tout cela fait partie du même processus de croissance. Il serait stupide et dommageable de l'arrêter sous prétexte que l'excès d'activité est dangereux.

C'est pourtant ce qui arrive à votre moi émotionnel. Vous inhibez son fonctionnement parce que vous considérez la période de croissance transitionnelle si dangereuse que vous interrompez complètement la croissance. En conséquence, non seulement vous limitez les excès, mais vous contrariez aussi les processus transitoires qui, seuls, peuvent donner naissance à des émotions mûres et constructives. Puisque c'est plus ou moins le cas pour chacun d'entre vous, la période de croissance émotionnelle qui aboutit à la maturation doit se dérouler maintenant.

Pour que vos processus mentaux mûrissent, il faut aussi qu'ils passent par des périodes de transition. Non seulement vous apprenez, mais vous faites aussi forcément des erreurs. Pendant votre jeunesse, vous avez souvent eu des opinions qui changèrent par la suite. Plus tard, vous vous apercevez que ces opinions n'étaient pas aussi correctes qu'elles le paraissaient, et vous envisagez un autre aspect qui vous avait jusqu'alors échappé ; pourtant, il vous était bénéfique de traverser ces périodes d'erreur. Comment apprécier la vérité à sa juste valeur si on ne s'est jamais trompé ? On ne peut jamais trouver la vérité si on évite les erreurs. Cela renforce les facultés mentales, le sens logique ainsi que la capacité de déduction. Sans le droit à l'erreur de raisonnement, vos facultés mentales ne pourraient pas se développer.

On peut faire cette curieuse observation sur la nature humaine : **elle oppose bien moins de résistance aux nécessaires douleurs de croissance des aspects physiques et mentaux de la person-**

**nalité qu'à la croissance du corps émotionnel.** Rares sont ceux qui reconnaissent que les *douleurs de croissance émotionnelles* sont également nécessaires, et qu'elles sont constructives et bénéfiques. Si vous ne vous arrêtez pas sur cette question, vous croirez que le processus de croissance émotionnelle devrait se dérouler sans douleur. La plupart du temps, on ignore complètement que ce domaine existe et, qui plus est, que son développement est nécessaire ; vous ignorez aussi comment réaliser cette croissance. Vous qui êtes sur ce chemin devriez commencer à le comprendre. Si vous y parvenez, vous finirez par cesser de vous accrocher à votre engourdissement, à votre insensibilité et vous ne vous opposerez pas à passer par une période de croissance maintenant.

#### **Permettre aux sentiments immatures de faire surface**

Pendant cette période de croissance, *il faut que les émotions immatures s'expriment*. Vous ne pourrez atteindre un point où vous n'aurez plus besoin de ces émotions immatures que si vous les laissez s'exprimer en vue de comprendre leur signification. Vous n'y arriverez pas grâce à un processus volontaire, une décision intellectuelle extérieure qui réprime ce qui fait encore partie de votre être émotionnel, mais grâce à un processus organique de croissance émotionnelle au cours duquel les sentiments changeront naturellement de direction, de but, d'intensité, de nature. Mais cela ne peut se produire que si vous éprouvez vos émotions telles qu'elles se présentent maintenant.

Quand on vous heurtait lorsque vous étiez enfant, vos réactions se traduisaient par la colère, le ressentiment, la haine, qui étaient parfois très intenses. Si maintenant vous vous empêchez d'éprouver ces émotions, vous ne vous en déferez pas ; vous ne permettez pas à des émotions saines et mûres de prendre leur suite et de les remplacer, mais vous ne ferez que réprimer les sentiments existants. Vous les enfouirez et vous vous abuserez en croyant ne pas ressentir ce que vous ressentez réellement. Comme vous engourdissez votre capacité à sentir, vous cessez d'être conscient de ce qui existe sous la surface. Alors vous superposez des sentiments que vous pensez devoir éprouver mais que vous n'éprouvez pas en réalité.

C'est ainsi que vous fonctionnez tous plus ou moins, avec des sentiments qui ne sont pas vraiment vôtres. Dans les profondeurs se déroule un processus totalement différent. Ce n'est qu'en période de crise grave que ces sentiments-là font surface. Vous croyez alors que c'est la crise qui a déclenché ces réactions encore immatures mais, en fait, c'est le résultat de l'immaturité émotionnelle cachée et de vos illusions sur vous-mêmes.

En chassant de votre conscience des émotions frustes, destructives et immatures au lieu de vous en débarrasser grâce à la croissance, et en vous abusant, croyant ainsi que vous êtes une personne bien plus évoluée et plus mûre que vous n'êtes en réalité, non seulement vous vous faites des illusions, mais vous sombrez encore plus profondément dans l'isolement, la tristesse, l'aliénation de vous-même et dans des schémas répétitifs d'échec et de déception que vous reproduisez à n'en plus finir. Le résultat de tout cela semble confirmer votre pseudo-solution, votre mécanisme de défense, mais c'est une conclusion erronée.

Les émotions immatures vous valaient des punitions quand vous étiez enfant ; soit elles provoquaient en vous un chagrin effectif, soit elles ne produisaient pas le résultat recherché quand vous les exprimiez. Vous perdiez ce que vous vouliez, par exemple l'affection de certaines personnes, ou bien il vous devenait impossible d'atteindre le but espéré quand vous exprimiez ce que vous ressentiez vraiment. Vous aviez là une raison supplémentaire d'inhiber l'expression de vos émotions. En conséquence, comme vous jugiez celles-ci indésirables, vous vous êtes mis à les balayer aussi hors de votre vue. Cela vous paraissait nécessaire parce que vous ne vouliez pas être blessé, vous ne souhaitiez pas éprouver le chagrin de vous sentir malheureux. Vous trouviez aussi nécessaire de réprimer les émotions existantes, car l'expression du négatif ne produisait pas le résultat recherché.

Pour cette raison même, vous pourriez vous dire que votre tactique est bonne et nécessaire, justifiée par l'instinct de conservation. Si vous exprimez vos sentiments négatifs, vous penserez ajuste titre que le monde vous punira d'une façon ou d'une autre. Oui, c'est vrai. Les émotions immatures sont en effet destruc-

tives et vous nuiront. Mais voici où réside votre erreur : *vous pensez, consciemment ou non, qu'être conscient de ce que vous ressentez d'un côté et y donner libre cours dans le feu de l'action de l'autre sont une seule et même chose.* Vous n'êtes pas capable de distinguer les deux processus. De même, vous n'êtes pas capable de faire une distinction entre un but constructif (pour lequel il est nécessaire d'exprimer ce que l'on ressent et d'en parler au bon moment, avec les gens qu'il faut) et un but destructif, et dans ce cas vous abandonnez tout contrôle sans penser aux conséquences et sans choisir ni le moment ni les gens à qui vous pouvez en parler. Vous refusez ainsi de recourir à un mode d'expression qui vous amènerait à mieux discerner ce qui se passe en vous. Si vous vous laissez aller simplement parce que vous n'avez ni discipline, ni objectif, et donnez libre cours à vos émotions négatives, alors votre comportement est bel et bien destructif.

Essayez de distinguer un but destructif d'un but constructif, essayez de prendre conscience de l'utilité de mettre au jour vos émotions, puis cultivez le courage et l'humilité d'être conscient de ce que vous ressentez vraiment et de l'exprimer quand cela a un sens. Si vous y arrivez, vous remarquerez qu'il existe une énorme différence entre d'un côté l'expression brutale de vos émotions immatures et destructives pour soulager la pression, leur donnant ainsi un exutoire gratuit et dénué de sens, et de l'autre l'activité réfléchie qui consiste à revivre toutes les émotions qui ont existé en vous et qui s'y trouvent toujours. Les expériences émotionnelles qui n'ont pas été convenablement assimilées mais qui, au contraire, ont été réprimées seront constamment réactivées par des situations présentes. Ces dernières vous rappelleront d'une façon ou d'une autre la « solution » originelle qui produisit au départ les émotions non assimilées. Ces rappels ne seront pas forcément déclenchés par des faits réels. Ils peuvent prendre la forme d'un climat émotionnel, d'une association symbolique qu'on ne trouve que dans le subconscient. A mesure que vous prendrez conscience de ce qui se passe en vous, vous remarquerez aussi ces rappels. Ainsi, vous vous rendrez compte que vos véritables sensations sont aux antipodes de ce que vous vous forcez à éprouver.

### Comment activer le processus de croissance

Quand vous ferez les premiers pas timides en direction d'une plus grande conscience de ce que vous ressentez et d'une expression plus directe de ces émotions sans chercher ni raisons ni excuses, vous comprendrez mieux ce qui se passe en vous. Vous percevrez le processus de croissance à l'œuvre, parce que non seulement vos manifestations extérieures, mais aussi le tréfonds de votre être, y prendront une part active. Non seulement vous en viendrez à comprendre ce qui est l'origine de tant de conséquences fâcheuses, mais aussi comment il est en votre pouvoir de changer. Comprendre les interactions avec les autres vous montrera comment vos mécanismes inconscients erronés ont entraîné chez les autres des réactions diamétralement opposées à ce que vous escomptiez au départ. Ainsi, votre compréhension intérieure du processus de communication s'affinera.

C'est la seule façon dont les émotions peuvent mûrir. En revivant la période de l'enfance et de l'adolescence qui donna naissance à ces problèmes, les émotions finiront par mûrir et vous n'aurez plus besoin de craindre le pouvoir de ces émotions dont vous n'étiez pas maître et que vous chassiez simplement de votre conscience. Vous pourrez leur faire confiance et elles pourront vous guider, car tel est le but ultime de la personne saine et mûre. Je dirais même que vous avez tous atteint ce stade dans une certaine mesure. Par moments, vous vous laissez guider par vos pouvoirs intuitifs, mais c'est l'exception plus que la règle. Cela ne peut pas devenir une seconde nature tant que vos émotions restent destructives et infantiles ; elles ne sont donc pas fiables. Puisque vous entravez leur croissance, vous obéissez à vos facultés mentales, dont l'efficacité est moindre. Quand votre intuition deviendra fiable grâce à des émotions saines, une harmonie s'établira entre vos facultés mentales et émotionnelles. Les unes ne contrediront plus les autres. Tant que vous ne pouvez pas vous appuyer sur votre intuition, vous vous sentirez forcément insécurisé et manquerez de confiance en vous. Vous essayez de compenser cela en vous appuyant sur les autres ou sur une fausse religion, ce qui vous rend faible et impuissant. Mais si vos émo-

tions sont saines et fortes, vous aurez confiance en vous et votre sécurité intérieure dépassera toutes vos espérances.

Après vous être débarrassé d'émotions négatives pour la première fois, vous trouverez un certain soulagement en prenant conscience que vos différents corps ont évacué des substances nocives sans provoquer d'effets destructifs pour vous ou pour les autres. Grâce à une lucidité et une compréhension accrues, il émanera de vous des émotions positives nouvelles et chaleureuses qui ne pouvaient se manifester tant que les émotions négatives étaient réprimées. Vous apprendrez aussi à distinguer les émotions positives authentiques des émotions positives artificielles que vous superposez par besoin de sauver la face de votre image idéalisée de vous-même : « C'est ainsi que je dois être ». Parce que vous vous accrochez à cette image, vous ne pouvez pas trouver votre moi véritable et n'aurez pas le courage d'accepter qu'une partie comparativement grande de votre personnalité est encore infantile, immature et imparfaite.

### Qu'est-ce que la véritable sécurité ?

La reconnaissance de ce dernier point est la première étape nécessaire pour éliminer les processus destructifs et *construire un moi véritable, solide, bâti sur le roc*, car vous ne trouverez la sécurité intérieure que vous vous évertuez à rechercher ailleurs que dans les émotions mûres et dans le courage de rendre possible cette maturité et cette croissance.

Donc, bâtissez votre véritable sécurité. Vous n'avez rien à craindre de la prise de conscience de ce qui se trouve déjà en vous. S'en voiler la face ne supprime pas son existence. Par conséquent, il est judicieux de voir ce qu'il y a en vous, d'y faire face et de l'admettre, ni plus ni moins. Il est totalement stupide de croire qu'il vous nuit davantage de savoir ce que vous éprouvez et qui vous êtes plutôt que de l'ignorer. Pourtant, c'est exactement ce que vous faites tous dans une certaine mesure : c'est ainsi que se manifeste votre résistance à vous accepter et à vous faire face.

Votre intellect, beaucoup plus mûr, ne pourra se prononcer sur l'utilité de garder ou non ces schémas de comportement intérieur

qu'après avoir pris acte de ce que vous recelez. Rien ne vous oblige à renoncer à ce qui vous semble une protection, mais observez-la d'un œil lucide et clair, celui de la vérité. C'est tout ce que je vous demande, et vous n'avez aucune crainte à avoir à cet égard.

Et maintenant, mes amis, considérons ce sujet à la lumière de la spiritualité. En venant ici, vous aviez tous au départ l'idée de croître spirituellement. Je dirais que vous espériez presque tous réaliser cela sans vous occuper de votre croissance émotionnelle. Vous voulez croire que l'un est possible sans l'autre. Inutile de dire que c'est tout à fait impossible. Tôt ou tard vous atteindrez tous le point où vous devrez vous décider : souhaitez-vous vraiment une croissance émotionnelle ou voulez-vous encore vous accrocher à l'espoir illusoire que la croissance spirituelle est possible même en négligeant le monde des sentiments et en le laissant assoupi, sans lui donner la possibilité de croître ? Arrêtons-nous un moment sur cette question.

#### **Si les sentiments sont inhibés, l'amour ne peut pas grandir**

Vous savez tous, quels que soit la religion, l'enseignement ou la philosophie spirituels que vous suivez, que **rien ne dépasse la puissance de l'amour**. En dernière analyse, c'est *l'unique puissance*. La majorité d'entre vous utilise souvent cette maxime, mais je me demande, mes amis, si vous avez jamais soupçonné que vous n'utilisiez que des mots vides de leur substance, car vous vous dérobez aux sentiments, aux réactions et aux émotions. Or, *comment pouvez-vous aimer si vous réprimez vos sensations ?* Comment pouvez-vous aimer et en même temps rester ce que vous aimez à appeler « détaché » ? Cela signifie ne pas s'engager personnellement, ne pas risquer le chagrin et les déceptions.

Pouvez-vous aimer d'une façon aussi rassurante ? Si vous engourdissez votre aptitude à ressentir, comment pouvez-vous connaître l'amour ? L'amour est-il un processus intellectuel ? Est-il une tiède affaire de lois, de mots, de lettres, de règlements et de règles, un simple sujet de débat ? Ou l'amour est-il un sen-

timent qui jaillit des profondeurs de l'âme, une effusion chaleureuse dont l'impact ne peut laisser froid et indifférent ? N'est-ce pas avant tout un sentiment ? Il faut l'éprouver et l'exprimer pleinement dans un premier temps ; ensuite, vous pourrez grandir en sagesse. Peut-être même votre discernement s'affinera-t-il aussi, et bénéficierez-Vous de tout cela par surcroît, pour ainsi dire.

Comment pouvez-vous grandir spirituellement (car la spiritualité et l'amour ne font qu'un) en négligeant le domaine de vos émotions ? Pensez-y, mes amis. Regardez comment **vous menez votre petite vie tranquille en espérant une spiritualité sans problème**, qui ne vous engage pas personnellement dans le monde des sentiments. Quand vous commencerez à être plus lucides, vous comprendrez toute l'absurdité de cette attitude. Vos rationalisations conscientes ou inconscientes, qui aboutissent encore au refus de prendre en compte et d'exprimer vos émotions, même si elles sont encore destructrices dans une certaine mesure, vous apparaîtront sous un jour nouveau.

Vous considérerez votre résistance à entreprendre une démarche si nécessaire avec un peu plus de discernement et de vérité. Tout développement spirituel est une farce si on nie l'existence de cette partie de son être. Si vous n'avez pas le courage de permettre à votre négativité de faire surface, comment des émotions saines et vigoureuses pourront-elles remplir votre être ? Si vous ne pouvez pas venir à bout de votre négativité parce qu'elle échappe à votre conscience, ces mêmes éléments négatifs deviendront des obstacles dressés sur la route qui mène au positif.

Ceux d'entre vous qui suivent maintenant ce chemin et font ce qui est si nécessaire rencontreront d'abord toute une série de sentiments négatifs. Mais quand vous en serez venus à bout et que vous les aurez compris correctement, des sentiments mûrs et constructifs les remplaceront. Vous éprouverez la chaleur et la compassion, une impression de partage et d'adaptation dont vous n'aviez jamais soupçonné l'existence auparavant. Vous ne vous sentirez plus seuls. Vous nouerez alors des relations vraiment authentiques avec les autres et vous cesserez de vivre dans la tromperie et l'illusion. Quand cela se produira, une sécurité et un

respect de soi se feront vôtres. Vous commencerez à vous aimer et à vous faire confiance.

QUESTION : *L'amour et la foi en Dieu sont-ils possibles sans maturité émotionnelle ?*

REPONSE : C'est impossible si on parle de véritable Amour, cette volonté de s'impliquer personnellement, et non pas le besoin infantile d'être aimé et entouré qu'on confond si souvent avec l'amour, car la maturité émotionnelle est une base nécessaire pour qu'un amour et une foi véritables et authentiques puissent exister. L'amour et la foi d'un côté, et l'immaturité émotionnelle de l'autre sont mutuellement exclusifs, mon enfant. L'aptitude à aimer découle directement de la croissance et de la maturité émotionnelles. La véritable foi en Dieu, dans le sens de la vraie religion, au contraire de la fausse religion, est là encore une question de maturité émotionnelle parce que dans la vraie religion, on ne dépend pas de l'extérieur. On ne s'accroche pas à une figure d'autorité paternelle par besoin d'être protégé. L'amour et la foi dénaturés ont toujours la forte connotation émotionnelle du besoin. L'amour et la foi véritables découlent de la force, de l'indépendance et de la responsabilité : ce sont des attributs de la maturité émotionnelle. Et l'amour, la foi et l'engagement véritables ne sont possibles que grâce à la force, l'indépendance et la responsabilité.

Quiconque, dans l'histoire, ayant jamais atteint une certaine envergure spirituelle, qu'il soit connu ou inconnu, jouissait forcément d'une maturité émotionnelle.

QUESTION : *Si une personne accomplissant ce travail rencontre des émotions violentes remontant à l'enfance, comment peut-elle leur faire face, les remplacer et les dissoudre en l'absence du conseiller qui vous aide dans ce travail ? Quand nous avons la possibilité de les exprimer en présence de ce dernier, disons deux fois par mois, nous ne ressentirons peut-être pas de telles émotions alors que nous les éprouvons intensément à d'autres moments. Si on se trouve seul, quelle est la meilleure façon de faire face à ces émotions quand elles surgissent ?*

REPONSE : D'abord, il est révélateur que ces émotions ne surgissent qu'au moment où l'on n'est pas engagé activement dans ce travail avec ce soi-disant conseiller. En soi, cette attitude trahit une vive résistance. C'est le résultat à long terme d'un refoulement important. En raison d'un tel refoulement, les émotions qui surgissent apparaîtront d'abord à des moments inopportuns et seront d'une telle intensité qu'elles perturberont la personne. Mais après un laps de temps relativement court, grâce à la véritable détermination intérieure de faire face à l'être dans sa totalité, non seulement les émotions destructives apparaîtront au bon moment et au bon endroit, mais vous serez aussi en mesure de savoir qu'en faire et d'aboutir à un résultat positif.

Cet état de résistance souligne le fait que la lutte intérieure et la haine cohabitent encore avec le désir infantile de résoudre les conflits manifestes sans toucher au mécanisme de défense. Si les émotions destructives vous dominent, montrant ainsi votre incapacité de les dominer sans les réprimer, cela révèle une forme de colère capricieuse où la psyché dit : « Tu vois, tu m'as forcée à me comporter ainsi, et maintenant, vois le résultat. » Si on peut détecter de telles émotions cachées, il y aura moins de danger que les émotions négatives acquièrent un pouvoir que la personnalité ne peut pas maîtriser.

En second lieu, il est important de ne pas se culpabiliser : cause de l'existence de telles émotions, qui sont probablement incompatibles avec l'image que vous avez de vous-même. Si vous apprenez à accepter ce que vous êtes vraiment au lieu de vous identifier à cette illusion qu'est l'image idéale de vous-même, la force des émotions négatives diminuera. Vous éprouverez nécessairement des émotions négatives, mais vous ne craignez jamais qu'elles vous dominent au point de vous faire perdre votre maîtrise de vous-même. En d'autres termes l'impact des émotions négatives, si puissantes que vous avez peur de ne pas pouvoir les maîtriser, n'est pas tant dû à leur existence en soi qu'à votre refus d'accepter que vous n'êtes pas votre moi idéalisé.

Les émotions négatives ne seraient pas aussi déstabilisatrices si vous ne vous accrochiez pas au moi idéalisé tout en luttant pour y renoncer. Une fois que vous vous serez accepté tel que vous êtes maintenant, et aurez pris la décision intérieure de vous débarrasser de vos illusions sur vous, vous y gagnerez énormément en aisance. Vous deviendrez capable d'éprouver des émotions négatives d'une manière qui favorise la croissance. Grâce à elles, vous aurez davantage de discernement, même si vous êtes seul à ce moment-là. De plus, les émotions surgiront pendant les séances de travail et votre lucidité s'affinera d'autant plus si vous les exprimez et travaillez avec elles.

Donc je ne peux pas vous donner de règles à suivre. Je ne peux qu'attirer votre attention sur la raison qui sous-tend cette manifestation. Si vous l'assimilez vraiment, souhaitez la comprendre et poursuivez votre chemin à partir de là, cela vous aidera énormément. Bien sûr, je m'adresse ici à tous mes amis.

*QUESTION : Cela signifie-t-il que les émotions ne sont pas dangereuses en soi, mais que c'est notre déception vis-à-vis de notre propre image qui les rend si puissantes ou dangereuses ?*

REPONSE : Oui, c'est exact, mais elles n'ont pas à être dangereuses si vous ne voulez pas qu'elles le soient. Si la colère intérieure n'est ni comprise correctement ni exprimée de façon constructive, comme vous l'apprenez sur ce chemin, une soi-disant crise de colère éclate et l'enfant en vous s'emporte en détruisant et les autres et le moi. Trouvez l'enfant en vous qui veut se bagarrer, et vous maîtriserez les émotions négatives en évolution sans les réprimer ; à la place, vous leur permettrez de s'exprimer de façon constructive et vous apprendrez grâce à elles. Découvrez les domaines où vous n'aimez pas qu'on vous néglige et où on ne vous donne pas ce que vous voulez. Quand vous aurez pris conscience de la raison de toute cette colère, vous serez à même de dédramatiser parce que vous remarquerez les exigences absurdes de l'enfant en vous. C'est le travail que vous avez à faire au cours de cette phase particulière.

C'est une étape cruciale et décisive sur votre chemin. Quand vous aurez franchi ce cap difficile, la suite du travail sera beaucoup plus facile. A chaque fois que vous avez peur de ne plus vous maîtriser, je vous conseille de penser à l'image que vous avez de vous-même, de ce que vous pensez qu'elle devrait être, et comment elle s'oppose aux émotions qui se manifestent effectivement.

Au moment où vous voyez ce décalage, vous ne vous sentirez plus menacé par les émotions négatives. Vous pourrez les dominer. Voilà le meilleur conseil que je puisse vous donner à cet égard. Trouvez en vous les domaines où vous en voulez à la vie car elle ne vous laisse pas être votre moi idéalisé, où vous sentez qu'elle vous empêche d'être ce que vous pourriez être si elle ne s'en mêlait pas. Quand vous aurez pris conscience de ces réactions émotionnelles vous aurez, là encore, fait un grand pas en avant.

Mes amis, vous voyez votre méprise : vous croyez que le mal provient de l'existence des émotions négatives en tant que telles. Il n'est en rien. Il provient de votre refus d'accepter votre véritable moi, des accusations que vous portez contre la vie parce qu'elle vous empêche d'être ce que vous sentez pouvoir être si elle vous laissait en paix. Telle est la nature de ces émotions fortes et puissantes, et elles ne peuvent vous mettre en danger que dans la mesure où vous n'êtes pas conscients de leur nature. Donc, cherchez leur signification et leur véritable message et vous n'aurez plus jamais rien à craindre.

Sur ce, mes très très chers amis, je vous quitte. Soyez tous bénis. Puissiez-vous tous grandir en force et en sagesse afin de réussir dans votre vie, de croître spirituellement et de ne pas stagner, car c'est la seule chose qui donne un sens à la vie : l'évolution continue. Mieux vous réaliserez cela, et plus vous serez en paix avec vous-mêmes.

Que les bénédictions de force, d'amour et de chaleur vous soient accordées. Soyez bénis. Que Dieu soit avec vous.

## Les vrais et les faux besoins

*L* A plupart d'entre nous sont convaincus que nos problèmes sont occasionnés par les gens qui ne satisfont pas nos besoins. C'est faux, dit le Guide. Nombre de satisfactions spécifiques que nous cherchons à obtenir sont fondées sur de faux besoins ; nous serons donc toujours frustrés à cet égard. Comment nos faux besoins se sont-ils substitués aux vrais besoins non satisfaits, comment distinguer ces derniers des véritables besoins et y renoncer, et enfin comment reconnaître et satisfaire nos vrais besoins présents : tel est le contenu de cette conférence.

Bonsoir, mes amis. Energie et bénédictions se déversent sur vous. Si vous ouvrez votre cœur et votre pensée, vous pourrez les recevoir.

La majorité des êtres humains ne sont pas encore conscients ni de leurs immenses potentialités, ni de leurs pouvoirs spirituels. Qu'est-ce que j'entends par potentialités et pouvoirs spirituels ? Ceci : ces pouvoirs transcendent de loin les capacités humaines qu'on considère normales sur votre plan d'existence.

### **Réveiller les potentialités spirituelles endormies**

Ces pouvoirs restent inaccessibles ou peuvent même être dangereux si l'être humain ne s'est pas purifié jusqu'à un certain point, ou si la conscience est encore dans un état de demi-sommeil, ce qui est toujours lié à des attitudes destructives telles que

l'entêtement, l'orgueil, la peur, la cupidité, l'envie, la malveillance, la cruauté, la rancune et l'égoïsme. La plupart des êtres humains se trouvent dans un état particulier : ils ne perçoivent que 10 % de ce qui existe dans le monde autour d'eux et en eux, tandis qu'ils sommeillent pour les 90% restant. Le processus d'éveil du moi exige beaucoup d'efforts, de discipline, de travail, et aussi le désir de renoncer à ses habitudes destructives et aux satisfactions éphémères et coûteuses qu'on en tire. Grâce à ces sacrifices, la conscience s'élargit progressivement, les perceptions s'affinent et une nouvelle connaissance intérieure se manifeste, signe de l'éveil du véritable moi.

Cette perception intuitive croissante, cette connaissance intérieure (d'abord de soi, ensuite de l'être le plus intime des autres, et finalement de la vérité cosmique et de la création) se développe, et on découvre la vie éternelle. C'est une certitude absolue ! Eveiller ses potentialités spirituelles donne aussi accès aux forces vitales qui existent de toute éternité, présentes en nous et autour de nous. On peut utiliser ces pouvoirs pour guérir, aider et atteindre une plénitude et une conscience de soi et des autres qui va croissante. Inutile de dire que si le petit ego prédomine encore sur le véritable moi spirituel, l'abus de ces pouvoirs est inévitable. *Il faut d'abord éveiller l'amour dans l'âme d'une personne pour que les nouveaux pouvoirs spirituels puissent être utilisés en toute sécurité.* Si le champ énergétique d'une personne vibre à une basse fréquence à cause du manque d'évolution de l'âme, les fréquences bien supérieures des pouvoirs spirituels peuvent détruire la santé et la vie ; ce processus comporte donc des risques énormes. C'est pourquoi il est si important pour l'évolution de progresser par paliers successifs. Le moyen le plus sûr consiste à privilégier la *purification* avant toute chose.

Quand cette dernière précède le développement des pouvoirs et des potentialités psychiques et spirituelles, la joie augmente et la peur diminue. On trouve de plus en plus facilement des solutions à tous les problèmes : elles se présentent parce qu'on fait face aux difficultés et qu'on en vient à bout. La guérison de tous les maux de l'âme et du corps devient alors possible.

Mais cet état idéal ne peut pas être atteint si vous ne vous arrêtez pas sur vos besoins, qu'ils soient vrais ou faux, conscients ou inconscients. Toute personne qui ne met pas au jour ses expériences émotionnelles inconscientes devra emporter avec elle dans l'incarnation suivante tous les éléments refoulés. Tous ces éléments gravés dans la psyché chercheront, pour se réincarner, des circonstances et des gens qui leur permettront d'être réveillés et assimilés. Ainsi, des parents et un certain environnement seront en apparence responsables d'expériences douloureuses vécues pendant l'enfance. En fait, le stade d'évolution limité des parents devient un moyen de faire ressurgir des empreintes qui, autrement, resteraient assoupies et inaccessibles à la conscience, empêchant ainsi une purification totale.

Bien sûr, il est possible de se rallier aux anciennes méthodes et d'éviter les expériences douloureuses, mais cela prolonge le cycle. Cependant, un jour viendra où chaque entité ne pourra plus se dérober à la confrontation ouverte de cette expérience.

Vous pouvez suivre l'enchaînement des événements même pour le cours de cette vie-ci. Dans la mesure où vous n'avez pas entièrement assimilé votre passé d'enfant, vous attirerez à vous le même genre de circonstances plus tard dans la vie. Si vous avez occulté votre enfance et ignorez ce qui se passa vraiment en vous, vous aurez tendance à ne pas reconnaître ce que vous éprouvez et ressentez maintenant, lors des répétitions de ces expériences. Inversement, à mesure que vous devenez conscient de vos sentiments passés, vous vous rendez également compte de la façon dont les expériences passées se reproduisent. Votre état d'engourdissement vis-à-vis du passé émotionnel a un effet anes-thésiant sur les expériences actuelles similaires, à moins de prendre l'engagement ferme de vous éveiller, aux prix de gros efforts, même si cela peut sembler très douloureux au départ.

### **La frustration des besoins légitimes de l'enfant**

Pour être pleinement conscient et vigilant quant à ce qui vous arrive maintenant, il faut mettre au jour les expériences similaires du passé et en venir à bout. Les impuretés résiduelles de l'âme

seront alors nettoyées, tout comme l'héritage d'incarnations antérieures. Quand, sur votre chemin, vous rencontrez ces éléments résiduels, vous constaterez que les expériences les plus douloureuses sont les frustrations de vos besoins légitimes pendant l'enfance. Le déni de vos vrais besoins crée vos faux besoins. Cela est extrêmement important à comprendre.

*Quels sont les vrais besoins et quels sont les faux ?* En premier lieu, ce qui est vrai à une période de la vie de quelqu'un pourra cesser de l'être plus tard. Un vrai besoin pour un enfant ne l'est plus du tout pour un adulte. Quand une personne qui se développe nie l'existence du chagrin causé par un vrai besoin non satisfait, ce dernier ne disparaît pas. Au contraire, le déni de ce chagrin perpétue le besoin et le transfère à une période ultérieure et sur d'autres gens, si bien qu'il devient un faux besoin. Prenez l'exemple spécifique d'un enfant dont le seul besoin est de recevoir des soins, de l'attention, de l'affection et de la reconnaissance pour l'individualité unique qu'il représente. Si ces besoins ne sont pas satisfaits, l'enfant souffrira. Si ces souffrances sont acceptées et qu'on y trouve des solutions au niveau conscient, la personne résorbera ses handicaps malgré certains mythes fort répandus. La véritable cause de ces handicaps, c'est la  *croyance*  que cette douleur ne peut être éliminée qu'au moment où tous les manques de la personne sont palliés, même des années plus tard. C'est évidemment impossible à réaliser, car même si un adulte pouvait finir par trouver des parents de substitution, idéaux et parfaits d'après les critères de l'enfant frustré, toutes ces attentions, venant de l'extérieur, ne pourraient jamais combler les véritables désirs de l'adulte.

Vous ne pourrez satisfaire ces besoins qui sont à l'origine de tant de souffrances que si, adulte, vous vous mettez à chercher en vous tout ce que vous cherchez encore à l'extérieur. Cette démarche doit commencer par la prise de responsabilité pour ses actes. Si vous restez enlisé parce que vous rendez responsables vos parents, ou la vie, vous vous privez de votre centre vital, source de toute perfection. Vous ne pourrez trouver la sécurité, cette sécurité que vous cherchiez auparavant dans ce que vous

donnaient les autres, que si vous essayez de changer votre propre attitude et de découvrir que votre souffrance résulte de votre attitude  *en ce moment* . L'anxiété disparaîtra exactement dans la mesure où vous chercherez en vous la cause de vos souffrances actuelles. Et cette souffrance provient du  *déni de la douleur originelle*  et des façons de penser et de sentir négatives et destructives qui en résultent.

Quand les gens se mettent à assumer véritablement la responsabilité de leurs actes, ils cessent aussi - petit à petit - d'attendre que les sentiments réconfortants viennent de l'extérieur. Ils dépendront moins de l'amour et des encouragements des autres, car ils seront en mesure de se tenir eux-mêmes en estime, ce qu'ils étaient incapables de faire tant qu'ils restaient des enfants exigeants et rancuniers. Voilà encore une autre étape qui rapproche du véritable moi et qui, par suite, augmente l'aptitude à devenir une source abondante de sentiments positifs et chaleureux et renforce le désir de les partager plutôt que de les garder pour soi par méchanceté. La capacité à éprouver un plaisir provenant de l'intérieur du corps et de l'âme, pour ensuite l'offrir aux autres, devient une véritable alternative à l'âpre insistance à recevoir. Le développement de ces aptitudes comblera le vide créé par les besoins non satisfaits de l'enfant.

### **Comment dissoudre le chagrin causé par les besoins légitimes non satisfaits**

Moins on ressent le chagrin causé par les besoins légitimes non satisfaits, plus les  *faux besoins*  habiteront la personnalité, qui exigera forcément beaucoup des autres. Quand ces exigences ne sont pas satisfaites, les rancœurs - et souvent le venin des accusations qu'on porte contre la vie ou les autres - augmente l'impression de carence affective, de sorte qu'un cercle vicieux continu semble enfermer la personne dans un état de désespoir. Il n'est pas difficile de rationaliser une situation et de lancer de violentes accusations. On peut toujours trouver des raisons réelles ou imaginaires, exagérées ou déformées, pour se décharger du poids de la responsabilité sur les autres. Puisque tout ce processus est sub-

til et caché, il faut être très attentif et très honnête avec soi-même quand on s'observe pour le voir à l'œuvre. Vous ne pourrez comprendre les rapports que j'établis ici qu'au moment où vous serez capable de reconnaître l'irrationalité de vos exigences et de voir la façon dont vous voulez administrer des punitions à ceux que vous condamnez.

Quels sont les vrais besoins d'un adulte ? Ce sont l'expression de soi, la croissance, l'évolution, la jouissance de ses potentialités spirituelles et tout ce qui en découle. Cela signifie le bonheur, la plénitude, l'amour, de bonnes relations et une contribution significative au plan grandiose où chacun a son rôle à jouer. Quand la croissance a atteint un certain degré, on commence à percevoir et à ressentir intérieurement cette tâche jusqu'à ce qu'elle devienne une réalité. Sentir sa croissance intérieure est un vrai besoin ; son absence entraîne l'insatisfaction. Vous devez alors vous efforcer de chercher les obstacles présents dans votre âme et les surmonter. Ces derniers sont toujours, d'une façon ou d'une autre, liés à la perpétuation de besoins qui furent réels à un moment donné, mais qui sont maintenant devenus de faux besoins.

### **Surmonter la résistance à mettre au jour les faux besoins**

**La perpétuation de faux besoins** crée tout un ensemble de conditions destructives dans l'âme d'une personne. Puisque ces besoins ne pourront jamais être satisfaits, une impression permanente de vide et de frustration détruit l'espoir, noircit la vision et provoque le ressentiment, la haine, les reproches et souvent la rancune. On recourt alors à l'autopunition et à une résistance passive et venimeuse pour punir ceux qui semblent être à l'origine de l'état négatif. Plus ces caractéristiques intérieures sont marquées, plus le sentiment de culpabilité et la fuite seront grands, et il devient ainsi impossible de s'attaquer à la racine du problème, de changer sa perception et ses priorités. Tout ce mécanisme ne peut être inversé que si la résistance à reconnaître ses faux besoins est vigoureusement surmontée.

