



Conférence du Guide n°50  
24 avril 1959

## LE CERCLE VICIEUX

Salutations, mes très chers amis. Que Dieu bénisse cette assemblée. Que Dieu vous bénisse tous.

Ce soir, je vais parler d'un des cercles vicieux qui est très commun parmi les êtres humains. Dans une certaine mesure, il est à l'œuvre dans chaque âme humaine. La plupart du temps, il vit dans le subconscient, même si certaines parties de ce cercle peuvent se trouver dans l'esprit conscient. Il est important, dans ce travail, de suivre ce cercle jusqu'à ce que vous le découvriez dans sa totalité. Car autrement, vous ne pouvez le dissoudre. Mes mots ne s'adressent pas tant à votre esprit conscient ou votre intellect ; ils s'adressent plutôt au niveau de vos émotions, là où existe ce cercle vicieux.

Vous êtes probablement conscient de certaines parties du cercle vicieux ; utilisez donc ces mots pour rechercher toutes les autres parties dont vous n'êtes pas encore conscient. Peut-être que certains d'entre vous ne sont encore totalement conscients d'aucune partie de ce cercle ; dans ce cas, et pour commencer, ces mots vous guideront pour en rendre consciente une partie au moins. Ce ne sera pas tellement difficile parce que nombre de vos symptômes vous montreront facilement la façon dont ces cercles sont inconsciemment à l'œuvre en vous. Cependant, n'interprétez pas ces mots comme s'ils signifiaient que vous pensez consciemment et que vous réagissez en fonction de ce cercle vicieux. Rendez-vous compte qu'il est caché, et que c'est à vous de faire, de cette réaction en chaîne, une partie consciente de votre travail sur ce chemin de recherche et de développement de soi. La conscience de ces courants cachés vous donnera la liberté et la victoire.

La plupart de mes amis se rendent compte qu'en chaque être humain existe une façon illogique de penser, de ressentir et de réagir, tout en sachant ce qu'il en est vraiment au niveau conscient. Tout dans le subconscient est primitif, ignorant et souvent très illogique, même si ces réactions inconscientes possèdent une certaine logique limitée qui leur est propre.

Ce cercle vicieux commence dès l'enfance, comme c'est le cas d'ailleurs, de toutes les images qui se forment dans cette période précoce. L'enfant est impuissant. Il a besoin de soin. Il ne peut pas tenir debout tout seul. Il ne peut pas prendre de décisions matures. Il ne peut pas être libre de motivations faibles, égoïstes et ne peut donc pas être indépendant des autres. L'enfant est donc incapable d'amour altruiste. La personne adulte et mature s'ouvre progressivement à cet amour, pourvu que toute la personnalité mûrisse harmonieusement et pourvu qu'aucune de ces

réactions infantiles ne reste cachée dans le subconscient, à cause de conclusions fausses. Dans un tel cas, la personnalité ne grandira qu'en partie, alors qu'une autre partie (très importante, d'ailleurs), restera immature. Seuls quelques adultes sont aussi matures émotionnellement qu'intellectuellement.

### **Première étape : l'amour exclusif**

L'enfant veut être aimé ; en fait, il a besoin d'être aimé. Si un adulte était capable de donner un semblant d'amour divin, le conflit dont nous parlons ce soir n'existerait pas, mais alors les problèmes intérieurs d'une entité ne seraient jamais résolus. Car rien ne peut jamais être résolu par ce que sait faire ou ne sait pas faire quelqu'un d'autre ! Voici pourquoi la vie sur cette planète imparfaite et impure est nécessaire pour chaque âme qui n'est pas encore purifiée. L'enfant entre donc en contact avec un environnement plus ou moins imparfait, qui fait ressortir ses propres problèmes intérieurs. Le manque d'amour divin et l'amour humain limité font qu'il en est ainsi. A cause de ce manque, l'enfant a, dans son ignorance, un grand besoin d'amour exclusif qui n'est ni divin, ni humainement possible. L'amour que l'enfant veut est égoïste. Il ne veut pas le partager avec d'autres, avec ses frères et sœurs. Il ne veut même pas partager cet amour avec l'autre parent. Il est souvent inconsciemment jaloux des deux parents. Et si les parents ne s'aiment pas l'un l'autre, l'enfant souffre encore plus. Le premier conflit provient donc de deux désirs opposés : d'un côté, l'enfant veut l'amour exclusif de chaque parent ; de l'autre côté il souffre si les parents ne s'aiment pas l'un l'autre. A cause du manque de perfection dans la capacité d'aimer de tout parent, l'enfant comprend difficilement que, malgré cette imperfection, beaucoup de parents sont néanmoins capables d'aimer plus qu'une seule personne. L'enfant interprète cela de façon à se sentir exclu et rejeté si le parent aime encore quelqu'un d'autre. Bref, l'amour dont l'enfant a besoin ne peut jamais être gratifié. De plus, quand on empêche l'enfant d'avoir tout ce que dicte sa volonté, il s'en sert comme « preuve » supplémentaire pour affirmer qu'il n'est pas assez aimé.

