



Conférence du Guide n°73
11 novembre 1960

LA COMPULSION À RECRÉER ET À SURMONTER LES BLESSURES D'ENFANCE

Je vous salue, mes très chers amis. Que Dieu vous bénisse tous. Que les bénédictions divines données à chacun d'entre vous puissent vous aider à assimiler les paroles que je prononce ce soir, pour que cette soirée soit fructueuse.

Vous aviez planifié une séance de questions-réponses ce soir, mais j'aimerais la postposer parce que nous constatons le besoin de poursuivre la série de conférence qui a été entamée récemment. La discussion de ce soir sera utile pour certains de mes amis qui ont suffisamment progressé dans leur travail et sont prêts pour ce sujet.

Dans notre dernière discussion, nous avons abordé la peur d'aimer. Le sujet de l'amour a été abordé en long et en large lors de séances passées. Vous vous rappelez que j'ai souvent mentionné que l'enfant souhaite qu'on l'aime exclusivement et de manière illimitée. En d'autres termes, le désir d'amour de l'enfant est irréaliste. C'est pourtant vrai que l'enfant serait tout à fait satisfait s'il recevait un véritable amour mature. En fait, si cet amour lui était donné, sa demande irréaliste d'amour exclusif diminuerait considérablement. Toutefois, la capacité de donner un authentique amour mature est rare.

Puisque les enfants ne reçoivent que rarement de l'amour et de la chaleur matures, ils continuent à désirer avidement cet amour tout au long de leur vie, à moins de reconnaître et de gérer correctement ce manque et cette douleur. Sinon, en tant qu'adultes, ils passeront leur vie à réclamer inconsciemment ce qui leur a fait défaut pendant l'enfance. Ceci les rendra incapables d'aimer de façon mature. Vous pouvez observer que cet état de fait se perpétue de génération en génération.

Le remède ne peut se trouver dans le souhait que les choses soient différentes et que les êtres humains apprennent à pratiquer cet amour mature. Il se trouve uniquement en vous-même. C'est vrai que si vous aviez reçu un tel amour de vos parents, vous n'auriez pas ce problème dont vous n'êtes pas vraiment ou pleinement conscient. Mais cette absence d'amour mature ne doit ni vous causer des soucis ni perturber votre vie, si vous en devenez conscient et que vous réajustez vos anciens souhaits, regrets et concepts à ce sujet et que vous les réalignez sur la réalité de chaque situation. La conséquence sera non seulement que vous serez plus heureux, mais également que vous serez capable de donner de l'amour mature aux autres – à vos enfants, si vous en avez -- ou à d'autres personnes dans votre environnement – afin que, de cette manière, une réaction en chaîne positive puisse démarrer.

Actuellement, c'est le contraire qui se produit dans votre comportement intérieur. Nous allons donc aborder celui-ci.

Ce facteur est tout à fait négligé par toute l'humanité et même par les personnes qui ont commencé à explorer leur propre esprit et leurs émotions inconscientes. Très peu d'êtres humains se rendent compte et expérimentent personnellement, en dehors d'une compréhension théorique, du puissant lien qui existe entre le désir de l'enfant et son insatisfaction et leurs difficultés et problèmes actuels. Il est très important d'en devenir conscient.

Il peut y avoir des cas isolés, exceptionnels, où un parent offre suffisamment d'amour mature. Même si un des deux parents possède cette capacité dans une certaine mesure, il est fort probable que l'autre ne l'ait pas. Et puisque l'amour mature sur cette terre n'est qu'une question de degré, l'enfant souffre aux moments inévitables où même le parent aimant n'est pas à la hauteur.

Le plus souvent, pourtant, les deux parents sont émotionnellement immatures et ne peuvent donner l'amour dont l'enfant a besoin, ou ne le donnent qu'insuffisamment. Durant l'enfance, ce besoin est rarement conscient. L'enfant n'a aucun moyen de traduire ses besoins en pensées. Il ne peut pas comparer. Il ne sait pas qu'autre chose pourrait exister. Il croit que c'est ainsi que cela doit être. Ou, dans des cas extrêmes, il se sent particulièrement isolé, croyant être seul à vivre ce sort. Les deux attitudes dévient de la vérité. Dans les deux cas, la vraie émotion n'est pas consciente et ne peut donc pas être évaluée et gérée correctement. L'enfant grandit donc sans savoir pourquoi il est malheureux, ni même qu'il est malheureux. En vous remémorant votre enfance, beaucoup d'entre vous êtes convaincus que vous aviez tout l'amour nécessaire, simplement parce que vous en receviez un peu.

Certains parents font de grandes démonstrations d'amour. Il se peut qu'ils gâtent leurs enfants, qu'ils les dorlotent, mais il peut s'agir d'une surcompensation, pour « s'excuser » parce que l'on suspecte ne pas être capable d'aimer de façon mature. Les enfants ressentent vivement la vérité. Ils peuvent ne pas y penser, ne pas l'observer consciemment, mais intérieurement les enfants ressentent vivement la différence entre de l'amour authentique et mature et la sur-démonstration immature censée le remplacer.