Avec les vrais besoins, on n'exige jamais des autres qu'ils cèdent et se soumettent. Cela ne paraît nécessaire que pour le

petit ego. Le véritable besoin d'amour, de camaraderie et de partage ne peut être satisfait que si l'âme est prête à donner et à recevoir, ce qu'il ne faut jamais confondre avec le besoin *névrotique* d'être aimé. Mais la confusion entre les deux besoins est assez fréquente. Tant que vous croyez être vraiment disposé à aimer, mais que le sort vous est défavorable et vous prive de la personne qui vous aime et que vous pouvez aimer, vous essayez encore, et avec beaucoup d'ardeur, de satisfaire vos besoins d'enfant grâce à un parent de substitution. Une fois que vous serez vraiment prêt à renoncer à vos chimères, à commencer à vivre au présent et à regarder en vous, le véritable amour viendra à vous et votre véritable besoin actuel sera satisfait.

Les besoins légitimes ne peuvent être satisfaits que dans la mesure où vous revivez vos sentiments originels et les éléments résiduels du passé. Cela signifie que vous devez découvrir et abandonner les faux besoins résultant du déni du chagrin causé par l'insatisfaction originelle. Laissez-vous régresser dans l'enfance et permettez à l'enfant irrationnel en vous de s'exprimer.

Si vous prêtez l'oreille à ce côté irrationnel, vous découvrirez qu'il se manifeste invariablement ainsi : « J'ai besoin qu'on m'aime et qu'on m'approuve en toutes circonstances, sinon c'est la catastrophe. » Le moi finit par s'en persuader et utilise cette idée comme un moyen de forcer les autres à céder ; alors, la non-satisfaction de ces exigences insatiables d'acceptation inconditionnelle et totale, malgré son entêtement et son orgueil, apparaîtra vraiment comme une situation catastrophique. Même si de nombreux aspects de votre être sont mûrs à maints égards, cherchez en vous ces réactions cachées à chaque fois que vous éprouvez un fort sentiment de malaise ou d'anxiété.

Le simple fait d'examiner clairement tout cela vous mettra dans l'impossibilité de croire à la catastrophe à ce point. Il est donc nécessaire de découvrir le concept - ou plutôt la méprise - qui sous-tend votre forte réaction à une insatisfaction, à une blessure, aux critiques ou à la frustration. Il est alors possible de reconnaître *le faux besoin* et la véhémence avec laquelle il est entretenu, perpétué et justifié. *Les faux besoins sont des exigences vis-à-vis des autres* et ne pourront jamais être assouvis.

Souvent, la méprise dualiste qui consiste à croire que soit vous vous suffisez à vous-même (et donc devez rester absolument seul), soit vous vivez une relation épanouissante et dépendez totalement de l'autre, vous empêche même d'assumer la responsabilité de vos actes. Cette attitude semble devoir exiger le renoncement à tout espoir d'avoir une relation sentimentale. Rien n'est plus faux. L'épanouissement ne deviendra une véritable réalité que si vous ramenez vos sentiments à vous-même, exploitez vos ressources intérieures et faites couler la source de vos sentiments de chaleur et d'amour. Inversement, dans la mesure où vous vous accrochez à l'autre en insistant pour qu'il satisfasse vos exigences, dans cette même mesure vous devrez rester seul et vos besoins présents resteront insatisfaits, perpétuant ainsi les vieilles blessures de votre enfance. Votre état actuel peut ainsi servir de point de repère : il sera plus fiable que tout autre critère.

Quand le moi spirituel qui se débarrasse de ses illusions exprime le véritable besoin d'écarter les obstacles qui le privent de l'épanouissement, de la conscience et de l'intimité avec les autres, une force merveilleuse s'éveille. C'est le but le plus important, d'où tout découle. Nous ne répondrons jamais à cet appel en jetant la première pierre. Même si vous ne vous sentez pas encore la force de vous engager totalement, comme cela est nécessaire, vous pouvez demander de l'aide pour y arriver. Elle viendra.

### **Vouloir satisfaire ses faux besoins est la cause de la souffrance actuelle**

A mesure que vous découvrez comment vous occultez maintenant le chagrin issu d'un lointain passé oublié, qui continue cependant à vous tourmenter, vous constaterez aussi à quel point vous persistez à accuser les autres. Même si vos parents ont terriblement failli à leur tâche (car eux aussi sont des êtres humains faillibles), ils ne peuvent pas être tenus pour responsables de vos souffrances actuelles, pas plus que ne peuvent l'être ceux sur qui vous comptez pour pouvoir panser toutes les blessures que vous avez reçues. Votre souffrance actuelle est le résultat de cette erreur : vous cherchez à tout prix à satisfaire vos faux besoins. Ce

mécanisme semble très subtil au premier abord mais, quand vous aurez affiné votre sens de l'observation, il vous sautera aux yeux. Tant que vous choisirez de l'ignorer, vous passerez peut-être maître dans l'art d'expliquer rationnellement votre situation, mais sans résultats positifs, bien au contraire.

En effet, vous réussirez peut-être à tromper les autres, ou même votre moi conscient extérieur quant à la légitimité de vos arguments et de votre cas. Mais vous ne pourrez jamais tromper ni votre véritable moi intérieur ni la vie dont les règles sont les mêmes pour tous : impartiales et justes. La vie attend jusqu'à ce que vous trouviez la vérité, c'est-à-dire le moment où vos besoins légitimes non reconnus quand vous étiez enfant créèrent la peur et le chagrin que vous ne vouliez ni ne pouviez accepter de ressentir totalement. Il faut que cette coupe se vide. Votre attitude de refus entraîna la création de faux besoins dont la nature et le sens devinrent également cachés. Quand ces réactions en chaîne seront mises au jour, vous pourrez en venir à bout.

Chercher à satisfaire ses faux besoins engendre des souffrances intolérables faites de tensions, de repli sur soi, d'amertume, le tout dans un climat de désespoir. Cette situation est très différente de la douleur d'une véritable insatisfaction, d'une blessure ou d'une carence affective. Si ces difficultés ne deviennent pas des besoins irréels, la douleur peut être dissoute et retransformée en courant d'énergie vitale, retrouvant ainsi sa nature originelle. *Les douleurs malignes résultent du combat contre ce qui est ; les douleurs bénignes résultent de l'acceptation.*

### **Renoncer à vouloir satisfaire ses besoins irréels**

Quand vous renoncez à vos exigences insatiables et à vos besoins irréels un par un, vous vous apercevez qu'ils sont bel et bien illusoire. Voici un exemple : vous pensiez au départ que vous ne pouviez pas vivre sans l'approbation des autres, sans leur amour et leur acceptation inconditionnels, sans leur admiration dénuée de critiques, etc. Si vous envisagez la possibilité de vous épanouir, de vivre dans le contentement, le bonheur et la plénitude sans que ces exigences soient satisfaites (une idée toute

nouvelle au départ), vous serez surpris de découvrir que c'est tout à fait à votre portée. De nouvelles voies s'ouvriront devant vous, de nouvelles possibilités que vous n'auriez pas pu soupçonner auparavant, tant vos idées sur la façon dont les événements devaient se dérouler étaient limitées et rigides.

Quel que soit le domaine de votre vie, la présence d'obstacles, d'insatisfactions ou de murailles inébranlables indique l'existence d'un besoin irréal qu'il faut découvrir. Il faut surprendre cette voix intérieure qui dit avec insistance : « C'est comme ça que ça doit se passer, et pas autrement. Il faut que la vie me donne cela, c'est absolument impératif. » Quand vous y parviendrez et que vous reconnaîtrez son caractère illusoire, quelque chose se déblocuera instantanément. Le fait même de remettre en question la validité de ces besoins irréels, que vous aviez trouvés normaux et justifiés jusqu'à ce jour, libérera des forces créatrices. *Des fondateurs de votre être, du centre de votre plexus solaire, la voix de la sagesse vous guidera.*

Les énergies qui se libèrent, si on suit le processus décrit ici, ne sont pas seulement des énergies physiques qui apportent le bien-être, l'aisance et la joie ; elles se manifestent aussi sous forme de vérité et de sagesse : c'est la voix de votre moi spirituel le plus intime.

Quand vous explorerez les profondeurs de vos sentiments les plus secrets, mes amis, vous ne risquerez plus de sombrer dans des douleurs intolérables. Car quelles que soient les difficultés rencontrées pendant votre enfance, le nombre de vos expériences négatives et la cruauté éventuelle de vos parents, ce n'est pas là que réside la véritable cause de la douleur. La cause, c'est votre persistance à rester accrochés à des besoins qui sont maintenant de faux besoins, à exiger que les circonstances soient différentes et que la vie vous accorde maintenant toutes les compensations et vous donne tout gratuitement, vous laissant le bénéficiaire mais en vous privant, de ce fait, du magnifique jeu de la vie. C'est ce qui vous blesse et vous meurtrit maintenant. De toute façon, vous devez commencer par vous-même. Si vous vous y prenez de cette façon, vous deviendrez capables de donner autant de profondeur

et de réalité aux sentiments positifs qu'aux sentiments négatifs et douloureux.

Puissiez-vous tous trouver dans la conférence de ce soir un élément qui vous éclaire et vous aide un peu plus dans votre travail. Qu'elle vous donne un peu plus de courage, de force, d'espoir et de dignité intérieure, afin de vous libérer de votre propre esclavage et d'aller vers l'unité intérieure plutôt que vers la division. Allez en paix, mes très chers amis, sur ce chemin glorieux de la réalisation de soi et de la liberté.

Soyez bénis, que Dieu soit avec vous.

# 10

## **Des possibilités infinies, limitées par la dépendance émotionnelle**

*On ne peut pas réaliser dans le plan physique ce qu'on ne peut pas d'abord concevoir : c'est une loi universelle. A partir de ce concept métaphysique, le Guide nous ramène directement à notre moi infantile qui nous emprisonne dans le carcan étroit de nos limitations à cause de notre dépendance continuelle vis-à-vis de l'approbation extérieure.*

*Nous sommes venus sur terre pour être heureux et épanouis. Mais comment peut-on y arriver ?*

*Voici une conférence qui élargit vraiment la conscience.*

Bonsoir, mes très chers amis. De nouveau, je vais essayer de vous aider à progresser.

Tous les grands enseignements spirituels affirment que les possibilités de création sont infinies et que chaque être humain possède ces potentialités de réaliser ces infinies possibilités de bonheur. Vous avez presque tous déjà entendu ces vérités. Certains d'entre vous y croient peut-être, du moins en principe ; d'autres seront réticents à les accepter, ne serait-ce qu'en théorie.

Essayons maintenant de surmonter certaines des difficultés liées à la compréhension de ces principes.

### **Tout, dans le monde, existe à l'état de potentialité**

Avant tout, il est nécessaire de comprendre que personne ne crée quoi que ce soit de nouveau, de même qu'il est impossible de donner naissance à quoi que ce soit de nouveau. Cependant, il est possible qu'une personne concrétise quelque chose qui existe déjà. Tout, absolument tout existe déjà à un autre niveau de conscience : c'est un fait. Le mot « tout » ne peut pas exprimer l'étendue de ce concept. Quand on parle de l'infinité de Dieu ou de la création, on illustre en partie cette idée. Il n'est aucun état, aucune expérience, aucune situation, aucun concept, aucun sentiment, aucun objet qui n'existe pas déjà. Tout dans le monde existe à l'état de potentialité et contient déjà en lui le germe du produit fini. Je vois que cette idée n'est pas facile à appréhender pour les êtres humains, car elle est si contraire à votre façon d'être, de penser et de sentir au niveau ordinaire de conscience. Mais plus vous pourrez approfondir vos méditations sur ce sujet, plus il vous sera facile de la sentir, de la saisir et de la maîtriser. Connaître et comprendre ce principe de création (que tout existe déjà et que les êtres humains peuvent concrétiser ces possibilités latentes) est une des conditions préalables nécessaires si on veut utiliser la totalité des potentialités infinies de la vie.

Avant de pouvoir créer de nouvelles possibilités d'épanouissement et des champs d'expérience entièrement nouveaux dans votre vie, vous devez d'abord apprendre à appliquer ces lois de création aux domaines qui vous posent des problèmes, là où vous vous sentez perturbé, limité, handicapé ou pris au piège. Un développement sain du véritable moi est la suite logique de la création d'une personnalité saine. Cela peut se produire une fois que vous apprenez et comprenez que les lois de la création ne peuvent se mettre en œuvre que si vous les appliquez d'abord pour résoudre les problèmes de la personnalité.

**Vous pouvez réaliser absolument tout ce que vous pouvez concevoir.** Supposez que vous soyez plongé dans un conflit où vous ne voyez pas d'issue ; tant que vous n'en imaginez pas, vous ne pouvez pas prendre conscience d'une solution potentielle qui existe déjà. Si vos idées concernant l'issue sont nébu-

leuses ou irréalistes, les solutions temporaires qui vous apparaîtront comme les seules possibilités seront de même nature. Le même principe s'applique à la vie en général. Si vous comprenez vraiment qu'il existe un nombre infini de possibilités dans toute situation donnée, vous pouvez trouver des solutions là où cela semblait jusqu'alors exclu.

C'est la prérogative des êtres humains que d'utiliser ces lois de création et de développer tous leurs potentiels pour que ces possibilités infinies puissent voir le jour ; ils peuvent donc jouir pleinement des offrandes de la vie. Si votre vie vous paraît limitée, c'est seulement parce que vous êtes convaincu qu'il doit en être ainsi. Vous ne pouvez pas concevoir davantage que ce que vous avez vécu lors de vos expériences passées ou présentes. C'est précisément le premier handicap. Par conséquent, si vous voulez accroître vos propres possibilités de bonheur, vous devez assimiler le principe suivant : *pour réaliser quoi que ce soit, il faut d'abord pouvoir le concevoir.*

Vous devriez vraiment méditer sur cette phrase, car la compréhension de ce concept vous ouvrira de nouveaux horizons. Vous devriez aussi comprendre que concevoir de nouvelles possibilités d'expansion ou de bonheur n'a rien à voir avec des rêvaseries. Les rêvaseries mélancoliques et résignées qui se nourrissent de fantasmes destinés à remplacer la morne réalité ne correspondent pas du tout à ce que je veux dire ici ; en fait, elles sont une entrave à une approche correcte des potentialités de la vie. Il vous faut un concept dynamique, vigoureux et actif de ce qui est possible en réalité. Quand vous savez que ce que vous souhaitez réaliser existe en principe, vous avez fait le premier pas vers sa concrétisation.

### **La motivation négative exclut tous nouveaux horizons**

Donc, j'invite chacun d'entre vous à s'arrêter sur ce que vous concevez comme des possibilités dans votre vie. Cette forme d'introspection vous fera découvrir d'abord que vous concevez des possibilités négatives que vous craignez naturellement, que vous souhaitez éviter et contre lesquelles vous vous défendez.

Quand vous utilisez la majeure partie de vos énergies psychiques pour vous défendre contre des expériences négatives possibles, votre motivation est négative.

La motivation négative n'implique pas nécessairement une intention destructive. A cet égard, une motivation positive dans ce contexte pourrait aussi indiquer un but ou une intention très destructifs. Eviter une possibilité que l'on craint implique une motivation négative. Après un examen minutieux de vos attitudes mentales et émotionnelles, vous découvrirez que vous êtes motivé négativement dans une large mesure. C'est une des premières limitations qui vous enferme dans une prison imaginaire, qui n'a pas lieu d'être. Cela s'applique, bien sûr, à tous les niveaux de votre personnalité. Au niveau mental, vous ne pouvez pas envisager des horizons infinis d'expériences, d'expansion, de stimulation, toutes sortes de possibilités merveilleuses et heureuses qui sont votre prérogative dans cette vie, que vous pouvez réaliser. Au niveau émotionnel, vous réprimez l'expression naturelle et spontanée de vos sentiments, vous les inhibez, en proie à la peur, à l'anxiété et à la suspicion. Au niveau physique, vous ne permettez pas à votre corps d'éprouver le plaisir qu'il mérite. Voilà certaines limitations que vous vous infligez artificiellement et inutilement.

### **Quelques croyances populaires erronées**

Un autre obstacle qui vous empêche de mener une vie idéale et complètement épanouie, c'est cet ensemble de mythes fort répandus de par le monde : « Il n'est pas possible d'être vraiment heureux ! La vie humaine est très limitée. Le bonheur, le plaisir et l'extase sont des buts frivoles et égoïstes auxquels les gens vraiment spirituels doivent renoncer dans l'intérêt de leur évolution spirituelle. Le sacrifice et le renoncement sont les clés de l'évolution spirituelle... » Il n'est pas nécessaire d'élucider davantage ces mythes profondément ancrés chez les êtres humains, qui sont plus souvent inconscients que conscients, mais il vous faut découvrir la manière subtile dont vous donnez foi à des concepts aussi généraux, en dépit de tout ce que vous croyez

consciemment. Vous découvrirez peut-être ces réactions subtiles en observant votre répugnance à entreprendre une démarche en vue de chercher à satisfaire un besoin parfaitement inoffensif et normal ou d'atteindre un but vraiment constructif. Vous avez l'impression que quelque chose vous retient et paralyse vos efforts. Même s'il existe bien d'autres raisons à cette répugnance - et nous en parlerons tout à l'heure - il est souvent vrai que vous acceptez aveuglément une idée négative absurde et qui ne mène à rien de bon.

La peur du bonheur, du plaisir, d'un enrichissement des expériences de la vie se fonde sur l'ignorance qu'une telle plénitude existe et que vous possédez tous les pouvoirs, facultés et ressources de créer et de réaliser ce que vous souhaitez. Elle se fonde aussi sur des mythes tels que « le plaisir est défendu » ou « il est égoïste de chercher son épanouissement personnel ». La peur du bonheur se fonde aussi sur la peur d'être anéanti et de disparaître si on s'abandonne au courant des forces universelles qui vous emporteraient. Un tel abandon implique le renoncement aux forces et à la volonté de l'ego, pour ensuite s'en remettre aux énergies positives de la nature profonde.

### **Subterfuges pour masquer sa faiblesse et sa dépendance à l'égard d'autrui**

Tout être humain, dans ce monde, nourrit des attitudes de peur et de faiblesse. Parce que ce recoin de la personnalité est généralement l'origine d'un fort sentiment de honte, il est gardé secret, souvent même vis-à-vis de la conscience. Vous inventez maints procédés pour masquer cette faiblesse et cette dépendance qui vous donne un sentiment d'impuissance totale, vous rend incapable de vous affirmer et vous empêche même de protéger votre authenticité et votre intégrité. Quand il s'agit de ce domaine de l'âme, on est constamment forcé de se compromettre et de se trahir pour éviter la désapprobation, les critiques et le rejet. Le besoin d'être accepté par les autres est habituellement moins honteux que les moyens auxquels recourt la personnalité pour amadouer et apaiser les autres. Les mécanismes de défense sont si fondamen-

taux du point de vue psychologique que vous ne pouvez pas aller bien loin dans votre travail de purification si vous ne cherchez pas à savoir comment ils fonctionnent dans votre vie. Tous ces mécanismes que vous découvrez et que vous avez peut-être même commencé à éliminer prennent en général deux formes. Il s'agit soit des moyens d'obtenir ce que vous considérez apparemment comme vital, l'acceptation par les autres, par exemple, soit des moyens de masquer votre soumission honteuse, souvent par une attitude apparemment contradictoire où se manifestent l'indifférence, l'hostilité, ou la rébellion et une hyperagressivité aveugles et compulsives.

### **La dépendance psychologique de l'enfant en soi qui a encore besoin des autres**

Peu de choses occasionnent aux êtres humains tant de peine et de honte que ce point faible intérieur, vulnérable aux compromissions, qui leur donne l'impression d'être impuissant et forcé. Vous savez déjà, mes amis, que **ce domaine de la personnalité est resté un enfant**. L'enfant ne sait pas encore que l'ensemble de la personnalité a grandi et n'est plus aussi désarmé et dépendant. Les nourrissons et les jeunes enfants sont vraiment dans cette situation de dépendance, mais dans le recoin infantile de votre être vous ne savez pas - ou ne voulez pas savoir - que tel n'est plus le cas.

Le jeune enfant dépend de ses parents pour tous les besoins vitaux essentiels : un abri, la nourriture, l'affection, la protection mais aussi, et surtout, pour le plaisir, si nécessaire. Un être humain ne peut pas vivre sans plaisir. Nier cette vérité est une des erreurs les plus préjudiciables. Le corps, la pensée, l'âme et l'esprit dépérissent s'ils sont privés de plaisir. Les adultes ont assez de ressources pour trouver, grâce à leurs propres efforts, un abri, de la nourriture, de l'affection et la sécurité, et ils peuvent faire de même concernant le plaisir. Dans tous ces domaines vous devez coopérer et communiquer avec les autres à des degrés divers. Vous ne pouvez subvenir à aucun de ces besoins essentiels sans avoir affaire à autrui. Mais ces transactions diffèrent complète-

ment de la dépendance passive et fragile du jeune enfant démuné. La personne vraiment adulte se sert de toutes ses qualités (son énergie, son intelligence, son intuition, ses talents, sa souplesse et son sens de l'observation) pour composer avec les autres, donner et recevoir. Son sens de la justice la rend assez accommodante pour céder, et la conscience de son individualité lui permet de s'affirmer suffisamment pour éviter d'être piétinée ou exploitée. On ne peut pas enseigner cet équilibre souvent subtil entre ces forces de communication. Il ne peut s'apprendre que grâce à la croissance personnelle.

Les enfants sont incapables de réaliser cet équilibre. Ils sont d'une partialité rigide quand ils insistent pour recevoir, car tel est leur besoin. Il en va de même pour le plaisir. Les enfants doivent avoir la permission des parents pour établir la source de tout plaisir dans les profondeurs de leur être et en jouir. Grâce à leur permission, l'enfant acquerra force et sécurité, pourra nouer des relations fructueuses. Si vous avez besoin d'une autre personne pour éprouver du plaisir, vous êtes encore dans la situation de l'enfant. Je répète qu'on ne peut jamais se passer complètement des autres mais, pour les adultes, la priorité change. Les adultes mûrs trouvent en eux un réservoir inépuisable de sentiments merveilleux, et quand ces derniers sont activés, l'insécurité et la faiblesse disparaissent.

Quand une partie de votre croissance est stoppée, vous attendez qu'une autre personne (un parent de remplacement) puisse vous donner accès à la richesse des sources vives que constituent vos sentiments. Vous savez que ces sentiments de plaisir existent (vous les désirez avec tant d'ardeur !), mais vous ignorez que vous n'êtes plus un enfant dépendant d'autrui pour pouvoir les activer et les exprimer. Voilà la tragédie humaine, car ainsi vous êtes pris dans un cercle vicieux. A chaque fois qu'on prend un mythe pour une vérité, immédiatement un cercle vicieux se crée, paralysant ainsi les forces de plaisir, qui représentent une bonne partie de l'énergie dont vous disposez. Votre vie devient terne et monotone.

Nier le plaisir intense d'être et de sentir l'énergie circuler dans votre corps, votre âme et votre esprit, équivaut à nier la vie. Quand un enfant est privé de ces sensations, sa psyché reçoit un choc provenant de l'absence répétée de plaisir et donc de la présence répétée d'une aspiration insatisfaite. Le choc empêche la croissance dans le domaine concerné, si bien que la personnalité ne se développe pas de façon équilibrée. Votre intellect adulte conscient ignore l'existence en vous d'un enfant en pleurs, en colère, exigeant et impuissant. Vous ne savez pas que vous êtes libre d'aller vers le plaisir, la plénitude et la réalisation de tous vos pouvoirs pour obtenir tout ce que vous voulez et dont vous avez besoin. C'est un des conflits fondamentaux dans la personnalité humaine.

### **Le cercle vicieux et le courant coercitif**

Examinons maintenant de plus près ce recoin caché de votre psyché, là où vous êtes tous restés des enfants. A quel niveau ignorez-vous ce fait ? A quel niveau votre enfant intérieur ignore-t-il les droits et les devoirs de votre personnalité adulte ? Ce cercle vicieux particulier que j'ai mentionné tout à l'heure se présente ainsi : si vous ignorez que tout dans l'univers existe déjà et que vous pouvez obtenir absolument tout ce qui vous est nécessaire dans la vie, vous vous sentez dépendant d'une force ou d'une autorité extérieure pour répondre à tous vos besoins et désirs.

A cause de cette perception déformée, vos attentes seront constamment déçues car vous êtes dans l'erreur si vous croyez qu'une source extérieure pourra satisfaire vos besoins. Ils seront tous perpétuellement frustrés, *et plus ils sont frustrés plus ils gagnent en intensité. Plus ils sont intenses, plus grands sont votre dépendance* et vos espoirs, et plus vos tentatives de plaire à la personne censée satisfaire vos besoins deviennent frénétiques. Vous désespérez ; plus vous redoublez d'efforts plus vous êtes frustré, précisément parce que vos tentatives sont irréalistes. Vous n'êtes absolument pas conscient de tout le processus, vous ne savez pas quelles forces vous manipulent ni même dans quelle direction elles vous mènent. Vous désespérez car, dans vos sollicitations pressantes pour satisfaire vos besoins, vous trahissez votre être,

votre vérité et le meilleur de vous-même. Vos efforts frustrés et vos compromissions créent un *courant coercitif*.

Ce courant coercitif peut se manifester très subtilement, de façon détournée, mais les émotions sont entravées et freinées à cause de lui. Cela affectera inévitablement les autres et entraînera des conséquences logiques et appropriées. *Tout courant coercitif provoquera forcément la résistance et une attitude de recul chez les autres*, même si ce qu'ils sont forcés de faire leur est bénéfique et agréable. Ainsi la spirale se perpétue. La frustration continue, dont vous attribuez la cause au refus mesquin de l'autre personne de coopérer et de donner, suscite en votre âme la rage, la fureur, peut-être même la vengeance et des impulsions cruelles à des degrés divers. Cela entraîne un nouvel affaiblissement de la personnalité quand surgit un sentiment de culpabilité.

Vous en concluez qu'il vous faut cacher vos sentiments destructeurs afin de ne pas éveiller l'hostilité de cette autre personne que vous percevez comme la source de la vie. Vous vous empêchez toujours davantage dans ce filet qui vous enserre ; vous êtes complètement pris au piège de ces mythes, déformations et illusions, sans oublier les émotions destructives qui s'ensuivent. Vous vous trouvez alors dans une situation absurde, éprouvant un intense besoin de l'amour et de l'acceptation d'une personne que vous haïssez, à qui vous en voulez car elle persiste à négliger vos besoins. Cette insistance égoïste à être aimé d'une personne qu'on déteste presque et qu'on souhaite punir augmente le sentiment de culpabilité, car le moi véritable, qui est d'une vigilance constante, projette sa réaction sur l'écran de la conscience devenu incapable de l'interpréter et de distinguer les messages du moi véritable de ceux qui proviennent de l'enfant en soi.

Le fait que l'autre ne satisfait pas vos besoins émousse votre conviction que vous avez le droit au plaisir que vous désirez tant. Vous suspectez vaguement que vous avez peut-être même tort de vouloir ce plaisir. Ainsi vous commencez à transformer, à canaliser ce besoin et ce désir originels et naturels et à les sublimer dans d'autres domaines. D'autres besoins plus ou moins compulsifs apparaissent alors. Vous êtes constamment déchiré

entre la force du besoin originel profondément enfoui et vos doutes concernant le droit de le satisfaire. Plus vous doutez, plus vous vous enfermez dans la dépendance de l'approbation d'une autorité extérieure : un parent de substitution, l'opinion publique ou certains groupes de gens qui représentent la vérité ultime à vos yeux.

Plus ce cercle vicieux se perpétue, plus le plaisir manque à la psyché, tandis que le déplaisir s'accumule. Une telle personne désespérera forcément toujours davantage de la vie et doutera que la plénitude est possible. Puis vient un moment où cette personne renonce intérieurement.

Tous les êtres humains sans exception ont un tel point faible, au moins dans une certaine mesure. Dans ce recoin secret, vous vous sentez non seulement impuissant et dépendant, mais aussi profondément honteux. La honte est due aux méthodes employées pour améliorer la personne qui, à un moment donné, est censée jouer le rôle de l'autorité et vous accorder ce dont vous avez besoin en termes de plaisir, de sécurité et de dignité personnelle.

Le courant coercitif dit : « Vous devez » et exige des autres qu'ils soient et fassent ce qui correspond à vos besoins et à vos désirs. Ces exigences peuvent très bien ne pas se manifester extérieurement. En fait, il se peut qu'en surface vous soyez totalement incapable de vous affirmer. C'est parce que vous devez cacher ce courant coercitif sous-jacent honteux et menaçant qu'il vous est difficile ou impossible de vous affirmer sainement. Il est menaçant car vous savez très bien que s'il se montre au grand jour, il provoquera de dures critiques, la désapprobation et même éventuellement un rejet explicite.

Je vous invite tous à faire face énergiquement à cet aspect de vous-mêmes. Vous devez tous vous y attaquer si vous souhaitez réaliser toutes vos potentialités dans la vie, et si vous souhaitez découvrir vos pouvoirs illimités d'intégrer la bonté infinie à votre existence.

Plus la projection secrète sur les autres de ce « vous devez » est forte, plus vous inhibez vos propres pouvoirs. En conséquence,

vos corps, votre âme et votre pensée sont victimes de paralysie et de passivité. Cette inactivité vous empêche d'avoir accès à votre centre intérieur, là où se trouvent toutes les promesses réalistes et toutes les potentialités d'épanouissement, de bonheur et de plénitude. Par mégarde, vous vous rendez dépendants des autres, ce qui éveille en vous la haine. Au contraire, en découvrant le trésor de votre propre centre, vous vous affranchirez. Le contact avec les autres deviendra alors un plaisir exquis qui fait naître l'amour.

En soumettant continuellement les autres à cette pression intérieure contenue parce que vous croyez dépendre d'eux, vous diminuez la quantité d'énergie dont vous disposez. Si l'énergie est utilisée de façon correcte, naturelle et sensée, elle ne s'épuise jamais. Vous le savez, mes amis, l'énergie ne s'épuise que si elle est mal utilisée. Les êtres humains utilisent d'innombrables méthodes pour déclencher ce courant coercitif : l'acquiescement à des degrés différents, la résistance passive, la rancune, le repli, le refus de coopérer, l'agressivité extérieure manifeste, l'intimidation et la persuasion par la force feinte et l'appropriation d'un rôle d'autorité. Voici leur message implicite : « Vous devez m'aimer et me donner ce qu'il me faut. » Plus votre implication dans cette façon d'être est aveugle, plus vous vous affaiblissez et vous vous détachez davantage du centre de votre véritable vie intérieure, là où se trouve absolument tout ce qui peut vous combler sur tous les plans.

### **Lâcher prise et s'ouvrir**

De façon à *réorienter les forces de l'âme vers la santé* et leur rendre leur caractère originel, voici ce qui doit se produire : *ne plus s'accrocher* aux personnes censées satisfaire vos besoins dans la vie et qui vous inspirent simultanément le ressentiment pour cette même raison. Il vous faut reconnaître vos attentes et vos exigences à l'égard des autres, mais auxquelles personne - sinon vous - ne pourra répondre. Tous vos besoins et vos aspirations, y compris le véritable amour, ne peuvent être comblés que si votre âme est sans peur, et vous savez que la force de vos senti-

ments vous permettant de donner et de recevoir l'amour est en vous. Car tant que vous vous accrochez à une autre personne à la manière d'un enfant, en niant l'adulte que vous êtes, vous vous asservissez au vrai sens du terme. Plus vous agissez ainsi, moins vous pouvez donner ou recevoir et moins vous serez en mesure d'éprouver d'authentiques émotions dans tous les domaines vitaux.

Parce que la *peur* et la *colère* occupent trop de place dans votre psyché, il est essentiel de vous débarrasser de ces émotions négatives grâce aux méthodes qu'enseigne le Chemin : il n'y a ni perdant ni gagnant. En éliminant la peur et la colère, on fait de la place pour des sentiments positifs. Vous êtes encore si nombreux à être fermés et paralysés. Exprimer la peur et la colère est le dernier de vos désirs. Même si vous admettez ces émotions négatives en principe, vous préférez encore les manifester inconsciemment plutôt que de leur donner une expression directe et d'en assumer la responsabilité. Pour vous attirer les dispositions favorables des autres, vous prétendez encore à une fausse perfection, même si vous avez cessé de croire qu'elle existe bel et bien en vous. De même, vous vous accrochez avec l'énergie du désespoir aux émotions négatives parce que vous craignez les sentiments positifs. C'est encore un autre aspect du même cercle vicieux.

Moins vous vous considérez responsable des sentiments négatifs qui vous habitent encore et de votre droit et de votre aptitude à créer le bonheur, plus vous vivrez dans la peur. Par conséquent, plus vous devez faire des efforts pour chasser cette peur, ce qui entraîne la motivation négative. Vous menez une vie artificielle, vous fuyez au lieu de vous créer une existence riche et épanouie où régissent le plaisir et la joie. Vous cherchez à éviter la menace d'exprimer vos sentiments négatifs car ils vous empêcheraient d'obtenir des autres tout ce qu'en fait vous devez puiser en vous. Vous espérez obtenir le salut des autres, alors qu'ils ne pourront jamais vous l'accorder. La réorientation de votre vie (mise à part l'absolue nécessité de reconnaître tous ces aspects négatifs) doit toujours commencer avec la volonté de lâcher prise ; on ne peut

forcer personne sans une prise de conscience claire et précise de la dépendance. Mais quand cela se produit, il devient possible d'abandonner ce à quoi on s'accrochait si frénétiquement. Ce lâcher prise est indispensable pour entraîner un changement dans l'équilibre et la structure énergétique de l'âme, de sorte que des cercles vertueux puissent commencer à se perpétuer.

Il faut aussi être disposé à vous débarrasser des rationalisations qui donnent à votre point de vue un semblant de justification. Car on peut toujours réussir à se représenter la vie - ou à la présenter aux autres - de façon telle que vos souhaits, vos besoins et vos exigences vis-à-vis des autres soient non seulement justifiés, car ils n'ont rien de répréhensible, mais aussi bénéfiques pour l'autre. C'est peut-être même vrai, d'un certain point de vue. Ce que vous voulez, en principe, peut en effet être louable, vous pouvez y avoir droit. Mais en utilisant un courant coercitif émotionnel et caché, vous vous méprenez en cherchant à obtenir satisfaction et en n'accordant pas à l'autre la même liberté qu'à vous-même. Vous ne donnez à l'autre ni le droit de choisir librement qui aimer et accepter, ni le droit d'être rejeté et haï pour avoir revendiqué cette liberté. Vous ne donnez même pas à l'autre le *droit de se tromper* sans être haï ou totalement rejeté.

*C'est une liberté dont vous souhaitez avoir le privilège* et vous en voulez intensément à d'autres quand ils ne vous l'accordent pas. Vous êtes incapable de vous défendre de manière adéquate dans de tels cas pour la simple et bonne raison qu'à certains niveaux émotionnels vous privez les autres de cette liberté. Quand vous y regarderez de plus près, vous verrez combien cela est vrai. A ce moment-là, votre objectivité et votre sens de la justice vous aideront à abandonner ce à quoi vous vous accrochez si désespérément, même si émotionnellement vous persistez à croire que votre vie dépend des autres et qu'ils doivent conformer leurs actes et leurs sentiments à vos désirs.