### **Deuxième étape : colère, ressentiment et haine**

Cela crée de la frustration et l'enfant se sent rejeté. Et ceci génère, à son tour, de la haine, du ressentiment, de l'hostilité et de l'agression. C'est la seconde partie du cercle vicieux. Le besoin d'amour qui ne peut être gratifié, génère de la haine et de l'hostilité justement vis-à-vis des personnes que l'on aime le plus. Il s'agit, généralement parlant, du deuxième conflit de l'être humain en croissance. Si l'enfant était capable de haïr quelqu'un qu'il n'aime pas ou d'aimer quelqu'un à sa propre façon sans attendre d'amour en retour, ce conflit ne surgirait pas. Le fait-même que la haine existe justement à l'égard de la personne que l'on aime le plus, crée un conflit important dans la psyché humaine.

### **Troisième étape : honte et culpabilité**

Il est évident que l'enfant a honte de ces émotions négatives et refoule donc ce conflit dans le subconscient où il supprime. Cette haine fait naître la culpabilité parce qu'on apprend très tôt à l'enfant que c'est mal, que c'est un péché de haïr, surtout ses parents qu'il faut aimer et honorer. C'est ce sentiment de culpabilité qui, demeurant vivant dans le subconscient, est la cause de toutes sortes de conflits

intérieurs et extérieurs dans la personnalité adulte. De plus, la personne n'est pas consciente des racines de ce conflit jusqu'à ce qu'elle décide de trouver ce qui se cache dans son subconscient.

### **Quatrième étape : peur de la punition**

Cette culpabilité entraîne une autre réaction qui, à nouveau, est inévitable. En se sentant coupable, le subconscient dit : « Je veux être puni » et surgit alors dans l'âme une crainte de la punition. A nouveau, celle-ci est - quasi toujours - totalement inconsciente. Elle se manifeste pourtant à travers différents symptômes qui, si on en suit le déroulement, mèneront finalement aux réactions en chaîne que je décris ici.

Cette crainte de la punition génère une autre réaction. Elle entraîne dans son sillage un sentiment de « quand je suis heureux, quand j'éprouve du plaisir », malgré mon désir naturel, « je ne le mérite pas ». Ma culpabilité de haïr ceux que j'aime le plus me convainc que je ne mérite rien de bon, de joyeux, d'agréable, sans parler du bonheur en tant que tel. Je sens que si je deviens heureux, la punition, qui semble inévitable, en sera d'autant plus grande. Inconsciemment, j'évite donc le bonheur, pensant ainsi me racheter et éviter une punition plus importante encore. Sont ainsi créés des situations et des schémas qui semblent toujours détruire tout ce qui m'est le plus cher dans la vie.

C'est cette peur du bonheur qui mène la personne vers toutes sortes de réactions, symptômes, efforts, directions émotionnelles et mêmes actions – tous malsains - et crée toujours, indirectement, ces schémas qui semblent arriver sans la volonté de la personnalité. Ils semblent apparaître de manière indépendante sans que la personnalité en soit du tout responsable. Un conflit supplémentaire est donc venu à exister. D'un côté, la personnalité désire ardemment le bonheur et la satisfaction ; de l'autre côté, la peur du bonheur les interdit. Le désir du bonheur ne peut jamais être éradiqué. Pourtant, chez la personne en proie à ce sentiment de culpabilité profondément caché, plus le désir du bonheur est grand, plus la personne se sent coupable. Beaucoup d'impressions, personnelles ou de masse, sont accumulées tout au long de l'existence. Toutes aident à fortifier cette réaction en chaîne.

### **Cinquième étape : l'autopunition**

La peur d'être puni et la peur de ne pas mériter de bonheur créent une autre réaction plus compliquée. Le subconscient se dit : « J'ai peur d'être puni par les autres, même si je sais que je le mérite. Etre puni par les autres est bien pire encore. Dans ce cas je suis vraiment à la merci des autres, qu'il s'agisse de personnes, du destin, de Dieu, de la vie même ! Mais peut-être que si je me punis moi-même, je peux, au moins, éviter l'humiliation, l'impuissance, la dégradation d'être puni par des forces extérieures à moi ». Et puisque ces conflits de base, d'amour et de haine, de culpabilité et de crainte d'être puni existent dans chaque personnalité humaine – seul le degré varie ! – le désir compulsif d'autopunition (dû à des conclusions fausses et ignorantes) existe également et dans une certaine mesure en chaque être humain.

La personnalité s'inflige donc elle-même la punition. Cela peut se faire de plusieurs façons. Cela peut se faire par une maladie physique produite par la psyché.

Cela peut se faire par différents incidents, difficultés, échecs ou conflits dans tout domaine de la vie. Pour chaque cas individuel, le domaine dépend de l'image personnelle que l'enfant a formée et porte avec lui toute sa vie – jusqu'à ce qu'elle soit trouvée et dissoute. Si, par exemple il existe une image par rapport à la profession et la carrière, elle sera renforcée par ce désir inhérent d'autopunition, de manière à faire apparaître constamment des difficultés dans la vie de la personne. S'il existe une image par rapport à l'amour et la vie conjugale, par exemple, la même chose s'applique ici.