Donner à l'enfant une direction correcte et de la sécurité est la responsabilité des parents et ils doivent pour cela faire preuve d'autorité. Certains parents n'osent jamais punir leurs enfants ou exercer une telle saine autorité. Ceci est dû à leur culpabilité parce que le véritable amour reconfortant, chaleureux et généreux fait défaut dans leur personnalité immature. D'autres parents sont trop sévères, trop stricts. Ils exercent ainsi leur autorité par domination et intimidation et empêchent l'individualité de l'enfant de s'épanouir. Les deux types de parents ne sont pas à la hauteur, et leurs attitudes erronées sont absorbées par l'enfant et sont la cause de souffrance et d'insatisfaction.

Chez l'enfant de parents sévères, la rébellion et le ressentiment sont exprimés ouvertement, et donc plus faciles à trouver. Dans l'autre cas, la rébellion est tout aussi forte, mais cachée et donc infiniment plus difficile à détecter. Si vous avez un parent qui vous étouffait d'affection ou d'affection fausse, mais qui manquait de chaleur

véritable, ou si vous avez un parent qui faisait consciencieusement tout ce qu'il fallait, mais qui manquait également de chaleur véritable, en tant qu'enfant vous le saviez et vous lui en vouliez. Il se peut que vous n'en soyez pas du tout conscient, parce que, enfant, vous n'arriviez pas à mettre le doigt sur le manque. Extérieurement vous obteniez tout ce que vous vouliez, tout ce qu'il vous fallait. Comment pouviez-vous, avec votre intellect infantile, faire la distinction très subtile entre une authentique et une fausse affection ? Le fait que quelque chose vous tracasse sans être capable de l'expliquer rationnellement vous mettait mal à l'aise et vous donnait un sentiment de culpabilité. Autant que possible, vous avez donc poussé cela hors de votre champ de vision.

Tant que cette souffrance, ces déceptions et ces besoins inassouvis de vos premières années sont inconscients, vous ne pouvez pas les confronter et les régler. Quel que soit l'amour que vous portez à vos parents, il existe en vous un ressentiment inconscient qui vous empêche de les pardonner pour la douleur infligée. Vous ne pouvez pardonner et lâcher prise qu'en reconnaissant votre souffrance et votre ressentiment qui sont profondément enfouis. En tant qu'être humain adulte, vous voyez que vos parents ne sont aussi que des êtres humains. Ils n'étaient pas aussi parfaits le croyait et l'espérait l'enfant. Mais il ne faut pas pour autant les rejeter, parce qu'ils avaient leurs propres conflits, leurs propres immaturités. Il faut appliquer la lumière du raisonnement conscient aux émotions que vous ne vous êtes jamais pleinement permis de ressentir.

Tant que vous êtes inconscient de ce conflit, de votre désir d'un amour parfait de la part de vos parents, vous essayerez inévitablement de remédier à cette situation plus tard. Cela peut se manifester dans différents aspects de votre vie. Vous rencontrez constamment des problèmes et des schémas répétitifs qui ont leur origine dans le fait que vous tentez de reproduire la situation de l'enfance pour pouvoir la corriger. Cette compulsion inconsciente est un facteur très puissant, mais tellement bien caché de votre compréhension consciente !

La manière la plus fréquente de tenter de remédier à la situation se trouve dans votre choix de partenaires amoureux. Inconsciemment, vous savez comment choisir dans votre partenaire des aspects du parent qui a eu le plus de lacunes en affection et amour authentiques. Mais vous recherchez également dans votre partenaire des aspects de l'autre parent qui gratifiait davantage vos besoins. Même s'il est important de trouver la représentation des deux parents dans son partenaire, c'est encore plus important et difficile de trouver les aspects qui représentent le parent qui vous a particulièrement déçu et blessé, celui à qui vous en vouliez le plus, que vous détestiez le plus et que vous n'aimiez que peu ou pas du tout. Vous recherchez donc à nouveau vos parents – de manière subtile et difficile à reconnaître -- dans vos partenaires conjugaux, dans vos amitiés, ou en toute autre relation humaine. Dans votre subconscient existent les réactions suivantes existant : puisque l'enfant en vous n'est capable ni de relâcher le passé, ni de faire son deuil de ce passé, qu'il ne peut ni pardonner ni comprendre ou accepter, il crée toujours des situations similaires, en essayant de finir par obtenir gain de cause pour maîtriser la situation plutôt que de la subir, comme le vit l'enfant en vous. Perdre signifie être écrasé – et il faut l'éviter à tout prix. Ce que cherche à accomplir l'enfant en vous ne peut jamais se réaliser.

Toute cette procédure est totalement destructive. D'abord, que vous ayez été « vaincu » est une illusion. C'est donc une illusion de pouvoir gagner maintenant. De plus, c'est une illusion que le manque d'amour, même si cette donnée était bien triste quand vous étiez enfant, est en effet la tragédie que votre subconscient en a faite. La seule tragédie se trouve dans le fait que vous obstruez votre bonheur futur en continuant à reproduire la situation pour essayer de la maîtriser. Mes amis, ce processus est profondément inconscient. Bien sûr, ce n'est pas cela que vous avez à l'esprit quand vous vous focalisez sur vos buts et souhaits conscients. Il faut creuser en profondeur pour découvrir les émotions qui vous mènent encore et encore vers des situations où votre but secret est de remédier aux malheurs de l'enfance.