### Pour vous libérer de vos entraves

Quand vous aurez compris cette condition initiale, en tenant compte du nombre de rechutes inévitables qui se produiront encore et toujours, vous vous serez énormément rapproché de la source de votre être intérieur où vous n'êtes ni enchaîné, ni démuné, ni en proie à l'anxiété, à la peur et à la colère. Vous vous révolterez contre ces chaînes qui vous maintiennent dans la dépendance et l'anxiété, dans une situation où vous ne pouvez pas trouver la force de vous affirmer, dans laquelle vous êtes complètement pris au piège et incapable de voir une issue parce que toutes les solutions semblent vouées à l'échec. Vous savez qu'aucune alternative visible ne vous donne ce sentiment de bien-être et d'harmonie intérieurs, ce dynamisme et cette force qui vous permettraient même de franchir les caps difficiles parce que vous savez qu'ils se présentent à point nommé. La majorité d'entre vous ont ressenti, au moins de temps en temps, cet état de *connaissance intérieure*, lorsque votre moi véritable était libre de ses mouvements. **Votre but consiste à libérer totalement votre véritable moi.**

Pour y parvenir, vous devez *trouver ce domaine de votre vie où vos limitations et votre anxiété sont les plus grandes*. Demandez-vous ce que vous attendez d'autrui quand vous vous sentez si inhibé, si furieux, si peureux, si faible, si incapable d'être vous-même. Sentez ces chaînes qu'on ne peut briser qu'au moment où on cesse d'exiger des autres ce qu'il faut fournir soi-même. Exprimez en termes concis pour vous-même, toutes vos découvertes concernant vos besoins vis-à-vis d'autrui. Cela vous mettra sur la voie du lâcher-prise. Vous saurez alors que c'est ce besoin compulsif qui vous asservit, vous affaiblit et vous paralyse.

Quand vous lâcherez prise, vous sentirez une énergie et un dynamisme nouveaux jaillissant soudainement de vous, à qui les problèmes apparemment insolubles ne résisteront pas. Vous vous libérerez dans la mesure où vous libérerez les autres. Vous ne pouvez gagner sur le plan du moi véritable, qui recèle le pouvoir de créer une vie épanouie, que si vous perdez sur le plan de l'ego.

Inversement, votre incapacité de renoncer, d'être juste, de laisser les autres libres, votre insistance à gagner et à n'en faire qu'à votre tête, votre refus de perdre sur le plan de l'ego vous empêchent d'être gagnant dans les domaines importants, là où vous pourriez trouver votre véritable force. C'est ce que voulait dire Jésus par cette phrase : « Qui veut vivre doit être prêt à mourir. » Dans une de mes premières conférences, j'ai abordé cette question de la façon suivante : « Il vous faut renoncer à ce que vous voulez gagner. » Ici, je parle de niveaux de conscience. J'espère être suffisamment clair : *aucun sacrifice ni renoncement n'est exigé*. En d'autres termes, vous ne pouvez pas obtenir ce que vous voulez, et ce qu'en effet vous devriez avoir, en exerçant de toutes vos forces une pression sur un élément extérieur. Un changement *intérieur* doit se produire. Si vous insistez pour remporter une victoire inutile, vous serez toujours perdant. *Si vous acceptez de perdre au niveau de l'ego, vous serez gagnant*. Vous aurez alors inévitablement accès au cœur de votre être, qui recèle toutes les potentialités divines. Autant vous accordez aux autres le droit d'être, que cela vous plaise ou non, autant vous pourrez jouir de vos propres droits.

Pour trouver ces droits, un processus de croissance stable et régulier est nécessaire. Vous cesserez de vous effacer et de vous avilir : ce seront les premières manifestations de ce processus. Vous trouverez des défenses authentiques et saines contre les attaques et en tirerez un sentiment de satisfaction. Plus tard, vous vous accommoderez de votre droit sans cesse croissant au plaisir et au bonheur. Vous découvrirez que vous pouvez transformer positivement votre vie et que vous vous rapprochez de possibilités dont vous n'aviez jamais soupçonné l'existence. Vous vous autoriserez soudainement le plaisir, cessant d'y opposer toute résistance, comme vous continuez à le faire à votre insu maintenant. Vous cesserez de refouler les élans spontanés, et apprendrez à leur faire confiance. Une vie d'une grande richesse et une sécurité vraiment célestes s'ouvriront à vous. En lâchant prise et en renonçant à votre courant coercitif intérieur, vous jouirez de la beauté de relations libres et dénuées de contraintes. En vous comportant suivant le vieux schéma de dépendance, vous forcez

les autres à se conformer à votre volonté, ce qui engendre des courants coercitifs mutuels. Cela vous affaiblit et crée une kyrielle d'émotions négatives qui vous coupent et du centre de votre être véritable et de vos sentiments positifs. Quand vous cesserez d'être un mauvais perdant, vous trouverez un trésor en dedans, une nouvelle façon de vivre, une aventure entièrement nouvelle où vous venez juste de vous embarquer. Les domaines de votre vie où vous vous sentez si faible et si prisonnier disparaîtront.

Partez à la découverte de votre être intérieur, communiquez avec lui pour éliminer cette faiblesse en vous qui vous ligote, vous retient inutilement et gâche votre vie. Vous pouvez bien glorifier cette retenue, mais vous n'en tirerez aucun bénéfice. A n'en pas douter, vous vous retenez tous d'une façon ou d'une autre, et c'est ce que fait l'humanité depuis des millénaires, en arguant que le plaisir est mauvais, frivole et contraire à la spiritualité. Vous avez peut-être une excuse personnelle pour exalter votre faiblesse et la faire passer pour une qualité. Pourtant, en suivant ce raisonnement, vous ne pourrez pas vous trouver face à face avec vous-même, avec votre faiblesse et votre dépendance, avec votre courant coercitif qui sous-entend aux autres : « Vous devez. » Si vous n'affrontez pas votre négativité, vous ne pourrez pas découvrir votre force et votre beauté, et toutes vos potentialités inhérentes qui dépassent tout ce que vous pouvez imaginer.

Soyez bénis par la grande force présente parmi nous, ici, en ce moment, mais encore plus par la grande force qui demeure en vous. Soyez en paix, que Dieu soit avec vous !

# 11

## Le sens spirituel des crises

*Il y a des moments - et même de longues périodes dans la vie - où tout semble s'effondrer. Nous sommes ébranlés jusqu'au plus profond de notre être par des événements qui nous poussent à prendre des décisions difficiles, tandis que nous sommes dans une telle tourmente émotionnelle que nous ne savons plus ce que nous faisons. Pourquoi de telles crises apparaissent-elles ? Comment faire face de façon constructive aux épreuves terribles qu'on rencontre en de tels moments ?*

*Telles sont les questions qu'aborde cette conférence qui pénètre l'âme.*

Bonsoir mes amis. Soyez tous bénis.

Quel est le véritable sens, le sens spirituel des crises ? Une crise, c'est une tentative par la nature d'effectuer un changement grâce aux lois et à la justice cosmiques et universelles. Si l'ego - cette partie de la conscience qui dirige la volonté - fait obstacle au changement, une crise se produira et rendra possible un changement des structures.

Sans un tel changement au sein de l'entité, aucun équilibre ne peut être atteint. Chaque crise, en dernière analyse, exprime un tel réajustement, qu'il apparaisse sous forme de chagrin, de difficultés, de bouleversement, d'incertitude, ou simplement d'insécurité qui provient de l'adoption d'un style de vie inhabituel après l'abandon d'un autre, plus familier. Une crise, quelle que soit sa

forme, vise à briser de vieilles structures basées sur de fausses conclusions, donc sur la négativité. Une crise secoue et remet en question des habitudes enracinées et figées, de sorte qu'un nouveau départ devient possible. Elle déchire et met en pièces, ce qui est douloureux pour un temps, mais sans elle toute transformation est impensable.

Plus une crise est douloureuse, plus la partie de la conscience qui dirige la volonté fait obstacle au changement. Les crises sont nécessaires parce que la négativité humaine est une masse stagnante qui a besoin d'être secouée avant de pouvoir être éliminée. **Le changement fait partie intégrante de la vie** ; là où il y a vie, il y a changement incessant. Seuls ceux qui vivent encore dans la crainte et la négativité, qui résistent au changement, perçoivent le changement comme une menace dont il faut se protéger. Ils résistent à la vie même, et la souffrance resserre davantage son étreinte sur eux. Cela concerne l'évolution globale d'un être, mais aussi certains domaines ou circonstances spécifiques.

*Les êtres humains ont la possibilité d'être libres et épanouis dans des domaines où ils ne résistent pas au changement.* Là, ils sont en harmonie avec le mouvement universel. Ils se développent constamment et trouvent la vie profondément satisfaisante. Pourtant, ces mêmes personnes réagissent différemment dans des domaines où elles ont des blocages. Elles s'accrochent peureusement à des structures figées à l'intérieur ou à l'extérieur. Là où elles ne résistent pas, leur vie sera relativement exempte de crises ; dans les domaines où au contraire elles résistent au changement, les crises sont inévitables.

La finalité de l'évolution de l'homme consiste à libérer ses potentialités inhérentes, qui sont véritablement infinies. Cependant, là où stagnent des attitudes négatives, la réalisation de ces potentialités est impossible. Seule une crise peut briser une structure fondée sur des prémisses en contradiction avec les lois de la vérité, de l'amour et de la félicité cosmiques. *Les crises secouent un état de choses statique, qui est toujours négatif.*

Sur le chemin qui mène à l'épanouissement affectif et spirituel, vous devez travailler d'arrache-pied pour vous libérer de votre

négativité. Elle se manifeste sous forme de conceptions erronées, d'émotions destructives, d'attitudes et des types de comportement qui en découlent, de faux-semblants et de mécanismes de défense. Mais rien de tout cela ne présenterait de difficulté excessives en soi sans l'existence de ce cercle d'autorenforcement ; il est un élément constitutif de chaque aspect négatif et son élan initial se nourrit de sa propre force dans la psyché humaine.

Toutes les pensées et tous les sentiments sont des courants d'énergie. L'énergie est une force qui augmente grâce à son propre élan, et dont la nature dépend toujours de la conscience qui nourrit et dirige le courant d'énergie en question. Par suite, si les concepts et les sentiments sous-jacents s'accordent avec la vérité et sont par conséquent positifs, l'élan autogène de ce courant d'énergie alimentera *ad infinitum* les expressions et les attitudes que sous-tendent les pensées originelles. Si les concepts et les sentiments sous-jacents sont fondés sur l'erreur - et sont par conséquent négatifs - l'élan autogène du courant d'énergie se renforcera de lui-même, mais sans être *ad infinitum*.

### L'énergie autogène des émotions négatives

Vous savez que des conceptions erronées créent des types de comportement qui semblent inévitablement prouver la justesse des hypothèses de départ, de sorte que le comportement destructeur et défensif s'imprimera plus fermement dans la substance de l'âme. Le même principe s'applique aux sentiments. Par exemple, la peur pourrait être facilement surmontée si elle était affrontée et si les erreurs de compréhension et de manœuvre qu'elle sous-tend étaient mises à nu. Bien souvent les émotions apparentes ne sont pas des émotions primaires directes ; en effet, la peur peut masquer la rage, la dépression peut masquer la peur. Mais un problème surgit : la peur engendre une peur plus grande de se faire face et de se transcender. Ainsi on craint cette peur de la peur, et ainsi de suite. Les peurs se combinent et s'accumulent.

Prenons la *dépression*. Si les causes sous-jacentes du sentiment originel de dépression ne sont pas courageusement mises au jour, vous déprimez à cause de votre dépression. Vous pouvez

alors avoir l'impression que vous devriez pouvoir affronter votre dépression plutôt que d'être déprimé à cause d'elle, mais vous n'en avez pas vraiment envie, ou n'en êtes pas tout à fait capable, et cette situation vous déprime encore davantage. Vous vous trouvez alors pris dans un cercle vicieux.

### i

La première dépression (ce peut être aussi la peur, ou tout autre émotion) est la première crise dont on ne tient pas compte ; de même, son vrai sens n'est pas compris. Elle sera éludée, de sorte qu'on sera sujet à une dépression due à un sentiment de déprime, ce qui créera un cercle vicieux. La conscience de la personne s'éloigne toujours davantage du sentiment originel, et par conséquent s'éloigne d'elle-même ; la mise à jour du sentiment originel devient donc plus difficile. La force croissante de cet élan finit par déboucher sur l'effondrement de cette négativité autogène.

*Au contraire de la vérité, de l'amour et de la beauté — qui sont des attributs divins infinis - l'erreur et la négativité ne sont jamais infinies.* Elles disparaissent quand la pression provoque une explosion. Une crise douloureuse survient alors et, en général, les gens lui résistent de toutes leurs forces. Mais imaginez que l'univers ait été créé différemment et que cette négativité autogène se perpétue *ad infinitum*. Cela pourrait signifier l'enfer éternel.

On peut observer clairement le principe de la négativité autogène dans le cas de la frustration et de la colère. Beaucoup de gens s'aperçoivent assez facilement que la frustration en soi est moins difficile à supporter que leur frustration d'être frustré. C'est également vrai pour la colère contre soi-même à cause de sa colère initiale ou pour l'impatience à cause de sa propre impatience ; dans ces cas-là, on aimerait bien pouvoir réagir différemment, mais on en est incapable car les causes sous-jacentes ne sont ni mises au jour ni affrontées. Ainsi les « crises » émotionnelles telles que la colère, la frustration, l'impatience et la dépression ne sont-elles pas perçues correctement. La négativité autogène en est donc encore renforcée, jusqu'à ce que l'inflammation fasse éclater l'abcès. Nous avons alors clairement affaire à une crise manifeste.

### Une crise peut mettre fin à la négativité autogène

Une crise peut signifier, si notre conscience en fait le choix, la fin de cette négativité autogène qui grossit sans cesse. Quand une éruption a lieu, le choix entre reconnaître le sens ou continuer à fuir devient plus clair. Même si cette éruption ne mène ni à la reconnaissance ni à un changement de direction, une crise finale se produira inévitablement et là, l'entité ne peut plus se voiler la face ni nier le message. La personnalité doit se rendre compte qu'en dernière analyse les éruptions, les effondrements, les crises de toutes sortes visent à démolir les anciennes structures de façon à en rebâtir de nouvelles, au meilleur fonctionnement.

*La « nuit obscure » des mystiques correspond à ces moments où les vieilles structures se brisent.* Le sens des crises échappe encore à la plupart des êtres humains. Ils ne parviennent pas à modifier leur point de vue. Si rien ne se brisait, la négativité perdurerait. Cependant, il est possible - pour une personne ayant atteint un certain degré d'éveil de la conscience - de ne pas permettre à la négativité de s'implanter trop fermement. Ainsi on empêche la négativité de commencer un cycle qui se perpétue de lui-même. On lui fait face au tout début.

Grâce à une introspection honnête, *les crises peuvent être évitées quand les tout premiers signes de troubles et de négativité se manifestent à la surface.* Mais il faut une franchise remarquable pour remettre en question ses convictions les plus chères. De telles remises en question interrompent le processus de négativité autogène qui, dans son élan, produit la matière psychique destructive dénaturée jusqu'à ce qu'elle rencontre un point de rupture. Cette confrontation permet d'éviter la formation de nombreux cercles vicieux dans la psyché humaine et dans des relations douloureuses et problématiques.

### L'évolution est possible sans les « nuits obscures »

Si on considérait de ce point de vue les difficultés, les bouleversements et la douleur qui surviennent dans la vie des individus, tout comme dans l'évolution de l'humanité dans son ensemble, le véritable sens des crises serait compris et bien des

douleurs pourraient être épargnées. Voici ce que je vous dis maintenant : « N'attendez pas la venue de la crise sous forme d'éruption, en la prenant comme un événement naturel rétablissant l'équilibre qui a lieu aussi inexorablement que l'orage éclate lorsque certaines conditions atmosphériques ont besoin de changer et que l'atmosphère doit être dégagée. »

C'est exactement ce qui se passe au sein de la conscience humaine. L'évolution est tout à fait possible sans ces douloureuses et intenses « nuits obscures » si l'honnêteté vis-à-vis de soi-même prédomine dans la personnalité. Il faut pratiquer une véritable introspection et entretenir un intérêt profond pour l'être intérieur ; il faut abandonner en parallèle les idées et les attitudes qu'on choie particulièrement. Dans ce cas, la crise douloureuse et perturbatrice peut être évitée, parce que aucune tumeur inflammatoire ne se formera.

Le processus de la mort même est un exemple de crise. J'ai déjà parlé de divers aspects de la mort et de son sens plus profond. En voilà encore un autre. La mort superficielle, c'est-à-dire la mort du corps physique, survient parce que la conscience dit : « Je n'en peux plus », ou « Je ne sais plus à quel saint me vouer ». Cette pensée est *au cœur de toute crise*. La conscience s'adresse toujours à elle-même : « Je ne peux plus faire face à la situation. » Si la situation concerne un domaine spécifique, une crise spécifique éclatera dans la vie. Si c'est toute l'incarnation qui est concernée, alors la mort physique surviendra. Dans ce dernier cas, l'éruption se manifeste de la façon suivante : l'esprit s'échappe du corps physique jusqu'à ce qu'il trouve de nouvelles conditions de vie où il pourra affronter de nouveau les mêmes distorsions. Puisque les éruptions, les effondrements et les crises surgissent toujours pour *qu'on se débarrasse de vieilles habitudes* et qu'on en crée de nouvelles, le processus de la mort et de la renaissance illustre un principe identique.

Cependant, les gens ont tendance à s'opposer au changement au profit de nouvelles façons d'opérer et de réagir. Cette résistance est tellement inutile. En fait, c'est cet état d'esprit qui crée la tension et le stress de la crise, et non pas l'abandon de l'ancienne structure. Si le changement n'est pas accepté de bon gré, on se met

automatiquement en état de crise. L'intensité de la crise reflète l'intensité de l'opposition, ainsi que l'urgence du besoin de changement. Plus le besoin de changement est grand, et plus la résistance au changement est grande, plus la crise sera douloureuse. Plus l'ouverture au changement et la bonne volonté - dans n'importe quel domaine - sont présentes, et moins le changement est nécessaire (quel que soit le moment au cours de l'évolution d'un être), moins la crise sera sévère et douloureuse.

### **Crise extérieure et crise intérieure**

La sévérité et la douleur de la crise ne sont en aucun cas déterminées par l'importance objective de l'événement. Je pense que la plupart d'entre vous, mes amis, peuvent aisément vérifier cela. La plupart d'entre vous ont déjà dû connaître de terribles bouleversements extérieurs. Vous avez perdu un être cher, vous avez peut-être affronté les changements les plus radicaux et les événements les plus traumatisants, objectivement parlant, comme les guerres, la révolution, la ruine financière ou la perte de votre maison, ou la maladie. Pourtant, il est possible que vous ayez été beaucoup moins secoués et moins affectés intérieurement que dans des situations qui sont parfois sans commune mesure avec l'agitation de vos sentiments intérieurs.

Ainsi, on peut dire qu'une crise extérieure peut vous laisser dans un plus grand état de paix profonde qu'une crise intérieure. Un événement objectivement plus traumatisant touche parfois moins qu'un autre qui le serait moins, objectivement parlant. Dans le premier cas, le changement nécessaire a lieu sur le plan extérieur, ce que votre être intérieur accepte mieux et auquel il s'adapte le mieux, trouvant un nouveau moyen d'y faire face. Dans le deuxième cas, le besoin de changement intérieur rencontre une plus grande résistance. Votre interprétation subjective de l'événement intensifie à l'excès la douleur de la crise. Parfois on essaie d'expliquer rationnellement ces émotions d'une intensité si surprenante, explications qu'on appelle rationalisations. Parfois, les changements intérieurs et les changements extérieurs entraînent la même attitude intérieure.

Quand on accepte le processus de crise et qu'on n'y fait plus obstacle, quand on avance avec elle au lieu de la combattre, le soulagement vient relativement rapidement. Quand le pus s'écoule de l'abcès et quand les attitudes s'harmonisent, la révélation apporte la paix ; la compréhension apporte une énergie et une vie nouvelle. Le processus de guérison est à l'œuvre, même pendant l'éruption de l'abcès.

La négation de ce processus, l'attitude intérieure qui consiste à dire : « Mais pourquoi donc devrais-je passer par là ? Oui, pourquoi ? C'est la faute des autres, de telle ou telle circonstance... Sans cela, je n'aurais pas à subir ces épreuves maintenant... », ne fait que prolonger le supplice. Cette attitude vise à éviter l'indispensable éruption de l'abcès qui tire sa substance d'un enchevêtrement douloureux d'une énergie négative sans cesse croissante dont le propre élan rend de plus en plus difficile le changement de direction. Le cycle négatif en cours et la répétition automatique et inutile que la conscience est impuissante à arrêter, engendrent le désespoir. La répétition et le désespoir ne peuvent prendre fin que si l'on cesse de se dérober à l'indispensable changement.

Toute expérience négative, toute douleur, est la conséquence d'une idée erronée. L'expression de ces idées représente un aspect crucial de ce travail. Et pourtant, vous passez tous si souvent à côté de la prise de conscience nécessaire... En effet, pourquoi ne gardez-vous pas à l'esprit ces faits incontournables quand vous faites face à une situation désagréable ?

### Se détacher des crises

Quand vous aurez pris l'habitude de remettre d'abord en question vos suppositions erronées inconscientes et vos réactions destructrices lorsque vous êtes confronté à des expériences déplaisantes, et **quand vous vous serez pleinement ouvert à la vérité et au changement**, votre vie changera radicalement. La douleur deviendra proportionnellement moins fréquente et la joie deviendra de plus en plus votre état naturel. L'évolution peut alors suivre un rythme harmonieux, sans les à-coups causés par la destruction des structures négatives dans la substance de l'âme.

Nous avons traité des aspects *négatifs* du cercle d'auto-renforcement. Bien sûr, ce dernier existe d'abord du côté *positif*. Prenons l'exemple de l'amour. Plus vous aimez, plus vous serez en mesure de produire des sentiments d'amour authentique sans appauvrir personne, ni vous ni les autres, et vous vous apercevrez qu'en donnant, vous ne prenez rien à qui que ce soit. Au contraire, vous et votre entourage en serez les grands bénéficiaires. Vous trouverez des façons nouvelles, plus profondes, plus variées de vivre l'amour en le donnant et en le recevant, en vibrant à l'unisson avec ce sentiment universel. Votre capacité d'éprouver et d'exprimer l'amour se développera suivant un mouvement toujours croissant qui se perpétue de lui-même. Il en est de même avec tout autre sentiment ou attitude constructifs. Plus votre vie aura de sens, plus elle sera constructive, épanouie et joyeuse, plus elle engendra tous ces attributs. C'est un processus sans fin et continu d'expansion et d'expression de soi constantes. Ce principe est exactement le même que celui de la négativité autogène. Il n'y a qu'une différence : *le processus positif est infini*.

Une fois que vous établissez le contact avec la sagesse, la beauté et la joie qui demeurent en vous et que vous les laissez s'épanouir, elles croîtront d'elles-mêmes. La perpétuation automatique prend le relais quand ces énergies sont libérées et qu'elles accèdent à la conscience. La mise en branle initiale de ces puissances exige des efforts, mais une fois le processus lancé, on n'a plus besoin d'en produire. Plus vous manifestez les qualités universelles, plus elles se développeront.

Vos propres potentialités à éprouver la beauté, la joie, le plaisir, l'amour, la sagesse et l'expression créatrice, mes très chers amis, sont véritablement infinies. Là encore, ces idées ne sont pas nouvelles pour vous, vous les avez déjà entendues. Mais dans quelle mesure savez-vous qu'elles correspondent à une réalité ? Dans quelle mesure croyez-vous à vos potentialités inhérentes, enfouies au plus profond de vous, à créer, à connaître la félicité, à vivre la vie éternelle ? Dans quelle mesure croyez-vous en vos ressources pour résoudre tous vos problèmes ? Jusqu'à quel point avez-vous confiance en ces possibilités qui sommeillent encore ? Dans quelle mesure croyez-vous qu'il est vraiment possible de

découvrir de nouvelles facettes de votre être ? Dans quelle mesure croyez-vous que vous pouvez développer des qualités de paix et d'enthousiasme, de sérénité et d'esprit aventureux, grâce auxquelles la vie devient une succession d'expériences merveilleuses, même si les difficultés initiales doivent encore être surmontées ? *Dans quelle mesure croyez-vous vraiment en tout cela, mes amis ?*

*Posez-vous cette question.* Autant vous y croirez pour la forme, autant vous vous sentirez désespéré, déprimé, craintif ou anxieux, empêtré dans des conflits apparemment insolubles avec vous-même et les autres. C'est cela qui montre que vous ne croyez pas encore en votre potentialité d'expansion infinie. Si vous n'y croyez pas vraiment, c'est parce que vous vous accrochez désespérément à quelque chose en vous. Vous ne souhaitez pas le mettre au jour parce que vous ne souhaitez pas l'abandonner ou le changer.

Cela concerne tous ceux qui sont présents ici et, bien sûr, tout le reste de l'humanité. Car qui ne traverse jamais ces petites « nuits obscures » ? Certains en connaissent beaucoup, elles vont et viennent, ou bien leur « nuit obscure » ressemble à la grisaille. Ils peuvent ne traverser aucune crise majeure à aucun moment donné, mais leur vie est morne, sans hauts ni bas. Mais ensuite, on trouve ceux qui ont déjà réussi à se sortir de cette grisaille. Ils ne veulent plus se contenter d'être relativement à l'abri des crises. Ils ont le désir, au plus profond d'eux-mêmes, de risquer des bouleversements temporaires pour atteindre un état plus stable et plus souhaitable. Ils veulent réaliser toutes leurs potentialités : une joie plus profonde, une meilleure expression de leur être. Les « nuits obscures » sont alors mieux circonscrites et vécues soit comme des périodes fluctuantes de joies et de bouleversements soit, chez certaines personnes, concentrées en des épisodes plus intenses. Les ténèbres les plus sombres, les pertes et les douleurs les plus affligeantes et le comble de la confusion alternent avec des moments lumineux d'extase qui donnent un espoir justifié : un jour, on pourra connaître un état de bonheur ininterrompu.

### **Le message des crises**

Quelle que soit la façon dont vous vivez les crises, elles contiennent toujours un message lié à votre vie, qu'il vous appartient de déchiffrer. Il faut éviter de projeter vos expériences sur l'extérieur, sur les autres, ce qui est toujours la plus dangereuse des tentations. Vous ne devez pas non plus les projeter contre vous-même, ce qui a un effet dévastateur et élude le problème tout autant que si vous les projetez sur les autres. Se dire : « Je suis mauvais, je suis un bon à rien » indique toujours une attitude malhonnête. Cette malhonnêteté doit être mise au jour pour que la crise - qu'elle soit majeure ou mineure - puisse prendre un sens. Si vous prenez petit à petit l'habitude de vous arrêter sur les moindres zones d'ombres de votre vie quotidienne puis d'en explorer le sens le plus profond, votre manière de faire face aux crises mineures empêchera la formation d'abcès trop importants. Par conséquent, aucune éruption douloureuse ne sera nécessaire pour détruire les structures infectées. Vous aurez ensuite des révélations sur la réalité profonde de la vie universelle dans toute sa splendeur : la vie universelle inaltérée et son allégresse, sa joie sans mélange et sa beauté sans cesse croissante.

Les moindres zones d'ombre sont des crises, car leur existence n'est pas justifiée. Elles surviennent parce que vous vous détournez du problème qui est à l'origine de la crise. Alors, arrêtez-vous sur ces tâches minuscules de votre vie de tous les jours et interrogez-vous sur leur sens. Qu'évitez-vous de voir et de changer ? Si vous abordez ainsi la question, et si vous souhaitez vraiment affronter le véritable problème et effectuer le changement nécessaire, la crise aura rempli sa mission. Vous découvrirez de nouvelles dimensions au problème, et votre soleil intérieur se lèvera ; la nuit obscure révélera sa véritable nature d'éducatrice et de thérapeute. C'est aussi le rôle de la vie, quand on essaie d'en comprendre le sens.

Votre capacité *h. faire face à la négativité des autres* croît seulement dans la mesure où vous pouvez réaliser ce que j'explique dans cette conférence. Avec quelle fréquence percevez-vous des sentiments négatifs chez les autres sans savoir comment réagir

parce que vous êtes anxieux, rempli de doute et que vous comprenez mal la nature de votre implication et de votre interaction avec eux ? A d'autres moments, il se peut que vous ne perceviez même pas la présence effective de l'hostilité en eux. Le processus est si subtil et si détourné qu'il sème la confusion en vous ; vous culpabilisez à cause de vos réactions instinctives, mais votre capacité à faire face à la situation est encore amoindrie. Ces circonstances fréquentes surviennent seulement parce que vous ne voyez ni ce qui se passe en vous, ni votre résistance au changement.

Quand vous projetez vos anciennes expériences négatives sur les autres, il vous est impossible d'avoir une conscience claire de ce qui se passe vraiment chez l'autre personne et, par conséquent, vous ne pouvez y faire face. Vous vivrez un nouveau et magnifique tournant dans votre vie quand votre capacité de regarder honnêtement ce qui vous dérange intérieurement se développera et quand vous serez disposé à changer. Presque sans vous en apercevoir, et comme si cela n'avait rien à voir avec vos efforts, un nouveau don se manifeste chez vous : vous percevez la négativité chez les autres tout en restant libre, ce qui vous permet de l'affronter efficacement. Vous échappez à ses effets défavorables. Cela peut aussi, à long terme, être bénéfique aux autres, selon leur bon vouloir.

Quand vous résistez au changement, la peur augmente parce qu'au plus profond de vous, votre être sait que la crise, l'éruption, l'effondrement sont inévitables et qu'ils s'approchent constamment. Pourtant, vous vous opposez à l'action qui permettrait d'éviter la crise. Je vous raconte ici l'histoire de la vie humaine. Voilà comment la nature humaine est prise au piège. La leçon doit alors se répéter jusqu'à ce que la peur injustifiée du changement soit démasquée ; on découvre alors sa nature illusoire. Si vous pouvez comprendre les crises de la façon dont je viens de vous les décrire, et si vous méditez sérieusement pour comprendre vos crises personnelles, si vous abandonnez ce à quoi vous vous accrochez et mettez en question vos limitations dans un domaine spécifique, tout s'ouvrira presque instantanément dans votre vie.

Vous devez aussi vous rendre compte l'ego ne peut pas produire le changement à lui seul. La bonne volonté du soi conscient ne suffit pas à elle seule. On a du mal à changer, on résiste. En voici la raison essentielle : on a oublié qu'on ne peut pas réaliser ce changement sans *l'aide divine*. Ainsi vous passez d'un extrême à l'autre. Par exemple, vous pensez que vous êtes un élu qui doit accomplir une transformation intérieure. Comme vous êtes intimement convaincu que vous ne pouvez pas y arriver, que tout simplement vous n'avez pas les qualités requises, vous baissez les bras. Vous sentez que la tentative de vous transformer est sans espoir, alors vous ne vous engagez pas à fond et n'exprimez pas non plus votre désir de changement en termes concis.

Vous avez raison de croire que la capacité de changer fait défaut quand vous vous identifiez seulement à *Y ego-moi* conscient et doué de volonté. La résistance naît en partie lorsque l'on cherche à éviter la frustration de vouloir quelque chose d'irréalisable, ce qui provoquerait forcément une déception.

Cette réaction extrême se produit dans les dimensions les plus secrètes de la psyché humaine. C'est le même cas pour l'autre extrême ; vous proclamez alors votre croyance en un pouvoir supérieur, ou Dieu, qui est censé tout faire à votre place, ce que vous attendez dans un état de passivité absolue. Là encore, le moi conscient échoue dans la mission qu'il devrait accomplir. L'espoir chimérique et la résignation injustifiée ne sont que les deux manifestations de la même attitude : la passivité absolue. Le moi volontariste, dans sa tentative de dépasser ses propres capacités retombera inévitablement dans la même passivité : il devra soit attendre en vain, soit cesser à tort d'espérer. Ces tensions intérieures épuisent le moi et l'amènent à la passivité. Ces attitudes peuvent exister simultanément ou en alternance.

Pour réaliser une transformation positive, il faut le vouloir ; vous devez souhaiter être dans la vérité et changer. Et vous devez prier le centre divin qui veille dans les profondeurs de votre âme pour qu'il puisse rendre le changement possible. Puis vous attendez patiemment, dans un état de confiance, qu'il ait lieu. C'est la condition préalable absolue si vous voulez changer. S'il ne vous

vient même pas à l'idée d'adopter une attitude de prière et de dire : « Je veux changer, mais mon ego ne peut pas y arriver seul. Dieu le fera à travers moi. Je vais me transformer en un canal obéissant et réceptif pour que cela se réalise », vous n'avez pas, à la base, la volonté de changer et/ou vous doutez de la réalité des forces supérieures qui sommeillent en vous.

Les qualités nécessaires pour cette démarche *peuvent* s'acquérir : l'attente patiente, l'assurance et l'espoir confiant que l'aide viendra quand vous aurez le désir intense de voir les choses en face. Cela n'illustre pas une attitude infantile qui exige qu'une autorité agisse à sa place. Bien au contraire. Cette approche réconcilie l'attitude de l'adulte responsable qui passe à l'action en faisant face au moi, et l'attitude réceptive où l'ego reconnaît ses propres limitations. Grâce à cette réceptivité, grâce à cette volonté de changer et de trouver la vérité, vous permettez à la présence divine enfouie en vous d'imprégner votre âme et, pour ce faire, vous vous ouvrez.

Quand on adopte cette attitude, *le changement devient une réalité vivante* pour tout un chacun. Si la confiance et la foi vous manquent, si vous ne croyez pas que le divin peut se manifester à travers vous, c'est parce que vous ne vous êtes pas donné l'occasion de vérifier la réalité évidente de ces processus. Vous vous êtes privé de cette expérience. Et puisque vous ne l'avez jamais vécue, comment pouvez-vous y croire ?

De même, comme vous avez encore quelques petites échappatoires en réserve qui vous empêchent de vous lancer et de vous impliquer à fond dans la vie, vous ne pouvez pas ressentir la réalité merveilleuse de l'Esprit Universel en vous. Comme vous n'êtes pas honnête avec la vie, vous ne pouvez pas vraiment croire à la puissance de l'Intelligence Universelle, présente en vous en permanence, et qui se met au travail au moment même où vous le lui permettez. Un engagement total et sans réserves est nécessaire. Cet engagement est la condition préalable absolue de la découverte de la réalité en vous.

Même si vous ignorez maintenant ce qu'il adviendra, si les voies de Dieu vous seront agréables ou non, il faut vous engager

et accepter d'avancer vers l'inconnu : cela fait partie du jeu. Si vous envisagez des moyens d'éviter un engagement total, vous resterez dans le style de vie ancien et dénaturé où règne la tromperie et auquel vous vous accrochez, tout en cherchant à vivre la nouvelle vie libre et libérée, dans laquelle vous êtes dans l'unité, au lieu d'être divisé intérieurement et tenaillé par la douleur de cette division. Mais il faut choisir. *Votre engagement vis-à-vis du Créateur ultime doit être total et s'appliquer aux aspects de votre façon d'être et de vivre qui semblent les plus insignifiants.* Vous devez vous consacrer entièrement à la vérité, parce que vous vous êtes aussi consacré à l'Esprit Universel.

Si vous prenez cet engagement, vous abandonnez le vieux monde connu et vous traverserez momentanément ce qui ressemblera à l'incertitude. Mais cela n'aura pas d'importance pour vous. Vous vous sentirez en sécurité comme jamais, beaucoup plus qu'à l'époque où vous vous accrochiez au passé et aux structures artificielles qu'il faut briser. Vous vous apercevrez vite que vous n'avez rien à craindre. Il faut rassembler son courage pour se lancer dans cette aventure, pour découvrir que finalement c'est vraiment la façon de vivre la plus sûre et la plus rassurante qui soit. En fait, le courage n'est absolument pas nécessaire. Ce n'est qu'à ce moment-là - et pas avant - que les « nuits obscures » se transformeront en tremplins qui vous rapprocheront de la lumière.

QUESTION : *Cette conférence décrit assez bien ce que je vis en ce moment. Je viens de commencer à découvrir le sens des crises. Il me semble que je dois soit chercher un abri quelconque, soit traverser la tourmente, ce que j'ai l'impression de faire maintenant.*

REPONSE : Cette prise de conscience est excellente. Elle illustre cette alternative vieille comme le monde : *se mettre à l'abri ou s'exposer.* C'est peut-être la question la plus importante sur le chemin de l'évolution de chaque entité. Vous restez dans le cycle de la mort et de la renaissance, de la douleur et de la lutte, du conflit et des querelles sur presque tous les plans : physique, spirituel et psychologique - précisément parce que vous vous accro-

chez à l'illusion que vous pouvez éviter de vous exposer et que la fuite vous sera profitable. En fait, se mettre à l'abri n'apporte rien de bon ; au contraire, cela exacerbe la tension spécifique. Le soulagement momentané est une illusion terriblement préjudiciable. C'est ainsi parce que la crise survient inévitablement plus tard mais, à ce moment-là, elle n'est plus reliée à son origine et donc elle meurtrit davantage.