Si et quand vous ne réussissez donc pas à satisfaire un désir conscient et légitime, si vous trouvez comme schéma que, dans votre vie, l'assouvissement de ce désir conscient est constamment frustré – comme si ce n'était pas de votre ressort, comme si un destin cruel s'abattait sur vous – vous pouvez être sûr qu'existent non seulement en vous une image et conclusion fautive à ce sujet, mais également le besoin d'autopunition.

Dans ce cercle vicieux une autre réaction en chaîne est à l'œuvre : la division de la personnalité en courants de désir (entre l'amour et la haine qui ont initié ce cercle vicieux) cause d'autres divisions, comme vous avez déjà pu le constater. Un de ces sentiments conflictuels est le besoin de se punir, ce qu'on ne souhaite pourtant pas par ailleurs. Il y a donc une partie cachée qui avance cet argument : « Peut-être pourrai-je le contourner. Peut-être pourrai-je racheter autrement la grande culpabilité de haïr ». Ce rachat imaginaire est en fait une sorte de marchandage, par lequel on s'impose une norme si élevée qu'on ne pourra jamais l'atteindre dans la réalité.

### **Sixième étape : perfectionnisme et conscience compulsive**

L'argument de la petite voix est « Si je suis tellement parfait, si je n'ai aucun défaut ni faiblesse, si je suis le meilleur dans tout ce que j'entreprends, alors je peux racheter cette haine et ce ressentiment du passé. » Et puisque cette petite voix était cachée dans le subconscient, ce n'est pas du passé. C'est toujours vivant dans le présent.

Vous ne pouvez rien dépasser à moins de le sortir à l'air libre. La même haine « ancienne » persiste en vous. Voilà pourquoi vous vous sentez toujours tellement coupable. Si c'était vraiment une question du passé, vous ne ressentiriez pas constamment cette culpabilité aiguë, même si, bien sûr, elle n'est pas consciente. Et vous pensez qu'en étant « tellement parfait », vous pouvez éviter la punition. De cette façon, vous avez créé une seconde conscience. Il existe toujours une conscience ; c'est le Soi, éternel et indestructible. C'est l'étincelle divine de chaque être humain. Ne confondez pas cette conscience avec la « seconde conscience », créée à partir de la compulsion de racheter un péché supposé ou même une vraie faiblesse. Aucun péché ou faiblesse, imaginaire ou réel ne peut jamais être racheté par cette conscience artificielle et anormalement exigeante. Aucun de ces péchés ou faiblesses ne nécessite de punition. Comme vous l'avez tous appris depuis, la façon d'éliminer les vraies faiblesses est très différente et bien plus constructive. Quand vous ferez enfin la distinction entre ces deux types de conscience, vous aurez franchi une étape majeure.

La conscience bonne et pure, la conscience divine est, bien sûr, concernée par votre progrès, par votre développement spirituel, par l'accomplissement de votre vie personnelle – et par votre loi personnelle ! Il ne faut pas mal interpréter ce terme « loi personnelle ». Je ne l'utilise pas dans le sens de personnes obstinées, primitives, sous-développées et antisociales vivant dans une forteresse de séparation, souhaitant parfois vivre selon leur propre « loi » d'égoïsme. Non seulement ces individus ne tiennent aucun compte de la loi de leur gouvernement, mais ils ne tiennent pas davantage compte de la loi divine. La loi personnelle à laquelle je fais référence fait partie de la loi divine ; elle reste toujours dans son cadre et ne la contredit jamais. Pourtant, chaque enfant de Dieu est différent, différent en termes de développement, différent en termes de caractère et de tempérament, différent en termes de qualités et de défauts. Pour chaque vie, et souvent même pour chaque période d'une seule vie, chaque être humain a donc besoin de quelque chose de différent. Ce qui s'applique à l'un ne s'applique pas nécessairement à l'autre. La loi divine est large et très flexible. Elle ne connaît aucune des rigidités et généralisations des mauvaises interprétations humaines de la loi divine. Cette loi divine peut cerner un individu à un point tel qu'il ressent avec acuité ce qui est attendu de lui ; consciemment il est d'accord de faire ce qui est juste, mais ce savoir l'opprime. Il se peut que ses instincts égoïstes soient encore si forts que sa conscience réelle et divine a sur lui un effet inverse. Mais il se peut également que sa conscience divine le mène vers un plan de vie personnel et individuel. Il se peut donc que votre environnement souhaite que vous fassiez quelque chose qui est juste en soi, et pourtant cette chose peut ne pas être juste pour vous. Ce que votre vraie conscience veut que vous fassiez peut, à première vue, sembler contraire à la loi éthique et morale de votre environnement. Ceci peut vous sembler étrange ; pourtant quand vous y réfléchissez, ce n'est pas si étrange. Votre conscience divine ne sera jamais en désaccord avec l'éthique et la moralité divine. Si vous avez donc le courage et l'indépendance de réfléchir à ce que représente cette moralité extérieure, vous trouverez qu'elle est, dans beaucoup de cas, conforme à la loi divine alors que dans certains autres, elle ne l'est pas. Parfois, elle est rigide et n'a pas de sens. En y adhérant, vous pouvez vous infliger, ainsi qu'à d'autres, plus de souffrance qu'en suivant votre propre loi personnelle et divine. La loi divine se définit toujours, d'abord et surtout, par le fait de ne pas faire souffrir les autres. Il peut y avoir des situations dans votre vie où il est inévitable de faire souffrir les autres. Elles sont dues à votre ignorance passée. Dans de tels cas, il faut analyser et méticuleusement soupeser la situation et demander à Dieu qu'Il vous illumine quant à la décision qui apportera le moins de souffrance aux personnes concernées. Quand vous écouterez la voix de votre conscience divine, elle vous apportera paix et liberté. Permettez-moi d'insister : votre loi et votre plan personnel ne peuvent, en réalité, jamais être immoraux ou sans éthique. Parfois, cela peut sembler être le cas du point de vue des normes humaines et rigides qui prennent les choses au pied de la lettre plutôt qu'au travers de la signification profonde. Les normes rigides de l'humanité sont forcément – justement à cause de leur nature rigide – « non divines » et compulsives comme l'est votre seconde conscience artificielle. Car ce qui vit dans l'individu, vit également dans toute l'humanité.

