



Conférence du Guide n°84
28 avril 1961

AMOUR, POUVOIR ET SÉRÉNITÉ COMME ATTRIBUTS DIVINS ET COMME DISTORSIONS

Salutations, mes très chers amis. Que Dieu bénisse chacun d'entre vous. Bénie soit cette heure.

J'aimerais parler de trois attributs divins majeurs : amour, pouvoir et sérénité, et de la façon dont ces attributs se manifestent sous leur forme déformée. Chez la personne saine, ces trois principes œuvrent côte à côte, en harmonie parfaite, en alternance selon le besoin spécifique d'une situation. Ils se complètent et se renforcent l'un l'autre. Une flexibilité est maintenue pour qu'aucun de ces trois attributs ne puisse contredire ou en gêner un autre. Dans la personnalité déformée, ils s'excluent mutuellement. L'un est en contradiction avec l'autre, et ainsi créent-ils un conflit. Il en est ainsi parce qu'on choisit inconsciemment l'un de ces attributs pour jouer un rôle majeur dans la solution à la vie et aux problèmes de la vie.

Il se peut que vous vous souveniez que j'ai parlé des attitudes de soumission, d'agressivité et de retrait. Ce sont les distorsions de l'amour, du pouvoir et de la sérénité. J'aimerais vous parler de façon plus détaillée de comment cela fonctionne dans la psyché, comment c'est censé être une solution, et comment l'attitude dominante crée des standards dogmatiques, rigides qui sont alors incorporés dans l'image idéale de soi.

Enfant, l'être humain rencontre la déception, l'impuissance et le rejet – vrais ou imaginés. Cela crée une insécurité et un manque de confiance en soi que l'on cherche à dépasser, mais souvent, malheureusement, de la mauvaise façon. Pour maîtriser les difficultés créées, non seulement pendant l'enfance, mais également plus tard, à cause de la fausse solution, la personne s'enlise souvent de plus en plus dans un cercle vicieux. Inconsciente que c'est justement la « solution » qu'elle met en place qui lui apporte des problèmes et des déceptions, elle s'efforce, encore plus vigoureusement, de poursuivre ce qu'elle perçoit comme la solution. Moins elle est capable de le faire, plus elle doit douter d'elle. Et plus elle doute d'elle, plus elle s'égaré dans la mauvaise solution.

L'une de ces pseudosolutions est l'amour. Le ressenti est « si seulement j'étais aimé, tout irait bien ». En d'autres mots, l'amour est censé résoudre tous les problèmes. Inutile de préciser que ce n'est pas le cas, surtout quand on considère la façon dont l'amour est supposé être donné quand, en réalité, une telle personne perturbée est pratiquement incapable de vivre l'amour. Pour recevoir de l'amour, une

telle personne développe plusieurs tendances typiques de personnalité et des schémas de comportement et de réaction intérieurs et extérieurs, et se rend ainsi plus faible et plus impuissante qu'elle ne l'est en réalité. Elle adopte des caractéristiques de plus en plus effacées pour gagner amour et protection, qui seules semblent pouvoir la sauver de l'anéantissement. Elle se conforme aux exigences réelles et imaginées des autres. Elle s'aplatit et est avide au point de vendre son âme pour recevoir approbation, sympathie, aide et amour. Inconsciemment, elle croit qu'en s'affirmant, en affirmant ses souhaits, ses besoins, elle renoncerait à la seule valeur qu'elle voit dans la vie : qu'on s'occupe d'elle comme d'un enfant, pas nécessairement financièrement, mais plutôt émotionnellement. Elle met ainsi en avant, de façon artificielle et (en dernière analyse) malhonnête, une imperfection, une impuissance, une soumission qui ne sont pas authentiques. Elle les utilise comme arme et moyen pour enfin gagner et maîtriser la vie.

Pour que la personne reste inconsciente de cette fausseté, ces tendances deviennent son image idéale de soi, ou en font partie. Elle réussit à croire que toutes ces tendances sont des signes de « sa bonté, sa sainteté et son altruisme ». Quand elle se « sacrifie » pour enfin posséder un protecteur fort et aimant, elle est fière de cette capacité de se sacrifier de façon désintéressée. Elle est fière de sa « modestie » en ne mettant jamais en avant de connaissance, d'accomplissement ou de force. Elle espère ainsi forcer chez l'autre l'envie de l'aimer et de la protéger. Il existe beaucoup, beaucoup d'aspects à cette pseudosolution. Il faut chercher minutieusement à les trouver dans le travail que vous faites. Il n'est pas facile de les détecter puisque ces attitudes sont profondément enracinées. Elles semblent être devenues une partie de votre nature. De plus, elles peuvent souvent être rationalisées par d'apparents vrais besoins. En fin de compte, elles sont toujours contrariées par les tendances des autres pseudosolutions qui se trouvent à l'exact opposé et également toujours présentes, sans être toutefois aussi prédominantes. De la même façon, les autres types trouveront des aspects de soumission dans leur psyché. La mesure dans laquelle cette solution est prédominante et celle dans laquelle elle est contrecarrée par les autres « solutions » varient d'un individu à l'autre.