Cependant, quand vous vous serez décidé et direz : « Je ne me mettrai pas à l'abri, je vais me lancer », les ressources de l'âme humaine deviendront disponibles presque instantanément. Ces ressources restent inaccessibles et nébuleuses à ceux qui ont encore tendance à fuir. Ils se sentent alors démunis et ne croient pas en leurs possibilités de réaliser les pouvoirs infinis de l'Esprit Universel. Ils ignorent leurs potentialités, la force qui se manifesterà, l'inspiration qui viendra. Ce n'est qu'au moment où vous déciderez de vous lancer et de demander de l'aide dans vos méditations que vous disposerez de ces ressources. Vous vous émerveillerez alors, plein de confiance, et saurez que le moi conscient n'est pas seul. D'autres facultés sont là, à votre disposition, pour affronter les difficultés.

Je vous bénis et vous demande d'ouvrir votre être intérieur le plus intime, toute votre âme et toutes vos forces psychiques, de lâcher prise et de vous libérer des entraves qui vous privent de la vérité et du changement, et qui vous empêchent donc de vous réaliser et de vivre dans la lumière. Ouvrez-vous ainsi, laissez la puissance divine présente en vous à tout moment imprégner tout votre être.

Les bénédictions pleuvent sur vous et nourrissent la puissance intérieure dont j'ai parlé, vous serez ainsi doublement renforcés. Poursuivez votre évolution pour que votre sentiment d'unité et d'harmonie avec l'univers grandisse et qu'il vous remplisse davantage de bonheur, qui est votre droit imprescriptible à la naissance.

Soyez bénis ; que la paix soit avec vous.

## 12

### La signification du mal et sa transcendance

*Nier l'existence du mal sur la terre est impossible. De quelle façon peut-on aborder cette question afin que l'humanité puisse transcender son état actuel de souffrance ? Si nous nous efforçons d'atteindre un état de conscience unifié, il nous faudrait intégrer le mal, mais comment pouvons-nous intégrer cet élément qui s'oppose tellement à tout ce que nous cherchons à atteindre consciemment ?*

*Si nous nions le mal, puisque nous savons qu'il n'existe pas dans les plans supérieurs, est-ce que notre terre en sera pour autant débarrassée ? Se peut-il que le mal existe en chacun de nous et, si c'est ainsi, comment peut-on l'affronter ?*

Bonsoir, et soyez tous bénis, mes amis, les anciens comme les nouveaux.

Les êtres humains sont sans arrêt confrontés à ce grave problème : comment faire face aux forces destructrices qui demeurent en eux et chez les autres. Cette question semble n'avoir pas de fin, car depuis que l'humanité existe, des théories et des philosophies ont été élaborées à ce sujet.

Votre quête a toujours tourné, directement ou indirectement, autour de ce grand problème.

### Le mal existe-t-il ?

On fournit en général deux sortes de réponses concernant l'existence du mal : religieuse et philosophique. **L'une souligne que le mal est une force séparée du bien, qui s'y oppose. L'autre nie carrément l'existence du mal.**

Nier le mal sur le plan de conscience de l'humanité est aussi irréaliste que de croire qu'il existe deux forces séparées au niveau de l'ultime réalité : l'une bonne et l'autre mauvaise. Une telle croyance implique que la force du mal peut être détruite ou balayée, comme si on pouvait faire disparaître quoi que ce soit dans l'univers ! Seuls ceux qui cherchent la vérité entre ces deux possibilités peuvent trouver des réponses.

La plupart des religions ont une approche dualiste à la grande question du mal et la considèrent comme une force opposée au bien. Ce genre d'approche renforce la peur de soi et le sentiment de culpabilité ; par conséquent, cela exacerbe les divisions de l'âme. Les énergies de la peur et de la culpabilité sont utilisées pour forcer les gens à « être bons ». L'aveuglement, la compulsion et le concept artificiel de vie qui accompagnent cette force contraignante créent des cercles d'autorenforcement qui comprennent de nombreuses ramifications négatives.

D'un autre côté, il est des philosophies qui postulent tout simplement que le mal n'existe pas ; c'est une illusion. De telles philosophies détiennent une part de vérité, tout comme leurs homologues religieux qui reconnaissent le danger du mal, son pouvoir destructeur et le chagrin et la souffrance qu'il cause. Le postulat qui énonce que le mal est une illusion est vrai dans le sens où, en essence, il n'existe qu'un seul et unique grand pouvoir créateur. *Il y a* union, car tout est un dans la conscience de ceux qui ont transcendé le dualisme.

Comme c'est souvent le cas, ces deux enseignements contraires expriment de grandes vérités, mais leur caractère exclusif - qui est à l'origine de leur conception et de leur perpétuation - finit par détruire cette part de vérité. Le déni du mal en tant que réalité nous berce dans nos illusions, nous aveugle et nous fait nier notre être ; la conscience, dans ce cas, diminue au lieu d'aug-

menter. Cela aboutit à la création d'une image fautive qui reflète fidèlement l'état actuel de l'humanité.

Les deux points de vue conduisent au refoulement. Pourtant, reconnaître le mal peut aussi mener à une destructivité accrue. On pourrait également justifier et fermer les yeux sur des comportements vraiment indésirables, par exemple quand on se croit sûr de son bon droit. Dans un tel cas, c'est le sentiment de culpabilité qui serait refoulé, créant ainsi davantage de divisions et de dualité. Essayons maintenant de trouver une façon d'éviter chacun de ces écueils et de réconcilier ces deux approches du mal les plus répandues.

### L'acceptation correcte du mal

Toute souffrance provient exclusivement de la destructivité, de la négativité ou du mal en soi, quel que soit le nom que vous voulez lui donner. Vous avez tous constaté à quel point vous vous sentez menacés, anxieux et mal à l'aise quand vous êtes confrontés à certains de vos travers ou attitudes caractéristiques les plus indésirables. Il faut comprendre cette réaction bien plus en profondeur. Le sens de ces réactions si angoissées et si désagréables est clair ; le voici : « Telle et telle chose ne devraient pas exister en moi. » Toutes les défenses que vous avez eu tant de mal à ériger vous servent de protection non seulement contre le mal présent chez les autres, mais avant tout contre le vôtre.

Si vous examinez la cause de votre anxiété chaque fois qu'elle se manifeste, vous découvrirez toujours, en dernière analyse, que c'est le mal en vous qui vous rend appréhensif, en dépit de tout le caractère menaçant d'une autre personne ou d'un événement extérieur. Si vous traduisez cette émotion en termes clairs, donnant ainsi la parole à votre for intérieur qui vous dit que certaines attitudes ou sentiments « ne devraient pas exister en moi », vous pouvez alors faire face à votre attitude vis-à-vis du mal de façon bien plus satisfaisante. Car l'attitude en soi est au moins deux fois plus dommageable que le mal lui-même. Nous allons revenir plus tard sur cette question.

Désormais, au lieu de fuir comme à l'accoutumée - ce qui provoque désordres émotionnels, problèmes et souffrances - surprenez votre peur et cette pensée dissimulée derrière elle : « Il ne devrait pas en être ainsi ? » Si vous ne prêtez pas attention à cette peur, le problème ira s'aggravant.

### **Le mal, puissance créatrice dénaturée**

Notre but, sur le chemin, consiste précisément à connaître et à accepter le mal. On utilise beaucoup le mot « acceptation » faute d'un meilleur, mais son sens se perd souvent derrière le mot ; nous devons donc être plus attentif à la forme que prend cette acceptation. En effet, on ne peut intégrer et réformer le mal dans le sens le plus authentique du terme que si l'acceptation a lieu de manière correcte. Vous pouvez alors transformer une force qui a pris une mauvaise direction. La majorité des êtres humains oublie ou ne tient absolument pas compte de ceci : ce qu'il y a de pire en eux est, en essence, une puissance créatrice hautement désirable, un courant universel d'énergie. Ce n'est qu'au moment où vous prendrez vraiment conscience de cela, mes amis, que vous apprendrez à faire face à tous les aspects de votre être.

Presque tous les êtres humains - à très peu d'exceptions près - acceptent, connaissent et ne veulent connaître qu'une partie relativement minime de toute leur personnalité. A l'évidence, cette limitation est terriblement réductrice. Ne pas être conscient de ce qui, en eux, est indésirable dans sa manifestation actuelle les isole de ce qui est déjà sain, libéré, purifié et bon. Cela empêche aussi beaucoup de gens de s'aimer et de se respecter, car ils ne perçoivent pas bien leur héritage divin. Leur bonté véritable, déjà manifeste, leur semble irréaliste et même contrefaite parce qu'ils refusent de s'attaquer aux éléments destructeurs en eux. Mais ce qui est encore plus important et plus fondamental, c'est qu'en se coupant de cette partie indésirable, cette dernière stagne et se fige, si bien qu'elle ne peut pas changer.

Le prix de la reconnaissance et de l'acceptation des aspects destructifs et négatifs du moi semble élevé, mais en fait tel n'est pas le cas. En contrepartie, le prix du déni est énorme. Vous avan-

cez peut-être à tâtons, dans la confusion, jusqu'à ce que vous trouviez un moyen d'accepter vos impulsions et vos désirs destructeurs sans vous voiler la face. Puisque vous voyez un élément négatif en vous, vous croyez que tout en vous est négatif.

Voici ce que vous devez faire : vous identifier avec la partie en vous qui observe, et non avec le reste que vous observez. Comprenez-le sans vous identifier à lui. Il vous faut apprendre à évaluer les impulsions et les désirs négatifs de façon réaliste, sans tomber dans le piège de la projection et de l'autojustification. Une telle compréhension exige que vous soyez continuellement inspiré par vos forces supérieures intérieures et que vous lanciez des appels à l'aide délibérés pour prendre conscience de façon durable de ces aspects destructifs et des moyens appropriés d'y faire face.

Chaque fois que vous êtes d'humeur sombre, dans une situation menaçante ou dans la confusion et les ténèbres, vous pouvez être certain, indépendamment des circonstances extérieures, que le problème surgit parce que vous niez et craignez vos attitudes négatives, et parce que vous ignorez comment y faire face.

Admettre cela apporte un soulagement immédiat et neutralise ces puissances négatives presque instantanément. Apprenez comment, pas à pas, vous pouvez incorporer cette puissance au lieu de vous couper d'elle.

La *première étape* doit consister à mettre en pratique la théorie suivante : la destructivité, le mal, n'est pas, en fin de compte, une énergie séparée. Vous devez méditer cette idée, et pas seulement en termes généraux et philosophiques. Vous devez plutôt considérer les aspects spécifiques de vous-même qui vous culpabilisent et vous font peur et appliquer ce savoir à tous les aspects les plus répugnants en vous et chez les autres. Quelle que soit la laideur de ces manifestations (la cruauté, la rancune, l'arrogance, le mépris, l'égoïsme, l'indifférence, la cupidité, la malhonnêteté, etc.), vous pourrez petit à petit prendre conscience que chacun de ces traits est un *courant d'énergie originellement beau, magnifique et source de vie*.

En avançant dans cette direction, vous en viendrez à comprendre et à sentir que telle ou telle impulsion hostile spécifique était à l'origine une énergie positive. Quand vous comprendrez cela, vous aurez fait un pas en avant considérable vers la transformation de l'hostilité et vers la libération de ces forces qui ont été soit canalisées de manière vraiment destructive et indésirable, soit stagner et se sont figées. Exprimez en termes clairs votre nouvelle approche selon laquelle ces aspects laids sont une puissance utilisable selon vos désirs. Cette puissance, cette même énergie qui se manifeste peut-être maintenant sous forme d'hostilité, d'envie, de haine, de rage, d'amertume, d'apitoiement sur soi-même ou de critiques, peut devenir une puissance créatrice qui apporte le bonheur, le plaisir, l'amour, la dilatation pour vous et votre entourage.

Autrement dit, vous devez apprendre à reconnaître que la façon dont cette puissance se manifeste est indésirable, mais que le courant d'énergie qui sous-tend cette manifestation est désirable en soi car, en essence, elle est la vie même. Elle contient *conscience* et *énergie créatrice*. Elle contient toutes les potentialités de manifestation et d'expression de la vie, elle renouvelle la vie. Elle contient la quintessence de la vie, telle que vous la ressentez, et bien davantage. De même, la quintessence de la vie qui se révèle à vous recèle les pires potentialités. Si vous pouvez envisager les possibilités de toutes les manifestations de la vie, parce que la vie est un *flot continu, mouvant, circulant sans cesse*, jamais vous ne vous arrêterez sur les finalités qui engendrent l'erreur, la confusion, le dualisme.

Vous constaterez qu'en niant le mal en vous, vous nuisez grandement à l'ensemble de votre personnalité et à la manifestation de votre spiritualité, bien plus que vous ne l'imaginez. Car en le niant, vous inactivez une partie essentielle de vos énergies et forces créatrices, par conséquent elles stagnent. Et après la stagnation vient la putréfaction.

La matière se putréfie quand elle stagne, quand elle est immobile. Il en va de même pour la conscience. La matière est toujours une condensation, ainsi qu'une manifestation de la conscience

et de l'énergie. La façon dont circule ou ne circule pas l'énergie, et la forme qu'elle prend quand elle se condense dépendent de l'attitude de la conscience qui anime ou plutôt qui constitue un aspect particulier de la création.

La destructivité est une forme erronée de la conscience. Elle mène inévitablement à la négation de la vie, soit directement par la manifestation et l'expression franches et délibérées, soit indirectement par le déni, c'est-à-dire la stagnation. C'est pourquoi des émotions prétendument négatives sont en fait désirables. La colère, par exemple, peut prolonger la vie et se dresser contre la négation de la vie. Le déni de la colère se transforme en hostilité, en cruauté, en rancune, en haine de soi, en sentiment de culpabilité, en confusion entre l'auto-accusation et les reproches adressés aux autres ; il devient donc un courant d'énergie destructif.

Quand on comprend le mal comme un courant d'énergie intrinsèquement divin, momentanément dénaturé à cause de certaines idées, concepts et perceptions erronées, on cesse de le rejeter en essence et on l'assimile. C'est précisément votre pierre d'achoppement. Et en fait, vos difficultés sont telles que vous avez tendance à oublier même les aspects de votre être qui sont exempts de déformations, de négativité et de destructivité, et qui sont purs et divins, bons, libérés, magnifiques, nobles.

*Tous vos efforts et votre bonne volonté sont merveilleux.* Même vos remords de conscience, en dépit de la culpabilité déplacée, proviennent des plus belles et des plus nobles manifestations de la conscience. Vous vous priveriez du meilleur de vous-même, vous ne ressentirez pas sa présence tant que vous nierez et ne ressentirez pas la présence du mal en vous. Vous déformez votre image de vous-même si vous niez la moindre parcelle de votre être, quelle qu'en soit sa laideur en ce moment.

La clé essentielle pour intégrer totalement le mal, c'est de comprendre sa nature originelle et la possibilité inhérente qu'il puisse se manifester de nouveau sous sa forme originelle. Il faut que ce soit votre objectif. Tant que vous essayez d'être bon, tout en niant le mal, en vous forçant à être ce que vous ne pouvez pas

encore être - et ce qu'en fait vous ne pourrez jamais être - vous vous maintenez dans un état douloureux de division intérieure, de sacrifice de soi partiel et de paralysie de vos forces vitales intérieures. Je dis « ce que vous ne pourrez jamais être », parce que si vous espérez détruire ou faire disparaître comme par enchantement une partie vitale de vous-même et refusez d'accepter la désirabilité intrinsèque de toute l'énergie créatrice que recèlent même vos aspects les plus destructeurs, vous ne pouvez pas retrouver votre unité. Cultivez cette nouvelle approche.

Cette attitude d'acceptation ne revient pas à fermer les yeux sur vos aspects indésirables, les excuser ou les rationaliser. Bien au contraire : elle implique qu'on les reconnaisse pleinement, qu'on les exprime en toute honnêteté, sans se trouver d'excuses ni accuser les autres, mais sans pour autant se sentir désespéré ni dégoûté de soi. C'est beaucoup demander, en apparence, mais vous pouvez certainement adopter cette attitude si vous faites de véritables efforts et priez sincèrement pour qu'on vous guide dans cette entreprise.

### **Libérez votre beauté intérieure**

Quand vous cesserez de nier votre laideur, vous cesserez de nier votre beauté ; d'ailleurs, elle se manifeste déjà merveilleusement chez chacun d'entre vous, et vous la niez malgré tout, vous ne la percevez pas, vous n'en tenez pas compte ! Et je ne parle pas seulement de la beauté potentielle, qui reste à développer, je parle de celle qui s'exprime déjà.

Vous pouvez méditer cette question et prier pour voir votre beauté intérieure comme vous pouvez prier pour voir la laideur. Quand vous percevrez les deux et non pas seulement l'une des deux à l'exclusion de l'autre, vous aurez fait un pas substantiel en direction d'une perception plus réaliste de la vie et de vous-même, qui vous permettra d'intégrer ce qui vous déchire en ce moment.

En gardant à l'esprit en permanence et votre beauté et votre laideur, vous verrez aussi ces deux aspects chez les autres. Vous

avez tendance à rejeter complètement et à nier l'existence des gens dont vous percevez la destructivité, et vous réagissez vis-à-vis d'eux exactement comme vis-à-vis de vous-même. Ou encore, vous réagissez émotionnellement à leur bonté et à leur beauté intérieure tout en fermant les yeux sur leurs côtés négatifs. Vous ne pouvez pas encore appréhender la présence de la dualité en vous, par conséquent vous ne pouvez pas non plus la voir chez les autres. Cela crée des conflits et des luttes continuels. De telles déformations et un tel manque de conscience provoquent en vous un déni et une paralysie du processus créateur lui-même. Vous ne pourrez transcender la dualité que si vous l'acceptez.

### **La transformation**

Ces attitudes ouvertement destructrices ne sont jamais le véritable fléau. Si vous les reconnaissez vraiment, vous resterez dans le courant de la vie. La haine la plus féroce, la rancune la plus vindicative, les impulsions cruelles de la pire espèce, si elles sont admises en toute franchise et en toute honnêteté, sans les manifester de façon irresponsable ni les réprimer ni les nier, mais en les acceptant pleinement, ne vous seront jamais préjudiciables. Dans la mesure où ils sont perçus, affrontés et acceptés, ces sentiments diminuent d'intensité et se retransforment tôt ou tard en un vivifiant courant d'énergie. La haine deviendra amour, la cruauté affirmation de soi saine, la stagnation joie et plaisir.

Voilà, mes amis, ce que vous devez apprendre. La clé consiste à se retrouver face à face avec cette force destructrice de façon à lui rendre son caractère originel et à l'incorporer à la totalité de votre être ; ainsi, grâce à l'énergie de vie à votre disposition, vous deviendrez des créateurs.

Y a-t-il des questions ?

*QUESTION : Comme le dit cette conférence, je sens en moi la présence du mal et de la négativité. Pourtant cela me plaît, c'est agréable, mais je me sens coupable. Par exemple, je jette l'argent par les fenêtres. Je nie complètement l'existence de cet aspect de moi-même. Pouvez-vous m'aider ?*

REPONSE : C'est un bon exemple. Votre description est assez typique. Vous êtes confronté à un problème insoluble : soit vous renoncez à tout plaisir lié à vos dépenses excessives et à votre irresponsabilité de façon à être respectable, mûr, réaliste, responsable et à l'abri du besoin, soit vous jouissez du plaisir que procure votre défaut mais en payant un prix exorbitant : la culpabilité, la privation par votre propre faute, l'insécurité et la peur de ne pas pouvoir gérer votre vie.

Quand vous constaterez que derrière cette compulsion aux dépenses excessives et à l'irresponsabilité se cache une aspiration légitime au plaisir, à la dilatation, à de nouvelles sensations, ce problème disparaîtra. En d'autres termes, vous devez intégrer *l'essence* de ce souhait sans en manifester la destructivité. Vous aurez alors beaucoup moins de mal à satisfaire vos besoins de façon réaliste sans pour autant devenir une victime.

A présent vous vous débattez, aux prises avec un de ces problèmes typiques dont les solutions s'excluent mutuellement. Pouvez-vous vraiment renoncer à l'irresponsabilité si la responsabilité implique une restriction de vos plaisirs et de la limitation de votre expression personnelle ? Comme vous ne voulez pas vraiment renoncer à l'irresponsabilité, vous culpabilisez. Ainsi, vous rejetez cette partie vitale de votre être dont le souhait légitime est de jouir au maximum du plaisir de la création, mais qui ignore comment y arriver sans exploiter les autres ni agir en parasite. Cependant, si vous pouvez pleinement accepter cette force magnifique qui, derrière cette irresponsabilité, cherche le bonheur absolu et si vous l'appréciez à sa juste valeur, vous découvrirez aussi comment l'exprimer sans importuner les autres ni transgresser les lois régissant votre propre équilibre. Vous n'aurez plus à payer cette rançon inutile faite d'inquiétude, d'anxiété, de culpabilité et de votre incapacité de vous en sortir.

Ce plaisir sera plus intense, plus durable et totalement dénué de culpabilité quand vous allierez sa légitimité à l'autodiscipline. Si vous pouvez réconcilier le désir du plaisir avec l'autodiscipline et la responsabilité, une voix intérieure intuitive vous dira : « Je veux jouir de la vie. L'univers contient une abondance illi-

mitée transformable et adaptable à l'infini. Ces possibilités sont innombrables. Des expériences merveilleuses restent à vivre. J'ai à ma disposition des moyens extraordinaires de m'exprimer. Je peux m'en servir et les intégrer à ma vie si je peux trouver une autre façon de les obtenir et de les manifester qui ne me détruit pas. » La discipline sera beaucoup plus aisée à acquérir, la volonté d'y parvenir grandira quand vous saurez que vous avez parfaitement le droit de l'utiliser avec l'idée d'augmenter votre bonheur et d'enrichir votre expression personnelle.

Mes très chers amis, je vous ai transmis ces idées nouvelles ; elles exigent beaucoup d'attention. Appliquez-les à votre situation particulière. Ouvrez votre être intime et mettez ces idées en pratique. Ne les considérez pas comme une théorie ou un concept abstrait. Au contraire, arrêtez-vous vraiment sur les domaines où vous niez ce qui est en vous par peur ou par culpabilité, car ces attitudes inhibent ce qu'il y a de meilleur en vous.

A ceux d'entre vous qui sont découragés, qui se sentent désespérés, je ne peux dire que ceci : ces sentiments ne sont que le produit de l'illusion et de l'erreur. Prenez-en conscience et cherchez la vérité ; elle vous dira que le désespoir est sans fondement. Il faut comprendre et traverser les périodes difficiles pour en faire des *tremplins*. Elles enrichiront votre vie, l'illumineront, l'éclaireront et vous permettront de vous exprimer davantage.

Recevez amour et bénédictions, mes très chers amis. Soyez en paix.

## L'estime de soi

*L* E Guide a dit un jour que lorsque les êtres humains ont une piètre opinion d'eux-mêmes, au point de se haïr et de se rejeter, « les anges pleurent ». Nous savons cela, mais nous oublions trop facilement que nous sommes des âmes incarnées, donc des manifestations divines. Nous avons tendance à prendre cet aspect de notre nature que nous aimons le moins pour notre moi permanent et véritable. Cette idée a des conséquences dramatiques, comme le Guide va l'expliquer.

*Dans cette conférence inspirante, il nous apprend comment trouver notre véritable identité au sein de notre centre vital sans cesse changeant. En découvrant en nous des possibilités infinies défaire des choix positifs, nous réussirons à nous aimer et à nous respecter.*

Bonsoir, mes très chers amis. Soyez tous bénis. Puissent vos cœurs s'ouvrir, puissiez-vous être encore plus attentifs afin d'absorber le plus d'informations possible pendant cette heure.

L'estime de soi, l'amour de soi ou la valeur qu'on s'accorde, quel que soit le nom que vous lui donnez, manquent cruellement chez tout être humain qui éprouve des sentiments d'incertitude, de peur, d'insécurité, de culpabilité, de faiblesse, de doute, de négativité, d'inadaptation et d'infériorité. Autant ces sentiments sont présents, autant l'estime de soi manquera, mais on n'est pas directement conscient de cette situation. Une telle ignorance est fort dommageable, car vous êtes alors moins capable d'affronter

le problème directement. Il faut une lucidité considérable vis-à-vis de soi pour reconnaître qu'on nourrit des pensées comme « Je ne m'aime pas, je ne me respecte pas ».

### **Le conflit intérieur entre Pautocomplaisance et le rejet de soi**

Les gens sont constamment confrontés à un conflit intérieur concernant cette reconnaissance, et en sont rarement conscients. Ce conflit provient de la perception dualiste qui caractérise l'humanité. J'ai souvent montré comment une méprise coupe la vérité en deux moitiés opposées qui sèment la confusion dans votre esprit et vous mettent dans l'impossibilité d'effectuer des choix satisfaisants. Vous êtes alors déchiré par des dissensions intérieures et en souffrez. Dans ce cas, voici le dilemme : comment peut-on s'accepter et s'aimer sans tomber dans le piège de l'autocomplaisance et de l'autojustification à l'égard de tous les traits de caractère destructifs présents chez tous les êtres humains, même s'ils sont bien cachés ? Ou d'un autre côté, comment peut-on affronter, accepter et admettre ces éléments négatifs et destructifs, ces faiblesses, ces petits actes égoïstes, cette cruauté et cette vanité qui rendent souvent vindicatif et sans amour, et en même temps garder le respect de soi-même ? Comment peut-on échapper au piège de la culpabilité destructrice, du rejet et du mépris de soi ?

C'est un conflit profondément enraciné chez la plupart des êtres humains et, qu'ils le sachent ou non, ils sont aux prises avec lui. C'est une confusion dualiste typique dont voici les deux contraires mutuellement exclusifs : admettre une vérité déplaisante et s'accepter. Mais avant de discuter de cela plus en détail et de vous donner une clé qui vous mettra à même de faire disparaître cette division, je vous dirai quelques mots du conflit lui-même.

Certains d'entre vous ont déjà décelé en eux cette bataille qui fait rage, et sauront exactement de quoi je parle. D'autres, qui n'ont pas encore reconnu ce rejet de soi, devront en venir à cette prise de conscience progressivement. Il se peut que la seule façon

dont vous puissiez maintenant détecter votre piètre opinion et amour de vous-même soit indirecte. Vous éprouvez sans doute la timidité, l'incertitude, l'insécurité, ainsi que des sentiments d'infériorité et d'inadaptation, vous appréhendez aussi le rejet ou les critiques. Vous percevez peut-être de temps à autre une culpabilité particulière que vous ne vous expliquez pas. Même si cette culpabilité se cache en général derrière d'autres certitudes, il arrive rarement qu'elle soit si éloignée qu'on ne puisse pas la percevoir clairement si on essaie de détecter de telles réactions. Vous vous rendez peut-être compte que vous n'êtes pas ouvert aux possibilités indescriptibles de bonheur et de plénitude de la vie, que vous vous contentez de peu et vous limitez. Vous pouvez peut-être remarquer que vous vivotez et végétez, que vous avez la vague impression d'être peu méritant et que vous avez une perception négative de vos possibilités, au moins dans certains domaines.

Toutes ces manifestations trahissent le rejet de soi et le manque d'amour de soi, ce qu'on peut facilement relier à une cause plus profonde : vous avez une piètre opinion de votre personne. Vous ne vous aimez pas à cause de certaines attitudes et caractéristiques, mais cette spécificité est peut-être encore plus éloignée de votre conscience. Il est fort possible que, dans un premier temps, votre perception se limite à un vague dédain de vous-même, sans que vous puissiez mettre le doigt sur les aspects particuliers que vous n'aimez pas en vous.

Quand vous ressentez, même très vaguement, que vous vous manquez de respect, que vous vous dévalorisez et ne vous appréciez pas en tant qu'être humain, l'étape suivante doit viser à affiner votre perception. Si vous le voulez vraiment, vous y parviendrez, même si la reconnaissance exacte de cette attitude peut prendre une forme indirecte. C'est souvent ainsi qu'on avance sur le chemin.

D'un autre côté, vous remarquerez peut-être en vous, et assez clairement, un aspect qui est vraiment regrettable et indésirable. Vous pouvez mal réagir, par une attitude de défi et d'autojustification, parce que vous croyez qu'admettre ces traits de caractère implique que vous devez rejeter entièrement votre être et l'avoir en aversion. Vous n'arrivez pas à distinguer le rejet d'un aspect

et le rejet de la personne, que ce soit vous ou les autres. Par conséquent, vous tombez dans l'erreur de justifier, de nier, de falsifier, de rationaliser et même souvent d'exalter un aspect très indésirable et très destructif. Et voilà la confusion dans toute sa splendeur !

### Les éléments qui apportent le respect de soi

Ce qui suit vous aidera à trouver la clé vous permettant d'affronter ouvertement les attitudes indésirables, sans le moins du monde perdre le respect de vous-même ou effacer l'impression que vous êtes un être humain valable. D'abord, il vous faut percevoir et ressentir la vie différemment. Votre vie (et vous êtes la Vie puisque vous êtes vivant) représente toute la vie, toute la nature. Un des signes distinctifs de la vie, c'est son potentiel infini de changement et d'expansion. Soyons plus spécifique : quand vous percevez la vie telle qu'elle est, vous vous apercevez que même pour la plus humble de toutes les créatures destructrices, il est possible de changer, de s'améliorer, de se développer et de croître.

A tout moment, la pensée peut tout transformer et créer de nouvelles attitudes, de nouveaux comportements, de nouvelles sensations, de nouvelles façons d'être. Et si tous ces changements ne se réalisent pas maintenant, cela ne change rien, car un jour les choses évolueront inévitablement et votre véritable nature finira par émerger tôt ou tard. Savoir cela change tout ; votre cas cessera de vous désespérer. Toutes les portes s'ouvriront et vous prendrez conscience de vos potentialités de bonté en dépit de votre méchanceté actuelle, de générosité en dépit de votre mesquinerie actuelle, d'amour en dépit de votre égoïsme actuel, de force et d'intégrité en dépit de votre faiblesse actuelle et des tentations que vous avez de trahir le meilleur de vous-même, de grandeur en dépit de votre petitesse actuelle.

Regardez la nature, regardez toutes les manifestations de la vie : elles changent sans cesse. **Sans cesse elle meurt, puis renaît.** Sans cesse elle se dilate, se contracte, *palpite*. Elle est toujours en mouvement, s'étendant et se ramifiant. Cela s'applique en parti-

culier à la vie consciente, et encore plus à la vie « soi-consciente ». Le pouvoir de la pensée, de la volonté, des émotions est infiniment plus grand que celui de toute force inanimée. Et pourtant, le pouvoir inanimé de l'électricité, par exemple, et encore plus de l'énergie atomique, est si grand que vous avez à peine commencé à avoir un aperçu de ses utilisations possibles, que ce soit dans un but louable et constructif, ou bien destructif. Partout où se trouve la vie et la conscience, ces deux possibilités existent.

### Utilisez le pouvoir de la pensée consciente

Or, si dans l'atome le plus minuscule, tellement petit qu'on ne peut même pas le percevoir à l'œil nu, il existe une puissance capable de libérer des énergies prodigieuses pour détruire ou construire, celles que peut déployer le pouvoir de l'esprit sont infiniment plus grandes ; ce sont le pouvoir de la pensée, des sentiments et de la volonté. Arrêtez-vous donc sur ce fait significatif, mes amis, et cela vous ouvrira de nouveaux horizons. Pourquoi acceptez-vous sans réfléchir que le pouvoir des corps inanimés soit supérieur à celui de l'esprit ?

Le pouvoir de penser, de vouloir, de sentir, de s'exprimer, d'agir et de décider est le signe caractéristique de la conscience. Cela est grandement sous-estimé par l'humanité. Par conséquent, la conscience vivante mérite un respect qu'on peut à peine exprimer verbalement. La façon dont elle se manifeste importe peu : si destructive et indésirable soit-elle dans sa manifestation actuelle, la vie qui émane de la destructivité momentanée contient toutes les potentialités de transformation en éléments constructifs car, en vérité, la source de la vie est inépuisable.

Puisque l'essence même de la vie est mouvement - et donc changement - il est justifié et réaliste d'espérer, même si une situation ou un état d'esprit apparaît comme complètement désespéré. Ces gens en proie à une sévère dépression ou au désespoir sont forcément dans l'erreur, car ils se détournent de l'essence même de la vie. Et ceux qui désespèrent d'eux-mêmes parce qu'ils se sentent si détestables, si inacceptables, si incapables, si destructifs, si négatifs... se fourvoient aussi, car ils perçoivent la

vie comme si elle était figée, comme si une situation donnée devait durer pour l'éternité. C'est l'erreur de l'immobilisme : « C'est comme ça et on ne peut rien y faire. » Une telle conception ne tient pas compte du flux de la vie, le nie. Puisque vous êtes vivant, vous participez de cette fluidité ; en réalité, vous êtes mouvement.

Le seul obstacle qui vous empêche d'être fluide, de passer à un état d'espoir réaliste, de lumière, et donc de devenir l'essence de la vie même, c'est votre fermeture, votre ignorance de cette vérité ; tel est votre état de conscience pour le moment. Il est maintenant fixé et vous êtes convaincu que la vie et votre personnalité sont statiques et doivent le rester. Votre état de conscience reste figé dans cette prison obscure tant que vous ne connaissez rien d'autre.

Vous avez la possibilité de mettre ces paroles en pratique dans votre situation personnelle. Quels sont les domaines où vous avez renoncé à tout espoir ? Pourquoi êtes-vous désespéré ? Vous sentez-vous ainsi à cause de la vie elle-même ? Ou parce que vous croyez que les possibilités d'expansion et de bonheur sont trop limitées pour vous donner une liberté de manœuvre suffisante ? Etes-vous désespéré parce que vous sentez que vous ne méritez ni ne pouvez avoir une vie plus riche et plus intéressante ? Cette dernière pensée peut fort bien sous-tendre votre perception des limitations de la vie.

Si vous pouvez rendre ces impressions fugaces plus conscientes, vous pouvez alors vous poser cette question : « Est-ce que je désespère d'être heureux parce que, peut-être à juste titre, je n'aime pas certains aspects en moi ? » Mais alors, ne croyez-vous pas que certains aspects caractérisent et définissent votre personne ? C'est là où vous achoppez, mes amis : vous croyez à tort que ce qui vous est le plus détestable est vous-même. Cette conception est en même temps la cause d'une forte résistance au changement, inhérente à tous les êtres humains. Car puisque vous ne croyez pas que vous pouvez être - en essence - autre que ce que vous avez en aversion, il faut néanmoins vous y accrocher, car vous ne souhaitez pas cesser d'exister. Nous voici au cœur de

la confusion dualiste. C'est pourquoi vous vous accrochez si inexplicablement à ces traits destructifs.

Vous vous y accrochez parce que vous croyez sincèrement qu'ils sont *vous* ; vous êtes dans un état d'immobilisme, et tout changement est impossible parce que vous ne vous rendez pas compte que **toutes les possibilités existent en vous**. Vous êtes déjà ce que vous pensez devoir produire artificiellement, laborieusement, par un forcing qui déformerait votre nature même. Mais puisque vous persistez à ne pas y croire, vous ne pouvez pas renoncer à vous accrocher à ces aspects que vous détestez presque, car ils semblent représenter votre essence.

C'est véritablement un cercle vicieux car, de toute évidence la véritable estime de soi ne peut se manifester que si vous faites l'expérience de votre aptitude à aimer, à donner de vous-même. Pourtant, cette aptitude demeure inconnue tant que vous persistez à croire qu'elle n'existe pas, un point c'est tout, et tant que vous croyez que tout état autre que celui dans lequel vous êtes maintenant vous est étranger, intrinsèquement étranger et que votre moi réel, ultime et fixe est ce qui suscite votre aversion. Tant que ce sera le cas, vous resterez pris au piège du cercle vicieux.