En essayant de reproduire la situation de l'enfance, vous choisissez inconsciemment un partenaire qui a des aspects similaires à ceux du parent. Et ces mêmes aspects rendront impossible que vous obteniez l'amour mature que vous recherchez, à juste titre, maintenant comme par le passé. Aveuglément, vous croyez qu'en le voulant plus fort, avec plus de vigueur, le partenaire-parent finira par céder cette fois alors qu'en réalité l'amour ne peut pas venir ainsi. Lorsque vous serez libéré de la répétition continue, vous n'exigerez plus d'être aimé par le parent. Vous rechercherez plutôt un partenaire ou d'autres relations humaines en ayant comme but de trouver la maturité que vous voulez et dont vous avez vraiment besoin. En n'exigeant pas d'être aimé comme un enfant, vous serez également prêt à aimer. Pourtant, l'enfant en vous trouve ceci impossible, bien sûr, peu importe votre aptitude à aimer grâce à votre développement et à votre progrès. Ce conflit caché éclipse votre âme qui grandit par ailleurs.

Si vous avez déjà un partenaire, la découverte de ce conflit peut vous montrer de quelle façon il ou elle est similaire à vos parents dans certains aspects immatures. Mais puisque vous savez qu'il n'existe presque pas de personne mature, ces immaturités de votre partenaire ne seront plus la tragédie qu'elles étaient lorsque vous recherchiez constamment à retrouver votre ou vos parents, ce qui ne pouvait, bien sûr, jamais arriver. Vous pouvez néanmoins construire une relation plus mature, malgré votre immaturité et votre incapacité existantes, qui sera libre de la compulsion infantile dont il est question.

Vous n'avez pas idée à quel point votre subconscient se préoccupe intensément de la remise en scène de ce jeu, espérant que « cette fois ce sera différent ». Et ce n'est jamais le cas ! Avec le temps qui passe, chaque déception pèse de plus en plus lourd et votre âme en est de plus en plus découragée.

Pour ceux, parmi mes amis, qui n'ont pas encore atteint certaines profondeurs de leur subconscient inexploré, ceci peut sembler ridicule et peu naturel. Pourtant, ceux qui ont déjà constaté la puissance de leurs tendances, compulsions et images cachées, le croiront non seulement volontiers, mais expérimenteront bientôt la vérité de ces mots dans leur propre vie personnelle. Vous savez déjà, par d'autres découvertes, à quel point le fonctionnement de votre subconscient est puissant, comme il est ingénieux à remettre en scène ses habitudes illogiques et destructives.

Si vous apprenez à regarder vos problèmes et votre insatisfaction de ce point de vue et que vous suivez le processus habituel de permettre à vos émotions d'émerger, vous obtiendrez bien davantage de perspicacité. Mais il sera nécessaire,

mes amis, de revivre le désir et la blessure de l'enfant en pleurs que vous étiez jadis, même si vous étiez également heureux. Votre bonheur peut avoir été valable et sans mensonge du tout. Car il est possible d'être à la fois heureux et malheureux. Il se peut que vous soyez complètement conscient des aspects heureux de votre enfance, sans être conscient de ce qui vous a blessé profondément et de ce que vous recherchez avidement – vous ne saviez même pas ce que c'était. Vous considériez la situation comme allant de soi. Vous ne saviez pas ce qui manquait, ni même que quelque chose manquait. Cette détresse fondamentale doit maintenant venir à la surface, si vous voulez vraiment grandir intérieurement. Vous devez revivre la vive douleur en étant conscient de la compréhension que vous avez gagnée. Ce n'est qu'en faisant cela que vous pourrez capter la valeur réelle de vos problèmes actuels, et les voir tels qu'ils sont.

Alors, comment pouvez-vous arriver à revivre les souffrances d'il y a si longtemps ? Il n'y a qu'une seule façon, mes amis. Prenez un problème actuel. Enlevez toutes les couches de réaction que vous y avez superposées. La première couche, la plus accessible, est la rationalisation, celle qui vous fait « prouver » que c'est la situation ou que ce sont les autres qui ont tort, plutôt que vos conflits plus profonds qui vous font adopter une attitude erronée par rapport à la situation à laquelle vous êtes confronté. La deuxième couche peut être la colère, le ressentiment, l'anxiété, la frustration. Derrière toutes ces réactions vous trouverez la souffrance de ne pas être aimé. Quand la situation actuelle vous fait vivre la souffrance de ne pas être aimé, la souffrance de l'enfance se réveille également. En faisant face à la souffrance actuelle, souvenez-vous et essayez de repenser à la situation avec vos parents : ce qu'ils vous ont donné, quels étaient vos vrais sentiments à leur égard. Vous deviendrez conscient que vous manquiez de quelque chose que vous n'avez jamais vraiment vu auparavant -- vous ne vouliez pas le voir. Vous verrez que ceci a dû faire mal quand vous étiez petit, mais vous avez peut-être oublié cette douleur dans votre conscience. Pourtant elle n'est pas oubliée du tout. La souffrance de votre problème actuel est la même souffrance. Réévaluez maintenant votre souffrance actuelle, en la comparant à la douleur de l'enfance. Au moins, vous verrez clairement que c'est la même douleur. Peu importe à quel point votre souffrance actuelle est vraie et compréhensible, c'est néanmoins la douleur de l'enfance. Un peu plus tard vous verrez de quelle façon vous avez contribué à mettre la douleur actuelle en place à cause de votre désir de corriger la souffrance de l'enfant. Mais d'abord il vous faut constater la similitude de la douleur. Il faut pour cela beaucoup d'efforts, car il y a beaucoup de couches émotionnelles qui couvrent la douleur présente comme celle du passé. Avant d'avoir réussi à cristalliser la douleur que vous vivez, vous ne pourrez rien comprendre d'autre dans ce domaine.