Ce n'est qu'en ressentant profondément ce qui est en vous et en étant -- après l'avoir appris dans une certaine mesure -- totalement honnête face à soi -- que vous pourrez capter la signification de la conscience vraie et réelle qui vous guidera sur la bonne voie si vous la laissez faire et ne laissez pas la voix de la seconde

conscience compulsive dominer la véritable conscience. Quand votre véritable conscience vous parlera, vous serez libérés, mes amis, indépendamment du fait que la décision qui vous confronte s'avère aller dans le sens de ce que vos émotions désirent pour le moment ou ne tendent pas vers la satisfaction de vos désirs. La difficulté se trouve là. Il est impossible de généraliser ; aucune règle ne peut être établie. A un moment donné, votre conscience réelle et divine peut vous inciter à faire ce qui est peu flatteur, inconfortable, et allant à l'encontre de votre désir égoïste. Il n'est pas juste d'espérer que cette voix qui vous met en garde contre cela soit votre conscience compulsive ; car, par moment, il se peut que votre conscience réelle et votre conscience compulsive disent la même chose ; seules les motivations diffèrent. A un autre moment, votre conscience réelle vous dirige justement vers ce que vous souhaitez le plus, mais vous n'avez pas le courage de lui obéir car votre conscience compulsive parle trop fort. Cette voix dit « Je suis trop coupable. Je ne dois pas être heureux. Je ne le mérite pas. » Mais quand la voix de votre conscience divine vous parle, vous vous sentez forcément libéré, forcément en totale harmonie avec vous-même et le monde, quelle que soit la décision, quel que soit le résultat, quelles que soient les difficultés. Très peu de personnes sont capables d'avoir accès à la voix de la conscience divine à tout moment et consciemment. Elles sont constamment fouettées par le meneur d'esclaves de leur conscience compulsive, venue à exister par les réactions en chaîne décrites.

La seconde conscience exige de vous ce qui est impossible à accomplir. Alors, à chaque fois que vous échouez selon ses normes, vous êtes disproportionnellement découragé. Et chaque échec aux yeux de la conscience compulsive vous fait ressentir de plus en plus fortement que la punition est inévitable. Vous ressentez le besoin d'être puni plus fortement encore qu'avant d'inventer cette seconde conscience. Et vous vous dites : « Si je ne suis même pas capable d'être aussi bon et parfait que je devrais l'être avec la plupart des gens, comment puis-je alors être parfait par rapport à ceux que je hais ? Je vois donc à quel point je mérite d'être puni et méprisé. ». Le marchandage dont vous vouliez vous servir n'a pas fonctionné et ne pourrait jamais fonctionner. Le prix que vous payez pour cette seconde conscience est donc élevé. En fait, il est beaucoup plus élevé que le prix que chacun doit habituellement payer pour vivre sainement la vie !

### **Septième étape : isolement**

Que se passe-t-il quand vous ne pouvez atteindre ces objectifs ? Inévitablement le résultat sera un sentiment d'inadéquation, d'infériorité. Puisque vous ne savez pas que les normes de votre conscience compulsive sont irrationnelles, irréelles et inatteignables ; puisque, derrière votre mur de séparation, vous croyez que les autres peuvent réussir et que vous seul ne le pouvez pas, vous vous sentez complètement isolé, honteux de votre secret coupable de non seulement haïr mais également d'être incapable d'être « bon » et « pur ».

Vous pouvez dire qu'il est bon et juste de devenir parfait. Vous pouvez dire « la conscience divine, ne souhaite-t-elle pas également cette perfection ? » Très certainement. Par moment la conscience divine et la conscience compulsive luttent pour la même chose ; mais chacune y arrive d'une autre façon. La conscience divine sait que vous ne pouvez pas encore être parfait et veut vous montrer comment atteindre graduellement la perfection, pas après pas, en vous acceptant tel que vous

êtes maintenant sans culpabilité et sans peur. La conscience compulsive ne sait rien de tout cela. Elle veut déjà être parfaite maintenant ! Entre ces deux voix, les motivations varient. La première a tout son temps ; son but ultime est de mieux aimer. Elle sait que la vérité de la perfection est la seule façon de donner de l'amour et du bonheur et de devenir heureux et d'être aimé.