Pour en sortir, il faut comprendre la vie dans son essence. Même si votre existence vous semble complètement figée, vous n'avez là qu'un fragment minuscule de l'ensemble du tableau. Sous ces aspects de votre personnalité que vous croyez immuables et inéchangeables, circule une vie fluide, comme une rivière en hiver coule sous la neige. Cette vie est constante ; les sensations se ramifient dans toutes les directions, se renouvelant sans cesse dans un mouvement spontané, merveilleux. Leur vie vibre, palpite, circule. Et par-dessus tout, c'est une vie dans laquelle vous êtes libre à tout moment d'émettre de nouvelles pensées, différentes, qui créent une expression de la vie et une personnalité nouvelles et différentes.

Vous voyez, tant que vous ne prenez pas en compte la véritable nature de la vie - donc votre véritable nature - vous ne pouvez pas vous accorder le respect fondamental que vous méritez en tant que créature humaine. Tant que vous confondez la vie avec la

mort, avec sa matière inanimée, vous désespérerez. Et même la matière inanimée, comme vous le savez grâce à la science contemporaine, a une vie inhérente et un mouvement incroyable une fois que cette vie se libère. Méditez là-dessus, mes amis. Même un objet mort en apparence n'est pas mort ; il contient la vie, le mouvement, le changement absolu. Pensez à cette vie, à ce mouvement et à ce changement que recèle la matière en apparence la plus inerte.

Ainsi, **rien de ce qui existe dans l'univers n'est sans vie**. Et la conscience encore moins ! Votre pensée est mouvement constant. Le seul problème, c'est que vous vous êtes conditionné à lui laisser ruminer régulièrement la négativité, le rejet de vous-même et les limitations inutiles. Mais quand vous déciderez d'utiliser votre pensée différemment, vous ressentirez cette vérité : la vie est susceptible de changement, pleine d'espoir et de possibilités infinies de s'ouvrir à de nouveaux horizons. Vous pouvez constamment étendre le champ de votre pensée, assimiler de nouvelles idées, envisager de nouvelles réalisations et de nouveaux buts et donc vous renouveler et vous enrichir dans de nombreux domaines : la volonté, l'expansion, l'énergie et les sentiments. Tout cela fait partie du changement de personnalité. Sans que vous en soyez tout à fait conscient, ces nouvelles façons de penser et de sentir changent les attitudes pour lesquelles vous avez tant d'aversion.

Quand je parle de nouvelles façons d'être, je tiens à clarifier le point suivant : cela ne signifie pas qu'elles n'existent pas en vous sous forme d'essence endormie. Elles ne sont nouvelles qu'à vos yeux, car elles sont toutes là, prêtes à tout moment à répondre à la moindre sollicitation. Mais tant que vous vous enfermez dans le cadre étroit de vos perceptions limitées de vous-même et de la vie, vous ne pouvez pas jouir de vos potentialités. Considérez-vous comme un sol fertile avant les semences. Un sol fertile contient d'incroyables réserves qui peuvent donner naissance à de nouvelles formes de vie. Il fourmille de potentialités, que les graines y soient plantées ou non. L'ensemble de votre conscience et de votre vitalité sont le sol le plus fertile qu'on puisse imaginer. Il est là en permanence, doué d'un pou-

voir incroyable de faire jaillir de nouvelles formes de vie dans votre pensée, vos sentiments, vos énergies, vos possibilités d'action et de réaction.

Toutes les situations où vous vous trouvez contiennent de nouvelles possibilités de faire face. Des choix se présentent constamment à vous. Vous pouvez être dans une nouvelle situation et céder automatiquement aux vieux réflexes conditionnés, à l'approche négative, sans prêter attention à ce que vous faites. Peut-être vous plaignez-vous des misères de la vie parce que tel ou tel événement que vous n'aimez pas vous est arrivé, mais vous ne voyez jamais le lien entre d'une part votre mécontentement et vos échecs, et d'autre part vos réactions partiales, négatives et automatiques. Tant que vous estimez que cette approche habituelle est la seule possible, vous ne saisissez pas les possibilités et les pouvoirs inhérents à votre vie.

Ainsi, lorsque vous vous sentez malheureux ou désespéré, demandez-vous : « Puis-je réagir différemment face à cette situation qui semble complètement inattendue et où j'opte pour une réaction négative, destructive, l'abandon au désespoir, les plaintes, la colère ? »

Ce choix vous appartient. Votre colère et vos plaintes à l'égard du monde sont peine perdue, car toute cette énergie gaspillée pourrait être tellement utile pour vous construire une vie nouvelle si vous l'utilisiez correctement. Vous ne pouvez pas changer les autres, mais vous pouvez certainement changer votre attitude et votre façon de penser. A ce moment-là, la vie vous offre ses possibilités illimitées.

D'abord, vos pensées et votre attitude changeront, puis ce sera le tour de vos sentiments ; ensuite, vos actions et vos réactions commenceront à suivre de nouvelles impulsions spontanées qui déclencheront de nouvelles expériences dans la vie. Plus vous serez conscient de la réaction en chaîne de ce processus, plus vous serez convaincu que vous êtes une expression de la vie, libre, changeante, fluide, qui se renouvelle sans cesse. Et aucun aspect de votre personnalité, en raison de sa présence, ne devrait vous amener à juger et à rejeter la totalité de votre être. Grâce à

cette nouvelle approche, vous pourrez vous permettre le luxe merveilleux d'admettre tous vos côtés laids et indésirables sans pour autant cesser de vous aimer et sans le moins du monde oublier que vous êtes une expression du divin, en dépit de toute la laideur de ces aspects.

Cela peut paraître tellement paradoxal, mais le rejet total de soi, la forme de culpabilité destructrice dont je parle ne pourra jamais résoudre aucun problème et vous ne comprendrez pas pourquoi, à moins que vous ne considériez que tout obstacle reste insurmontable si vous pensez n'être qu'un amas de matière inerte et interchangeable. (Vous savez qu'il vous sera donné selon votre foi, votre croyance, mais si vous avez bâti un système de croyances erronées, vous ne pouvez pas voir au-delà.) Alors vos actions sont déterminées par vos convictions et ces dernières doivent ainsi fournir des preuves de leur véracité, même si elles sont totalement infondées et si, en réalité, il existe bien d'autres choix possibles.

Ainsi, si vous êtes convaincu de ne pas pouvoir changer vous ne pourrez pas avancer d'un pouce en direction du changement ; vous ne pourrez donc pas en bénéficier et resterez certain qu'il est impossible à réaliser. Cette conviction négative vous met aussi dans l'impossibilité de produire les efforts nécessaires en vue du changement. L'énergie, la discipline, le dynamisme et l'initiative essentiels pour effectuer un changement seront comparativement faciles à mobiliser si vous savez qu'il est possible de se transformer et que le changement ne signifie rien d'autre que de manifester vos qualités endormies. Grâce à cette certitude et quelle que soit la laideur de vos traits de caractère, votre désespoir, parce que vous vous croyez indigne d'être aimé, cessera d'exister. Vous libérerez vos énergies intérieures, serez à même d'exploiter les ressources du tréfonds de votre être, et cela vous permettra de vaincre tous vos aspects laids et destructifs.

La puissance qui a créé l'univers et tout ce qu'il contient, y compris tout votre être, possède la force de tout changer. Car même les choses qui devraient être changées furent créées par cette même puissance et sont nécessairement, en essence, diffé-

rentes de ce qu'elles paraissent à présent. Cette puissance, c'est aussi vous, et elle se manifeste quand vous la contactez délibérément: On ne peut y arriver que lorsqu'on reconnaît la source en soi, qui est sans cesse changeante, en mouvement, en expansion, douée de possibilités infinies.

### **Rétablir le lien avec la vie instinctive**

Vous voyez, mes amis, la vie inhérente à la nature se trouve aussi *en vous*. La volonté et l'intellect, de leur côté, sont stériles, vous le savez bien. Seules la sensation de la vie et la vie naturelle peuvent vous apporter une véritable plénitude ; sans elles, l'existence serait vraiment bien triste. C'est ce dont nous parlons, le but que nous cherchons à atteindre sur ce chemin. Or, pourquoi l'humanité a-t-elle perdu contact avec la source de sa propre vie, la source de ses sentiments, la source de ses instincts, que recèlent les profondeurs de l'être ? C'est uniquement par peur de la destructivité et par ignorance des moyens d'y faire face.

Ainsi l'homme, depuis des millénaires, a-t-il nié la vie instinctuelle pour se préserver de ses dangers mais, en agissant ainsi, il a coupé le lien avec l'essence même de la vie. Il ne s'est pas rendu compte qu'existaient d'autres façons d'éliminer ces forces naturelles, déformées, perverties, façons qui ne doivent pas nier la vie en soi. La vie instinctuelle a toujours été assimilée, à tort, avec la destructivité. L'humanité ne pourra apprendre qu'il n'est pas nécessaire de nier la vie instinctive pour éviter le mal qu'avec le processus d'évolution.

i

En fait, il ne faut pas la nier car, ce faisant, on détruit la vie autant que le mal tant redouté. On ne peut trouver Dieu qu'au cœur même des instincts, parce que c'est le seul domaine où règne la véritable vitalité. Ainsi, l'humanité doit-elle trouver un autre moyen de faire face à ses instincts destructifs si elle ne veut pas s'annihiler par des moyens différents, mais tout aussi fatals, de donner un exutoire à ces forces négatives.

Cette conférence vous fournira un outil supplémentaire pour affronter vos côtés négatifs. Vous apprendrez à valoriser et à nour-

rir les profonds instincts dont vous vous êtes toujours méfiés, à trouver la vérité de l'esprit vivant et créateur en eux et grâce à eux. Dans la joie, vous favoriserez votre vie instinctuelle, la développerez et l'intégrerez. Vous croirez en elle et lui ferez confiance. Ne la niez pas, ne la craignez pas parce que vous éprouvez encore des difficultés à accepter et à affronter vos côtés destructifs et indésirables. Si vous portez sur eux un regard vraiment impartial et objectif, vous découvrirez toujours que la peur et le déni s'opposent réellement à la vie des instincts. En soi, les instincts sont simples et innocents ; votre destructivité a toujours son origine dans l'orgueil, l'entêtement, la peur, la vanité, l'avidité, la séparativité, le manque d'amour, la compétitivité exacerbée...

Ainsi, vous remarquerez que vous pourrez de mieux en mieux affronter, reconnaître, admettre et accepter tout ce qui est en vous - quelle qu'en soit la laideur - sans jamais vous fermer un seul instant à la sensation de votre merveilleuse vitalité intrinsèque, et vous aurez toujours la certitude de mériter votre propre estime. Cet état intérieur sera le tremplin qui rend possible tout changement. Ce sera non seulement une possibilité abstraite, mais aussi une façon efficace de vivre, jour après jour, une progression ininterrompue.

Tous ceux d'entre vous qui peuvent vraiment appliquer ces idées essentielles à leur situation du moment, quelle qu'elle soit, surmonteront un obstacle important. Nombre d'entre vous sont peut être victimes de cette confusion intérieure douloureuse. Certains d'entre vous ne le savent peut-être pas consciemment ; d'autres le sentent vaguement et d'autres encore sont bien conscients de ce conflit. La majorité des êtres humains n'ont pas du tout conscience du fait qu'exactement la même bataille fait rage en eux, que cette bataille a créé le refoulement des instincts et la peur, l'auto-aliénation, l'aridité et le dessèchement des âmes qui ne peuvent pas s'épanouir dans un climat de rejet de soi. Ces gens ignorent aussi qu'on ne peut pas obéir à tous les commandements d'amour tant que ce conflit dualiste n'est pas résolu et l'unification trouvée, de sorte que l'amour de soi ne soit plus confondu avec l'autocomplaisance et qu'une franche confronta-

tion avec soi n'implique pas forcément le dégoût de soi. Vous ne pouvez trouver la paix que si vous acceptez vraiment vos côtés les plus laids et si vous ne perdez jamais de vue votre beauté intrinsèque.

Maintenant, y a-t-il des questions ?

QUESTION : *Je sens qu'une bataille fait rage en moi en ce moment même, liée à mon estime de moi-même. On dirait une explosion atomique. Je me rends compte que je suis bloqué par mes propres limitations. Je me rends compte que je ne peux pas supporter le plaisir. Vu mon état habituel de déplaisir, le plaisir me paraît presque contre nature.*

REPONSE : Si vous pouvez vous considérer comme étant l'essence de la vie - avec tous ses pouvoirs, ses possibilités, ses potentialités inhérentes incroyables - vous aurez la conviction que vous méritez votre estime et votre acceptation. Vous serez en mesure de voir ces aspects que vous haïssez sans pour autant perdre de vue l'être que vous êtes en essence.

Je vous suggère aussi un exercice particulier qui peut s'avérer fort utile. Couchez par écrit tout ce que vous n'aimez pas en vous. Ecrivez-le noir sur blanc. Quand vous aurez fini, arrêtez-vous sur ces aspects, puis plongez en vous et posez-vous ces questions : « Est-ce que je crois vraiment que mon être se résume à cela ? Suis-je capable d'aimer ? Est-ce que je ne retiens pas prisonnières des forces en moi qui contiennent tout le bien possible et imaginable ? » En examinant sérieusement ces questions, vous obtiendrez une réponse à un niveau de sensations profond, où la réponse va plus loin qu'un concept théorique. Vous sentirez en vous la présence d'une énergie nouvelle que vous n'avez aucune raison de craindre, et une douceur nouvelle qui n'a besoin ni d'hostilité ni d'autres défenses. Vous saurez alors quelles richesses intérieures vous pouvez aimer et respecter.

### Réconciliez l'amour et le plaisir

Vous avez récemment rencontré, dans votre travail personnel, une idée fausse très spécifique qui, tant que vous l'entretenez, vous rend incapable d'aimer. Si vous assimilez l'amour au terrible danger d'être dépouillé de tout, même de votre vie, comment se peut-il que vous vouliez aimer ? Comment pouvez-vous accepter d'être aimé ? Selon cette idée fausse, donner de vous-même équivaut à perdre ce que vous donnez sans jamais vous remplir de nouveau. Si cela était vrai, aimer serait vraiment impossible et donner serait de la folie. Vous est-il concevable de voir que tel n'est pas le cas, que la réalité est différente ? Et si vous voyez que l'amour vient de la même source inépuisable que la sagesse, que toute vie, alors vous pouvez aller plus loin et vous rendre compte que vous n'avez pas besoin de nier votre instinct naturel qui vient se déployer, qui cherche le plaisir de manifester l'amour, la chaleur et le don de soi. Et pouvez-vous prévoir l'étape suivante, dans l'enchaînement naturel des événements ?

La voici : si vous pouvez aimer, inévitablement vous vous aimerez. C'est la raison pour laquelle vous craignez le plaisir, car non seulement le plaisir semble entièrement immérité, mais l'amour et le plaisir sont interchangeable. Ce vrai plaisir, c'est l'amour, et sans l'amour le plaisir n'existe pas, tout simplement. Si vous nourrissez des sentiments d'amour, tout votre corps vibre et se trouve dans un état merveilleux, dans la certitude, la sécurité, la paix, la stimulation, la joie palpitante les plus agréables et les plus détendues qui soient. Aucun élément venant de l'extérieur ne peut vous apporter ce résultat. Il se produit quand ces sentiments vous font vibrer.

Mais cela ne signifie pas non plus que vous ne recevrez pas aussi de l'amour. *Donner* et *recevoir* deviennent si interchangeables qu'on ne peut plus les distinguer l'un de l'autre. Les deux fusionnent dans un même mouvement.

Mais si votre nature est encore incapable de dégager de l'amour, vous craignez nécessairement la félicité, car la félicité et l'amour ne font qu'un. Cette idée fausse - d'après laquelle donner équivaut à perdre - provoque chez vous une fermeture,

une contraction dans toutes les situations où vos instincts naturels pourraient se manifester. Quand vous niez l'amour et le plaisir, vous niez aussi inévitablement votre estime de vous-même. Pour vous, la clé consiste à voir que votre incapacité à aimer n'est pas un aspect inné que vous seul devez conserver à jamais. Ce n'est qu'un obstacle temporaire à l'amour, fondé sur de fausses prémisses existant à un niveau plus profond de votre expérience émotionnelle.

Vous pouvez modifier cette idée fausse à chaque fois que vous la regardez en face, sous toutes ses coutures.

Que chacun de vous soit béni. Soyez en paix. Soyez ce que vous êtes, dans la vérité et la sincérité, afin que Dieu se manifeste de plus en plus à travers vous.

## Méditation pour trois voix : l'ego, le moi inférieur et le moi supérieur

*TRANS cette méditation - dont l'objectif spécifique est la transformation de soi - nous faisons appel à l'ego conscient pour faciliter le dialogue entre le moi supérieur et le moi inférieur, de façon à ce que ce qui se trouve dans l'inconscient se révèle à la pensée consciente.*

*Cette pratique, au cours de laquelle on prêterait attention à ce qui remonte à la surface parce que ces éléments doivent être reconnus et transformés, peut s'avérer une activité quotidienne inestimable. Grâce à la force ainsi acquise, nous pouvons apprendre l'art de la création vitale positive.*

Bonsoir à tous mes amis présents ici. L'amour et les bénédictions, l'aide et la force intérieure affluent pour vous soutenir et favoriser l'ouverture de votre être le plus intime. J'espère que vous poursuivrez et entretiendrez ce processus, pour que la totalité de votre être s'éveille et s'anime, créant ainsi l'unité en vous.

Il existe différents types de méditation. La méditation religieuse consiste à réciter des prières données. Dans une autre forme de méditation, on insiste surtout sur l'amélioration des pouvoirs de concentration. Dans une troisième, on contemple et on approfondit les lois spirituelles. Il y a aussi la méditation dans laquelle l'ego est réduit à la passivité, privé de sa volonté, pour laisser pénétrer le divin. Toutes ces formes de méditation, plus

d'autres que je n'ai pas mentionnées, ont plus ou moins de valeur, mais je suggère à ceux de mes amis qui me suivent dans ce travail d'utiliser plutôt l'énergie et le temps disponibles pour affronter cette partie du moi qui détruit le bonheur, la plénitude et l'unité. Vous ne pourrez pas créer l'unité à laquelle vous aspirez vraiment, que ce but soit clair ou non dans votre esprit, si vous évitez cette confrontation. Au cours de cette pratique, on laisse s'exprimer l'aspect récalcitrant du moi égotiste et destructeur qui rejette le bonheur, la plénitude et la beauté, quelle qu'en soit la raison.

Pour bien comprendre la dynamique, le sens et le processus de la méditation et en tirer le profit maximal, il faut connaître avec précision certaines lois psychiques. En voici une : pour que la méditation soit réellement efficace, il faut que trois niveaux fondamentaux de la personnalité y prennent une part active. On peut appeler ainsi ces trois aspects fondamentaux de la personnalité :

1. Le *niveau de l'ego conscient*, qui contient tout le savoir et la volonté consciente.
2. Le *niveau de l'enfant inconscient égotiste*, avec toute son ignorance, sa destructivité et ses prétentions à l'omnipotence.
3. Le *moi universel superconscient*, doué de sagesse, de puissance et d'amour supérieurs ainsi que d'une compréhension globale des événements de la vie humaine.

Au cours d'une méditation efficace, l'ego conscient active à la fois le moi inconscient (égotiste et destructif) et le moi universel (supérieur et superconscient). Il faut qu'une interaction constante entre ces trois niveaux ait lieu, ce qui exige une grande vigilance de la part de l'ego conscient.

### **L'ego : le médiateur**

Il faut que l'ego conscient soit déterminé à laisser le moi inconscient égotiste se révéler, s'ouvrir, se manifester consciemment, s'exprimer. Ce n'est ni aussi difficile ni aussi facile que cela puisse paraître. L'unique difficulté réside, mes amis, dans la peur de ne pas être aussi parfait, aussi évolué, aussi bon, aussi rationnel, aussi idéal que l'on voudrait l'être et qu'on donne

même l'apparence d'être, de sorte qu'à la surface de la conscience, l'ego a presque la conviction d'être l'image idéalisée de soi. Cette conviction de surface est constamment remise en question, car on sait inconsciemment que cette image est fautive, avec le résultat suivant : en secret, la personnalité tout entière perçoit son caractère frauduleux et vit dans la terreur d'être démasquée. Pour un être humain, c'est un signe révélateur d'acceptation de soi et de croissance que d'être capable de laisser remonter à la conscience intérieure cette partie égotiste, irrationnelle, clairement destructrice, et de la reconnaître dans toute sa spécificité. Seule cette démarche empêchera une manifestation dangereuse *indirecte* dont la personne ne sera pas consciente car le contact avec ces zones d'ombre est coupé, si bien que les conséquences indésirables semblent venir de l'extérieur.

Donc, l'ego conscient doit entrer en scène et dire : « Tout ce qui est en moi, tout ce qui est caché et que je dois connaître, toute la négativité et la destructivité présentes en moi, tout cela doit être mis au jour. Je veux tout voir, j'en prends l'engagement, même si ma vanité en ressort profondément meurtrie. Je veux être conscient de mon attitude quand je refuse délibérément de reconnaître mes responsabilités dans les domaines où je me sens limité et quand, en conséquence, je me focalise exclusivement sur les fautes des autres. » Voilà une des orientations de la méditation.

En second lieu, il faut se tourner vers le moi supérieur universel, qui a des pouvoirs surpassant les limitations du moi conscient. Il faut aussi faire appel à ces puissances supérieures pour mettre au jour le petit moi destructif, afin de briser la résistance. A lui seul, le moi-volonté peut s'avérer incapable d'y arriver, mais votre moi conscient autodéterminé peut et doit demander de l'aide aux puissances supérieures. Il faut aussi solliciter la collaboration de la conscience universelle pour qu'elle vous aide à comprendre correctement les manifestations de l'enfant destructeur, sans exagération, afin de ne pas aller d'un extrême à l'autre, c'est-à-dire ne pas en tenir compte puis en faire un monstre. Une personne peut facilement osciller entre l'autoglorification et le mépris de soi intérieur et caché. Quand l'enfant destructeur se révèle, on peut sombrer dans la croyance que ce

moi destructeur est la triste et ultime réalité. Pour avoir une vision globale sur la mise au jour de l'enfant égotiste, il faut constamment demander au moi universel de nous guider.

Quand l'enfant commence à s'exprimer plus librement parce que l'ego le lui permet et l'écoute de manière ouverte, objective et attentive, recueillez ces données pour poursuivre vos investigations. Il faut explorer ces révélations et en examiner l'origine, les conséquences et les ramifications. Demandez-vous quelles idées fausses sous-jacentes ont entraîné la remontée à la surface de ces sentiments négatifs, quels qu'ils soient : haine, rancune, méchanceté... Quand les idées fausses sont perçues objectivement, la culpabilité et la haine de soi diminuent en proportion.

Voici une autre question à se poser : quelles sont les conséquences si on cède à ses impulsions destructrices pour obtenir une satisfaction éphémère ? Quand on répond clairement à ce genre de questions, les aspects destructifs perdent de leur intensité, là encore proportionnellement à la compréhension de la cause et des effets particuliers. Sans cette partie du Chemin, on n'effectue que la moitié du travail. Au cours de la méditation, on doit aborder le problème de la négativité inconsciente dans sa totalité, étape par étape.

*L'interaction a lieu à trois niveaux.* L'ego, observateur, doit donner l'élan initial et s'engager à chercher et à démasquer le côté négatif. Il faut aussi demander l'aide du moi universel. Quand l'enfant se révèle, l'ego doit *de nouveau* solliciter cette aide pour renforcer la conscience en vue du travail à accomplir : l'exploration des idées fausses sous-jacentes et le lourd tribut qu'il faut leur payer. Le moi universel peut (si vous le lui permettez) vous aider à surmonter la tentation de céder encore et toujours aux impulsions destructives. Céder ainsi peut se manifester en actes, mais aussi en attitudes émotionnelles.

### L'attitude méditative

Une telle méditation exige beaucoup de temps, de patience, de persévérance et de détermination. Souvenez-vous que quel que soit le domaine où vous êtes insatisfait, où vous avez des problèmes, où vous faites face à un conflit dans la vie, votre attitude ne doit pas consister à vous lamenter sur votre sort en accusant les autres ou des circonstances qui échappent à votre contrôle ; au contraire, vous devez plonger en vous-même et explorer les causes engrammées sur les plans égocentriques et infantiles de votre être. La méditation est une condition préalable absolue ici : elle signifie *intégrer* et *unifier* tout votre être dans le calme, avec la volonté tranquille de connaître la vérité concernant certaines circonstances et ses causes. Puis il vous faut paisiblement attendre une réponse. Avec cet état d'esprit, la paix viendra à vous-même avant que vous compreniez pourquoi vous avez tel ou tel élément négatif.

Cette approche authentique de la vie vous donnera déjà une idée de la paix et de la dignité personnelle dont vous manquez tant que vous teniez les autres pour responsables de vos souffrances et tribulations. Si vous pratiquez cette forme de méditation, vous découvrirez un aspect de vous-même que vous ne connaissiez pas jusqu'alors. En fait, vous en viendrez à connaître deux aspects : les puissances universelles les plus formidables s'ouvriront à vous pour vous aider à découvrir votre facette la plus destructive, la plus ignorante, qui a besoin d'être explorée, purifiée et transformée. Grâce à votre désir d'accepter votre moi inférieur, le moi supérieur fera davantage sentir sa présence réelle en vous. En fait, de plus en plus vous le percevrez comme votre moi véritable.

Beaucoup de gens méditent, mais négligent le caractère double de la démarche et, par conséquent, passent à côté de l'intégration. Ils peuvent même réaliser certains des aspects universels qui se développent partout où la personnalité est suffisamment libre, positive, ouverte, mais les domaines emprisonnés, négatifs et fermés sont négligés. Les pouvoirs universels ainsi développés ne pourront pas, à eux seuls, forcer l'intégration des parties plus

frustes de l'être. L'ego conscient doit décider de cette intégration et se battre dans ce but, sinon le moi universel ne pourra pas avoir accès à ces zones bloquées. Une intégration seulement partielle avec le moi universel peut même nous faire nourrir davantage d'illusions sur nous-même. En effet, si la conscience est trompée par l'intégration partielle existante de ces pouvoirs divins, elle devient encore plus susceptible de ne pas tenir compte des aspects négligés. Il en résulte un manque d'équilibre dans le développement.

### **Les changements effectués par la méditation du Chemin**

Quand vous aurez parcouru toutes les étapes du début à la fin, l'ensemble de votre être se renforcera formidablement. Plusieurs réactions commenceront à se manifester au sein de votre personnalité. D'abord, votre personnalité consciente se renforcera de façon harmonieuse et détendue, elle s'assainira et y gagnera en détermination, en conscience, en résolution positive ; ses pouvoirs de concentration et d'attention délibérée s'amélioreront. Ensuite, vous vous accepterez beaucoup mieux et aurez une bien meilleure compréhension de la réalité. La haine et le dégoût de soi infondés disparaîtront, de même que les prétentions absurdes à une originalité déplacée et à la perfection. Des attitudes déraisonnables et injustifiées s'évanouiront : l'orgueil et la vanité spirituels, tout comme l'autohumiliation et la honte. Grâce à l'activation accrue de ces puissances, le moi se sentira de moins en moins abandonné, impuissant, perdu, désespéré ou vide. Vous aurez accès de l'intérieur à la clé de l'univers avec toutes ses merveilleuses potentialités qui se révéleront à vous, au fur et à mesure que la réalité de ces dimensions supérieures vous montrera le moyen d'accepter et de changer votre enfant intérieur destructeur.

Ce changement progressif vous permettra d'accepter tous vos sentiments et de faire circuler l'énergie dans votre être. Quand vous accepterez votre côté mesquin, petit, limité, sans penser qu'il est la réalité ultime et absolue, alors la beauté, l'amour, la sagesse et la puissance infinie du moi supérieur deviendront plus tangibles. Une évolution équilibrée, l'intégration et la sensation

profonde et rassurante de votre propre réalité dépendent de la confrontation avec votre moi inférieur. Il s'ensuivra un amour de soi réaliste, qui repose sur des bases saines.

Quand vous voudrez voir la vérité et quand cet engagement sera devenu pour vous une seconde nature, vous remarquerez en vous la présence d'un aspect laid, que vous ne pouviez pas voir auparavant à cause de votre résistance. Vous détecterez en même temps ce pouvoir spirituel universel supérieur qui est en vous et qui, en fait, *est* vous. Si paradoxal que cela puisse paraître, mieux vous pouvez accepter cette petite entité mesquine - ce petit enfant ignorant en vous - sans vous dévaloriser, mieux vous pourrez percevoir la grandeur de votre être véritable, à la condition expresse de ne pas utiliser vos découvertes concernant le moi inférieur pour vous fustiger. Ce dernier veut toujours séduire l'ego conscient et le convaincre de rester dans le carcan de F auto-flagellation névrotique, du désespoir, et de la capitulation morbide, qui masquent toujours une haine inexprimée. L'ego conscient doit mettre ce stratagème hors d'état de nuire en se servant de tout son savoir et de toutes ses ressources.

Observez en vous cette habitude d'autoflagellation, de désespoir et de capitulation et neutralisez-la, non pas en l'enfouissant de nouveau sous terre, mais en vous servant de votre savoir. Au cours de ces échanges avec cette partie de vous-même, vous pouvez mettre à contribution toutes les connaissances de votre ego conscient. Si cela ne suffit pas, sollicitez l'aide de puissances supérieures.

A mesure que vous apprendrez à connaître et vos laideurs et vos splendeurs, vous découvrirez la fonction, les capacités, mais aussi les limitations de l'ego conscient. Au niveau conscient, la fonction de l'ego consiste à vouloir voir toute la vérité de vos deux natures extrêmes, en voulant de toutes ses forces changer et renoncer à la destructivité. L'ego-conscience est limité en ce sens qu'il ne peut pas accomplir cette tâche seul ; il doit se tourner vers le moi universel pour être aidé et guidé. Ensuite, il doit attendre patiemment sans douter ni forcer les événements. Cette attente requiert une attitude ouverte quant à la façon dont l'aide pourrait

se manifester. Moins on a d'idées préconçues à ce sujet, plus l'aide viendra rapidement et sera reconnue comme telle. Il se peut que l'aide de la conscience universelle vienne d'une manière totalement différente de celle que vous imaginez, ce qui peut s'avérer un obstacle. Une attitude positive et ouverte d'attente et d'acceptation est nécessaire, quoique reconnaître son absence peut néanmoins devenir un point de repère constructif concernant le niveau d'évolution du moi à ce moment précis.

### La rééducation du moi destructif

Jusqu'à présent, nous avons parlé de deux phases du processus de méditation : d'abord la reconnaissance du moi inconscient, destructif et égotiste, et ensuite la compréhension des idées fausses sous-jacentes, les causes et les effets, le prix à payer pour les attitudes destructives présentes et leur sens.

La troisième phase, c'est *la réorientation et la rééducation de la partie destructive du moi*. L'enfant destructeur n'est plus entièrement inconscient. Cet enfant, avec ses fausses croyances, sa résistance bornée, sa rancune et sa rage meurtrière doit être rééduqué. Cependant, cette transformation ne peut pas avoir lieu à moins d'être pleinement conscient de toutes les formes que prennent les attitudes et les croyances de l'enfant destructif. C'est pourquoi le premier stade de la méditation, celui de l'exploration et de la révélation, est si fondamental. Il va sans dire que cette première phase ne doit pas nécessairement être terminée pour que la seconde, puis la troisième puissent commencer. Ce n'est pas un processus séquentiel : les phases se chevauchent.

Vous devrez méditer sérieusement sur ce que je vais dire maintenant, sinon vous n'en saisissez pas toutes les subtilités. La rééducation pourrait fort bien être mal comprise et conduire à une nouvelle répression ou à un nouveau refoulement de la partie destructive qui commence à s'ouvrir. Il faut faire très attention et viser délibérément à éviter cela, sans toutefois vous laisser engouffrer par votre côté destructif. Voici la meilleure attitude envers cette partie destructive qui se découvre : une observation détachée, une acceptation sans jugement ni harcèlement. Plus elle s'ouvre,

plus vous devez avoir présent à l'esprit que ni la réalité de son existence, ni ses attitudes destructives ne sont définitives. Elles ne représentent pas toutes vos attitudes et ne sont pas non plus absolues. Avant tout, vous avez le pouvoir inhérent de tout transformer. La motivation pour changer peut vous manquer tant que vous n'êtes pas pleinement conscient de tous les dégâts causés à votre vie par vos côtés destructifs quand ils ne sont pas reconnus. Par conséquent, un autre aspect important de cette phase de la méditation consiste à observer des manifestations indirectes en profondeur et dans tous les domaines. Comment la haine inexprimée se révèle-t-elle dans votre vie ? Vous avez peut-être l'impression d'être peu méritant, ou vous avez peur, ou encore vos énergies sont inhibées... Ce ne sont que quelques exemples ; il faut explorer toutes les manifestations indirectes.

Il est important de vous souvenir que la vie s'accompagne d'un mouvement constant, même si ce mouvement est temporairement paralysé : la matière est de la quintessence de vie paralysée. Les blocs d'énergie figée de votre corps sont de l'essence de vie momentanément endurcie et immobilisée. Il est toujours possible de lui rendre sa mobilité et sa fluidité, mais seule la conscience peut y parvenir. Car cette essence de vie est imprégnée de conscience et d'énergie ; que cette énergie soit momentanément bloquée ou figée, ou que cette conscience soit momentanément obscurcie importe peu. La méditation doit signifier avant tout que cette partie de vous qui est déjà consciente et dégagée a bien l'intention de libérer l'énergie bloquée et d'éclairer la conscience obscurcie. La meilleure façon d'y parvenir consiste d'abord à permettre à cette conscience figée et obscurcie de s'exprimer. A cet égard, une attitude réceptive est indispensable ; en revanche, une réaction violente serait dévastatrice et catastrophique. Une attitude de panique quand on découvre l'enfant destructeur en soi est plus dommageable que l'enfant destructeur lui-même. Vous devez apprendre à l'écouter, à l'assimiler, à recevoir calmement ses messages sans vous haïr, sans repousser l'enfant. Vous n'en viendrez à comprendre les causes de sa destructivité sous-jacente qu'à cette condition. Ce n'est qu'alors que le processus de rééducation peut commencer.

Cette attitude de panique et de frayeur, qui nie, s'autorejette et exige la perfection, est celle que vous adoptez d'habitude, mais elle rend impossible cette partie de la méditation. Elle ne permet pas l'ouverture ; elle ne permet pas l'exploration des causes de ce qui pourrait être mis au jour et elle ne permet certainement pas la rééducation. Seule une attitude d'acceptation et de compréhension permettra à l'ego conscient d'exercer sa domination bienveillante sur cette matière psychique stagnante et violemment destructive. Comme je l'ai déjà répété à maintes reprises, la douceur, la bonté et une grande détermination à l'égard de votre destructivité sont nécessaires. C'est un paradoxe : s'identifier avec la destructivité et pourtant s'en détacher. Accepter que c'est vous, mais aussi savoir qu'il existe une autre partie de vous qui peut avoir le dernier mot, si telle est votre décision.

Dans ce but, il vous faut dépasser les limitations de votre ego conscient, et exprimer à tout moment ce genre de pensées : « Je serai plus fort que ma destructivité et je ne serai pas entravé par elle. Je décide que je jouirai au maximum de la vie et que je veux et peux vaincre les obstacles intérieurs qui m'empêchent de souhaiter le bonheur. Ma grande détermination fera intervenir des puissances supérieures qui me permettront d'être de plus en plus heureux parce que je peux me débarrasser du plaisir douteux d'être négatif, ce que je reconnais pleinement maintenant. » Voilà la tâche de l'ego conscient. A ce moment-là, et pas avant, il peut aussi faire entrer en jeu les nouvelles énergies de sagesse, de force et d'amour qui se manifestent quand on est pénétré et guidé par le moi universel.

L'interaction des trois niveaux doit aussi contribuer à la rééducation, tout comme il était nécessaire de faire remonter les côtés négatifs à la conscience et d'explorer leur signification profonde. La rééducation dépend à la fois des efforts de l'ego conscient - qui donne des instructions à l'enfant ignorant et égotiste et dialogue avec lui - et de l'intervention et des conseils éclairés du moi spirituel et universel. Chacun, à la manière qui lui est propre, participera à la maturation progressive de cet enfant. L'ego prend cet engagement en se fixant pour but de changer la conscience de

l'enfant négatif intérieur. C'est sa tâche. Pour la mener à bien, l'influx spirituel de la personnalité profonde, délibérément activée, est nécessaire.