Une fois que vous arrivez à synchroniser les deux souffrances et que vous vous rendez compte que c'en est une seule, le prochain pas est plus facile. Ensuite, en observant le schéma dans vos difficultés diverses, vous apprendrez à reconnaître les similitudes entre vos parents et les personnes qui vous ont causé de la souffrance par le passé ou qui vous en causent maintenant. Le fait de revivre ces similitudes émotionnellement vous portera plus loin sur le chemin particulier vers la dissolution de ce conflit fondamental. Une simple évaluation intellectuelle n'apportera aucun bénéfice. En ressentant les similitudes, tout en revivant la douleur actuelle et la douleur de jadis, vous arriverez lentement à comprendre que vous pensiez être obligé de choisir la situation actuelle parce que dans vos profondeurs vous ne pouviez admettre « la défaite ».

Il va sans dire que beaucoup de gens ne sont pas conscients d'avoir mal, maintenant ou d'avoir eu mal par le passé. Ils font tout pour l'ignorer. Leurs problèmes ne leur semblent pas « douloureux ». Pour ceux-là, le premier pas est de devenir conscients de la présence de cette douleur et qu'elle fait infiniment plus mal tant qu'ils n'en sont pas devenus conscients. Beaucoup de gens ont peur de la souffrance et aiment croire qu'en l'ignorant elle disparaîtra. Ils ont choisi ce moyen de soulagement uniquement parce que leurs conflits sont devenus trop grands pour eux. Comme il est merveilleux pour quelqu'un de choisir ce chemin en ayant la sagesse et la conviction qu'un conflit caché, à la longue, fait autant de ravages qu'un conflit manifeste. Ils ne craindront pas de découvrir la véritable émotion et ressentiront, même dans l'expérience temporaire de douleur aiguë, qu'elle se transforme en saine douleur de croissance, libre d'amertume, de tension, d'anxiété et de frustration.

Il y en a également qui tolèrent la douleur, mais de façon négative, en s'attendant toujours à ce qu'on l'enlève de l'extérieur. Ces personnes sont un peu plus proches de la solution parce qu'il leur sera facile de voir comment le processus infantile est toujours à l'œuvre. À l'extérieur, il y a le ou les parents (s) malfaiteur(s), projetés sur d'autres êtres humains. Ces personnes n'ont qu'à rediriger leur approche de la douleur. Ils n'ont déjà pas à la trouver d'abord.

Ce n'est qu'après avoir revécu toutes les émotions, et en synchronisant le « maintenant » avec « jadis », que vous deviendrez conscient de la manière dont vous avez essayé de corriger la situation. Vous verrez en plus la folie du désir inconscient de recréer la blessure d'enfance, l'inutilité frustrante de cela. Vous observerez toutes vos actions et vos réactions par cette nouvelle compréhension, cette nouvelle prise de conscience, et ensuite vous pourrez relâcher vos parents. Vous laisserez vraiment votre enfance derrière vous, vous prendrez un nouveau schéma de comportement qui sera infiniment plus constructif et qui en vaudra la peine, pour vous comme pour les autres. Vous ne chercherez plus à maîtriser la situation qu'enfant, vous ne pouviez maîtriser. Vous repartirez de là où vous vous trouvez, en ayant vraiment oublié et pardonné intérieurement, sans même savoir que c'est le cas. Vous n'aurez plus besoin d'être aimé comme vous aviez besoin d'être aimé en tant qu'enfant. D'abord vous deviendrez conscient que c'est cela que vous voulez encore, et ensuite vous ne chercherez plus ce type d'amour. Puisque vous n'êtes plus un enfant, vous chercherez l'amour d'une autre façon, en le donnant plutôt qu'en l'attendant. Il faut toujours insister, cependant, sur le fait que beaucoup de gens ne savent pas qu'ils s'y attendent. Puisque l'attente inconsciente de l'enfance a été si souvent déçue, ils ont renoncé à toute attente et tout désir d'amour. Inutile de dire que ceci n'est ni vrai ni sain, car c'est un extrême erroné.

Pour être fructueux et apporter de vrais résultats, le processus de relâchement de la remise en scène doit dépasser la simple connaissance intellectuelle. Vous devez vous permettre de ressentir la douleur de certaines insatisfactions actuelles et également la douleur de l'insatisfaction de votre enfance, ensuite de comparer les deux jusqu'à ce que, comme deux diapositives qui se superposent, les images se focalisent et se rejoignent. Quand ceci a lieu, la perspective que vous aurez gagnée, l'expérience que vous vivrez exactement comme je vous le dis vous permettra de faire les pas suivants nécessaires.