La personne ayant l'attitude soumise prédominante aura un peu plus de mal à découvrir l'orgueil qui prévaut dans ces attitudes. L'orgueil des autres types est bien en surface. Il se peut qu'une personne d'un autre type soit fière de son orgueil, fière de son agressivité et de son cynisme. Mais une fois vus, ces derniers ne peuvent être dissimulés sous « l'amour », « la modestie », ou toute autre attitude « sainte ». La personne de type soumis devra regarder ces tendances avec discernement pour voir comment elle les a idéalisées. Elle peut découvrir qu'elle a une attitude de critique distante et de mépris pour les personnes qui s'affirment — pas seulement sous forme d'agressivité provenant de la distorsion du pouvoir, mais même sous forme d'assurance saine. Elle peut simultanément admirer et envier ce qu'elle méprise encore et ce par rapport à quoi elle se sent supérieure en matière de « développement spirituel » ou de « standards éthiques ». Elle peut penser ou dire avec nostalgie : « si seulement je pouvais être comme cela, j'irais bien plus loin dans la vie », mais en ce faisant, elle met l'accent sur sa propre « bonté », ce qui l'empêche d'avoir ce que des personnes « moins bonnes » atteignent. Ainsi est-elle fière de son martyr, de son sacrifice de soi, et ce n'est qu'une perspicacité très honnête en la véritable nature de ses motivations qui pourra révéler l'égoïsme et

l'égoïsme fondamentaux qui prévalent dans cette attitude, tout autant que dans les autres attitudes. L'orgueil, l'hypocrisie, et le faux-semblant sont présents dans toutes ces attitudes quand elles sont incorporées dans l'image idéale de soi. La personne de type soumis aura plus de mal à trouver l'orgueil, alors que la personne de type agressif aura plus de mal à trouver le faux-semblant. Car elle se prétend « honnête » en étant sans scrupule, cynique et avide de son propre avantage.

Le besoin d'amour protecteur a une certaine validité pour l'enfant, mais si cette attitude est maintenue dans l'âge adulte, elle n'est plus valable. Dans cette recherche à être aimé, en dehors de l'avidité du plaisir suprême, se trouve l'élément de « je dois être aimé pour pouvoir croire en ma propre valeur. Alors je serai prêt à aimer à mon tour ». C'est en fin de compte un désir égoïste, déséquilibré. Les effets de cette attitude tout entière sont graves. Tout d'abord, le besoin d'un tel amour, d'une telle dépendance rendent une personne impuissante. Elle ne cultive pas en elle-même la faculté de se débrouiller toute seule. Au contraire, elle utilise toute sa force psychique pour correspondre à son idéal d'elle-même dans le but de forcer les autres à se conformer à ses besoins. En d'autres mots, elle se conforme pour que les autres se conforment à elle ; elle se soumet pour dominer, même si une telle domination se manifeste toujours comme une douce et faible impuissance.

Il n'est pas étonnant qu'une personne engloutie dans cette attitude soit séparée de son soi véritable. Son soi véritable doit être nié, car l'affirmation de ce soi paraît impertinente et agressive. Ceci doit être évité à tout prix. Mais l'indignité infligée à l'individualité par un tel déni de soi a son effet en termes de mépris et d'aversion de soi. Puisque ceci est douloureux, en plus d'être contradictoire par rapport à l'image idéale de soi qui recommande l'effacement de soi comme vertu suprême, cela doit être projeté sur les autres. De telles émotions de mépris et de ressentiment pour les autres contredisent à leur tour les standards du soi idéalisé. Il faut, par conséquent, les cacher. Cette double dissimulation cause une inversion et a de sérieuses répercussions sur la personnalité, qui se manifestent également dans des symptômes physiques de toutes sortes.

La colère, la fureur, la honte, la frustration, le mépris de soi, et la haine de soi existent pour deux raisons. Tout d'abord ils existent parce que la personne nie le soi véritable, à cause de l'indignité d'être empêchée d'être elle-même. Elle pense alors que c'est le monde qui l'empêche d'être elle-même, que le monde l'abuse et profite de sa « bonté ». C'est une projection. Ensuite, ces émotions existent parce que la personne est incapable d'être à la hauteur des dictats de ce soi idéalisé en particulier, qui lui impose de ne jamais en vouloir, détester, ne pas aimer, blâmer, trouver la faute chez les autres, etc. Le résultat est que la personne n'est pas aussi « bonne » qu'elle devrait l'être.

Dans cette brève esquisse, il y a l'image d'une personne qui a choisi « l'amour » avec toutes ses subdivisions de compassion, compréhension, pardon, union, communication, fraternité, sacrifice, comme solution rigide et déséquilibrée. C'est une distorsion des attributs divins. L'image idéale de soi d'une personne de ce type aura des standards et des dictats correspondants. La personne doit toujours se trouver à l'arrière-plan, ne peut jamais s'affirmer, doit toujours céder, ne peut jamais trouver de faute à quiconque, doit aimer tout le monde, ne peut jamais reconnaître ses propres valeurs et accomplissements et ainsi de suite. En surface, cela semble

en effet une belle image pieuse ; mais ce n'est, mes amis, qu'une caricature de l'amour, de la compréhension, du pardon, de la compassion, etc. véritables. Le poison du motif sous-jacent déforme et détruit ce qui pourrait être vraiment authentique.