Ici, le travail de la conscience doit s'orienter dans deux directions : d'abord elle devra affirmer son désir de transformer les aspects défaitistes, mener le dialogue et instruire l'enfant ignorant calmement mais fermement ; ensuite, elle devra adopter une attitude d'attente plus passive, plus patiente de la manifestation ultime, mais toujours progressive des puissances universelles. Ce sont elles qui entraînent le changement intérieur quand les sentiments engendrent des réactions nouvelles et plus affirmées. Ainsi, les sentiments positifs remplaceront ceux qui étaient négatifs ou anesthésiés.

Brusquer et faire pression sur les parties qui résistent est aussi inutile et inefficace que d'accepter leur refus délibéré de bouger. Quand l'ego conscient ne s'aperçoit pas qu'une partie de l'être refuse net tout progrès vers le bien-être, l'épanouissement et une vie riche, on peut réagir par un mouvement d'impatience, de précipitation et en exerçant une pression. Ces attitudes sont la conséquence de la haine de soi. Quand vous vous sentez limité et désespéré, interprétez ces réactions comme des signes vous invitant à orienter vos recherches vers cette partie de vous qui dit : « Je ne souhaite pas changer, je ne souhaite pas être constructif. » Lancez-vous sur cette piste. Servez-vous encore ici du dialogue méditatif pour explorer vos côtés les plus ténébreux et les laisser s'exprimer.

Vous voyez, mes amis, comment l'expression de la négativité, l'exploration de son sens, de sa cause et de ses effets, et sa rééducation doivent être un processus de va-et-vient constant, alternant et simultané. Voyez comment les trois niveaux d'interaction se combinent dans un effort de purification et d'intégration. La méditation fonctionne ici comme une expression permanente de ce qui était inexprimé auparavant. C'est une communication et une confrontation à trois niveaux : de l'ego vers le moi destructif et de l'ego vers le moi universel, de sorte que le moi universel puisse affecter et l'ego et le moi inférieur. Votre propre sen-

sibilité s'affinera au fil des jours et vous sentirez exactement ce qui est nécessaire à n'importe quel moment sur le chemin de votre évolution.

### Une façon de commencer à méditer

Chaque jour nous met face à de nouvelles tâches, stimulantes et magnifiques. On ne doit pas les aborder avec l'idée d'en finir au plus vite, comme si à ce moment-là seulement la vie pouvait commencer. Au contraire, le processus de méditation représente le meilleur de la vie. Vous pouvez commencer chaque méditation en vous posant la question suivante : « Qu'est-ce que je ressens vraiment à ce moment précis concernant tel ou tel problème ? Dans quel domaine est-ce que je me sens insatisfait ? Quel est donc cet élément qui m'échappe ? » Ensuite, vous pouvez demander à l'esprit universel en vous de vous aider à trouver ces réponses particulières. Attendez en toute confiance ce qui peut se révéler.

Ce n'est que lorsqu'une partie de vous se révèle qu'une confrontation, une communication ou un dialogue directs peuvent avoir lieu avec elle et que vous pouvez lui poser d'autres questions ou encore l'instruire. Patience et détermination vous permettront de refaçonner la partie déformée, mais seulement après qu'elle s'est complètement exprimée. Vous pouvez reformer, réorienter cette matière psychique stagnante grâce à votre volonté d'être totalement honnête, constructif, ouvert et plein d'amour. Si vous rencontrez une résistance à cet égard, alors elle doit être affrontée, explorée et rééduquée.

C'est le seul moyen raisonnable grâce auquel la méditation peut transformer votre vie et mener à la résolution des problèmes, à la croissance, à la plénitude et à l'épanouissement de toutes vos potentialités. Si vous suivez cette démarche, mes amis, un jour viendra où faire confiance à la vie n'apparaîtra plus comme une théorie nébuleuse et abstraite que vous ne pouvez pas mettre en pratique personnellement. Au contraire, votre confiance en la vie - ainsi que l'amour de vous-mêmes dans le meilleur sens du

terme - vous imprégnera toujours plus, fondé sur des considérations réalistes et non pas sur des rêves chimériques.

### Réconciliez les paradoxes de votre vie

A mesure que votre conscience s'élargit, les paradoxes et les contraires qui vous déconcertent constamment dans la vie se réconcilieront. Examinons d'abord le paradoxe du désir. Le désir et son absence sont des attitudes spirituelles importantes. Ils ne paraissent s'opposer que pour une façon de penser dualiste et séparée, et la confusion s'installe alors entre ce qui est correct et ce qui est une erreur.

Les êtres humains *désirent*, car seul le désir peut les amener jusqu'au quatrième aspect de la méditation : l'élargissement de vos concepts conscients de manière à créer une nouvelle et meilleure base à votre existence et, par suite, une vie meilleure. Si vous ne désirez pas vous améliorer et vous épanouir, vous n'aurez pas de matériau pour créer et modeler une nouvelle vie. La visualisation d'un état meilleur présuppose le désir. Ces concepts doivent être nourris par l'ego conscient, et la conscience universelle doit intervenir pour contribuer à créer une expansion plus vaste.

Si vous considérez le désir et son absence comme mutuellement exclusifs, vous ne pouvez ni saisir ni pressentir l'attitude requise. Le désir est nécessaire pour pouvoir croire à de nouvelles possibilités et s'ouvrir à des états supérieurs de plénitude et d'expression. Mais si le désir est tendu, impatient et crispé, un blocage se forme, ce qui implique une attitude négative comme : « Je ne crois pas que ce que je veux puisse arriver. » Cela résulte peut-être de pensées sous-jacentes telles que : « Je ne le veux pas vraiment » qui se nourrissent de quelque idée fautive, de peurs injustifiées ou d'un refus de payer le prix. Cette résistance sous-jacente crée un désir trop crispé. Donc une sorte d'absence de désir doit entrer en jeu et s'exprimer en ces termes : « Je sais que je peux et veux obtenir telle ou telle chose, même si ce n'est pas possible en ce moment ou sous cette forme. J'ai suffisamment confiance en l'univers et en ma bonne volonté pour accepter

l'attente, et je me renforcerai à mesure que j'avance pour pouvoir supporter cette frustration temporaire. »

Quels sont les dénominateurs communs du désir et de l'absence de désir sains qui rendent réelles et magnifiques la méditation, et a fortiori toute forme d'expression de la vie ? C'est d'abord l'absence de la peur et la présence de la confiance. Si vous craignez la frustration, l'échec et leurs conséquences, la tension de votre psyché vous empêchera de réaliser vos souhaits. Vous finirez même par renoncer à tout désir. Alors l'absence de désir sera dénaturée, incomprise, déplacée parce que votre désir est trop intense et trop crispé. En dernière analyse, un tel désir crispé provient de la peur causée par la croyance infantile que vous serez anéanti si vous n'obtenez pas ce que vous voulez.

Ainsi, vous ne faites pas confiance à votre capacité de faire face à la frustration, dont l'idée suscite en vous une terreur démesurée. Le cercle vicieux continue donc. La peur occasionne un blocage qui devient un déni du désir. Pendant vos méditations, il faut explorer ces attitudes subtiles et difficiles à percer, afin de parvenir au quatrième stade de cette activité méditative dont les bienfaits sont immenses. Là, vous exprimez votre désir, confiant en votre capacité de faire face et à la frustration et à la satisfaction, affirmant ainsi votre foi en un univers bienveillant, capable de vous accorder ce à quoi vous aspirez. Vous pourrez venir à bout des obstacles sur le chemin quand vous saurez que vous atteindrez un jour l'état de félicité ultime. Alors le désir et son absence cesseront d'être des paradoxes irréconciliables et deviendront des notions complémentaires.

De même, il semble paradoxal de postuler que l'implication et le détachement doivent coexister au sein d'une psyché saine. Là encore, une approche par deux angles différents est nécessaire pour comprendre cette apparente contradiction. Si le détachement est de l'indifférence due à votre peur de vous impliquer ou d'aimer et à votre refus de souffrir, alors le détachement est une déformation de l'attitude correcte. Si le détachement n'est que l'expression d'une volonté tendue à l'excès générée par votre

insistance infantile à voir vos souhaits exaucés sur-le-champ, alors le caractère sain et productif de l'implication est dénaturé.

Je vais mentionner un troisième exemple de contraires apparents qui forment un tout harmonieux quand ils ne sont pas déformés. Prenons les attitudes intérieures *d'activité* et *de passivité*. Sur le plan dualiste, elles semblent toutes deux mutuellement exclusives. Comment peut-on être à la fois actif et passif sans créer de conflit ? La démarche intérieure correcte comprend ces deux mouvements. La méditation, par exemple, doit suivre ce schéma. Vous êtes actif quand vous explorez vos niveaux intérieurs de conscience, quand vous vous engagez à lutter pour reconnaître et vaincre la résistance ; vous êtes actif quand vous approfondissez votre quête intérieure en laissant s'exprimer vos côtés destructifs niés jusqu'alors ; vous êtes actif quand vous réduisez vos aspects infantiles et ignorants grâce au dialogue ; vous êtes actif lorsque vous utilisez l'ego conscient pour vous assurer le concours de la conscience spirituelle ; vous êtes actif lorsque vous imaginez de nouvelles approches de la vie en remplacement de vos anciennes limitations.

Quand l'ego noue des relations et des contacts avec les deux autres « univers », vous êtes également actif. Mais il vous faut aussi attendre passivement l'ouverture et l'expression de ces deux autres niveaux. La psyché jouit alors d'une combinaison correcte d'activité et de passivité. Les pouvoirs universels ne peuvent pas se réaliser chez un être humain, sauf si l'activité et la passivité sont toutes deux présentes.

Ce sont des concepts très importants à comprendre, à utiliser et à observer en vous ; découvrez dans quels domaines soit ils sont faussés, soit ils fonctionnent correctement. Quand l'interaction à trois niveaux s'opère en vous, il y aura toujours une combinaison harmonieuse entre le désir et son absence, entre l'engagement et le détachement, entre l'activité et la passivité. Quand cet équilibre se stabilise, l'enfant destructeur grandit et évolue. Il n'est ni tué

ni anéanti ; il n'est pas exorcisé. Ses forces emprisonnées se transforment en énergies positives dont vous ressentirez, mes amis, le dynamisme vital nouveau. Il ne faut pas massacrer cet enfant. Il faut l'instruire pour le mener au salut, en le libérant et en favorisant sa croissance.

Si vous travaillez dans cette direction, vous vous rapprocherez constamment de l'unification des niveaux de l'ego et du moi universel.

Voilà des idées puissantes.

Soyez bénis, soyez en paix. Que Dieu soit avec vous.

## Le lien entre l'ego et la puissance universelle

*L* A puissance indivisée de l'univers se manifeste sous forme d'énergie et de conscience. Cette puissance est le principe de vie créateur qui demeure en chacun de nous. Cependant, les êtres humains perdent souvent le contact conscient avec cette puissance créatrice divine, et font davantage confiance à l'ego limité qu'à leur moi supérieur.

*Quelle peur se cache derrière cette séparation ? Comment pouvons-nous découvrir notre honte de ce qu'il y a de meilleur en nous, et comment pouvons-nous nous abandonner à cette puissance universelle intérieure ?*

Bonsoir, mes très chers amis. Puisse cette conférence vous apporter une force et une lucidité renouvelée, pour que vos tentatives de vous trouver (qui vous êtes, d'où vous venez et comment vous réaliser) soient un tant soit peu facilitées. Puissiez-vous trouver en ces paroles un nouveau rayon de lumière grâce à une véritable ouverture à de nouveaux aspects d'idées que vous avez peut-être déjà entendues, mais que vous n'avez pas encore intégrées sous forme de vérités personnellement vécues.

### Le principe de vie universel et l'ego « oublieux »

Le sens et l'épanouissement de votre vie dépendent entièrement, en dernière analyse, de la relation entre votre ego et le prin-

cipe de vie universel, le moi véritable comme nous l'appelons aussi. Si cette relation est équilibrée, tout s'arrange au mieux. Le principe de vie universel est la vie même. Il est conscience éternelle dans son sens le plus profond et le plus sublime, il est mouvement éternel et plaisir suprême. Puisqu'il est vie, il ne peut mourir. Il est l'essence de tout ce qui respire, vibre et se meut. Il est omniscient, car il crée et se perpétue constamment, parce qu'il ne peut pas aller à l'encontre de sa propre nature.

Toute conscience individuelle est conscience universelle (non pas seulement une partie, car une partie implique une fragmentation). Partout où la conscience existe, elle est conscience originelle. Cette conscience originelle, ou principe de vie créateur, prend des formes diverses. Quand, pendant le processus d'individualisation, une entité perd le souvenir de son lien avec son origine, une rupture se produit. Cette conscience particulière continue à exister et à contenir la conscience universelle, mais elle a tendance à oublier sa vraie nature, ses lois et ses potentialités. Bref, c'est dans l'ensemble l'état de la conscience humaine. La partie qui ne se souvient plus de son lien avec le principe de vie s'appelle l'ego séparé.

Quand vous vous mettez à prendre conscience du principe de vie, vous découvrirez qu'il a toujours été là, mais que vous ne l'aviez pas remarqué parce que vous étiez sous le coup de l'illusion d'une existence séparée. Il n'est donc pas tout à fait exact d'affirmer que la conscience universelle « se manifeste ». Il serait plus correct de dire que vous commencez à la remarquer. Il se peut que vous remarquiez la puissance constante du principe de vie sous la forme d'énergie ou de conscience autonome. L'ego-personnalité séparé possède les deux, mais l'intelligence de l'ego est de loin inférieure à l'intelligence universelle, même si vous ne pouvez pas la reconnaître ni la mettre à contribution. La même chose s'applique à l'énergie. *La conscience et l'énergie ne sont pas des aspects séparés de la vie universelle ; elles ne font qu'un.*

Une des caractéristiques de base du principe de vie universel - qu'il s'exprime sous forme de conscience autonome ou d'énergie - c'est qu'il est spontané. Il est absolument impossible qu'il

se révèle grâce à un processus laborieux ou dans un état de tension ou de concentration excessives. Sa manifestation est toujours le résultat indirect d'un effort. Il faut produire des efforts dans le but de voir la vérité sur soi-même, de renoncer à une illusion spécifique, de franchir les obstacles qui nous empêchent de devenir constructif plutôt que destructif, mais pas pour aller jusqu'au bout d'un processus encore théorique appelé *réalisation de soi* et qui promet le bien-être.

La moindre démarche visant à voir le moi sous son vrai jour, accompagné d'un désir sincère de participation constructive au processus créateur de vie, libère le moi. Voilà comment les processus spontanés se déclenchent. Ils ne sont jamais volitifs. Plus vous craignez l'inconnu, le lâcher-prise et vos fonctions physiologiques involontaires, moins vous pourrez ressentir le principe de vie spontané du moi.

Ce principe de vie peut se manifester sous la forme d'une sagesse dont vous n'aviez jamais soupçonné la profondeur auparavant, qui résoudra vos problèmes personnels ou fera éclore vos talents créateurs. Il peut devenir une nouvelle façon de vivre -intense - qui donne une saveur nouvelle à toutes vos expériences et vos perceptions. Ce principe de vie est toujours sûr et fiable, et entretient toujours un espoir justifié qui ne sera jamais déçu. La crainte n'existe pas dans cette nouvelle forme de vie ; pourtant, on ne peut ni la contraindre ni la forcer. Elle jaillit exactement dans la mesure où vous ne craignez plus les processus involontaires, ces mécanismes intérieurs qui échappent au contrôle direct de l'ego.

### **Le conflit entre la crainte du moi véritable et l'aspiration à l'atteindre**

L'humanité se trouve dans une situation paradoxale où elle aspire profondément aux fruits de ces processus involontaires tout en les craignant et en les combattant. Ce conflit est terrible, tragique, et il ne peut être résolu que lorsqu'on se débarrasse de la peur.

Tous les problèmes psychologiques proviennent, en dernière analyse, de ce conflit existentiel extrêmement profond, qui va bien au-delà des difficultés personnelles que traversent les enfants et qui leur causent des problèmes intérieurs puis faussent leur jugement plus tard dans la vie. Toute la vie se déroule en vue de résoudre ce conflit fondamental. Mais une telle résolution ne peut pas survenir avant que les conflits individuels soient découverts et compris. Il vous faut apprendre à voir et à accepter tout ce qui est réel et vrai en vous, chez les autres, dans la vie. La franchise doit prévaloir pour enrayer vos tentatives, même les plus subtiles, de tricher avec la vie. Il faut éliminer tous les défauts de caractère en les reconnaissant pleinement et en les observant objectivement sans pour autant sombrer dans le désespoir ni les nier. Cette attitude suffit pour se débarrasser de ses défauts, et ce avec infiniment plus d'efficacité que toute autre approche. On ne peut percevoir le conflit existentiel entre l'ego et la conscience universelle qu'une fois cette étape franchie.

### **Interprétations erronées du principe de vie universel dans les religions**

La conscience universelle et ses manifestations spontanées n'ont rien à voir avec des préceptes religieux affirmant l'existence d'une déité séparée ou d'une vie dans l'au-delà. Ce sont des interprétations erronées qui apparaissent quand un être perçoit le principe de vie universel et tente maladroitement de transmettre son expérience à ceux dont l'ego est encore en conflit avec ce principe. Une telle interprétation vous aliène à coup sûr votre moi immédiat et la vie quotidienne pratique.

Les gens souhaitent trouver un compromis entre leurs aspirations - qui viennent d'une intuition profonde des possibilités présentes à leur disposition - et leur peur. Ils ont introduit ce compromis dans toutes les religions institutionnalisées qui éloignent Dieu du moi et de la vie de tous les jours, ce qui divise la nature humaine en deux : le spirituel et le physique. Ainsi, la plénitude ultime devient-elle forcément inaccessible *maintenant* et ne peut être atteinte que dans une vie après la mort. De telles vues et approches de la vie ne sont rien d'autre qu'un compromis entre

ce dont on pressent l'existence et ce que l'on craint. C'est au-delà des peurs névrotiques issues d'idées fautes et traumatismes vécus personnellement.

Quelle est cette peur fondamentale d'abandonner l'ego et de laisser les processus universels s'épanouir et emporter ? C'est parce qu'on croit à tort qu'abandonner signifie renoncer à l'existence. Afin de comprendre un peu ce problème, arrêtons-nous maintenant sur la façon dont l'émulation de l'univers, se forma.

L'individuation fait partie intégrante de la force universelle. La vie créatrice est toujours en mouvement, se dilatant et se contractant, à la découverte de nouveaux champs d'expérience et se ramifiant dans de nouvelles formes. Elle renouvelle sans cesse les formes de ses manifestations. Elle mesure qu'une conscience individuelle s'éloigne de sa source originelle, elle « oublie » son essence, se sépare de ses propres principes et lois s'efface jusqu'à disparaître. L'existence individuelle dans son état actuel, associée seulement avec l'existence universelle. Dans ce contexte, renoncer à l'ego, pour un individu, signifie l'annihilation de son existence personnelle et unique.

Telle est la condition actuelle des êtres humains. Ils vivent dans l'illusion que la vie, le sens de « Je suis », ne peut exister que dans une existence séparée. Cette illusion est à la base de l'idée de la mort parmi les humains, car la mort n'est que cette illusion menée jusqu'au comble de son absence.

Prendre conscience que l'existence séparée de l'ego est une illusion constitue une étape extrêmement importante dans la réalisation de l'humanité. Tout travail de réalisation de l'ego met clairement l'accent sur cette question. Si vous examinez le fondateur d'une religion, vous verrez qu'il a placé l'accent sur la vérité immédiatement disponible de votre expérience individuelle, vous vous apercevrez que vous et le principe de vie ne font qu'un. Plus votre regard sur vous-même devient véridique, et plus vous vous débarrasserez de vos illusions, mieux vous vous rendrez compte qu'elles ne sont pas nécessairement à l'existence individuelle quand

champ libre aux processus involontaires du principe de vie créateur pour qu'ils prennent les commandes et s'intègrent aux fonctions de l'ego.

Ceux qui ont commencé à ressentir l'immédiateté de cette qualité de vie supérieure et de son jaillissement d'énergies s'apercevront que, paradoxalement, plus ils donnent de leur énergie, plus cette dernière se renouvelle et se régénère en dedans. Car telle est la loi du principe de vie universel. Dans l'état de séparation, on fonctionne de façon dualiste ; il semble logique que plus on donne, moins on a et plus on s'appauvrit. Cela découle de l'illusion que l'individualité est constituée uniquement de l'ego extérieur. La cause profonde de la peur de renoncer à toutes les défenses crispées de l'ego réside précisément dans cette croyance erronée.

Ceux qui commencent à ressentir ces puissances et ces énergies commencent aussi à remarquer l'influx d'intelligence intuitive qui semble beaucoup plus vaste que tout ce qu'ils savent grâce à leur intellect extérieur par opposition à la sagesse intérieure. Pourtant, en essence, c'est là leur « meilleur moi ». Au début, il est perçu comme une énergie étrangère, mais c'est une fausse impression ; cependant, cela arrive quand certains canaux ont été obstrués à cause de notre ignorance. Cette intelligence supérieure se met à nous guider et se manifeste sous forme d'inspirations et d'intuitions qui ne sont pas des sentiments vagues, mais des messages concis, un savoir précis, compréhensibles et directement applicables dans la vie de tous les jours.

La découverte de cette nouvelle vie réconcilie cette apparente contradiction : être un individu et se sentir un avec les autres, partie intégrante d'un ensemble. Ce ne sont plus des contraires irréconciliables, mais des faits interdépendants. Tous ces contraires, toutes ces possibilités mutuellement exclusives en apparence et qui causent tant de malheurs à l'humanité commencent à s'harmoniser quand l'ego se relie à la vie universelle.

c^e^>

### Comment renoncer à l'ego

Quand je dis de renoncer à l'ego, je ne parle pas de l'annihiler, ni de négliger son importance. L'ego est devenu de lui-même une partie séparée de la vie universelle qu'on peut trouver dans les profondeurs du moi. Elle est directement accessible si on le souhaite, quand l'ego est prêt à rétablir le contact avec sa source originelle. Quand l'ego est assez fort pour prendre le risque de faire confiance à des facultés autres que ses capacités conscientes limitées, il jouira d'une nouvelle sécurité, insoupçonnée jusqu'alors.

Avant d'entreprendre cette nouvelle démarche, l'ego aura peur d'être écrasé, réduit à néant et de cesser d'exister. S'accrocher à des substances psychiques figées et pétrifiées semble soulager cette peur. L'immobile semble sûr, le mouvement dangereux. Vouloir s'accrocher rend la vie peu rassurante, car la vie est mouvement incessant. Quand vous trouverez que le mouvement est rassurant parce qu'il vous emporte, vous aurez trouvé la seule véritable sécurité qui soit. Toute autre sécurité (faire confiance au statique, compter sur lui) est illusoire et engendre une peur toujours grandissante.

### Analogie avec la loi de la pesanteur

Le principe est le même que celui qui préside au déplacement des planètes dans l'espace : elles ne chutent pas. Au cœur de la tragédie humaine, on trouve cette pensée : « Si je ne m'accroche pas à mon ego, je me mets en danger. » Quand vous êtes conscient de cette pensée, vous détenez une clé importante, car vous pouvez envisager la possibilité que vous vous trompez. Il n'y a rien à craindre ; vous ne pouvez ni être écrasé, ni anéanti. Vous ne pouvez que vous laisser emporter, comme les planètes sont emportées dans l'espace.

Comme je le dis si souvent, l'état de la conscience actuelle de l'humanité crée le monde que vous habitez, y compris ses lois physiques. Vous êtes trop habitué à mettre les effets d'abord et la cause ensuite, parce que dans votre état d'esprit dualiste vous êtes incapable d'avoir une vue d'ensemble et avez tendance à

penser en termes de possibilités mutuellement exclusives. En réalité, vous n'êtes pas limité à cette sphère ; mais plutôt cette sphère - avec tout ce qu'elle contient - est une expression de l'état de conscience global de l'humanité. Une des lois physiques qui exprime cet état de conscience est la loi de la pesanteur. Elle se rapporte uniquement et spécialement à votre conscience dualiste. Elle est l'équivalent et l'expression - au niveau physique - de la réaction émotionnelle d'angoisse à l'idée de tomber et d'être anéanti quand on abandonne l'ego comme seule forme d'existence individuelle. Les sphères de conscience qui transcendent le dualisme de ce plan ont des lois physiques différentes, qui correspondent à leur conscience globale. La science de l'espace en est la preuve, parce que dans le cosmos la gravité n'existe pas. Votre terre n'est pas la seule et ultime réalité.

Cette analogie a plus qu'une valeur purement symbolique. C'est un élément qui pourrait élargir vos horizons si vous envisagez et ressentez intérieurement de nouvelles limites à la réalité, diminuant par la même occasion votre peur et l'existence illusoire et limitée de votre ego.

Comment appliquer cela aux domaines où vous êtes le plus en quête de votre véritable moi ? Examinez les diverses couches de votre conscience. Mieux vous réussissez à faire remonter à la conscience des éléments jusqu'ici inconscients, et par conséquent à réorienter les réflexes inconscients défectueux, plus vous vous approchez du principe de vie universel en vous. Il lui est alors plus facile de se dévoiler, si bien que vous vous libérez davantage des peurs, des hontes et des préjugés, jusqu'à ce que vous puissiez vous ouvrir complètement à lui. Chacun peut confirmer l'idée que si on rassemble son courage pour regarder la vérité nue en soi, il devient plus aisé de se lier à une vie intérieure plus vaste, plus rassurante, plus radieuse. Plus vous êtes lié à des concepts qui écartent toute incertitude et tout conflit, plus vous vous sentirez sécurisé et efficace, à un point que vous n'auriez jamais pu imaginer. Voilà certaines des fonctions de la puissance et de l'énergie, des fonctions de l'intelligence qui résolvent tous les conflits et fournissent des solutions à des problèmes en apparence insolubles. Tous les « si » et les « mais » de la vie quotidienne se

dénouent, non pas par des moyens magiques extérieurs, mais grâce à votre capacité croissante à faire face à tout ce qui se présente comme s'il s'agissait d'une partie intégrante de vous-même. De plus, vous améliorerez votre capacité d'éprouver le plaisir, ce à quoi vous êtes destiné. Dans la mesure où vous avez coupé le contact avec la vie universelle, vous éprouverez un sentiment de manque et de frustration par rapport à cette façon de vivre.

Au cours de nos entretiens, nous avons traité de nombreux aspects de cette triade. J'ai déjà parlé d'un phénomène fréquent : souvent, les gens ont honte de leur moi supérieur, du meilleur d'eux-mêmes. Cette honte de leur moi supérieur est un sentiment très important, essentiellement lié à la peur de révéler le véritable moi. Un type de personne spécifique éprouvera avant tout cette honte à propos des qualités positives, comme la générosité et l'amour. De telles personnes répugnent fort à se plier aux exigences de la société, car elles croient qu'elles perdraient ainsi l'intégrité de leur individualité. Elles ont peur de dépendre des autres, d'être soumises à eux et, par conséquent, ont honte de tout élan sincère visant à plaire aux autres. Elles se sentent davantage « elles-mêmes » lorsqu'elles sont hostiles, agressives, cruelles.

### **La réaction humaine face au véritable moi : honte et falsification**

Tous les êtres humains ont une réaction similaire par rapport à leur moi véritable. Cela ne s'applique pas seulement à leur bonté effective et à leur grande générosité, mais aussi à tous les autres véritables sentiments et façons d'être. Cette honte étrange prend la forme d'une gêne et d'un sentiment d'être vraiment percé à jour, ce qui donne l'impression d'être nu et démasqué. Ce n'est pas la honte de sa duplicité, de sa destructivité ni de son consentement. Cette honte se situe à un niveau entièrement différent, est d'une nature différente. *Notre for intérieur se sent honteusement nu*, que les pensées, les sentiments ou le comportement soient bons ou mauvais. La honte la plus marquée survient quand il s'agit d'être ce que l'on est au moment présent.

A cause de ce sentiment, les gens mettent des masques. C'est une sorte de faux-semblant différent de celui qui cache le manque d'intégrité, la destructivité et la cruauté. Elle est plus profonde et plus subtile. On peut contrefaire ce que l'on éprouve effectivement. On peut éprouver un amour sincère, mais le montrer donne l'impression d'être nu, alors on crée un amour feint. On peut être véritablement en colère, mais cela donne l'impression d'être nu, alors on crée une colère feinte. On peut se sentir vraiment triste, mais on se sent mortifié à l'idée de reconnaître cette tristesse, même vis-à-vis de soi, alors on crée une tristesse feinte que l'on peut facilement montrer aux autres. On peut bel et bien éprouver du plaisir, mais cela est également humiliant à révéler, alors on crée un plaisir feint. Cela s'applique aussi à des états comme la confusion et la perplexité.

Le véritable sentiment semble nu et mis au jour, alors on le contrefait. Cette falsification apparaît comme un vêtement protecteur que personne ne connaît, si ce n'est le tréfonds de notre être, dont on n'a pas conscience en général. Ce « vêtement protecteur » nous anesthésie par rapport à l'intensité et à la gaieté de la vie. De telles dénaturations érigent un écran entre vous et votre centre vital. Cela vous sépare aussi de la réalité, car c'est la réalité de votre propre être que vous ne pouvez pas supporter et que vous vous sentez forcé de déformer, contrefaisant ainsi votre existence même. Le courant du fleuve de la vie semble dangereux, non seulement en ce qui concerne votre sécurité, mais aussi parce qu'il touche votre orgueil et votre dignité. Mais tout cela n'est qu'une illusion tragique. Comme vous ne pourrez trouver la vraie sécurité que lorsque vous vous unirez à la source de toute vie au-dedans de vous, de même vous ne pourrez trouver la véritable dignité que lorsque vous surmonterez la honte d'être authentique, quel que soit le sens que cela puisse prendre pour vous en ce moment.

Parfois, l'anéantissement semble un moindre mal que cette étrange honte et la révélation de l'être véritable. Quand vous reconnaîtrez cette honte sans l'écarter sous prétexte qu'elle importe peu, vous aurez accompli un pas de géant, mes amis.

Ressentir cette honte est une clé qui vous permettra de découvrir un engourdissement engendrant désespoir et frustration, parce qu'il mène à l'aliénation de soi et à un isolement d'une nature particulière. Ce sentiment n'est pas traduisible en langage rationnel, car seule la saveur de l'expérience et sa qualité permettent de distinguer le vrai du faux. Ces sentiments feints sont souvent subtils et si profondément gravés qu'ils sont devenus une seconde nature. Par conséquent, il faut lâcher prise en profondeur, avec sensibilité, se laisser aller et se laisser sentir, tout en voulant rester lucide à l'égard de ses découvertes. Tous ces préliminaires sont nécessaires pour devenir parfaitement conscient de l'impression apparente d'être nu et démasqué que les sentiments véritables provoquent en vous. Cette subtile contrefaçon aboutit non seulement à la production de sentiments différents, contraires, ou autres, de ceux que vous éprouvez, mais ils sont tout aussi souvent identiques. L'étape suivante est l'intensification, qui sert de mesure pour donner au faux l'apparence du vrai.

Quand vous rencontrerez effectivement le véritable moi du moment, ce dernier sera loin d'être parfait. Ce n'est pas une expérience dramatique, pourtant elle est cruciale. Car ce que vous êtes maintenant contient tous les germes dont vous aurez besoin pour mener une vie riche et merveilleuse.

Vous êtes déjà cette puissance de vie universelle. Quand vous aurez le courage d'être votre moi véritable, une nouvelle approche de votre vie intérieure pourra voir le jour, après quoi vous vous débarrasserez de tous les faux-semblants.

### **Le symbolisme biblique de la nudité**

La honte de sa nudité, quand on se montre tel qu'on est maintenant, s'explique par le symbolisme profond de l'histoire d'Adam et d'Eve. *La réalité mise à nu, c'est le paradis*, car au moment où cette nudité n'est plus niée, de nouvelles sensations célestes peuvent naître, ici et maintenant et non dans l'au-delà. Mais une période d'adaptation est nécessaire après qu'on a pris conscience de la honte et de ces habitudes subtiles profondément enracinées avec lesquelles on cache sa nudité intérieure. Mais

quand vous aurez appris à vous dévoiler, vous finirez par sortir de votre coquille protectrice et deviendrez plus authentique. Vous serez votre « vous » nu, tel que vous êtes maintenant, ni meilleur ni pire, ni différent de ce que vous êtes habituellement. Vous couperez court à la contrefaçon, aux sentiments et aux comportements feints et partirez à l'aventure dans le monde tel que vous êtes.

Avez-vous des questions en relation avec cette conférence ?

QUESTION : *Comment peut-on déterminer si nos sentiments sont vrais ou simulés ?*

REPONSE : Vous seul pouvez le faire, grâce à une introspection minutieuse, en considérant la possibilité que vos sentiments peuvent être simulés, mais sans que cela vous effraie. Car les gens sont terrifiés à l'idée que leurs sentiments soient faux, même de manière subtile. Ils craignent que si ces sentiments ne sont pas authentiques, ils n'en auront pas. Ils ont peur de leur vide intérieur, et cette peur est dévastatrice. Elle exerce une subtile pression pour qu'on continue à faire semblant. Mais toujours, quelque part dans votre for intérieur, vous vous dites : « Non, je ne veux pas ressentir ! » Que cela provienne de l'enfance et d'expériences personnelles traumatisantes, ou soit lié à un problème humain plus profond s'appliquant à tout individu et dont j'ai parlé dans cette conférence, on trouvera toujours une volonté de ne pas ressentir. Ce souhait est souvent totalement inconscient, si bien qu'on en est coupé et qu'on est impuissant face à ses conséquences : l'absence de sentiment, bien sûr. La terreur est infiniment plus grande quand le moi conscient qui désire des sentiments ignore l'existence de l'aspect du moi qui les craint. La terreur de ne pas pouvoir ressentir est sans égale. Il est donc essentiel de se rendre compte que personne n'est vraiment privé de sentiments et que ces sentiments ne peuvent pas disparaître à jamais. La vie et les sentiments ne font qu'un ; ils sont indissociables, même si les seconds sont inactivés pour le moment. En sachant cela, on peut se lancer dans une quête intérieure et demander : « Où ai-je décidé de ne pas ressentir ? » Au moment où vous prendrez très claire-

ment conscience de votre peur de ressentir, vous cesserez de craindre l'absence de sentiments. Il est alors possible de réactiver vos sentiments à l'aide de la raison, grâce à une évaluation réaliste et rationnelle des circonstances.

Voilà de quoi nourrir amplement vos pensées. Ce sont des idées substantielles, dont vous pouvez vous servir avec profit en poursuivant votre travail sur vous-même sur ce chemin.

Que chacun de vous soit béni. Puissent vos efforts être couronnés de succès et puissiez-vous trouver le courage de mettre bas les masques et d'être vrai dans votre nudité. Vous réussirez à coup sûr si vous le voulez vraiment. Ceux qui n'avancent pas, ne croissent pas et ne se libèrent pas ; ceux-là refusent de progresser et il est important de le savoir (et de trouver, en vous, la voix intérieure qui ne veut pas avancer). Puissent toutes vos fausses protections se désagréger puisque, au fond, c'est ce que vous voulez et choisissez vraiment. Vous découvrirez alors une vie glorieuse.

Soyez en paix ; que Dieu soit avec vous !

# 16

## La conscience : fascination par la création

*L* E Guide nous présente non seulement les lois universelles qui régissent la création positive par la conscience, mais il explique aussi comment la création négative fit son apparition. L'allégorie de la « chute des anges » est décrite ici en termes accessibles à l'esprit moderne.

*Mettre nos ressources au service de la création positive en retrouvant notre conscience divine originelle, tel est notre but et, dans cette conférence, le Guide indique les étapes à franchir en vue de recouvrer ces pouvoirs.*

Bonsoir à tous mes amis présents ici, qui recevez des bénédictions tangibles sous forme de courants d'énergies contenant force et conscience. Ils se déversent sur vous et vous imprègnent. Ils sont une réalité qui peut être perçue à mesure que votre conscience s'élargit et va de l'avant.