Pour certains de mes amis qui ont suffisamment progressé sur ce chemin, il est de la plus grande importance de travailler sur ce conflit intérieur. Il leur faut les instructions pour se donner une nouvelle perspective et obtenir plus de clarté au-delà de l'endroit où ils sont arrivés. Mes mots leur permettront de procéder dans la bonne direction. Pour d'autres qui ne sont pas encore aussi avancés ou pour ceux qui n'ont pas vraiment entamé leur recherche en soi, ces mots peuvent sembler quelque peu obscurs. Il se peut que vous les compreniez parfaitement intellectuellement, mais vous serez encore incapables de les appliquer à vos propres émotions et problèmes de vie. Je vous enjoins néanmoins tous d'y penser : le moment viendra où vous obtiendrez une nouvelle compréhension de vous-même de par ces mots. Peut être qu'une lueur occasionnelle, une émotion qui s'allume brièvement en vous en lisant ces mots, vous aidera et ouvrira une porte vers une meilleure connaissance de soi, vers l'évaluation de votre vie par une perspective plus réaliste et plus mature.

Y a-t-il des questions en rapport avec cette conférence ?

QUESTION : Il est très difficile à comprendre pour moi que l'on choisisse continuellement un objet d'amour qui a exactement les mêmes tendances négatives que l'un ou l'autre parent. Cette personne particulière a-t-elle réellement ces tendances ? Ou s'agit-il de projection et de réponse ?

RÉPONSE : Cela peut être les deux ou l'un des deux. En fait, la plupart du temps, c'est une combinaison. Certains aspects recherchés et trouvés inconsciemment sont en effet similaires. Mais les similarités existantes sont relevées par la personne qui recrée la mise en scène. Ce ne sont pas seulement des qualités projetées, « vues » alors qu'elles n'existent pas vraiment, mais elles sont dormantes, dans une certaine mesure, sans être manifestes. Elles sont encouragées et fortement mises en avant par l'attitude de la personne qui a le problème intérieur non reconnu. Elle engendre quelque chose chez l'autre en provoquant la réaction qui est similaire à celle des parents. La provocation, qui est bien sûr tout à fait inconsciente, est un facteur très puissant ici.

La globalité d'une personnalité humaine est faite de beaucoup d'aspects. Disons que de ces aspects, il y en ait trois ou quatre qui sont vraiment similaires à certains traits du parent de celui qui recrée la mise en scène. Les plus marquants seraient le même type d'immaturation et l'incapacité d'aimer. Cela est suffisamment puissant en essence pour reproduire la même situation.

La même personne ne réagirait pas de la même façon avec d'autres comme elle réagit à vous, parce que c'est vous qui la provoquez constamment, reproduisant de la sorte des conditions similaires à votre enfance que vous voulez corriger. Votre peur, votre autopunition, votre frustration, votre colère, votre hostilité, le fait que vous retiriez votre don d'amour et d'affection, toutes ces tendances dans l'enfant en vous provoquent constamment l'autre personne et amplifient une réponse qui provient d'une partie en elle qui est faible et immature. Pourtant, une personne plus mature affectera différemment les autres et en fera ressortir ce qui est mature et entier, car il n'y a personne qui n'ait pas quelques aspects matures.

QUESTION : Je suis dans la confusion au sujet du contrôle de la pensée. Je trouve cela terriblement fatigant d'être constamment sur le qui-vive toute la journée

et de vivre dans l'ici et maintenant. Pourtant, dans mon travail, je suis entièrement submergé, absorbé et pleinement concentré. Je peux même rester concentré pendant des heures. Mais après, je trouve cela relaxant de laisser mon esprit vagabonder sans l'utiliser comme projecteur sur tout ce qui se passe autour de moi.

RÉPONSE : C'est un grand malentendu. Je n'ai jamais dit qu'il vous fallait constamment avoir l'esprit en alerte, et certainement pas que vous deviez être tendu en esprit. Vous ne devez pas constamment vous concentrer sur un sujet particulier. Ce n'est pas ainsi qu'il faut faire. Si vous pouvez vous amener à faire cet exercice de cinq minutes chaque jour de la façon la plus détendue, vous trouverez que petit à petit vous serez naturellement plus alerte et plus éveillé sans forcer. C'est un processus de croissance graduelle qui se fait sans effort de volonté. Si ensuite vous laissez votre esprit se balader en vous détendant, c'est très bien. Il y a là une grande différence. Quand vous serez plus compétent en la matière, c'est automatiquement, sans effort que vous serez plus en alerte et plus concentré sans vous fatiguer. À ce moment-là, vous fonctionnerez mieux de multiples façons. Le fait que cela vous fatigue d'être « ici et maintenant » et que votre esprit ait besoin de s'envoler est le signe d'une mauvaise gestion dans votre personnalité intérieure. Tout le monde a besoin d'un peu de repos pendant lequel l'esprit quitte le corps. Ceci se fait régulièrement pendant le sommeil. Mais si l'esprit doit à moitié s'évader pendant les heures de veille pour se relaxer, cela signifie que quelque chose est mal géré entre l'esprit, le corps et le mental. Cela comporte beaucoup d'effets nuisibles qui vous font manquer une partie de votre vie, parce que vous ne percevez pas la réalité et les gens autour de vous. Pour remédier à cette situation, vous ne devriez pas rester concentré de force pendant toutes vos heures de veille.