La motivation de la seconde conscience est faite de faiblesse et de peur. Elle marchande. Elle veut éviter ce qui pourrait être ou ne pas être bon, sain et mérité (cela dépend de comment vous voyez la « punition »). Elle est trop orgueilleuse pour se rendre compte que vous ne pouvez tout simplement pas encore être parfait, trop orgueilleuse aussi pour accepter votre état actuel.

### **Huitième étape : sentiment d'infériorité et peur de l'échec**

Vous vous sentez forcément inférieur parce qu'incapable d'atteindre de telles normes élevées. Tous les sentiments d'infériorité de la nature humaine peuvent toujours être ramenés à ce dénominateur commun. Tant que ce fait n'est pas ressenti et éprouvé, vous ne pouvez vous débarrasser de vos sentiments d'infériorité. Il vous faut dévoiler tout ce cercle vicieux et en voir l'irrationalité et le manque de sens. Vous devez traverser les émotions qui vous ont amené à créer ce cercle. Alors seulement vous dissoudrez point par point cette réaction en chaîne et créez de nouveaux concepts dans votre soi émotionnel.

Toutes les rationalisations des sentiments d'infériorité ne sont jamais des causes réelles. Vous pouvez constater, à juste titre, que les autres réussissent mieux, d'une façon ou d'une autre. Mais ceci ne peut jamais être à l'origine de votre sentiment d'infériorité. Sans les hautes normes artificielles, vous ne sentiriez pas le besoin d'être meilleur ou au moins aussi bon que les autres dans chaque domaine de votre vie. Vous pourriez accepter avec équanimité que les autres soient meilleurs, ou fassent mieux que vous dans certains domaines de la vie, alors que vous avez des avantages qui font défaut à d'autres. Vous ne devriez pas être aussi beau ou intelligent, ou avoir autant de succès que les autres, ou que sais-je encore. Ce n'est jamais la vraie raison de votre sentiment d'inadéquation et d'infériorité ! Cette vérité est prouvée par le fait que vous constatez souvent que des personnes fort belles, brillantes, ou ayant beaucoup de succès, ont de sentiments d'infériorité pires que d'autres personnes, moins belles, moins brillantes et ayant moins de succès.

### **Neuvième étape : revendication excessive d'admiration**

C'est ce sentiment d'inadéquation et d'infériorité qui fournit l'arc pour refermer ce cercle vicieux. A nouveau, l'argument de la petite voix est : « J'ai échoué. Je sais que je suis inférieur. Mais si seulement je pouvais recevoir – simplement recevoir – une petite mesure d'amour, de respect et d'admiration des autres ! Ce serait tellement gratifiant. Cela me prouverait que j'avais raison de demander de l'amour, et que ma haine était justifiée par le refus de cet amour. L'amour qui m'a été refusé m'a poussé dans la position de haïr. (Remarquez qu'ainsi le cercle est complet). Le simple fait de recevoir me prouverait qu'il est possible de recevoir de l'amour, l'amour que mes parents m'ont refusé. De plus, cela prouverait également que je ne suis pas aussi incapable que je l'imagine à cause de mon échec de ne pas être à la hauteur des normes de ma conscience compulsive. »

Bien sûr, ces mots ne sont jamais pensés consciemment. C'est pourtant de cette façon que les émotions argumentent en dessous de la surface.

### **Dixième étape : le cercle se referme**

Quand le cercle se referme à son point de départ, le besoin d'être aimé devient donc encore plus urgent qu'il ne l'était à l'origine. La conséquence de ce cercle vicieux est que toutes les répétitions de ces réactions en chaîne rendent le besoin de plus en plus fort.

Par ailleurs, la suspicion que la haine n'était pas justifiée subsiste toujours. Elle ne l'était pas, mais dans un autre sens. Dans son subconscient, la personnalité ressent que si un tel amour existait, c'est qu'elle avait raison, et que ses parents et d'autres avaient tort. Le grand besoin d'amour devient de plus en plus tendu, les motivations deviennent de plus en plus faibles, malsaines et totalement immatures. Puisque ce besoin ne peut jamais être assouvi – et plus c'est apparent, plus la culpabilité s'amplifie – tous les points suivants du cercle qui continue à tourner vont, par conséquent, s'aggraver progressivement au fil de la vie, et de plus en plus de problèmes et de conflits seront créés.

Ce n'est qu'en désirant l'amour de façon saine et mature – et non pas pour couvrir des motivations malades – et seulement en étant prêt à aimer dans la même mesure que vous souhaitez être aimé, en étant prêt à assumer le « risque de la vie », que vous verrez l'amour venir à vous. Souvenez-vous que la personnalité malade chez qui le cercle vicieux est fort ne peut jamais faire cela tant qu'elle désire de l'amour infantile. Tant qu'elle ne veut rien risquer pour l'amour, elle ne sait pas comment aimer de façon mature. L'enfant n'est pas sensé prendre ce risque, mais l'adulte l'est.