J'aimerais parler de certains aspects de la conscience et de leur signification dans le cadre de la création. La création est incontestablement le résultat de la conscience, et non pas l'inverse comme on le pense généralement. **Rien ne peut exister à moins de naître d'abord dans la conscience.** Que cette source soit le moi universel ou le moi individualisé ne fait aucune différence. Que votre conscience perçoive, crée ou formule quelque chose

## LE CHEMIN DE LA TRANSFORMATION

d'important, d'une portée universelle, ou que ce soit une pensée éphémère et insignifiante, le principe est le même.

Il faut que vous compreniez l'importance formidable de vos créations conscientes ; si vous en êtes coupé, vous souffrirez vraiment. Aucune souffrance n'est aussi intense que celle qu'on éprouve lorsqu'on ignore que l'on est à son origine. Cela s'applique même - dans une moindre mesure - aux expériences positives, car si vous ne savez pas que vous êtes à l'origine de vos expériences, vous vous sentirez toujours impuissant, victime de forces qui échappent à votre entendement. Cette force n'est autre que votre propre conscience.

### **L'intellect, le cœur et la volonté : les outils de la conscience créatrice**

Essayons maintenant de comprendre un peu mieux certains des attributs les plus remarquables de la conscience. Elle ne représente pas seulement la faculté de penser, de distinguer et de choisir ; cela est évident. Elle n'est pas seulement la faculté de savoir, de percevoir et de sentir. Elle est aussi la capacité de *vouloir*, qui est un aspect très important de la conscience. Que vous utilisiez votre volonté consciemment ou que vous en soyez coupé ne fait pas de différence. Elle est une des facettes de votre conscience et donc de ce que vous créez continuellement. Vouloir est un processus ininterrompu, tout comme savoir et sentir, et leur existence est indissociable de la présence de la conscience.

Souvent, bon nombre de courants volitifs contradictoires se mettent en court-circuit à la surface, se manifestant sous forme d'absence de conscience ou d'engourdissement. La conscience s'émousse à la surface, mais est aussi vive en dessous. Ses conséquences se manifestent en tant que circonstances tangibles dans la vie, et vous vous sentez perdu car vous croyez que ce que la vie vous apporte est complètement indépendant de votre intellect et de votre volonté. Tout chemin d'évolution spirituelle authentique doit provoquer la remontée à la surface de tous les désirs, croyances et connaissances intérieures contradictoires, de sorte que les circonstances de la vie apparaissent sous leur vrai jour :

elles sont la création du moi. Cette prise de conscience vous donne le pouvoir de recréer.

Vouloir, déterminer, formuler, savoir et percevoir sont des outils de la conscience créatrice. On peut diviser l'humanité entre ceux qui savent cela et se servent de ces outils de façon délibérée, créatrice et constructive, et ceux qui l'ignorent et provoquent constamment la destruction sans s'en rendre compte.

Les humains sont les premières entités sur l'échelle d'évolution ascendante qui peuvent créer délibérément grâce à leur conscience. Vous, mes amis, qui cherchez votre véritable identité, devez en venir à sentir votre pouvoir créateur, et plus particulièrement comment vous avez créé tout ce que vous avez ou n'avez pas à présent. Vous pouvez maintenant constater à quel point la lutte contre vos propres créations augmente la douleur et la tension en vous. C'est inévitable lorsque vous n'êtes pas conscient, en général et spécifiquement, du processus d'après lequel votre vie est le résultat de votre activité mentale. Vous vous rebellerez invariablement contre ce que vous n'aimez pas, ignorant toujours que vous vous déchirez sans cesse davantage. D'ailleurs, cette révolte peut ne pas être entièrement consciente ; elle peut se traduire par un vague mécontentement envers la vie, des aspirations destinées à être frustrées, l'impression d'être inutile et inefficace, sensations auxquelles vous ne voyez pas d'issue. L'insatisfaction est aussi une forme de rébellion.

Pour comprendre plus en profondeur la nature de la conscience, vous devez voir les directions positives et négatives qu'elle peut prendre. Vous avez en vous la plus pure des sagesse, qui tend vers un bonheur sans cesse croissant, une variété infinie de nouvelles expressions de vie. C'est l'esprit universel. Je ne dis pas que l'esprit universel est en vous ; je dis que *vous êtes lui* mais que, la plupart du temps, vous l'ignorez. Vous avez aussi en vous l'expression déformée de votre conscience créatrice par laquelle vous produisez des résultats négatifs et destructeurs. On pourrait aussi dire que c'est le combat éternel entre Dieu et Satan, entre le bien et le mal, entre la vie et la mort. Le nom que vous donnez à ces énergies importe peu ; quelles qu'elles soient, elles

sont vôtres. Vous n'êtes pas un pion manipulé par des forces inconnues. C'est ce fait d'une importance capitale qui change véritablement toute votre perception de vous-même et votre attitude envers la vie. Si vous ignorez cela, vous vous sentirez constamment victime de circonstances qui échappent à votre contrôle.

### **Trois conditions pour vous sentir à l'unisson avec l'Esprit universel**

Pour percevoir et ressentir votre véritable identité, l'Esprit universel, trois conditions de départ sont nécessaires :

**I - Entrer en contact avec lui.** Vous activez l'Esprit universel grâce à votre tentative délibérée de l'écouter. Il vous faut entrer dans un état de grande paix intérieure et préparer les conditions pour que cela se produise. Cette démarche n'est pas aussi aisée que cela peut le paraître, car les parasites chaotiques d'une activité mentale fébrile sont un obstacle permanent. Il faut exercer votre cerveau à devenir suffisamment calme, sans qu'il produise des pensées involontaires. Quand vous y serez arrivé dans une certaine mesure, vous sentirez un vide. Vous aurez alors l'impression d'être à l'écoute d'un néant qui peut même être effrayant ou décevant. Enfin, l'Esprit universel commencera à se manifester, non parce qu'il s'y « décide », parce que vous avez été « sage » et que maintenant vous le « méritez », mais parce que vous commencez à percevoir sa présence constante ; vous saurez alors qu'elle a toujours été là, immédiatement accessible, presque trop proche pour être perçue.

Il se peut que les premières manifestations ne viennent pas à vous par le biais d'une voix ou d'une connaissance intérieure directes, mais par des voies détournées : ce pourront être d'autres personnes, ou des idées qui semblent soudain vous venir par pure coïncidence. Si vous êtes vigilant et sensible, à l'unisson avec la réalité, vous saurez que ce sont les premiers signes de l'établissement d'un contact avec le Moi universel. Plus tard, ce vide s'avérera être une plénitude formidable, impossible à exprimer par des mots. Son immédiateté, qui est bien sûr merveilleuse, vous

empêche aussi de percevoir la présence constante de l'Esprit universel. Quand vous saurez que cette présence en vous est permanente, cette certitude vous sécurisera, vous renforcera, et vous serez convaincu que vous n'aurez jamais plus à vous sentir inadapté et impuissant, car la source de toute vie vous accorde tout, s'occupe de tout, jusqu'au moindre détail de la vie important à vos yeux. La source intérieure vous remplira de sentiments épanouis, vous calmera et vous stimulera ; elle vous montrera comment régler les problèmes. Elle offre des solutions qui combinent la décence, l'honnêteté et votre intérêt personnel, l'amour et le plaisir, la réalité et la félicité, l'accomplissement de vos tâches sans le moins du monde restreindre votre liberté.

Cependant, cette merveilleuse immédiateté soulève quelques difficultés au départ, car vous croyez ne pouvoir trouver tout cela que dans des régions très très éloignées. Puisque vous vous attendiez à ne ressentir l'Esprit universel que sous la forme d'une distante réalité, il vous est presque impossible de percevoir sa proximité.

**2-11 est nécessaire de sentir pleinement la présence de la partie négative devenue destructive et la comprendre.** Ce n'est pas chose facile, pour la bonne raison que, là encore, vous avez tendance à croire que votre vie est un moule fixe où vous avez été placé et auquel vous devez vous faire, indépendamment de vos capacités intérieures de penser, vouloir, savoir, sentir et percevoir. Comme vous pouvez le constater maintenant, il faut une bonne dose d'honnêteté, de discipline et d'efforts pour vaincre la résistance à effectuer ce changement capital dans votre approche globale de la vie, pour passer d'un sentiment d'impuissance à une vision de la vie que vous créez à tous égards. Il n'est pas réellement possible d'activer la présence du Moi universel tant que vous ne prenez pas en considération vos propres créations négatives. Il arrive parfois que certains canaux soient libres, mais là où persistent les blocages, l'erreur et l'impuissance dont on se croit frappé, on ne peut pas contacter son Moi universel

**3 - Utiliser votre activité mentale consciente comme premier moyen d'accès à l'Esprit universel.** Vous créez de la même façon avec toutes vos pensées - qu'elles soient conscientes ou inconscientes. En fait, votre capacité à penser ressemble exactement aux processus créateurs de l'Intelligence cosmique ; bien que votre conscience soit un fragment séparé du Tout, elle a les mêmes pouvoirs et possibilités. La séparation n'est même pas réelle ; elle n'est due qu'à votre façon de vous percevoir à cet instant précis. Au moment où vous découvrez l'immédiateté de cette présence, vous cessez de sentir la séparation entre vos pensées et celle de l'Être suprême. Elles finissent par fusionner et vous vous rendez alors compte qu'elles n'ont jamais été dissociées. Il deviendra évident que vous n'avez jamais joui de vos pouvoirs innés. Vous les avez laissés en jachère, ou en avez même mésusé dans votre aveuglement.

Vous pouvez finalement commencer à vous concevoir comme partie de l'Esprit universel grâce à l'utilisation de vos pensées conscientes de manière délibérée et constructive, et ce en deux étapes. D'abord, vous devez voir clairement la façon dont vous avez utilisé votre mental négativement à votre insu, ce qui aboutit à des créations destructives. Ensuite, vous pouvez formuler ce que vous souhaitez maintenant produire dans votre vie en procédant ainsi : affirmez que ces changements sont possibles tout en percevant, sachant et voulant cela dans un état d'esprit détendu. Cette démarche comprend aussi la volonté de transformer certaines attitudes intérieures fautives et malhonnêtes, sinon vous dresserez des obstacles à vos souhaits.

En émettant des pensées créatrices, vous pouvez puiser à la source abondante qui jaillit au sein de votre être. Commencez par penser consciemment, ce qui exige une attention soutenue dirigée sur l'activité de votre mental. Il vous faut observer comment vous l'utilisez, comment vous créez ce que vous avez et ce qui vous manque. Une fois que vous pourrez inverser ce processus, vous aurez découvert le secret de la création et deviendrez vraiment votre véritable moi, car vous êtes l'Esprit universel qui créa le monde. Vous créez constamment votre propre monde en ce moment même : c'est la vie que vous menez.

### Observation de soi et purification sur trois plans

L'examen attentif de vos mécanismes intérieurs vous révélera que bon nombre d'éléments que vous croyiez inconscients ne sont absolument pas cachés. Faites-y attention, surtout quand vous êtes mal à l'aise. Voyez comment vous trouvez tout normal au point que vous fermez les yeux sur vos attitudes les plus révélatrices, précisément celles qui vous donneraient des indices pour comprendre comment fonctionne votre pouvoir créateur, même si, dans ce cas, elles sont évidemment inversées et se manifestent négativement. En considérant chaque détail d'une situation donnée, en dirigeant votre attention sur une approche nouvelle, vous acquerez la lucidité dont vous manquiez jusqu'alors.

Cette connaissance de soi, c'est la purification dans le vrai sens du terme car, au bout du compte, elle vous permet de prendre conscience de votre pouvoir de prendre en main votre destin. Découvrir comment vous avez créé de manière destructive n'est jamais une expérience vraiment mauvaise, car il devient tout de suite clair que vous avez la possibilité de vous créer un avenir splendide. Vous devenez immédiatement conscient de votre propre éternité et de vos pouvoirs infinis d'expansion.

Vous voyez donc, mes amis, que nous avons ici affaire à trois plans différents. Il faut qu'ils deviennent tous accessibles. Ils sont tous aussi difficiles à percevoir les uns que les autres. Ce serait une erreur de croire que votre activité mentale quotidienne est plus facile à percevoir que vos pensées destructives ou votre nature divine, douée d'une puissance et d'une sagesse infinies. Elles sont toutes aussi proches, mais paraissent éloignées seulement parce que vous détournez votre regard. Votre destructivité entêtée et le grand Esprit créateur que vous êtes ne sont tous deux « inconscients » qu'à cause de votre attitude : vous ne laissez pas à leur existence le bénéfice du doute, ce qui serait un premier pas en vue de les découvrir. C'est presque la même chose en ce qui concerne votre activité mentale quotidienne, qui passe inaperçue, sans évaluation critique, si bien que vous ne vous rendez absolument pas compte de la façon dont vos pensées persistent à suivre les mêmes ornières improductives et négatives. Vous ne

remarquez pas non plus que vous continuez à tirer une sorte de satisfaction de votre inattention quasi permanente.

Quand vous observez vos pensées négatives, il est important de considérer les deux points suivants : d'abord comment elles vous affectent et s'associent avec les conséquences que vous déplorez le plus dans votre vie, ensuite savoir que vous avez la faculté de les changer et de leur trouver de nouveaux moyens d'expression. Ces deux prises de conscience changeront absolument tout, parce qu'elles amèneront une libération et une découverte de soi véritables, c'est-à-dire cette réalisation de soi dont on parle tant. *La découverte de sa vraie identité apporte sans aucun doute de bonnes nouvelles*, mais vous devez avant tout vous voir en train de nourrir des pensées négatives. Regardez-vous tourner en rond avec obstination, enfermé dans les mêmes cercles vicieux, limité par l'étroitesse de vos idées, sans chercher à vous aventurer au-delà.

Supposons que vous soyez convaincu de ne pouvoir échapper à telle ou telle expérience négative dans la vie. Au moment où vous observez la ténacité avec laquelle vous vous accrochez à cette croyance, demandez-vous : « Est-ce que cela doit vraiment se passer comme ça ? » En soulevant cette question, vous commencerez à entrebâiller la porte. Mais si vous n'êtes pas conscient d'être convaincu de n'avoir que cette possibilité, il vous sera impossible d'imaginer une alternative. En fait, vous pouvez vous aventurer dans de nouvelles directions, simplement en formulant d'abord vos pensées qui seront les lignes de force de votre création. Le monde commence alors à s'ouvrir. Pour commencer, il faut réaliser cette ouverture en pensant et en vous disant : « Ça ne doit pas forcément se passer comme ça, ça peut se passer autrement et c'est ce que je veux. Je voudrais éliminer tout ce qui se dresse entre moi et ce que je désire. J'ai le courage d'y faire face et d'aller au-delà de l'expérience que je me suis donnée de la vie pour le moment par mon acceptation du fait que ça ne pouvait pas se passer autrement. » A ce niveau conscient, il faut que vous voyez comment vous aviez admis devoir subir certaines expériences négatives.

Peut-être souhaitez-vous des résultats positifs, mais en même temps vous ne voulez pas accepter certaines conséquences logiques qui découlent de vos désirs. Cela est dû à vos idées erronées : vous imaginez que ces conséquences sur vous sont indésirables. Là, vous vous trouvez devant une résistance infantile à donner de vous-même, une tentative malhonnête de tricher avec la vie et de recevoir plus que ce que vous voulez donner. La vie ne peut pas se soumettre à de tels désirs égoïstes, et vous vous sentez trompé et plein d'animosité parce que vous n'avez pas vraiment examiné clairement la question sous toutes ses coutures. Vous n'êtes pas non plus conscient de votre raisonnement boiteux quand vous répugnez à donner de vous-même. Vous créez ainsi des erreurs et des distorsions qui sont autant d'obstacles à l'épanouissement de vos possibilités.

Vous pouvez donc voir que le plan de votre pensée consciente est influencé et par votre côté destructeur et par l'esprit universel. Vous pouvez choisir sciemment dans quelle direction orienter vos pensées une fois que vous avez pris conscience de vos schémas habituels. Ce libre arbitre est la clé de votre libération.

Vous pouvez voir de plus en plus clairement que vous choisissez aussi votre côté destructif. Ce n'est pas quelque chose qui vous arrive par hasard. Quand vous aurez véritablement progressé sur ce chemin, vous arriverez au point où vous finirez par admettre ce souhait délibéré de choisir des attitudes destructives. Vous verrez que vous êtes malheureux et, qu'en fait, vous renoncez au bonheur, à la plénitude, à la félicité et à une vie passionnante. Il se peut que vous soyez terriblement insatisfait du résultat, mais vous insistez néanmoins pour vous accrocher à vos habitudes négatives. Vous voyez maintenant à quel point il est important de mettre au jour tous ces mécanismes.

### **L'origine du « péché » ou du « mal »**

Voici l'éternelle question : qu'est-ce qui a entraîné tout cela ? Pourquoi les êtres humains nourrissent-ils ces désirs complètement insensés ? Pourquoi le mental veut-il s'engager dans cette direction ? Les religieux l'appellent péché ou mal ; les psycho-

logues l'appellent névrose ou psychose, entre autres. Quel que soit le nom que vous lui donnez, c'est en effet une maladie. Pour la guérir, il est nécessaire de la comprendre dans une certaine mesure. Vous pouvez y arriver d'abord en examinant le processus qui mène de vos croyances et de vos suppositions erronées aux émotions et à l'orientation de votre volonté qu'elles créent. Vous ne pourrez pas le faire complètement si vous ne comprenez pas la dynamique de la créativité mentale, dans le sens positif comme dans le sens négatif.

Les gens demandent souvent : « Comment le mal a-t-il vu le jour ? », ou encore : « Pourquoi Dieu a-t-il placé le mal en nous ? », comme si quelqu'un avait « placé » quelque chose quelque part. Quand vous aurez une conscience de vous-même suffisante et que votre propre rejet du bonheur sera remonté à la surface, vous pourrez vous poser la même question déconcertante : « Pourquoi est-ce que j'agis ainsi ? Pourquoi ne puis-je pas vouloir ce qui m'est bénéfique ? » On a déjà soulevé ce problème ici, tout comme à d'autres endroits de la terre, à de nombreuses reprises, partout où on donne des enseignements spirituels.

Au début de ce contact, j'ai eu une fois l'occasion de vous faire un récit allégorique de la prétendue chute des anges, et de vous conter l'histoire d'un esprit qui fut un temps parfaitement constructif, s'épanouissant dans des dimensions toujours plus sublimes de lumière et de félicité, puis qui s'écarta de ce chemin, se sépara de son Dieu intérieur et se fragmenta. Comment se transforma-t-il en ces éléments obscurs et destructifs ? Tout récit - le mien comme ceux qui furent faits ailleurs - peut très facilement être mal compris car il est toujours interprété comme un événement historique qui eut lieu dans le temps et dans l'espace. Je vais maintenant tenter de donner une autre explication sur la façon dont la destructivité fait son apparition dans une conscience constructive à tous points de vue. Je vais essayer de trouver une approche différente qui trouvera peut-être un écho en vous et vous permettra de comprendre plus en profondeur ce sujet essentiel. Vous pourrez alors affronter votre propre destructivité avec un regard neuf et finir par y échapper.

Imaginez une conscience, un état d'être dans lequel existent seulement la plénitude et un pouvoir infini de créer grâce à sa propre conscience, qui est - entre autres - une machine à penser. Et donc elle pense... et regardez : une création surgit du néant ! Elle veut... et regardez : ce qui est voulu et pensé est ! La vie regorge de ces possibilités à l'infini. La création commence avec la pensée, puis la pensée prend forme, devient une circonstance de la vie au-delà des limites de l'ego, cette conscience qui elle est libre de se mouvoir et de circuler. Là, la pensée prend forme immédiatement et devient acte. La pensée ne semble séparée des formes et des actes que pour l'ego humain. Moins une entité a de conscience, plus la pensée, les formes et les actes semblent séparés, au point où les formes semblent entièrement indépendantes des actes et les actes de la pensée ou de la volonté. Aucun de ces trois stades ne semble lié.

Un aspect essentiel de l'élévation de la conscience consiste précisément à **établir ce lien**. Même s'ils paraissent complètement déconnectés dans le temps et dans l'espace, la pensée et la volonté, les faits et les actes, les formes et la manifestation constituent une unité. Dans *l'état d'être* - où les limitations n'existent pas, où il n'y a pas de structures restrictives - cette unité est ressentie comme une réalité vivante qui recèle un bonheur et une fascination indescriptibles. L'univers tout entier est ouvert à l'exploration, à de nouveaux modes d'expression et de découvertes ; il donne sans cesse forme à de nouveaux mondes, à de nouvelles expériences, et à de nouveaux effets. La fascination par la création est infinie.

Puisque les possibilités sont infinies, la conscience peut aussi s'explorer en se restreignant, en se fragmentant pour « voir ce que ça donne », dirions-nous. Pour se connaître, elle se contracte au lieu de se déployer, elle veut voir ce à quoi ressemblent les ténèbres. *La création est pure fascination*. Cette fascination ne disparaît pas simplement parce que le produit de la création est peut-être au départ un peu moins agréable, merveilleux ou attrayant. Même là, il réside une sorte de fascination et d'aventure. Alors, cette créature se met à acquérir quelque autonomie,

car toute créature possède de l'énergie qui se perpétue automatiquement. Elle devient indépendante. L'être conscient qui a emprunté ces voies peut prolonger les expériences et franchir les limites de « sécurité », car il ne se laisse plus suffisamment de forces à ce moment-là pour inverser le mouvement. Ainsi, la conscience peut-elle se faire emporter par son propre élan et ne plus vouloir s'arrêter.

A un stade plus avancé, elle ne sait plus comment s'arrêter. C'est alors qu'a lieu la création négative, jusqu'à ce que les résultats soient si désagréables que l'être conscient cherche à se reprendre en main et à s'opposer à cet élan en se « remémorant » son savoir de ce qui pourrait être. En tout cas, elle sait qu'il n'y a pas de véritable danger car, quelles que soient les souffrances que vous, les êtres humains, pouvez traverser, en vérité et en dernière analyse elles sont illusives. Quand vous trouverez votre véritable identité intérieure, vous en serez convaincu. Tout cela est un jeu, une fascination, une expérience à laquelle votre véritable être peut se soustraire pour peu que vous vous en donniez vraiment la peine.

Or, beaucoup d'êtres humains se trouvent toujours dans l'état où ils ne veulent pas encore vraiment essayer d'échapper à ce processus. Ils continuent à être fascinés par l'exploration de créations négatives, au moins dans une certaine mesure. Quelques entités séparées n'ont pas dépassé le stade où elles perdent la conscience immédiate de qui elles sont vraiment et ont gardé leur pouvoir de réorienter leurs explorations. D'autres ont perdu temporairement cette conscience, mais elles la retrouveront quand elles le voudront vraiment. Il serait souhaitable que vous tous gardiez cela en mémoire.

L'élan créateur contient des énergies d'une puissance incroyable. Ces énergies ont un impact ; elles s'impriment sur la substance créatrice (la matière qui réagit à la pensée créatrice) partout présente dans l'univers. Cette substance est alors façonnée et transformée en formes, événements, objets, états d'esprit, etc. Les empreintes dans la substance de l'âme qui régissent les événements de votre vie sont si profondes que rien, sinon la puissance

supérieure du mental, ne peut les effacer. La pensée, ou la conscience, imprime, et la substance de vie reçoit ces impressions. Tout ce qui se trouve autour de vous et en vous participe du principe masculin (conscience qui détermine et qui modèle) et du principe féminin (substance de vie modelée et réagissante). Découvrez cette vérité en vous, et l'univers vous appartiendra de nouveau, comme au commencement.

Ainsi, **si la conscience créatrice ne change pas de cap au moment propice, elle devient victime de ce qu'elle a déclenché.** Une partie de ce pouvoir et de cette force de la conscience réside dans la capacité d'imitation de soi. Il est très difficile d'exprimer cet aspect de l'énergie créatrice. Les êtres humains se sentent souvent poussés à imiter les autres, ou eux-mêmes, ce qui peut prendre plusieurs formes. C'est un processus au cours duquel la substance vitale reçoit de profondes empreintes.

Je vais vous donner un exemple du pouvoir d'imitation et de création de nouvelles expériences. Bon nombre d'entre vous ont déjà ressenti l'étrange envie d'imiter les aberrations corporelles d'handicapés qui boitent, ou de gens affligés d'un tic nerveux. N'avez-vous jamais éprouvé le besoin irrésistible d'imiter quelque chose d'excessivement indésirable ? En même temps se manifeste une sorte de révolusion et une peur de se comporter ainsi, car vous avez la vague impression qu'en cédant à cette impulsion vous allez déclencher un processus qui pourrait se répéter à n'en plus finir, sans pouvoir l'arrêter. La puissance et les énergies de la création ont cet effet autogène que seule la conscience, avec son savoir, sa volonté et sa détermination, a la possibilité de changer. Créer devient si prenant, et le plaisir qu'on en tire si captivant, qu'une fois orienté dans une direction négative, ce plaisir continue à envoûter l'âme jusqu'à ce que la conscience intervienne et s'oppose délibérément à cette démarche. Même si le produit de la création est douloureux, il est difficile de renoncer au plaisir de créer tant qu'on ignore que la création positive est également possible.

Avec le développement des créations négatives, la conscience paraît devenir de plus en plus fragmentée ; pas vraiment, mes

amis, mais dans cet état vous n'êtes pas à même de sentir le lien avec l'esprit universel que vous êtes.

Je ne sais pas dans quelle mesure ces mots peuvent vous atteindre mais, si c'est possible, ils s'avéreront être pour vous - quand vous méditez et réfléchirez à cette question - d'un secours formidable. Ils vous aideront non seulement à comprendre, mais aussi à trouver la manière correcte d'éliminer la des-structivité en vous. C'est la puissance de votre pensée qui crée le négatif. Cette force est encore plus grande quand elle est utilisée pour le positif car, dans le négatif, on trouve toujours des conflits, des aspirations contradictoires et des orientations prises par la volonté qui affaiblissent cette force. Ce n'est pas le cas dans la voie constructive de l'expansion. Quand le revêtement s'opérera, un déclic se produira en vous. Le courant de votre conscience prendra une nouvelle direction, dans un mouvement plus aisé et plus naturel, sans la torture qu'implique toujours la création négative.

Plus la conscience s'est séparée du tout, plus elle est fragmentée, et plus la structure qu'elle crée est grande. Mais la conscience unifiée n'est pas structurée, elle est dans son état d'être, dans toute sa félicité. Une fois que la fragmentation s'est produite, la conscience égarée s'efforce de trouver un état de conscience de soi. Cet état a besoin d'une structure pour se protéger du chaos de la négativité et de la destruction. Quand on affronte et élimine la négativité, on recouvre un état de conscience merveilleux, affranchi de toute structure.

### **Comment échapper à la création d'idées négatives**

L'ego - avec ses limitations - est la structure qui protège l'entité de ses créations destructives, elle les réfrène. La structure ne peut disparaître qu'au moment où la conscience se dilate et où son bonheur et sa vérité croissent. Ainsi, à un certain stade de votre évolution, vous avez été dans un état de chaos, sans structures. A mesure que vous évoluez, les structures vous isolent de ce chaos, si bien qu'au moins pour quelque temps la conscience est protégée de son chaos intérieur.

Les processus de pensée à votre disposition peuvent alors devenir les outils qui montrent la voie de sortie hors de ces créations négatives et de ces structures restreignantes. En observant le chaos au-delà de la structure, en le comprenant et en prenant conscience de la puissance de la pensée constamment mise à contribution, vous vous ménagerez la possibilité d'inverser la courbe descendante qui vous incite à tout moment à chercher des moyens de nier la vie, l'amour, le plaisir, le bonheur, et d'aller au-devant de la désolation, du gâchis et de la souffrance. La partie de votre Moi universel qui est restée dans l'unité sait que la douleur est illusoire et de courte durée, mais l'autre partie qui est dans le chaos l'ignore et souffre.

Résumons-nous : les processus conscients peuvent être le mouvement du balancier qui vous fera passer de la création destructive à l'état originel de conscience, synonyme de dilatation et d'expansion merveilleuses. La structure limitante se dissoudra, et sera remplacée par un état ultime de conscience où les sensations et l'énergie seront libérées de toute structure ; vous aurez alors une existence merveilleuse. Voilà la direction que vous prenez, mes amis. Une partie de vos efforts doit donc s'orienter vers une mise en ordre de la confusion de votre vie intérieure : votre tendance à vous centrer sur vous-même, l'égarement et l'aveuglement qui en résultent. Ce n'est pas le monde extérieur qui vous embrouille, c'est plutôt l'univers de votre propre conscience.

Vous pouvez maintenant vous mettre à envisager la façon dont vous pouvez délibérément *vouloir* des constructions créatrices. Vous pouvez y arriver en formulant, en pensant et en voulant consciemment un état de bonheur, de vitalité, de plénitude, de vérité, d'amour, de croissance, pour les petites choses comme dans la vie en général. Cette ambiance vous paraîtra d'abord étrange et peu familière. Il faut vous y habituer. Imaginez-vous dans de tels états et invoquez le pouvoir universel en vous pour renforcer votre pensée consciente grâce à l'énergie créatrice nécessaire. Il faut que ce désir de bonheur se renforce à un point tel que les causes d'insatisfaction soient détectées et éliminées ; cela aussi doit résulter d'une volonté sincère. Alors la puissance

créatrice croîtra, votre être divin vous inspirera et vous montrera la voie. Votre cerveau conscient apprendra à le reconnaître et à le capter.

Utilisez ce que je viens de dire, j'entends une utilisation *active*, au lieu de considérer ces idées comme de très belles théories. Soyez bien conscient de leur valeur immédiate et mettez-les en pratique chaque jour de votre vie. Le jour où vous remarquerez vos créations destructives et où vous pourrez ensuite les changer, vous aurez vraiment accompli un merveilleux pas en avant. La volonté d'être heureux et de s'épanouir dans la vie est la base de votre pouvoir de création. Plus l'expression de ce but sera claire et concise, et plus votre désir d'éliminer les attitudes qui vous empêchent d'atteindre ce résultat sera grand, plus votre création sera efficace.

Soyez bénis. Recevez les énergies qui se déversent sur vous, et décuplez-les grâce à l'expression consciente et délibérée de votre bonne volonté. Formulez votre désir de croître, d'être heureux et constructif, non pas de façon tendue, crispée, impatiente, mais dans un climat de confiance et de détente, en pensant que toutes les possibilités existent en tant que réalités potentielles, matérialisables au moment où vous le voulez et le savez avec tout votre être.

Cette puissance est là, elle est en vous. Tout ce que vous avez à faire, c'est de la libérer, de l'utiliser, d'ouvrir consciemment les voies qui vous permettront d'y avoir accès et de trouver le calme et la quiétude. Ecoutez-la, liez-vous à elle. Elle est là de toute éternité, dans toute sa force glorieuse, dans sa merveilleuse sagesse, dans sa certitude ultime qu'il n'y a rien d'autre que la félicité en vous, en ce moment même.

## 17

### Le vide créateur

*P*OUR atteindre les plus hauts sommets de la spiritualité, nous devons apprendre à devenir des canaux réceptifs de la conscience divine. Nous ne pouvons parvenir à cet état sans savoir comment apaiser le mental. Voilà encore un saut dans l'inconnu, menant à une impression momentanée de vide intérieur.

*La récompense de cette tentative, c'est l'ouverture d'un canal grâce auquel nous pouvons toujours entrer en contact avec notre voix divine intérieure.*

Mes très chers amis, recevez tous des bénédictions. Une force lumineuse émane maintenant de votre être intérieur, si vous vous ouvrez à elle.

Je vous ai parlé de l'avènement d'une ère nouvelle. Cet événement nécessite que beaucoup d'êtres humains y soient prêts. Depuis de nombreuses années, vous qui êtes sur ce Chemin travaillez dans ce but, que vous en soyez conscients ou non. Vous vous êtes débarrassés d'impuretés, et vous continuez à le faire. Et vous vous mettez à la disposition d'une puissance formidable qui se dégage dans l'univers, l'univers intérieur.

Bon nombre de guides spirituels savent cela, mais beaucoup ont mal interprété cet événement. Ils croient que cela entraînera des cataclysmes géologiques, avec des répercussions sur le plan humain. Comme je l'ai déjà dit, cela est inexact. Les changements déjà en cours sont des changements de conscience. Et vous

travaillez dans cette direction. Vous voyez, à mesure que vous vous développez et vous purifiez, vous vous préparez toujours davantage à une illumination intérieure qui ne s'est pas encore produite et qui, en vérité, est une force autogène. C'est la première fois dans l'histoire qu'on a affaire à une telle situation, car à aucun autre moment cette énergie n'avait été aussi abondante et prête à l'utilisation que maintenant.

Ce que vous ressentez de plus en plus, c'est le flux de cette énergie en direction d'« antennes » réceptrices. Si cette énergie se heurte à une porte close, une crise apparaît, comme vous le savez déjà. Même si une partie de vous seulement bloque les forces créatrices qui pourraient favoriser un nouvel épanouissement de votre être, vous vous soumettez à de grandes tensions psychiques, émotionnelles et spirituelles, ce qu'il faut éviter.

Au cours de votre cheminement, vous avez appris à entrer en contact avec des niveaux profonds d'intentionnalité où vous niez la vérité, l'amour, cette puissance supérieure dont le fonctionnement diffère de celui de l'ego extérieur, et c'est ce pouvoir que vous vous efforcez tant d'atteindre. La vérité, l'amour et le pouvoir véritable proviennent de l'intérieur.

### Comment s'ouvrir à la nouvelle conscience

Je vais maintenant parler de l'importance d'être réceptif à cette force, cette énergie, cette nouvelle conscience : **la conscience christique qui se propage dans la conscience humaine, partout où cela est possible.** Pour y devenir réceptif, il faut aussi que vous compreniez un autre principe : celui du *vide créateur*.

La plupart des êtres humains se créent un mental agité parce qu'il sont effrayés à l'idée qu'ils sont peut-être *vides*, qu'il n'y a peut-être rien à l'intérieur qui les soutiennent. Cette pensée est rarement consciente, mais sur un chemin tel que celui-ci, il vous faudra tôt ou tard prendre effectivement conscience de cette pensée terrifiante. Alors, voici souvent la première réaction : « Je ne veux même pas reconnaître que j'ai peur de cela. Je préfère continuer à m'occuper l'esprit de façon à ne pas être effrayé en décou-

vrant que je ne suis rien à l'intérieur, que je ne suis qu'une enveloppe qui a besoin de moyens de subsistance extérieurs. »

Cette illusion vis-à-vis de soi ne repose évidemment sur rien de tangible. Il importe plus que tout de faire face ouvertement à cette peur. Il vous faut créer une atmosphère intérieure dans laquelle vous permettez à ce vide d'exister. Sinon, vous vous abuserez perpétuellement, ce qui constitue un énorme gaspillage car cette peur est injustifiée. Comment pourrez-vous être un jour en paix avec vous-même si vous ignorez ce que vous craignez et donc êtes dans l'impossibilité de découvrir que ce que vous craignez n'est pas ainsi ?

Le résultat de ce processus qui dure depuis des siècles, c'est que l'humanité s'est conditionnée de telle sorte que le mental est constamment sollicité, et quand cette activité cesse momentanément, on confond le calme qui en découle avec le vide. Il semble vide, en effet. Le bruit devra diminuer, et il vous faudra embrasser et accueillir ce vide comme étant la voie d'accès la plus importante à votre centre divin intérieur.

### Cette démarche traverse d'apparentes contradictions

Vous devez connaître plusieurs lois psychiques et spirituelles pour nourrir ce vide et faire de ce processus une aventure créatrice. Certaines de ces lois paraissent contradictoires. Je vais essayer d'éclaircir ce point : si vous n'arrivez pas à faire le vide en vous, vous ne pourrez jamais vous remplir. Une nouvelle plénitude jaillira du vide, cependant vous devez tenir compte de votre peur. Il faut la transcender, comme tout le reste. Je vous conseillerais de défier cette peur et, en même temps, d'accueillir ce vide en le considérant comme une voie d'accès à votre divinité. Cela semble contradictoire, mais ne l'est pas. Les deux attitudes sont nécessaires.

Voici, en apparence, une autre contradiction : il est extrêmement important d'être réceptif, dans l'attente, sans pourtant avoir des idées préconçues, s'impatienter ou prendre ses désirs pour des réalités. Cela semble très difficile à expliquer avec le langage humain et participe davantage d'un ressenti intérieur. Il faut qu'il

y ait une attente positive qui soit néanmoins dénuée d'opinions préconçues quant à la nature de ce qui doit se passer et son déroulement.