De nombreux facteurs psychologiques jouent un rôle et engendrent la mauvaise gestion. Votre développement futur dans cette direction sera d'une importance majeure. Mais, en plus de cela, l'exercice de cinq minutes vous aidera.

Un des facteurs psychologiques responsables pour la tendance de s'évader en esprit, c'est la peur : la peur de la vie, donc la peur d'être dans la réalité actuelle de la vie, et la peur de faire face à la vie. Un autre facteur est un certain égoïsme, un manque d'intérêt face à ce qui se passe vraiment et le sentiment qu'il est plus agréable d'être dans les nuages. Mais, je le répète, ce processus ne devrait pas et ne peut pas être changé en vous forçant constamment à occuper vos pensées et votre esprit à des choses qui ne vous intéressent pas. Il faut que ce soit un processus naturel qui se développe de façon organique. En faisant les exercices de concentration, à la longue vous constaterez un changement très graduel et lent. Vous serez naturellement plus en alerte au présent, plus observateur. Vous aurez de l'intérêt pour ce qui vous entoure sans ressentir de tension en vous.

QUESTION : Vous avez dit que la maturité émotionnelle c'est d'être prêt à et capable d'aimer. Il me semble que la maturité intellectuelle doit être autre chose. Comment est-ce que les deux interagissent et s'influencent l'un l'autre ?

RÉPONSE : Les deux sont des fonctions nécessaires de l'individu sain. Je répète que c'est comme les deux jambes dont vous avez besoin pour marcher dans la vie. La maturité intellectuelle, c'est votre capacité de penser, de juger, d'évaluer, de discriminer, de formuler des concepts, de planifier, d'utiliser votre volonté, d'utiliser

vosre esprit, de prendre des décisions, d'utiliser vos atouts, de diriger votre vie et, en dernier lieu, mais c'est très important, d'éduquer vos émotions infantiles en implantant vos propres concepts, ceux auxquels vous êtes arrivé vous-même de façon indépendante, en approfondissant vos pensées. Non pas parce que d'autres vous l'ont dit, mais parce que vous avez délibéré là-dessus et que vous les avez donc faits vôtres. De cette manière, votre intellect peut influencer vos émotions par votre capacité de penser. De l'autre côté, des émotions non réprimées et infantiles peuvent influencer votre capacité de penser, colorant votre perspective en vous faisant perdre votre objectivité. Votre capacité de penser est de la maturité intellectuelle. Et la façon dont vous gérez vos réactions émotionnelles, vos sentiments et vos instincts détermine votre maturité émotionnelle ou le manque de celle-là.

QUESTION : Peut-on être plus développé dans un sens que dans l'autre ?

RÉPONSE : En effet, il existe très souvent un déséquilibre entre ces deux jambes, une jambe étant plus développée que l'autre. Le déséquilibre obstrue l'intégration de l'être humain. Parmi d'autres aspects, le but de ce travail est de trouver un bon équilibre. Dans de nombreux cas, une personne est plus développée dans un domaine ou une direction de la personnalité tout en ayant une faiblesse dans un autre domaine. Beaucoup de personnes qui ne suivent pas un chemin tel que le vôtre continuent à entretenir et à cultiver l'aspect déjà surdéveloppé. Bien sûr, cela n'est pas sain ; cela n'apporte pas l'harmonie et l'équilibre désirés. Les gens font cela parce qu'ils préfèrent penser à leurs forces plutôt qu'à leurs faiblesses.

QUESTION : Diriez-vous que l'immaturation émotionnelle est révélée par une accentuation de certaines préférences ou aversions sans faire de distinction quant à ce que sont les valeurs ? Nous utilisons la mauvaise unité de mesure. Au lieu de mesurer et de discerner, nous sommes, soit pour, soit contre quelque chose, parce que nous aimons ou détestons cette chose, peu importe le mérite intrinsèque de cette chose.

RÉPONSE : Exactement. Il s'agit de la subjectivité qui provient des émotions infantiles. Bien sûr, une personne quelque peu mature intellectuellement trouvera des raisons adéquates pour cacher cette réaction et cette subjectivité émotionnelles. C'est ce qui s'appelle de la rationalisation. C'est ainsi qu'une personne mature intellectuellement trouvera des raisons et des explications pour son attitude ou comportement irrationnel, émotionnel et subjectif.

QUESTION : Vous avez dit, à un moment donné, que vous pouviez entendre crier l'âme. Est-ce que cela fonctionne également entre le subconscient de deux êtres humains séparés ? Est-ce qu'un subconscient entend le cri du subconscient de l'autre ? Est-ce pour cela qu'on ressent l'hostilité qui émane de l'autre personne ?