La personne immature a un désir, un grand besoin d'amour – à partir des motivations qui résultent de ce cercle vicieux. Elle veut être aimée et chérie, prise en charge et admirée, même par ceux qu'elle n'a pas la moindre intention d'aimer elle-même. Et quand bien même l'intention serait présente dans une certaine mesure, il n'y a pas d'équilibre entre la volonté de donner et le besoin compulsif de recevoir. A cause de cette injustice fondamentale, cela ne peut pas fonctionner. Car la loi divine est toujours juste. Vous ne recevez jamais plus que vous n'investissez. Quand vous investissez librement sans motivations faibles et compulsives, il se peut que vous n'obteniez pas immédiatement l'amour de retour de la même source que celle où vous l'avez investi, mais à la longue il coulera forcément vers vous, et il s'agira à ce moment-là d'un cercle positif. Ce que vous donnez vous reviendra, pourvu que vous ne donniez pas par faiblesse, en ayant la motivation de vouloir prouver quelque chose. Si les motivations de l'amour limité que vous donnez sont inconsciemment basées sur ce cercle vicieux, jamais vous ne pourrez le recevoir en retour, même si le hasard vous faisait rencontrer une personne capable de donner un amour plus mature que celui que vous attirez habituellement de votre environnement, à partir de vos tendances cachées. Supposons que tous vos besoins de recevoir de l'amour puissent être gratifiés alors que vous n'investissez qu'un minimum d'émotions. Même dans ce cas, jamais votre besoin ne pourrait être gratifié, et ce pour la simple raison que votre souffrance intérieure nécessite une réponse différente ! La réponse ne se

trouve pas dans l'amour dont vous croyez avoir besoin, dans l'idée fausse que celui-ci vous guérira. En d'autres mots, vous recherchez un remède qui n'est pas le remède qui convient à votre maladie. C'est donc une faim qui restera inassouvie à jamais. C'est comme un puits sans fond.

Et ainsi le cercle est complet. Votre travail sur le chemin est de trouver ce cercle en vous, de l'éprouver en particulier : où, comment et par rapport à qui ce cercle vit-il en vous ? Tout ceci doit devenir une expérience personnelle avant que vous ne puissiez dissoudre le cercle. Si ce cercle ne reste qu'une connaissance intellectuelle non vécue émotionnellement, celle-ci ne vous sera d'aucune aide. Je répète : si vous ne pouvez pas appliquer à vos émotions les différentes étapes de la réaction en chaîne, il ne s'agira que d'une connaissance théorique de plus que vous aurez absorbée, comme beaucoup d'autres connaissances, vivant en vous totalement à l'écart de vos émotions. Dans votre travail personnel, vous devez donc trouver ce cercle et vous ne pourrez le briser qu'en vous rendant compte de la fausse présupposition. Vous devez vous rendre compte qu'enfant vous aviez raison d'avoir certaines émotions, attitudes, besoins et incapacités mais que désormais tout ceci est obsolète. Il faut que vous soyez tolérant de vos émotions négatives. Vous devez les comprendre. Vous devez découvrir là où vous déviez de votre connaissance consciente dans vos tendances, exigences et désirs émotionnels. Il se peut que vous sachiez parfaitement, et même que vous prêchiez qu'il faut donner de l'amour, plutôt que de vous préoccuper d'en recevoir. Mais dans vos émotions vous déviez tous encore de cette connaissance intellectuelle. Il faut rendre cette diversion pleinement consciente avant de pouvoir espérer briser le cercle. Vos émotions dissimulées jusque-là ne pourront se transformer lentement et graduellement qu'après avoir réfléchi à leur irrationalité. Ne vous attendez pas à ce qu'elles changent à l'instant précis où vous en comprenez le manque de raison, mais donnez-leur de l'espace, en vous rendant compte qu'elles sont liées à l'habitude. Si, encore et encore, vous constatez leurs tendances erronées, longtemps après en avoir en premier lieu compris l'infantilité, alors vos émotions pourront lentement commencer leur processus de maturation. Jusque là, vous ne vous êtes pas rendu compte de ce que vos émotions exigent souvent : recevoir davantage que ce que vous êtes prêt à donner, être aimé exclusivement. Et inconsciemment vous vivez toujours dans la conclusion fausse que si un proche aime quelqu'un d'autre, il vous en aime d'autant moins. Tout ceci est immature et basé sur des conclusions entièrement fausses. Ce n'est qu'en amenant ces réactions émotionnelles à un niveau conscient que vous pouvez vous en rendre compte. Alors, point par point, vous deviendrez conscient de ce cercle vicieux. Quand ces émotions émergeront en surface, vous serez capable d'y réfléchir – comment et pourquoi elles ont tort. Et une fois ces émotions en surface, en en confrontant sans honte l'ignorance, l'égoïsme et l'immaturité, appliquant ensuite votre connaissance consciente à ces émotions, vous vous rendrez à chaque fois compte que vous retombez dans d'anciennes et mauvaises habitudes émotionnelles, celles qui continuent graduellement à produire dans votre subconscient de plus en plus de conclusions fausses. Chacune de ces prises de conscience vous aidera à briser, de plus en plus, ce cercle vicieux tel qu'il est à l'œuvre dans votre cas personnel. Vous deviendrez ainsi libre et indépendant.