Dans la deuxième catégorie se trouve le chercheur de pouvoir. Cette personne pense que le pouvoir et l'indépendance par rapport aux autres résoudront tous ses problèmes. Une personne de ce type, comme des autres types, peut présenter beaucoup de variations et subdivisions. Ce type peut être prédominant ou subordonné par rapport à l'une des deux autres attitudes ou les deux. Dans ce cas, en grandissant, l'enfant croit que la seule façon d'être en sécurité, c'est de devenir tellement fort et invulnérable, tellement indépendant et sans émotion que rien ni personne ne pourra le toucher. Il commence donc par évincer toutes les émotions humaines. Quand elles se manifestent néanmoins, il a profondément honte de toute émotion et la considère une faiblesse, qu'il s'agisse d'une faiblesse réelle ou imaginée. L'amour et la bonté seraient également considérés comme faiblesse et hypocrisie, non seulement dans leur forme déformée comme chez la personne de type soumis, mais également dans leurs formes réelles et saines. Chaleur, affection, communication, altruisme : tout cela est méprisable, et quand l'enfant en soupçonne la moindre impulsion chez lui, il en a profondément honte comme la personne de type soumis a honte de son ressentiment et des qualités d'affirmation de soi qui couvent en dessous.

Il y a beaucoup de façons et domaines de la vie et de la personnalité où cette quête de pouvoir et d'agressivité peut se manifester. Elle peut surtout être axée sur des exploits. La personne qui a cet instinct de pouvoir sera en compétition et essaiera d'être meilleure que quiconque. Toute compétition est vécue comme une injure à la position spéciale et exaltée dont elle a besoin pour sa solution personnelle. Ou il peut s'agir d'une attitude générale et moins définie dans toutes ses relations humaines. Elle cultive artificiellement une rudesse qui n'est pas plus vraie que la douceur impuissante de la personne soumise. En cela, elle est tout aussi malhonnête et hypocrite, parce qu'elle a, elle aussi, besoin de chaleur et d'affection humaines. Elle souffre aussi de son isolement. Mais en refusant d'admettre sa souffrance, elle est aussi malhonnête qu'une personne d'un autre type. Son image idéale de soi dicte des standards de perfection quasi divine en matière d'indépendance et de pouvoir. Elle croit qu'elle n'a besoin de personne, qu'elle est entièrement autosuffisante. Contrairement à d'autres, de simples êtres humains, elle n'a pas besoin d'amour, d'amitié, d'aide. L'orgueil, dans cette image, est bien manifeste, mais la malhonnêteté sera moins facile à détecter parce qu'une personne d'un tel type se cache sous la rationalisation que le type « béni-oui-oui » est hypocrite.

Puisque cette image idéale de soi dicte un tel pouvoir et une telle indépendance des sentiments et émotions humaines qu'aucun être humain ne pourrait jamais posséder, il est constamment prouvé que personne ne peut devenir son image idéale. Cela met la personne dans des crises de dépression et de mépris de soi qui doivent à nouveau être projetées sur les autres afin de pouvoir rester inconsciente de la douleur d'une telle autopunition. L'incapacité d'être son image idéale de soi a toujours cet effet. Aussi, quand les dictats de tout type de soi idéalisé sont vraiment analysés de près, on y trouve toujours l'omnipotence sous une forme

ou l'autre. Mais ces réactions émotionnelles sont si subtiles et insaisissables, tellement cachées de la connaissance rationnelle, qu'il faut minutieusement regarder certaines émotions, à certaines occasions, pour gagner la conscience de tout ceci. Ce n'est que ce travail que vous faites qui peut révéler l'existence de l'une ou l'autre de ces attitudes en vous. Il est bien sûr beaucoup plus facile de trouver quand un type est très dominant dans une seule direction. Mais dans la plupart des cas, les attitudes sont plus cachées et en conflit avec les autres types.

Un autre symptôme du type agressif -- de penser que le pouvoir est la solution pour soi -- est la vision artificiellement cultivée de « à quel point le monde et les gens sont vraiment méchants ». La personne en obtiendra plein de confirmation. Mais elle s'enorgueillit de son « objectivité », de son absence de naïveté comme raison pour n'aimer personne. Cela fait partie de ses dictats qu'elle ne doit pas aimer. Si elle aime ou si par moment sa nature véritable devait apparaître, il s'agirait d'une violation grossière de son image idéale de soi, et elle en aurait honte. À l'inverse, la personne de type soumis s'enorgueillit d'aimer tout le monde, considérant tous les autres humains comme bons, car c'est ce qu'il lui faut pour lui permettre de poursuivre son attitude soumise. En réalité, ça lui est égal que les autres soient bons ou mauvais tant qu'ils l'aiment, l'apprécient, l'approuvent et la protègent. Toute évaluation des autres dépend de cela, peu importe à quel point on arrive à « l'expliquer ». Puisque tous possèdent de vrais défauts et qualités, on peut choisir l'un ou l'autre selon l'attitude de l'autre personne par rapport à celui qui se soumet.