RÉPONSE : Oui. C'est pourquoi je dis toujours que votre subconscient affecte le subconscient de l'autre. Vous traversez la vie en en voulant aux autres parce qu'ils ne répondent pas à vos actions extérieures. Vous êtes vous-mêmes inconscients de vos actions intérieures. Vos actions ou réactions intérieures sont perçues correctement par vos congénères et ils réagissent à cette partie de vous. Leurs âmes entendent cette voix ou la perçoivent avec d'autres organes sensoriels d'ouïe, de vue, d'odorat et de goût. Voici pourquoi le subconscient de l'un affecte le subconscient de l'autre.

Souvent donc, les gens se sentent traités avec injustice, sachant que leurs actions étaient justes. Ils se concentrent sur toutes leurs actions extérieures justes, mais négligent leurs motivations inconscientes intérieures qui existent en plus des bonnes motivations conscientes et justes. Si vous apprenez à être totalement honnête avec vous et reconnaissez vos motivations et émotions cachées, vous comprendrez alors pourquoi les gens réagissent ainsi à votre égard et vous ne considérerez plus que vous êtes victime d'injustice.

QUESTION : Comment puis-je faire la distinction pour savoir si c'est l'autre qui m'a provoqué ou si c'est moi qui ai provoqué l'autre ?

RÉPONSE : Il n'est pas nécessaire de trouver qui a commencé, car il s'agit d'une réaction en chaîne, d'un cercle vicieux. Il est utile de commencer par trouver votre propre provocation, qui est peut-être une réponse à une provocation ouverte ou cachée de la part de l'autre. Vous vous rendrez ainsi compte que vous provoquez l'autre parce que vous avez été provoqué. Et parce que vous le provoquez, l'autre répond de la même façon. Mais en examinant la vraie raison, plutôt que la raison superficielle, la raison pour laquelle vous avez été blessé en premier lieu et donc provoqué, comme suite à la conférence de ce soir, vous ne vivrez plus cette blessure comme un désastre. Vous aurez une réaction différente face à la blessure, et celle-ci diminuera automatiquement comme conséquence. Vous ne ressentirez donc plus le besoin de provoquer l'autre. De plus, avec la diminution du besoin de reproduire la situation d'enfance, vous vous retirerez moins et vous ferez de moins en moins de mal aux autres et ainsi ils n'auront plus besoin de vous provoquer. S'ils le font, vous verrez également maintenant qu'ils ont réagi à partir des mêmes besoins infantiles aveugles que vous. Maintenant vous pouvez observer que vous attribuez d'autres motivations, différentes des vôtres, à la provocation de l'autre, même si et quand vous vous rendez compte que c'est vous qui avez initié la provocation. En obtenant un autre point de vue sur votre propre blessure, vous vous rendrez compte de sa véritable origine, vous ressentirez du détachement face à la réaction de l'autre. Vous trouverez exactement les mêmes réactions en vous et en l'autre. Tant que le conflit de l'enfant reste irrésolu en vous, la différence semble énorme, mais quand vous percevez la réalité, vous commencez à interrompre le cercle vicieux.

En percevant vraiment l'interaction mutuelle, vous allégerez le sentiment d'isolement et de culpabilité qui vous alourdit tous. Vous fluctuez constamment entre votre culpabilité et votre accusation d'injustice que vous dirigez vers ceux qui vous entourent. L'enfant en vous se sent totalement différent des autres, dans son propre monde. Il vit dans une illusion tellement nuisible. En résolvant ce conflit, votre conscience des autres augmentera. Jusqu'ici vous êtes tellement peu conscient de la réalité des autres. D'un côté, vous les accusez et vous êtes démesurément blessés par eux parce que vous ne vous comprenez pas vous-mêmes et que vous ne pouvez donc pas les comprendre. De l'autre côté, et en même temps, vous refusez de le vivre consciemment quand vous êtes blessés. Ceci semble paradoxal, mais ce n'est pas le cas. En revivant pour vous-même les interactions dont j'ai parlé ce soir, vous trouverez que ceci est vrai. Alors que parfois vous exagérez une douleur, à d'autres moments vous ne vous permettez même pas de savoir que cela a eu lieu, parce que cela ne correspond pas à l'image que vous avez de la situation. Cela peut gâcher une image toute faite que vous vous êtes créée, ou peut être que cela ne correspond pas à votre

désir du moment. Si la situation semble par ailleurs favorable et colle avec votre idée préconçue, vous évitez de voir tout ce qui est discordant, en permettant que cela s'infecte par en dessous en créant une hostilité inconsciente. Toute cette réaction inhibe vos facultés intuitives, du moins dans ce domaine particulier.

La provocation constante qui a lieu entre êtres humains, alors qu'elle est cachée de votre conscience pour le moment, est une réalité que vous arriverez à percevoir très clairement. Ceci aura un effet extrêmement libérateur sur vous et votre environnement. Mais vous ne pouvez le percevoir à moins de comprendre les schémas en vous dont j'ai parlé ce soir.

QUESTION : Est-ce possible d'une certaine façon de faire une trêve, ne fût-ce que pour deux ou trois minutes, entre son propre subconscient et le subconscient de l'autre ? Parfois nous voyons la réalité dans notre intellect, mais avant de pouvoir dire à son subconscient de faire quelque chose, il est déjà en révolte et a rendu l'autre malheureux et alors on est soi-même malheureux. Tout cela aurait pu être évité s'il y avait eu quelques minutes de trêve.