L'âme humaine contient, dans ses profondeurs, toute la sagesse, toute la vérité. Mais toutes ces conclusions fausses les recouvrent. En les rendant conscientes, en les suivant point par point, vous atteindrez forcément le but de

l'épanouissement de votre voix intérieure de sagesse qui vous guide selon la conscience divine, selon votre plan personnel. Quand ces lois divines, générales comme personnelles, sont violées dans vos réactions intérieures et extérieures, votre conscience divine vous mène inexorablement d'une façon telle à restaurer l'ordre et l'équilibre dans votre vie. Des situations surviendront qui semblent être une punition alors qu'elles ne sont que le remède pour vous remettre sur la bonne voie. Là où vous déviez et quand vous le faites, l'équilibre doit être rétabli pour qu'à travers vos difficultés vous arriviez enfin là où vous changerez de direction intérieure. Vous allez changer, pas nécessairement par vos actes extérieurs et conscients, mais dans vos exigences et buts inconscients et infantiles.

Suivez donc ce cercle vicieux, mes amis ; rendez vous compte de la façon dont il s'applique à votre vie personnelle.

Y a-t-il des questions en rapport avec ceci ?

QUESTION : Que se passe t-il chez un enfant dont l'hostilité et la haine apparaissent ouvertement ? Un tel enfant aurait-il toujours un sentiment de culpabilité ?

RÉPONSE : De telles manifestations surviennent souvent chez les enfants. Quand un enfant fait une crise de colère, ces émotions se manifestent ouvertement. Mais il est invariablement grondé pour cela, et apprend à quel point il est « méchant ». Cela fortifie le besoin de garder cachée la véritable signification de telles crises de colère. Et même si la haine est par moment entièrement consciente, elle est souvent refoulée ensuite. Dans ce cas, les mêmes crises peuvent continuer à se vivre intérieurement chez l'adulte, sans limite d'âge, et ne cessent que lorsque ce cercle vicieux est rendu conscient. Une personne peut développer une maladie qui sera une forme de crise de colère. Ou elle peut simplement rendre la vie difficile à ceux qui l'entourent. De par leur malheur, de telles personnes infligent constamment de la souffrance, en ayant comme but d'imposer leur volonté, leur besoin compulsif à recevoir amour et soin du type infantile. Cela peut exister en différents degrés. Parfois c'est flagrant, à d'autres moments c'est plus subtil et caché. Par rapport à un tel comportement, ces personnes disent : « Voyez-vous, je suis malheureux. Vous devez vous occuper de moi. Vous devez m'aimer. » C'est une crise de colère sans manifestation extérieure infantile. Le simple fait que cette hostilité peut par moment s'exprimer ouvertement pendant l'enfance n'empêche pas nécessairement un refoulement par la suite.

QUESTION : Auriez-vous l'amabilité de nous expliquer la différence entre l'âme et l'esprit ?

RÉPONSE : Vous savez tous que vous avez un corps physique et non seulement un mais plusieurs corps subtils. Chaque corps subtil représente un certain aspect de la personnalité humaine. Plus le développement est élevé, plus ces corps subtils se dissolvent jusqu'à ce qu'enfin ne reste que le corps originel de l'esprit, l'entité spirituelle d'origine. Ces différents corps subtils varient en degré de densité de matière subtile. La forme la plus dense est la forme humaine, le corps physique, du moins à partir de votre sphère et au-delà. Avant que ne commence le cycle des incarnations, il y a des sphères inférieures où la matière est plus dense même que

vosre corps physique. Elle est dense au point que vous ne pouvez ni la voir ni la toucher. En ce qui vous concerne, cet « invisible » et « intouchable » là, tomberait dans la même catégorie de « matière subtile ». En fait ce n'est pas le cas. Il existe de la matière subtile tellement dense que vous ne pouvez pas mieux la voir avec votre perception physique, que la vraie matière subtile, plus subtile que la vôtre. Vous pourriez la traverser exactement comme un esprit non-incarné peut traverser votre matière. Mais pour votre plan d'existence, la matière la plus dense est la matière physique. Ensuite vous avez différents degrés de densité. Pour chaque vie sur terre, il vous faut cette matière physique, mais vous la laissez derrière vous après chacune de ces vies. Vous laissez également derrière vous, après la soi-disant mort physique, un autre corps de matière plus subtile que le corps physique. Reste alors le corps de l'âme ou corps émotionnel. Dans ce corps se trouvent toutes vos émotions, impressions, attitudes et tendances, en d'autres mots tout ce qui constitue votre véritable personnalité intérieure. Quand le développement atteint son niveau le plus élevé, le corps de l'âme – ainsi que les autres corps – se dissout, et il n'y a que l'esprit, l'être originel, qui reste. L'esprit est l'indestructible, l'éternel qui vit en vous, contenant la conscience divine dont je vous ai parlé ce soir. Il contient toute la sagesse, toute la vérité et tout l'amour, mais est recouvert par ces nombreuses couches.