Le chercheur de pouvoir ne doit jamais échouer dans rien. Contrairement à la personne de type soumis qui s'enorgueillit de son échec, prouvant ainsi son impuissance et forçant ainsi les autres à l'aimer et à la protéger, le chercheur de pouvoir s'enorgueillit de ne jamais échouer en rien. (Il peut y avoir certains domaines de sa personnalité où l'échec est permis parce que là, l'attitude qui prévaut peut être la soumission, comme la personne de type soumis peut avoir certains domaines dans sa personnalité où elle recourt au pouvoir comme solution). Les deux types sont tout aussi rigides, irréalistes et irréalisables. L'une ou l'autre de ces « solutions » est donc une source constante de douleur et de désillusion par rapport à soi, et apporte davantage de manque de respect de soi.

Comme je l'ai indiqué précédemment, il y a toujours un mélange de toutes ces « solutions » dans une personne même s'il y en a une qui prédomine. La personne ne peut donc faire justice à ses propres dictats. Même s'il était possible de ne jamais échouer ou d'aimer tout le monde ou d'être entièrement indépendant des autres, cela devient encore plus impossible quand les dictats de l'image idéale d'une personne exigent d'elle de simultanément aimer tout le monde et être aimé de tous et de les conquérir. Pour atteindre un tel but, elle doit souvent être agressive et sans scrupule. Une image idéale de soi peut simultanément demander d'une personne qu'elle soit toujours altruiste pour gagner l'amour, qu'elle soit toujours égoïste pour gagner le pouvoir, qu'elle soit complètement indifférente et distante de toute émotion humaine pour ne pas être perturbée. Pouvez-vous imaginer le conflit que ceci produit dans l'âme, à quel point l'âme doit être déchirée ?! Quoiqu'elle fasse, c'est faux et induit de la culpabilité, de la honte, de l'inadéquation et donc, de la frustration et du mépris de soi.

Considérons maintenant le troisième attribut, la sérénité, choisie comme solution et donc déformée. À l'origine il se peut qu'une personne ait été tellement déchirée entre les deux premiers aspects, qu'elle cherche une issue en recourant au retrait par rapport à ses problèmes intérieurs et donc par rapport à la vie en soi. C'est-à-dire que, en dessous de son retrait ou de sa fausse sérénité, elle est toujours déchirée en deux, seulement elle n'en est pas consciente. Elle a construit une façade aussi forte de fausse sérénité que tant que les circonstances de la vie le lui permettent, elle se croit vraiment sereine. Mais les orages de la vie la touchent, et permettent que les effets du conflit sous-jacent qui rage finissent par émerger, et lui montrent à quel point sa sérénité était fausse. Il sera révélé que celle-ci était construite sur du sable.

La personne de type renfermé et le chercheur de pouvoir semblent avoir quelque chose en commun, la distance des sentiments et des émotions, le non-attachement aux autres, une forte pulsion d'indépendance. Quelle que soit la similitude des motivations émotionnelles sous-jacentes – la peur d'être blessé et déçu, la peur d'être dépendant des autres et donc de manquer d'assurance – les dictats de l'image idéale de soi des deux types sont très différents. Le chercheur de pouvoir est fier de son hostilité et de son esprit agressif combattant. La personne de type renfermé est entièrement inconsciente que de telles émotions existent, et quand elles se manifestent, elle en est choquée parce qu'elles violent ses dictats. Ces dictats sont qu'elle regarde tous les humains avec bienveillance et détachement, connaissant leurs qualités et leurs faiblesses, mais sans être dérangée ou affectée par les unes ou les autres. Ceci serait effectivement de la sérénité, si c'était vrai. Mais aucun être humain n'est encore arrivé aussi loin ; de tels dictats sont donc irréalistes et irréalisables. Ils incluent également l'orgueil et l'hypocrisie – l'orgueil parce que la personne n'est pas aussi divine dans son détachement, sa justice et son objectivité. En réalité, sa vision peut être tout aussi colorée par ce que l'autre pense d'elle comme, par exemple, la personne de type soumis. Mais elle est trop fière pour admettre qu'elle, l'exaltée, puisse être touchée par de telles faiblesses humaines ; elle se considère au-dessus de tout ça. Et puisque ce n'est pas vrai du tout et ne peut jamais être vrai tant qu'elle est humaine, elle ne peut pas répondre aux attentes de son image idéale de soi, ce qui la rend tout aussi automéprisante, coupable et frustrée que quand les personnes des autres types ne peuvent pas répondre aux attentes de leurs standards respectifs.