Voici une troisième contradiction apparente, liée aux autres : il vous faut être *spécifique*, pourtant cette spécificité doit être neutre et à peine perceptible. Il vous faut être spécifique d'un côté, mais pas de l'autre. Si cela vous paraît déroutant maintenant, demandez à votre être intérieur d'aider votre mental à comprendre, plutôt que d'essayer de comprendre directement grâce à ce dernier.

Le fonctionnement du moi supérieur dépasse tellement l'imagination humaine selon laquelle toute spécificité serait un frein. Cependant, le mental doit savoir ce qu'il veut, y être préparé, s'efforcer de l'atteindre et le revendiquer, savoir qu'il mérite ce qu'il désire sans intention d'en mésuser. Le mental extérieur doit conserver une souplesse permanente pour pouvoir s'adapter aux possibilités supérieures de la conscience divine intérieure. Il doit se vider, devenir réceptif, tout en étant paré à toute éventualité. Il sera ainsi à même de s'harmoniser avec cette quiétude intérieure et ce qui semble, au premier abord, être le vide.

### **Une nouvelle plénitude commence à se manifester**

Tandis que vous procéderez ainsi, dans un esprit d'attente patiente, persévérante et positive, avec pourtant l'âme et la pensée vides, une nouvelle plénitude pourra se manifester. Cette quiétude intérieure commencera à chanter, pour ainsi dire. D'un point de vue énergétique, elle apportera la lumière et la chaleur. Une force que vous n'aviez jamais soupçonnée s'éveillera. Du point de vue de la conscience, vous serez guidé dans tous les domaines de votre vie, dans les détails comme pour les questions importantes. Il faut véritablement nourrir ce vide créateur et réceptif. Ecoutez avec votre oreille intérieure ; il ne faut pas le faire avec insistance, mais être réceptif et conscient au moment où vous serez rempli et à la forme que cela prendra. C'est le seul moyen, mes amis, de trouver votre nourriture intérieure, votre divinité, et de devenir un réceptacle pour cette énergie grandiose qui circule

maintenant dans l'univers et qui se manifestera dans votre vie, dans une mesure qui dépassera tout ce que vous avez connu jusqu'alors.

Cette période est unique dans l'histoire de l'évolution, et nous avons besoin de vous tous pour embrasser et perpétuer un grand changement dans la façon de penser et de percevoir en ce qui concerne les lois et les valeurs que propage la conscience christique. Les voies doivent être ouvertes de l'intérieur et de l'extérieur afin de créer le plus de réceptacles possible.

Dans ce processus, le mental peut être soit un frein soit une aide. Vous savez tous qu'il n'est limité que par l'idée que vous vous faites de ses limitations. Dans la mesure où vous lui imposez des barrières, vous ne pouvez pas percevoir ce qui est au-delà. Il est fini et il doit tendre à repousser les frontières de sa finitude jusqu'à ce qu'il devienne l'égal de ce qui le dépasse et qui se trouve en vous, ici et maintenant. Le mental fusionne alors avec la conscience infinie de votre univers intérieur, dans lequel vous êtes à l'unisson avec tout ce qui existe, tout en gardant une intégrité personnelle absolue.

En ce moment, vous portez votre mental avec vous presque comme un fardeau parce qu'il est devenu un circuit fermé. Dans ce circuit, vous vous êtes ménagé une certaine zone libre pour les idées, les opinions et les possibilités qui peuplent actuellement votre vie : elles proviennent de votre éducation et des mœurs de votre société. Ce circuit contient les connaissances que vous avez choisi d'apprendre et d'adopter, que ce soit en terme de conscience de groupe ou d'expérience personnelle. Dans la mesure où vous avez grandi et vous êtes développé, le circuit fermé de votre mental s'est élargi ; cependant, c'est encore un circuit fermé. Vous êtes encore accablé par des idées restrictives vis-à-vis de vous-même et de votre monde. Il est donc nécessaire, pour susciter le vide créateur, que vous visualisiez les frontières de votre mental en vous remettant en question en ce qui concerne toutes les options qui vous paraissaient impossibles à réaliser. Là OÙ vous vous sentez désespéré et effrayé doit se cacher une idée de finitude qui est simplement prisonnière de votre pensée ; ainsi

vous vous fermez à cette puissance formidable qui est à la disposition de tous ceux qui sont prêts à la recevoir en toute sincérité.

### **Ouvrir le circuit fermé du mental**

Là encore, nous avons apparemment affaire à une contradiction. D'un côté il est nécessaire que le mental limité s'ouvre à des idées et à des possibilités nouvelles, comme vous avez déjà appris à le faire au cours de vos méditations. Vous avez inmanquablement constaté que là où vous avez fait de la place pour une nouvelle possibilité désirable, elle s'est effectivement intégrée à votre vie. Vous avez également constaté que lorsqu'elle ne se réalisait pas, vous refusiez qu'il en soit ainsi, quelle qu'en soit la raison.

Commencer l'ouverture de ce circuit fermé s'avère donc nécessaire. Vous ne pouvez pas le dissoudre immédiatement : vous vivez avec un intellect et vous en avez besoin. Mais là où vous l'ouvrez, le courant d'énergie et de conscience nouvelle peut pénétrer. Là où il reste fermé, vous restez prisonnier de ses étroites limitations, qui deviennent rapidement contraignantes pour votre esprit. D'un autre côté, votre intellect doit s'apaiser, ne pas avoir d'opinions, être neutre, pour devenir réceptif à cette nouvelle énergie formidable dont le souffle puissant affecte l'univers intérieur de toute conscience.

Mais revenons-en au processus d'ouverture de l'intellect limité. Comment s'y prendre ? D'abord, dites-vous bien que vous avez des croyances restreintes, au lieu de les accepter telles quelles une fois pour toutes. L'étape suivante consiste à les remettre en question. Cela exige que vous preniez la peine de les passer en revue et d'avoir une réflexion approfondie à leur sujet, grâce à une attitude bien rodée d'auto-observation et de confrontation avec vous-même.

Parfois, ce n'est pas seulement le fait d'avoir des idées erronées (et éventuellement une intentionnalité négative qui vous pousse à vous y accrocher), mais vous pouvez aussi remarquer que vous maintenez le circuit fermé et vous privez ainsi de la plénitude intérieure à laquelle vous aspirez tant.

Une autre loi d'une importance capitale à cet égard, c'est qu'il ne faut pas aborder l'ouverture de la conscience universelle supérieure avec un état d'esprit s'apparentant à la magie, où cette dernière serait censée éliminer le processus d'apprentissage et de croissance. Or, cette énergie ultime est censée vous remplir et vous nourrir ; néanmoins, votre mental extérieur doit passer par tous les stades d'acquisition de l'ensemble du savoir nécessaire ; cela est aussi vrai pour les arts et les sciences. Un grand artiste ne peut pas être inspiré, en dépit de tout son génie, s'il n'a pas acquis les techniques de base et une certaine dextérité. Si le moi inférieur infantile veut utiliser cette voie d'accès aux dimensions supérieures pour échapper à l'ennui initial inhérent à l'apprentissage et à la croissance progressive, les portes resteront closes. Car cette façon d'agir équivaut à une tricherie ; or, on ne peut pas tricher avec Dieu. Quand on se comporte ainsi, la personnalité peut commencer à douter sérieusement de l'existence de quoi que ce soit qui dépasserait l'intellect, car aucune réponse intuitive ne vient quand on se sert de la « magie » pour se complaire dans la paresse et l'autosatisfaction. La même chose est vraie pour les sciences ou tout autre domaine.

Maintenant, qu'en est-il de cette loi eu égard à l'inspiration dans votre vie et à vos décisions personnelles ? Là non plus il ne faut pas escamoter le travail indispensable que l'ego extérieur doit accomplir pour devenir un médium convenable pour la conscience divine. C'est le travail que vous faites sur le Chemin. Il faut que vous vous connaissiez vraiment : vos faiblesses, votre moi inférieur, les domaines où vous êtes ou avez tendance à être corruptible ou malhonnête. Comme vous le savez tous, c'est une tâche ardue, mais d'une nécessité absolue. Si vous vous y dérobez, le canal ne sera jamais vraiment fiable et pourra renfermer nombre de vaines chimères, provenant de votre « nature du désir », ou élaborer une « vérité » qui ne sera pas fiable non plus, car elle se fonde sur le sentiment de culpabilité et la peur, qui invalident cette dernière.

Vous n'arriverez à un point où vous cesserez de confondre la crédulité et les chimères avec la foi, ou le doute avec le discernement, qu'au moment où vous travaillerez sur vous-même dans

cet état d'esprit. Tout comme un grand pianiste ne peut être le canal d'une inspiration supérieure que s'il passe par des exercices de doigté et des heures de pratique qui finissent par lui permettre de jouer sans effort, *de même les gens inspirés par Dieu travaillent infatigablement à leur purification, cherchent à approfondir leur connaissance d'eux-mêmes et à devenir plus honnêtes*. Ce n'est qu'à cette condition que ces véhicules seront dignes de recevoir des vérités et des valeurs supérieures, et capables d'être influencés et utilisés dans un but noble, en vue d'enrichir le monde ainsi que sa propre existence.

En même temps, vous devez cultiver la neutralité. Votre engagement à faire la volonté de Dieu doit inclure une acceptation inconditionnelle de tout ce qui vient de Lui, que vous le souhaitiez ou non. Un désir excessif freine autant que son absence totale, qui prend la forme de résignation et de désespoir. Le refus de subir la moindre frustration crée des tensions et une structure défensive intérieures qui ferment le réceptacle du mental et maintiennent le circuit fermé.

En d'autres termes, il vous faut rester neutre. Vous devez renoncer à l'attitude du « oui ou non » volontariste, crispée et entêtée, et céder la place à une confiance souple guidée par votre Dieu intérieur. Vous devez être de bonne volonté, malléable, flexible, confiant et prêt à tout moment à accepter un nouveau changement que vous n'aviez pas encore envisagé. Ce qui est bon maintenant ne le sera peut-être plus demain.

La fixité est bannie quand il s'agit de la vie divine qui jaillit de votre être intérieur. Cette pensée vous rend anxieux, car vous croyez que la sécurité réside dans des règles fixes. Rien n'est plus éloigné de la vérité. C'est une de ces croyances qu'il faut remettre en question. Considérez que dans l'idée de gérer n'importe quelle situation nouvelle grâce à des inspirations sans cesse renouvelées, on trouve une nouvelle forme de sécurité jamais encore rencontrée. Ce qui convient dans certaines circonstances peut échouer dans d'autres. Voilà une des lois du nouvel âge qui va à l'encontre des anciennes lois « stables » selon lesquelles ce qui est fixe et interchangeable est synonyme de sécurité.

Il faut soigneusement étudier les lois associées à cette nouvelle exploration de votre vie et de votre créativité intérieure. Vous devez travailler avec elles, les intégrer à votre être plutôt que de vous contenter de les écouter. Elles sont apparemment remplies de contradictions. Vous devez acquérir un savoir, le mental doit repousser ses limites, il doit être en mesure de concevoir des possibilités réalistes, et pourtant vous devez le vider et le maintenir dans la neutralité. Cela semble contradictoire du point de vue de la conscience dualiste, mais de celui de la nouvelle conscience qui se propage au sein de votre univers intérieur, il n'en est rien du tout. Depuis des années, j'essaie de vous montrer comment ce principe fonctionne dans plusieurs domaines : quelque chose de véridique et correspondant aux lois supérieures de la vie réconcilie des contraires qui seraient mutuellement exclusifs à un niveau inférieur de conscience. Ce qui est source de conflits au niveau inférieur s'avère productif au niveau supérieur, grâce à l'interaction mutuelle.

### **L'intellect : un instrument d'unification**

De plus en plus vous découvrirez la vérité de l'unification, où les dualités cessent d'exister, où les contradictions cessent de s'affronter et où l'on perçoit deux éléments qu'on pensait contraires comme deux aspects valables de la même vérité. Quand vous commencerez à comprendre ce principe et à l'appliquer à votre vie, à votre vision du monde et à vos valeurs, alors vous serez véritablement prêt à recevoir la nouvelle conscience qui émane de dimensions situées bien au-delà de la vôtre.

Quand je dis que vous ne devez pas chercher à éveiller votre voix divine intérieure avec l'espoir que le travail consistant à vivre et à croître vous sera épargné, en aucun cas je ne contredis la nécessité d'être passif et réceptif. Il s'agit simplement de modifier votre attitude : là où vous étiez hyperactif par la pensée, il vous faut maintenant vous apaiser et laisser les choses se faire ; là où vous insistiez pour prendre les commandes, il vous faut les lâcher et permettre à un souffle intérieur nouveau de s'en charger. D'un autre côté, là où vous aviez tendance à vous complaire dans

la paresse et l'autosatisfaction, en cherchant la solution de facilité, en vous rendant par conséquent dépendant des autres, il vous faut maintenant prendre la situation en main et cultiver activement les principes qui contribueront à préparer les voies d'accès à votre Dieu intérieur. Il vous faut aussi exprimer activement ses messages dans la vie. Ainsi, il faut inverser l'activité et la passivité.

**Votre intellect deviendra alors un instrument.** Il s'ouvrira, transcendera ses limitations et s'enrichira de nouveaux concepts (dans un climat d'harmonie, dénué de tensions), avec lesquels vous pourrez « jouer » quelque temps. Cette attitude de souplesse dans vos perceptions, de flexibilité, de motilité mentale vous rendra d'autant plus réceptif à votre vide apparent.

Maintenant, mes amis, alors que nous nous approchons de ce vide, comment le ressentez-vous ? Quelle impression cela vous donne ? Là encore, le langage humain est extrêmement limité, et il est presque impossible d'exprimer ce genre d'expérience avec des mots. Cependant, je vais faire tout mon possible pour vous donner quelques outils.

Quand vous écouterez votre « gouffre » intérieur, il vous apparaîtra d'abord comme un néant obscur et béant. A ce stade vous éprouverez la peur. Elle semblera vous remplir. Quelle est sa nature ? C'est autant une peur de découvrir un véritable vide en vous que de vous retrouver avec une nouvelle conscience, avec un nouvel être évoluant en vous. Bien que vous souhaitiez cela avec tant d'ardeur, vous le craignez aussi. Cette peur peut se présenter sous deux formes : vous désirez tellement cette nouvelle conscience que vous redoutez une déception, tout en redoutant aussi découvrir cette conscience à cause de toutes les obligations et les changements qui s'imposeraient alors. Il faut que vous surmontiez ces deux craintes. Sur ce chemin, vous avez reçu les outils pour en venir à bout grâce à la remise en question de votre moi inférieur.

### Pénétrer le vide

Mais le moment vient où vous serez prêt, malgré la peur, parce que vous aurez déjà établi les liens. Vous savez, par exemple, ce que veut votre moi inférieur et pourquoi vous avez des intentions négatives. Le moment vient où, en dépit de votre peur, vous décidez posément et calmement de rencontrer et de pénétrer le vide au tréfonds de votre être en réduisant votre mental au silence. Et voilà que très vite ce même vide devient sensible, pas de la façon dont vous étiez habitué, mais il renferme une nouvelle vitalité que l'ancien trop-plein artificiel de votre mental interdisait jusqu'alors.

En fait, vous vous apercevez vite que vous vous étiez engourdi artificiellement en vous fermant et vous crispant : crispé par la pensée à cause de son agitation bruyante, et tendu vis-à-vis de votre voix intérieure parce que vous avez transformé votre énergie en des nœuds de défense durs et contractés. Vous aviez tué votre vitalité à cause de ce trop-plein artificiel. Donc vos besoins étaient encore plus criants car, sans votre vie intérieure, vous ne pouviez pas véritablement atteindre un épanouissement total. Un cercle vicieux se créa alors, parce que vous luttiez pour obtenir ces satisfactions de l'extérieur, puisque vous refusiez de passer par les étapes nécessaires pour que cette plénitude se manifeste d'abord en dedans.

En un sens, vous craignez davantage la vitalité que le vide. Et vous feriez peut-être mieux de faire face à cette situation. Quand vous parvenez à vous vider suffisamment, la toute première réaction est l'impression d'une vitalité intérieure et vous avez immédiatement envie de vous refermer hermétiquement. Pourtant, en niant votre peur, vous niez aussi que votre manque de vitalité vous rend vraiment malheureux. Mais cette énergie fait défaut parce que vous la craignez. Vous pouvez remplacer la peur par la vitalité en ménageant en vous un vide créateur.

### La véritable expérience

Vous percevrez la totalité de votre être intérieur, y compris votre corps et vos énergies, comme une source de vie frémissante, dynamique. L'énergie et les sentiments en jaillissent, de même qu'un autre élément qui vibre et commence à se manifester, mais que vous ne pouvez pas encore nommer. Si vous ne cherchez pas à fuir cet élément ineffable, tôt ou tard il s'avérera être une voix intérieure qui vous guide, vous instruit, vous encourage et vous éclaire constamment. Elle sera spécifiquement adaptée à votre vie au moment même et dans les situations où vous en avez le plus besoin.

Ce vide, frémissant et dynamique, c'est Dieu qui vous parle. Il s'adresse à vous constamment, à tout moment de la journée. Si vous souhaitez vraiment vous mettre sur sa longueur d'onde et entendre cette voix, vous la discernerez, vaguement au début, mais beaucoup mieux par la suite. Vous devez habituer votre oreille intérieure à la reconnaître.

Quand vous vous mettez à distinguer cette voix vibrante qui s'exprime avec sagesse et amour - non pas par des généralités, mais à *vous* en particulier - vous saurez qu'elle a toujours existé en vous, mais que vous ne vous étiez pas préparé à l'entendre. Et au cours de ce conditionnement négatif, vous avez comprimé et obstrué cette source de vie qui vous remplira de la musique céleste des anges.

Quand je parle de la « musique des anges », ce n'est pas au sens littéral, même si elle existe peut-être aussi. Mais ce qui vous serait plus utile, c'est d'être guidé dans chacune de vos décisions, pour savoir quelle attitude adopter et quelle opinion avoir dans une situation donnée. Ce genre d'instructions est vraiment comparable à la musique des anges dans toute sa splendeur. Il est impossible de décrire la merveille qu'est cette plénitude ; elle représente un trésor inexprimable. C'est le but de votre quête et de vos aspirations constantes, mais la plupart du temps vous n'en êtes pas conscient et vous les projetez sur des substituts de satisfaction que vous espérez obtenir de l'extérieur.

Dirigez à nouveau votre attention sur ce qui a toujours existé en vous. Votre intellect et votre volonté extérieure ont fait naître la confusion et les complications dans votre vie, si bien que ce nouveau contact équivaut à trouver la voie de sortie du labyrinthe que vous vous êtes créé. Vous pouvez maintenant remodeler votre paysage, intérieur, une fois débarrassé de ce dédale.

### Le nouvel être : réceptacle de l'Intelligence universelle

Maintenant, mes très chers amis, j'aimerais ajouter quelques mots concernant le nouvel être de l'ère à venir. Quel est cet être nouveau ? En vérité, sa qualité première est d'être un réceptacle de l'Intelligence universelle, de la Conscience divine, de la Conscience christique qui imprègnent chaque particule de vie et d'être. Il ne fonctionne pas d'après l'intellect habituel, qu'on utilise depuis des siècles pour qu'il remplisse son rôle important dans l'évolution de l'humanité. Mais on a trop mis l'accent sur ces facultés et cette situation a déjà trop duré, ce qui ne veut pas dire que vous devriez en revenir à la « nature du désir » émotionnel et purement aveugle ; au contraire, vous devriez plutôt vous ouvrir à un domaine supérieur de la conscience en vous et la laisser s'épanouir.

Il y eut une période de l'évolution où les êtres humains avaient des difficultés à se servir de leur aptitude à penser, à estimer, à distinguer, à retenir des connaissances, à se souvenir, bref à utiliser toutes les facultés intellectuelles, tout comme il semble maintenant difficile d'entrer en contact avec le moi supérieur. Le nouvel être a établi un nouvel équilibre en lui. L'intellect ne doit pas être laissé de côté, c'est un instrument qui doit servir à s'unifier à la Conscience supérieure.

Depuis fort longtemps, les gens croient que les facultés intellectuelles sont la plus haute forme de développement, et certains continuent à le croire maintenant. Alors ils ne font aucune tentative pour poursuivre l'exploration de leur nature profonde et découvrir de plus grands trésors. D'un autre côté, on trouve de nombreux mouvements spirituels dont les pratiques visent à écar-

ter et à inactiver complètement le mental, ce qui n'est pas non plus souhaitable car cela crée des divisions plutôt que l'unification.

### **Le rôle de l'intellect chez le nouvel être**

Ces deux extrêmes ne sont que des demi-vérités, quoi qu'elles puissent avoir une relative validité. Dans le passé, par exemple, les gens étaient comme des animaux, indisciplinés et irresponsables quant à leurs désirs immédiats. Ils étaient entièrement régis par leurs émotions et leurs désirs, sans tenir compte de l'éthique et de la moralité. Ainsi, pour franchir cette étape, le développement de l'intellect a joué son rôle ; il a aussi été un outil précieux pour apprendre et établir des distinctions. Mais s'il se limite à cela, il devient vain et stérile. Les gens deviennent pitoyables quand leur divinité est impuissante à les animer. De même, on peut conseiller la pratique consistant à laisser l'intellect temporairement inactif et, personnellement, je la recommande. Mais le traiter comme s'il s'agissait du diable et le bannir de sa vie serait une grossière erreur.

Dans chaque extrême, les gens manquent de quelque chose, ils ont besoin que toutes leurs facultés fonctionnent pour que s'exprime leur divinité. On devient un « légume passif » si on est privé de l'intellect, mais quand on lui décerne les plus hautes facultés, on devient un robot hyperactif. Le mental devient alors une machine informatisée. La vitalité authentique n'existe que lorsque vous alliez ce dernier à l'esprit et laissez s'exprimer le principe féminin pendant quelque temps. Jusqu'à présent, l'intellect a plutôt été associé au principe masculin : l'action, le dynamisme, la maîtrise.

Maintenant, il faut que l'intellect exprime le principe féminin : la réceptivité, ce qui ne signifie pas que vous deviendrez passif. Dans un sens, vous serez plus actif, plus indépendant que vous ne l'étiez auparavant car, lorsque l'intellect reçoit des inspirations de la conscience divine, il faut les transformer en action. Mais ce passage à l'action est harmonieux, sans effort, ce n'est pas un boulet à traîner. Quand votre mental est réceptif, il peut se remplir grâce à l'esprit supérieur qui est en vous. Le fonctionne-

ment devient alors totalement différent, stimulant et sans cesse renouvelé. Rien ne sombre dans la routine, ne devient sclérosé ou répétitif. Car l'esprit c'est la vie, le changement incessant. Voilà l'énergie et le vécu qui s'intègrent de plus en plus à votre communauté, là où le nouvel influx se fait sentir si fortement.

Le nouvel être prend toutes ses décisions en se fiant à l'inspiration de cette nouvelle conscience, après avoir fait les efforts nécessaires pour vraiment devenir réceptif à son centre spirituel intérieur. Les résultats paraîtront utopiques pour quelqu'un qui n'a pas commencé à fonctionner ainsi. Je me réjouis de dire que bon nombre d'entre vous font déjà partie de ce puissant mouvement cosmique à la disposition duquel vous vous êtes mis. Vous avez éprouvé jusqu'ici une joie et une dilatation insoupçonnées, vous avez trouvé des solutions inespérées à vos problèmes. Et cela continue... Il n'y a pas de limitations à votre épanouissement, à la paix, à la productivité, à la créativité de la vie, à la joie, à l'amour et au bonheur et au sens que la vie prend pour vous quand vous servez une noble cause.

### **Commencer une vie nouvelle, plus vaste**

**Le temps où chaque être humain vivait une petite vie mesquine et égoïste est révolu.** Cela ne peut plus durer. Ceux qui persistent dans cette voie se ferment à une puissance qui s'avérera destructive tant qu'ils ont encore des tendances égoïstes. Car cet égoïsme résulte de la croyance erronée suivante : vous ne serez heureux que si vous ne pensez qu'à vous, et malheureux si vous vous tournez vers les autres. Cette idée fautive est un des premiers mythes qu'il vous faut explorer et remettre en question.

Vous êtes en train de vous créer une nouvelle vie, un nouvel environnement, d'un genre que l'humanité n'a encore jamais connu. Vous vous y préparez, d'autres s'y préparent, ici et là, de par le monde, sans faire de bruit. Ce sont des noyaux d'âge d'or qui jaillissent de la grisaille et du tissu obscur que crée une façon de penser et de vivre contraire à la vérité. Alors, poursuivez votre route sur ce chemin lumineux. Il vous apportera la stimulation et la paix que vous avez toujours souhaitées. Entrez dans cette phase

nouvelle, mes très chers amis, avec courage et détermination. Levez-vous et devenez qui vous êtes véritablement, et menez une vie céleste !

Soyez tous bénis. Ces bénédictions vous donneront le soutien dont vous avez besoin pour poursuivre ce voyage avec votre être dans sa totalité, et vous deviendrez vivants, actifs et dynamiques, vous vous réaliserez grâce à votre Dieu intérieur.

Soyez en paix.

## **La voix intérieure : une méditation donnée par le Guide**

Si vous vous apaisez et écoutez votre Etre intérieur, vous entendrez sa voix. Elle pourra s'exprimer ainsi, avec des variantes :

*Je suis le Dieu d'amour éternel,  
Créateur présent de toute éternité  
vivant en vous  
se mouvant en vous  
s'exprimant comme vous sous une myriade déformés...  
comme vous, vous et vous...  
comme les animaux  
comme les arbres, le ciel et le firmament  
comme tout ce qui existe.*

*Je demeurerai en vous  
et à travers vous si vous laissez se manifester  
ma sagesse par vos pensées,  
mon amour par vos sentiments  
vous ressentirez ma puissance infinie.*

*Vous ne craignez pas cette énergie  
qui se manifeste sur tous les plans.  
Cette énergie est formidable, mais abandonnez-vous à Moi.  
Abandonnez-vous à cette puissance,  
à cette source qui jaillit  
qui vous fera pleurer  
qui vous fera rire  
dans une joie perpétuelle.*

***Car vous êtes Moi et Je suis vous.***

*Je ne peux pas agir sur ce plan  
si vous n'êtes pas un instrument prêt à me servir.  
Et si vous m'écoutez,  
je vous guiderai, à chaque pas, à chaque instant.*

*Quand vous êtes dans les ténèbres,  
vous vous êtes détournés de Moi.  
Et si vous vous souvenez de cela,  
Vous chercherez à revenir vers Moi.  
Je suis tout proche.  
Je suis ici même, présent dans chaque particule de votre être.*

*Et si vous accomplissez ainsi Ma volonté,  
vous et Moi seront totalement à l'unisson,  
et je pourrai accomplir votre volonté.*

## Le Guide et la Fondation du Chemin

Le Guide ne s'est jamais présenté par son nom. Il affirmait que son identité importait peu et, quoi qu'il dise, nous n'aurions jamais pu vérifier cette identité de toute façon. Notre seul souci devrait concerner son enseignement. Même celui que nous serions peu enclins à croire parce qu'il provient d'une entité spirituelle. Il nous faut consulter nos cœurs, et nous ne devons accepter si paroles que si elles trouvent un écho en nous.

A ce jour, des milliers de personnes ont lu les conférences (elles sont disponibles séparément), et des centaines d'autres suivent ce Chemin, même s'il n'a pas particulièrement cherché à se faire connaître du grand public. Il existe deux *Centres du Chemin* très actifs, l'un à Phoenicia (Etat de New York) et l'autre à Mission (Virginie), sans compter de nombreux groupes d'étude et de travail, qui s'inspirent des *Conférences du Guide*, répartis aux Etats-Unis et dans le monde.

c^x^>

Pour plus d'informations, veuillez contacter

**The Phoenicia Pathwork Center**

P.O. Box 66

Phoenicia, NY 12464

Etats-Unis

Téléphone : (914) 688-2211

*ou***The Sevenoaks Pathwork Center**

Route 1, Box 86

Madison, VA 22727

Etats-Unis

Téléphone : (703) 948-6544

## Table des matières

Introduction .....	9
<b>Chap. I : Qu'est-ce que le Chemin ?</b> .....	11
L'aspiration à un état de conscience plus vaste .....	11
L'aspiration erronée .....	19
L'aspiration réaliste .....	19
Apprendre à tolérer l'état de félicité.....	21
Le Chemin et la psychothérapie.....	21
Le Chemin et les pratiques spirituelles .....	21
Comment trouver votre moi véritable.....	24
Positif et négatif : un seul et même courant d'énergie.....	26
Les empreintes ou conclusions erronées .....	27
Le progrès sur le Chemin .....	30
Libérez votre être spirituel .....	31
Abandonnez vos illusions .....	31
Laisser l'Esprit se manifester en soi .....	34
<b>Chap. II : L'image idéale de soi</b> .....	37
Le moi supérieur, le moi inférieur et le masque .....	37
La crainte de la douleur et de la punition.....	39
Le masque moral du moi idéalisé .....	40
L'acceptation de soi .....	41
Le tyran intérieur .....	41
La séparation d'avec son véritable moi .....	44
Le renoncement au moi idéalisé .....	47
Le retour à soi.....	48
<b>Chap. III : Recréer et surmonter les blessures de l'enfance</b> ....	51
Le manque d'amour mûr.....	51
Tentatives à l'âge adulte pour remédier aux blessures de l'enfance.....	51

L'erreur de cette stratégie .....	
56	
Revivre les blessures de l'enfance .....	
57	
Comment cesser de reproduire les mêmes situations .....	60
<b>Chap. IV : Le vrai Dieu et l'image de Dieu .....</b>	<b>65</b>
Le faux concept de Dieu .....	65
Dissoudre l'image de Dieu.....	68
Dieu n'est pas injuste .....	69
Le vrai concept de Dieu.....	70
Les lois divines et éternelles .....	72
Dieu est en vous et crée à travers vous .....	74
<b>Chap. V : L'unité et la dualité .....</b>	<b>77</b>
La compréhension est le chemin qui mène au plan unifié.....	78
Les obstacles à la découverte du véritable moi .....	86
L'ego contre le centre divin .....	87
La transition de l'erreur dualiste à la vérité unifiée.....	91
<b>Chap. VI : L'amour, Eros et l'instinct sexuel .....</b>	<b>95</b>
Le sens spirituel de l'attraction erotique .....	96
La différence entre Eros et l'Amour.....	97
La peur d'Eros et la peur de l'amour .....	98
L'instinct sexuel .....	99
Le couple amoureux idéal .....	101
La quête de l'autre âme .....	101
Les écueils du mariage.....	102
Le vrai mariage .....	104
La séparation.....	105
Le choix du partenaire .....	106
Eros : le tremplin.....	107
<b>Chap. VII : Le sens spirituel des relations .....</b>	<b>115</b>
Le développement inégal des champs de conscience .....	116
Les éléments de dissension et d'unification .....	117
L'épanouissement : un indicateur de développement spirituel .....	118
Qui est responsable de la relation ? .....	119
Les interactions destructrices .....	122
Comment atteindre le plaisir et la plénitude .....	124
<b>Chap. VIII : La croissance émotionnelle et sa fonction .....</b>	<b>129</b>
L'engourdissement des sentiments pour éviter de se sentir malheureux .....	131
L'isolement .....	132
Le besoin d'exercer les émotions .....	133

Permettre aux sentiments immatures de faire surface .....	135
Comment activer le processus de croissance .....	138
Qu'est-ce que la véritable sécurité ? .....	139
Si les sentiments sont inhibés, l'amour ne peut pas grandir ...	140
<b>Chap. IX : Les vrais et les faux besoins .....</b>	<b>147</b>
Réveiller les potentialités spirituelles endormies.....	147
La frustration des besoins légitimes de l'enfant .....	149
Comment dissoudre le chagrin causé par les besoins légitimes non satisfaits .....	151
Surmonter la résistance à mettre au jour les faux besoins ....	152
Vouloir satisfaire ses faux besoins est la cause de la souffrance actuelle .....	154
Renoncer à vouloir satisfaire ses besoins irréels.....	155
<b>Chap. X : Des possibilités infinies, limitées par la dépendance émotionnelle .....</b>	<b>159</b>
Tout, dans le monde, existe à l'état de potentialité.....	160
La motivation négative exclut tous nouveaux horizons.....	161
Quelques croyances populaires erronées .....	162
Subterfuges pour masquer sa faiblesse et sa dépendance à l'égard d'autrui .....	163
La dépendance psychologique de l'enfant en soi qui a encore besoin des autres .....	164
Le cercle vicieux et le courant coercitif.....	166
Lâcher prise et s'ouvrir .....	169
Pour vous libérer de vos entraves .....	172
<b>Chap. XI : Le sens spirituel des crises .....</b>	<b>175</b>
L'énergie autogène des émotions négatives .....	177
Une crise peut mettre fin à la négativité autogène.....	179
L'évolution est possible sans les « nuits obscures » .....	179
Crise extérieure et crise intérieure .....	181
Se détacher des crises .....	182
Le message des crises .....	185
<b>Chap. XII : La signification du mal et sa transcendance.....</b>	<b>191</b>
Le mal existe-t-il ? .....	192
L'acceptation correcte du mal .....	193
Le mal, puissance créatrice dénaturée .....	194
Libérez votre beauté intérieure .....	198
La transformation.....	199
<b>Chap. XIII : L'estime de soi .....</b>	<b>203</b>
Le conflit intérieur entre l'autocomplaisance et le rejet de soi	204

Les éléments qui apportent le respect de soi .....	206
Utilisez le pouvoir de la pensée consciente .....	207
Rétablir le lien avec la vie instinctive.....	213
Réconciliez l'amour et le plaisir.....	216
<b>Chap. XIV : Méditation pour trois voix : l'ego, le moi inférieur et le moi supérieur .....</b>	<b>219</b>
L'ego : le médiateur.....	220
L'attitude méditative .....	223
Les changements effectués par la méditation du Chemin.....	224
La rééducation du moi destructif .....	226
Une façon de commencer à méditer .....	230
Réconciliez les paradoxes de votre vie .....	231
<b>Chap. XV : Le lien entre l'ego et la puissance universelle .....</b>	<b>235</b>
Le principe de vie universel et l'ego « oublieux » .....	235
Le conflit entre la crainte du moi véritable et l'aspiration à l'atteindre .....	237
Interprétations erronées du principe de vie universel dans les religions .....	238
Comment renoncer à l'ego.....	241
Analogie avec la loi de la pesanteur .....	241
La réaction humaine face au véritable moi : honte et falsification .....	243
Le symbolisme biblique de la nudité .....	245
<b>Chap. XVI : La conscience : fascination par la création .....</b>	<b>249</b>
L'intellect, le cœur et la volonté : les outils de la conscience créatrice .....	250
Trois conditions pour vous sentir à l'unisson avec l'Esprit universel .....	252
Observation de soi et purification sur trois plans .....	255
L'origine du « péché » ou du « mal » .....	257
Comment échapper à la création d'idées négatives .....	262
<b>Chap. XVII : Le vide créateur .....</b>	<b>265</b>
Comment s'ouvrir à la nouvelle conscience .....	266
Cette démarche traverse d'apparentes contradictions.....	267
Une nouvelle plénitude commence à se manifester .....	268
Ouvrir le circuit fermé du mental .....	270
L'intellect : un instrument d'unification .....	273
Pénétrer le vide.....	275
La véritable expérience .....	276
Le nouvel être : réceptacle de l'Intelligence universelle .....	277

Le rôle de l'intellect chez le nouvel être .....	278
Commencer une vie nouvelle, plus vaste .....	279
<b>La voix intérieure : une méditation donnée par le Guide .....</b>	<b>281</b>
Le Guide et la Fondation du Chemin .....	283
Table des matières.....	285

L'impression de cet ouvrage  
a été réalisée par CLERC S.A.  
18200 Saint-Amand - Tél. : 02-48-61-71-71  
pour le compte des ÉDITIONS DANGLES  
18, rue Lavoisier - 45800 ST-JEAN-DE-BRAYE  
Dépôt légal Éditeur n° 2230 - Imprimeur n° 6777  
Achevé d'imprimer en Juin 1998