QUESTION : Lors du sommeil d'une personne, l'âme reste-t-elle près du corps ou le quitte-t-elle pour être revitalisée ?

RÉPONSE : Elle le quitte temporairement. Il y a différents corps subtils qui quittent le corps physique en différents états d'inconscience. Pendant le sommeil, le corps émotionnel s'éloigne du corps physique, parfois plus, parfois moins. Il produit les images que vous traduisez en symboles dans les rêves. Si le corps émotionnel restait dans le corps physique pendant le sommeil, le sommeil ne serait pas profond mais plutôt perturbé. Mais si le sommeil est vrai et bon, votre corps émotionnel, ou votre âme, est éloigné. C'est cela le repos physique. Ce corps émotionnel peut s'élargir. Il peut se trouver plus près ou plus loin. Est-ce clair ?

QUESTION : Oui. Faut-il être profondément endormi pour une relaxation, ou un sommeil léger suffit-il ?

RÉPONSE : Plus le sommeil est profond, plus la relaxation est profonde. Vous le savez au réveil. Quand vous avez dormi profondément, vous vous sentez plus revigoré que lorsque vous avez dormi légèrement. Plus le sommeil est profond, plus le corps émotionnel s'éloigne du corps physique.

QUESTION : J'ai connu des personnes qui peuvent se détendre pendant dix minutes et en être totalement revigorées.

RÉPONSE : Si le sommeil est suffisamment profond, dormir dix minutes pourra vous donner davantage de repos que toute une nuit de sommeil agité et perturbé quand, à cause de vos tensions, votre corps émotionnel ne peut pas s'extraire.

QUESTION : Un autre esprit m'a dit un jour qu'il valait mieux faire de longues prières et méditations. Après des années, c'est devenu une habitude. Quand je vous

ai posé la question, il y a quelque temps, vous m'avez dit que cela pouvait ne pas être bon parce que dans une telle prière il y a une rigidité et une habitude et que je devais désapprendre ce que j'avais appris à l'époque. Je me demandais quelle était la raison pour laquelle un esprit soi-disant développé me disait de tomber dans un tel schéma d'habitude ?

RÉPONSE : Pour une personne qui rencontre un chemin spirituel de développement pour la première fois, sans avoir l'habitude de prier ni peut être de concentrer ses pensées, une telle méditation constitue une bonne discipline. Il est favorable d'apprendre la concentration par la prière et la méditation où vos pensées traversent un certain processus de nettoyage. Vous construisez ainsi une certaine conscience de votre but ultime. Vous apprenez à cultiver des pensées altruistes. Dans la prière, vos pensées sont élevées, déblayant ainsi la route pour ce qui viendra à un stade ultérieur de votre développement. Le pouvoir de se concentrer peut donc être combiné avec le fait de cultiver des pensées constructives et altruistes, comme c'est le cas dans la prière. La concentration peut, bien sûr, être apprise en rapport à n'importe quel sujet, mais mieux vaut l'apprendre de la sorte que par rapport à une question banale. Vous voyez donc que tant la purification du processus de pensée, comme dans la prière, tant la concentration sont nécessaires sur ce chemin. Les deux pourraient être apprises séparément, mais il vaut tellement mieux les combiner. Une fois cette discipline acquise, il faut se garder de la routine de la prière qui la rend rigide et non vivante. Aux différentes phases de votre développement s'appliquent différentes activités et attitudes. Arrivé à un certain point, il serait nocif, à différents égards, de rester dans une routine rigide. Quand votre prière ne vibre plus, mieux vaut faire de courtes prières qui changent selon vos besoins à chaque étape de votre développement actuel selon vos difficultés existantes et obstacles intérieurs. Le pouvoir de concentration que vous avez appris peut alors être utilisé dans le but de la recherche sur soi dans tout le travail que vous faites sur ce chemin. Ceci est plus productif que d'annoncer la même chose dans son esprit encore et encore. Les enfants apprendront autre chose en première primaire que plus tard.

Soyez bénis, chacun d'entre vous, tous ceux qui êtes ici, tous mes amis qui lisent ces paroles, tous ceux qui vous sont chers, votre famille et vos amis. Emportez ces bénédictions avec vous, laissez-les renforcer votre courage, la puissance de votre volonté sur le chemin de la recherche sur soi. C'est la seule libération possible, la libération de toutes vos conclusions fausses, la libération de vos hautes normes compulsives qui vous rendent coupable et non-méritant de ce que Dieu veut que vous ayez : le bonheur, la lumière, l'amour. Soyez en paix, mes chers amis. Soyez en le Seigneur.

*Conférence n°50 par Eva Pierrakos le 24 avril 1959 (version non éditée).*

*Cette traduction s'inspire également de la traduction du Stichting Gemeenschap Het Pad des Pays Bas : « De vicieuze cirkel » 2002.*

*Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "The vicious circle".*

*Traduction Marianne Hubert - Le Troisième Pôle - version 20/01/2008*

© Pathwork Foundation