Ces trois types majeurs sont esquissés très brièvement de façon très générale. Inutile de dire qu'il en existe beaucoup de variations. La tyrannie de l'image idéale de soi se manifestera selon la force, l'intensité et la distribution de ces « solutions ». Il faut trouver tout ceci dans son travail personnel. Il ne faut jamais oublier qu'une telle attitude ne peut quasiment jamais être entière dans une personne. En d'autres mots, elle peut être présente plus fortement dans certains domaines et facettes de la vie et de la personnalité, et à moindre degré dans d'autres, et même pas du tout dans d'autres facettes de la vie. La partie la plus importante de ce travail est de ressentir ces émotions, de les vivre vraiment. Il est impossible de se débarrasser de cette image idéale de soi qui vous empêche de vivre si vous ne faites que regarder et observer ce qui est en vous de façon détachée. Vous devez devenir conscient avec acuité de toutes ces tendances souvent contradictoires, et ce sera douloureux. La douleur qui a toujours été en vous, mais cachée et contre laquelle vous vous « protégez » en la déchargeant sur les

autres, sur la vie, sur le destin, cette douleur deviendra une expérience consciente avec laquelle vous devez absolument travailler. À première vue, cela vous semblera une rechute. Vous croirez que vous êtes pire qu'avant d'entamer ce travail. Mais ce n'est pas le cas. C'est justement votre progrès qui a rendu possible que toutes les émotions cachées jusque-là deviennent conscientes pour que vous puissiez vraiment vous en servir pour analyse. Autrement, vous ne pourriez jamais dissoudre la superstructure de votre tyrannie, de votre image idéale de soi avec tout le mal inutile qu'elles vous infligent. Vous êtes tellement conditionné par les réactions émotionnelles auxquelles vous vous êtes habitué, vous y êtes tellement impliqué que vous ne pouvez voir ce qui est devant vos yeux. Vous négligez de regarder vos réactions émotionnelles apparemment sans importance, tout simplement parce qu'elles sont devenues une partie de vous, tout en recherchant de nouvelles prises de conscience dissimulées. Mais ce sont justement ces réactions émotionnelles qui vous fourniront l'indice, une fois votre attention focalisée sur elles. Tout ceci serait impossible si vous n'étiez pas perturbé. La perturbation doit donc forcément être exposée au grand jour, et c'est à ce moment-là que vous pouvez la régler.

Commencez donc, mes amis, par voir vos émotions sous cette lumière. Vous verrez alors quelles exigences impossibles votre image idéale de soi vous impose. Vous verrez que c'est votre image idéale de soi ; et non pas Dieu, pas la vie, pas les autres qui exigent tout cela. Vous commencerez également à voir qu'à cause de ces exigences de soi, vous avez besoin des autres pour justifier la mise en place de ces exigences. Vous demandez donc inconsciemment aux autres ce qu'ils sont incapables de vous donner. Vous êtes donc beaucoup plus dépendants qu'il ne faut, malgré tous vos efforts vers une indépendance déformée du type agressif ou renfermé.

Vous devez également trouver la cause et l'effet de ces conditions. Vous verrez votre vie, vos difficultés passées et présentes à partir d'une nouvelle perspective. Vous comprendrez que vous avez créé beaucoup de ces difficultés, si pas toutes, justement à cause de votre « solution ».

Il ne suffit pas de comprendre intellectuellement que plus vous êtes impliqué dans vos pseudo solutions, moins votre soi réel peut se manifester ; vous devez également l'éprouver. Cela se passera forcément si vous permettez que vos émotions se manifestent et si vous travaillez avec elles. Alors, et seulement alors, pourrez-vous commencer à ressentir la valeur intrinsèque de votre soi réel. Et seulement alors sera-t-il possible de relâcher la fausse valeur de votre soi idéalisé. Il s'agit donc d'un processus mutuel. En vous permettant de voir les fausses valeurs, aussi douloureux soit-il, vos vraies valeurs émergeront graduellement et vous n'aurez plus besoin des fausses. Puisque le soi idéalisé vous sépare de votre soi réel, vous êtes totalement inconscient de vos vraies valeurs. Vous vous concentrez (inconsciemment) tout au long de votre vie sur ces fausses valeurs – soit sur des valeurs qui vous manquent, mais que vous pensez devoir avoir et que vous faites semblant à vous-même et aux autres de posséder effectivement, soit vous vous concentrez sur des valeurs qui sont là potentiellement, mais qui n'ont pas encore été développées pour pouvoir être appelées valeurs à juste titre. Puisque votre image idéale n'admet pas que ces valeurs soient encore à développer, vous ne les développez pas et vous les revendiquez comme si elles étaient déjà pleinement matures. Et parce que vous ne pouvez pas voir ces vraies valeurs, vous avez peur