RÉPONSE : Voyez-vous, ma chère, tout d'abord la question n'est pas de donner un ordre à son subconscient. Vous ne pouvez le commander. Tant que vous essayez de telles commandes, il résistera fortement. Ou il peut vous tromper, et vous vous trompez alors vous-même. Le subconscient ne peut être rééduqué que par le processus lent et graduel de notre travail. Il est plus important de devenir conscient de ce que vous ressentez vraiment. Pour le moment, vous n'êtes qu'à moitié conscient de cela la plupart du temps et vous en arrivez à surimposer de nouvelles émotions, par-dessus vos réactions réelles. Il peut s'agir d'autres émotions négatives ; si elles sont positives, vous vous trompez d'autant plus. Ce n'est qu'en arrachant toutes ces surimpositions que vous pourrez comprendre l'entêtement de votre subconscient. S'il continue à résister à tous vos bons efforts, il doit exister quelque chose que vous n'avez pas compris et auquel vous n'êtes pas connecté. Alors il s'agit de trouver le blocage qui a causé cette obstruction particulière. Quand vous le trouvez, vous n'avez pas besoin d'une petite trêve. Vous serez vraiment en paix avec vous et avec les autres. Alors que vous pouvez ordonner une trêve dans vos actions extérieures, dans vos mots, et même dans vos pensées, le subconscient ne répond pas à une telle discipline. La trêve, comme vous la voyez, ne peut pas vraiment fonctionner. Elle est aussi irréelle que serait l'effet d'essayer de l'imposer.

QUESTION : Supposons que nous soyons capables de mettre de l'ordre chez nous. Éliminerons-nous à ce moment-là les provocations chez l'autre ?

RÉPONSE : Vous ne devez même pas mettre de l'ordre chez vous dans la mesure où vous êtes pleinement mature et plus ou moins parfait. Cette perfection n'existe pratiquement pas dans la sphère humaine. Mais en ayant conscience de votre immaturité, et en comprenant vraiment vos réactions et émotions qui sont à l'origine de la provocation, vous affaiblirez suffisamment l'habitude de la provocation jusqu'à ce que vous cessiez à la longue de vous attirer des provocations et qu'à votre tour vous ne soyez plus provoqués par les autres. En obtenant un certain détachement de vous de manière très saine, vos réactions perdront de leur pulsion et de leur force malsaines. En fait, je dirais même que c'est le seul type de trêve valable qui soit réalisable.

Permettez-vous de voir ce que vous ressentez vraiment et pourquoi. Et quand vous aurez une vue d'ensemble, sans autre subterfuge et mensonge à soi, cette connaissance ne vous mettra plus mal à l'aise. Elle aura un effet calmant. Vous serez en paix avec vous en acceptant les imperfections qui existent encore et vous ne vous harcèlerez plus pour obtenir une perfection que vous ne pouvez absolument pas atteindre pour le moment. Quand vous aurez accepté la réalité de votre imperfection, les blessures qui en résultent ne vous sembleront plus si tragiques et sérieuses. Vous les accepterez comme conséquence de vos imperfections encore existantes que vous pourrez alors observer calmement, tout en les comprenant mieux, ce qui vous rapprochera de la perfection et de la maturité. De cette façon, l'hostilité disparaîtra, comme vos provocations. Il y aura sûrement des rechutes, mais vous les accepterez de par votre perspective réaliste. Vous en obtiendrez une meilleure perspicacité, sachant que ces rechutes sont possibles parce que quelque chose n'a pas pu pénétrer assez profondément et doit donc être trouvé à nouveau pour être assimilé à des niveaux plus profonds de votre être.

L'hostilité existe en vous parce que vous êtes inconscient d'avoir été blessé et de la raison pour laquelle vous l'avez été. Pensez à des moments où vous êtes vraiment conscient d'une souffrance sans colère et sans hostilité. Vous êtes triste, mais la tristesse semble tellement humiliante à beaucoup de gens qu'ils préfèrent être en colère et donc hostiles. Il s'agit d'un type particulier de réaction infantile qui existe en tous. Vous pensez que c'est plus élevé d'être en colère et hostile plutôt que triste, donc vous supprimez la vraie blessure. Mais l'hostilité doit également être cachée, parce qu'elle vous rend coupable pour d'autres raisons; elle sort donc d'une manière détournée qui apporte à son tour d'autres provocations. La provocation est le résultat d'une hostilité inconsciente et refoulée, et l'hostilité résulte d'une blessure inconsciente et refoulée.

Avancez sur votre chemin, mes très chers. Que les bénédictions que nous vous apportons à tous puissent envelopper et pénétrer vos corps, vos âmes et vos esprits, afin que vous ouvriez votre âme pour devenir votre Soi véritable, votre propre Soi. Soyez bénis, mes amis, soyez en paix, soyez en Dieu.

*Conférence n°73 par Eva Pierrakos le 11 novembre 1960 (version non éditée).
Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Compulsion to recreate and overcome childhood hurts".
Traduction Marianne Hubert - Le Troisième Pôle.– version du 09/04/2012.*

© Pathwork Foundation