de relâcher les valeurs fausses parce qu'alors il vous semble ne rien avoir du tout. Vos vraies valeurs ne comptent donc pas. Elles n'existent pas. Cela peut être soit parce qu'elles contredisent les exigences de votre soi idéalisé, soit parce que tout ce qui vient naturellement et sans effort ne semble pas réel. Vous êtes tellement conditionnés à tendre vers l'impossible qu'il ne vous vient pas à l'esprit que ce qui est de valeur vraie et déjà là n'a pas besoin de tension. Mais vous n'utilisez pas ces valeurs ; souvent elles sont en friche. C'est fort dommage, mes amis, parce qu'après tout, vous avez établi l'image idéale de soi, comme je l'ai indiqué la dernière fois, parce que vous ne croyez pas en votre vraie valeur. Et parce que vous construisez l'image idéale de soi et essayez de la devenir, vous ne pouvez pas voir ce qui vaut la peine en vous d'être accepté et cru. Dérouler tout ce processus est douloureux au début, parce que les émotions d'anxiété, de frustration, de culpabilité, de honte, etc. doivent être éprouvées de façon aiguë. Mais en procédant courageusement, vous gagnerez une perspective très différente sur tout. En fin de compte, et c'est l'étape la plus importante, vous commencerez à voir votre soi réel pour la toute première fois. Vous verrez ses limitations. Au début, ce sera un choc de devoir accepter ces limitations qui sont tellement éloignées de votre soi idéalisé. Mais en apprenant à le faire, vous commencerez à voir des valeurs que vous n'avez jamais vraiment vues et dont vous n'avez jamais été conscient. Et un sentiment de force et de confiance en soi tout différent vous montrera la vie et vous-même. Graduellement, petit à petit, ce processus aura lieu. Il renforcera la vraie indépendance, pas la fausse, en ce que le fait d'être apprécié par les autres ne sera plus l'unité de mesure de votre sens de valeur. Jusque-là, l'évaluation par les autres est si importante uniquement parce que vous ne vous évaluez pas vous-même, et devient donc un substitut. Mais quand vous commencez à vous faire confiance et à vous apprécier, ce que les autres penseront de vous n'aura plus autant d'importance. Vous serez sûr de vous, et vous n'aurez plus besoin de construire de fausses valeurs dans l'orgueil et le faux-semblant. Vous ne dépendrez plus d'une image idéale de soi sur laquelle vous ne pouvez vraiment pas compter et qui vous affaiblit donc. La liberté de déposer ce fardeau ne peut être décrite par des mots.

Mais ceci, mes amis est un processus lent. Cela ne se fait pas du jour au lendemain. C'est le résultat d'une constante recherche en soi, de l'analyse de vos problèmes, de vos attitudes et de vos émotions. En procédant ainsi, le vous réel avec ses véritables valeurs et capacités évoluera dans un processus de croissance intérieure et naturelle. Et votre individualité deviendra alors de plus en plus forte. Votre nature intuitive se manifestera sans inhibition, avec toute sa spontanéité naturelle et fiable. De cette manière, votre vie deviendra la meilleure possible. Pas sans faute, pas libre de tout échec, n'excluant pas la possibilité de commettre des erreurs, mais échecs et erreurs seront vécus très différemment. De plus en plus, vous combinerez l'attitude divine d'amour, de pouvoir et de sérénité de façon saine, plutôt que de façon distordue.

L'amour ne sera pas qu'un moyen d'arriver au but. Ce ne sera pas un besoin qui vous sauve de l'anéantissement. L'amour cessera donc d'être égocentrique. Votre propre capacité d'aimer combinera donc le pouvoir et la sérénité. Autrement dit, vous communiquerez dans l'amour et la compréhension, dans une saine indépendance, mais vous serez vraiment indépendant parce qu'amour, pouvoir et sérénité ne serviront plus de substitut au respect de soi qui vous manque. Votre amour, qui sera devenu réel et non égocentrique, ne sera plus en contradiction avec

vosre force, parce que vous ne voudrez plus exercer de pouvoir par orgueil ou par mépris, pour triompher des autres, mais bien pour exercer un pouvoir sur vous-même et vos difficultés, sans avoir à prouver quoi que ce soit à quiconque. Quand vous cherchez la maîtrise en déformant l'attribut du pouvoir, vous le faites pour prouver votre supériorité. Quand vous gagnez la maîtrise par un pouvoir sain, vous le faites pour grandir. L'incapacité de maîtrise dans l'une ou l'autre situation ne représentera plus de menace comme c'est le cas dans la distorsion. Cela ne diminuera pas votre valeur à vos propres yeux, et on n'a donc plus rien à prouver aux autres. Vous grandirez donc vraiment dans chaque expérience de vie. Vous apprendrez et vous accomplirez quelque chose. Vous aurez donc un pouvoir véritable et non un type de pouvoir faux. Il n'y aura pas d'ambition, de compulsion et de hâte distordues.

La sérénité saine ne vous fera pas vous cacher de vos émotions, de l'expérience, de la vie, et de vos propres conflits, mais par les deux attitudes saines précédentes, vous ne serez pas aussi préoccupé par vous-même, et le résultat en sera que vous serez vraiment plus objectif. C'est la vraie sérénité – ne pas éviter de l'expérience et des émotions qui pourraient être douloureuses sur le moment, mais rapportent une clé importante quand on prend le courage de les traverser et de trouver ce qu'elles cachent.

L'amour, le pouvoir et la sérénité peuvent donc vivre main dans la main. En fait, quand chacun de ces attributs est sain, ils se complètent. Mais ils peuvent causer la plus grande guerre en vous quand ils sont distordus.

Et maintenant, mes très chers, je suis prêt pour vos questions.

QUESTION : Quand un enfant force l'amour par une crise de colère et que l'adulte répète ce schéma plus tard – pas nécessairement extérieurement, mais par des crises de colère intérieures – s'agirait-il de la « solution » du pouvoir ?

RÉPONSE : Vous ne pouvez pas l'épingler de cette façon. Comme d'habitude, toutes les généralisations peuvent être trompeuses. Chaque cas est différent. Dans un cas, cela peut effectivement être vrai. L'instinct de pouvoir est frustré parce que le soi idéalisé de la personne nécessite qu'elle obtienne toujours ce qu'elle veut. Mais cela peut également exister chez une personne du type soumis qui a besoin d'amour comme solution à tous ses problèmes. Elle est tellement convaincue que ceci sera la solution et en dépend tellement que quand les autres n'obéissent pas à son commandement, elle est indignée. La fureur et le mépris de soi sont si forts qu'ils doivent forcément s'extérioriser et ensuite être projetés sur l'autre. Ceci à son tour crée de la culpabilité parce que c'est une offense aux ordres du soi idéalisé qui imposent de ne jamais se fâcher contre quelqu'un.

Cela peut également être une combinaison de la recherche de pouvoir et d'amour. Ces deux attitudes sont constamment en guerre l'une contre l'autre. D'un côté, le besoin d'être aimé est très fort. Mais de l'autre côté, se trouve la supériorité de la personne du type de pouvoir qui se sent particulièrement humiliée et exposée par cette dépendance, qui meurt d'envie de démontrer son invulnérabilité, tout autant qu'elle meurt d'envie d'être aimée.

Il se peut donc que ce soit une combinaison. Chaque personne doit la trouver séparément et individuellement. Il faut l'appliquer à sa propre personne, non seulement en ce qui concerne la situation de l'enfance quand ces « solutions » ont été inconsciemment mises en place, mais également dans les adversités et les problèmes actuels de la vie. Elle doit se rendre compte que dans certaines situations, c'est une tendance qui prédomine, alors que dans d'autres, c'est une tendance différente.

QUESTION : Vous nous avez montré comment fonctionne la distorsion de ces attributs. Et vous nous avez également montré comment ces attributs fonctionnent main dans la main de façon saine. Mais en plus, je ressens que non seulement ces attributs peuvent aller main dans la main de façon divine, ils sont en fait des sous-produits l'un de l'autre. L'amour sous sa forme de force, et la force provenant de l'amour, et les deux réunis produisant la sérénité. Ma question est, existe-t-il une distorsion de cette unification elle-même où l'on croit que l'on peut les combiner, mais que ce serait en les déformant ?

RÉPONSE : Il existe, à nouveau, une attitude très contradictoire. D'un côté, la personne peut croire, par moments, que la combinaison est possible. Et vous trouverez dans ce travail qu'une personne peut dire de façon désinvolte : « mais pourquoi pas ? Pourquoi ne pourrais-je avoir ceci et en même temps cela ? » Ce n'est qu'après analyse plus précise qu'il s'avérera qu'il s'agit d'une exclusion mutuelle, justement parce qu'il y a déformation. Une personne peut donc, bien sûr, être intérieurement quelque peu convaincue que la combinaison est possible. Et elle aurait raison, si la combinaison était saine, mais quand elle est malsaine, c'est impossible. Pourtant, dans le travail, on verra exactement pourquoi et comment les deux tendances s'opposent l'une à l'autre en voyant la cause et l'effet de chacune.

Il est également vrai qu'une personne, parce que tout ceci est inconscient, est souvent convaincue en même temps que la combinaison est impossible. Quand elle est soumise, elle se hait donc elle-même parce qu'un autre côté d'elle dicte qu'elle doit être fière, distante et indépendante. Elle ne voit pas qu'elle pourrait s'incliner, tout en s'affirmant par la même occasion dans une saine indépendance. Cela fonctionne donc des deux façons. D'un côté la personne se déteste parce qu'elle ne combine pas les deux, et de l'autre côté elle désespère parce qu'elle croit inconsciemment qu'elle doit prendre une décision en faveur d'un côté et n'y arrive pas.

QUESTION : Je me demande si une tentative déformée d'unification peut se dissimuler sous le masque de la flexibilité et du bon jugement qu'on a toujours.

RÉPONSE : Oui, c'est très souvent le cas.

QUESTION : Pourriez-vous donner un aperçu des raisons pour des actions de compulsion ? En particulier, quelle est la base émotionnelle générale pour acheter ou manger de façon compulsive ? Et comment peut-on combattre ces deux actions en particulier ?

RÉPONSE : La seule façon de les combattre est d'entrer dans ce travail et de trouver les raisons sous-jacentes. Il doit y avoir une raison très personnelle

particulière à trouver. Si l'on essaie de combattre la compulsion par de la discipline, ce que vous pouvez espérer au mieux c'est de faire disparaître le symptôme, mais d'autres symptômes se développeront à la place et produiront une anxiété encore plus grande.

Pourquoi ces compulsions existent-elles ? À nouveau, il ne faut pas généraliser. Mais pour autant qu'il soit possible de généraliser, je peux dire ceci : toute compulsion provient d'une conclusion inconsciente qu'il faut obtenir, atteindre ou avoir quelque chose. Mais avant que cela atteigne la personnalité extérieure, il est possible que l'objectif se soit déporté sur une substitution. Par exemple, l'image idéale de soi dicte d'être à la hauteur de quelque chose ou de gagner quelque chose, et la personne est incapable d'y arriver. Elle est alors obligée de rechercher d'autres issues. Elle est tellement frustrée au sujet de sa propre incapacité à être à la hauteur de ce qu'elle devrait et pourrait atteindre qu'elle doit alors trouver un substitut. Une compulsion à acheter des objets, quand on en analyse la signification symbolique, montre que cela représente une avidité. Cela peut provenir d'une distorsion du pouvoir d'avoir et de posséder. Cela peut provenir d'une distorsion de l'amour : « Si je ne peux pas avoir de l'amour, alors je veux des objets à la place ». La compulsion de manger peut avoir des racines similaires. Il peut également s'agir d'un substitut pour la frustration de ne pas être capable de recevoir le plaisir que l'on recherche. Ce plaisir recherché existe à cause des fausses tentatives de résoudre la vie. Quand les effets de ces tentatives et attitudes déformées sont analysés suffisamment, l'on trouvera qu'elles empêchent justement d'obtenir ce qu'on veut. Une fois compris, le substitut avec sa nature contraignante diminuera d'importance dans la mesure où l'on en comprend la cause et l'effet intérieurs.

Même si l'explication générale et les exemples que je cite ici devaient s'appliquer à une personne, cela ne servirait à rien. La personne doit trouver cela elle-même et, peut-être d'abord, l'expérimenter comme si c'était entièrement différent de l'explication donnée. À ce moment là, et seulement alors, ce sera bénéfique.

QUESTION: Quelle est l'explication psychologique pour une personne qui devient dépendante de la drogue ?

RÉPONSE : À nouveau, je ne peux aller au-delà d'une explication très générale. Chaque cas peut être différent. Tout ce que je peux dire ici c'est que la vie est devenue tellement difficile à gérer, non pas parce qu'elle est vraiment si difficile, mais à cause des problèmes intérieurs qui déchirent la personne ; cette séparation de soi va en grandissant, et la réalité en devient donc non seulement plus laide, mais également plus distante. La douleur de l'illusion devient insupportable. Tout cela produit des échappatoires délibérées, telles qu'une addiction à la drogue ou à l'alcool, ou une psychose ou d'autres mesures encore. Les addictions sont souvent également motivées par un très grand désir d'amour, de plaisir, et d'extase. Ainsi un autre de ces cercles vicieux se met en place. Plus on est séparé du soi réel, moins le plaisir est possible, et donc plus le désir du plaisir devient grand. Alors on recherche un substitut comme raccourci dans une telle addiction.

QUESTION : Nous sommes entourés par des formes-pensées de qualité différente et de force différente, etc. De quelle façon ces formes-pensées interagissent-elles avec les différentes identités ?

RÉPONSE : Les formes pensées ou les formes émotions négatives ou distordues qui émanent des autres affecteront les niveaux correspondants qui sont également distordus. Les formes pensées et formes émotions qui émanent du vrai soi affecteront le vrai soi de l'autre personne. Dans aucune circonstance, vous n'êtes la proie des formes distordues des autres, parce que, si vous cherchez vraiment en vous-même, de tels effets vous aideront à faire émerger vos propres distorsions pour pouvoir en devenir conscient et apprendre à les gérer en résolvant le problème sous-jacent.

Quant à l'effet de vos propres formes pensées et formes émotions sur vous-même, il serait trompeur de dire que ce sont elles qui sont la cause de votre souffrance. Elles sont le produit de vos propres conflits et des fausses solutions que vous recherchez. Que ces conflits et solutions fausses produisent des formes qui y correspondent n'est qu'accessoire. Il ne faut pas croire que ce sont les formes-pensées qui interfèrent. Elles existent. Mais l'ingérence actuelle provient de l'attitude fautive. Vos formes-pensées distordues ou celles des autres ne peuvent que faire jaillir vos problèmes sous-jacents— et ça, c'est bon.

Je bénis chacun d'entre vous. Que ces mots vous donnent de la nourriture, non seulement pour réflexion, mais pour favoriser des prises de conscience et de la compréhension. Puissiez-vous donc gagner un pas de plus vers la lumière et la liberté, la lumière et la liberté qui peuvent être vôtres si la tyrannie et l'orgueil de votre image idéale de soi sont affaiblis par ce travail. Procédez sur ce chemin de bonheur. Gagnez de plus en plus de force, et laissez nos bénédictions et notre amour vous aider et vous revigorer. Soyez bénis, mes très chers. Soyez en paix. Soyez en Dieu !

*Conférence n°84 par Eva Pierrakos le 28 avril 1961 (version non éditée).
Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Love, Power and Serenity as divine attributes and as distortions".
Traduction Marianne Hubert - Le Troisième Pôle - version 22/12/2007.*

© Pathwork Foundation