



Conférence du Guide n°95  
5 janvier 1962

## L'ALIÉNATION DE SOI - LA VOIE DE RETOUR VERS LE SOI RÉEL

Salutations, mes très, très chers amis. Que Dieu bénisse chacun d'entre vous. Vos efforts sont bénis. Votre lutte vaillante pour vous trouver et trouver ainsi votre sens de vie est bénie.

En ce moment, ce qui représente pour vous une nouvelle année - pour nous, cette fragmentation d'être que vous appelez « le temps » n'est pas connue, bien sûr - , je voudrais vous donner une compréhension globale de votre travail actuel à partir d'une approche adaptée à vos nouvelles prises de conscience. Pour ce faire, comprenons d'abord ce qu'est le combat humain en tant que tel. Le simple état d'être humain est un problème parce que vous vous trouvez dans un état intermédiaire.

Vous vous êtes éveillé à partir d'un état inférieur, d'une forme végétale ou animale, où vous étiez dans un état d'être et en harmonie, mais sans conscience. Vous n'avez pas encore atteint un état d'harmonie avec la conscience. Cet état intermédiaire représente la lutte humaine en tant que telle. Cette lutte s'applique non seulement à ceux qui sont sur n'importe quel type de chemin de chercher à trouver le soi, mais elle s'applique à chaque être humain, peu importe son état de développement, son caractère ou ses efforts. La seule différence entre ceux qui travaillent activement vers le fait de se trouver et ceux qui ne le font pas, c'est que les premiers amènent dans leur conscience cette lutte même, tandis que les seconds sont inconscients du fait qu'ils sont en train de lutter. Votre lutte est de trouver l'état d'être tout en étant conscient. Avec cette conscience, vous pouvez vivre une bonne combinaison entre l'activité et la passivité, l'action et l'inaction. Là-dedans, il y a souvent de la confusion.

De plus, la lutte humaine se manifeste dans le fait d'essayer de dépasser les obstructions qui viennent de l'inconscience. L'inconscience signifie l'irréalité et la non-vérité. La non-vérité produit de la souffrance. Cela pourrait aussi s'exprimer comme étant la lutte entre l'esprit et la matière, car la matière est le résultat de l'inconscience, de l'irréalité, de la non-vérité. L'humanité a tenté de maîtriser la matière de nombreuses façons, mais en fin de compte, cela doit toujours signifier la maîtrise sur la non-vérité en vous, personnellement. Ce n'est que lorsque vous devenez conscient de votre propre non-vérité plutôt que de la non-vérité générale, que vous pouvez enfin la dépasser.

Ce n'est qu'en découvrant votre propre irréalité – vos conclusions erronées, vos pseudo-solutions, vos évitements - que vous atteindrez le noyau de votre être. Lentement mais sûrement, vous commencerez à agir et à réagir à partir de ce noyau de vous-même, plutôt qu'à partir des surimpositions qui sont erreurs et distorsions. Ce n'est que lorsque vous agissez et réagissez à partir du noyau de votre individualité propre que vous allez atteindre et affecter le noyau des autres, peu importe s'ils travaillent ou non eux-mêmes sur un chemin comme celui-ci. Cela suit la loi de l'attraction de ce qui est similaire et la répulsion de ce qui ne l'est pas, c'est-à-dire la loi des affinités.

Encore et encore, vous cherchez en vain votre soi réel, le noyau de votre être. Vous êtes confus dans le fait que vous prenez les surimpositions comme étant le soi réel, simplement parce que vous y êtes devenu tellement habitué. Il se peut que vous ayez découvert leur destructivité, leur artifice, mais jusque-là, vous ne pouvez pas encore vous en passer. Vous n'avez pas encore obtenu le sens, la conscience et l'expérience du soi réel. Vous vous demandez : « Qui suis-je ? Où est mon soi réel ? »

Je tente de vous guider vers le noyau de votre nature sous différents angles, à travers différentes approches. Avec cela, je peux vous aider, mais vous devez faire le travail de reconnaître, de confronter et de changer. En bref, c'est votre lutte. Si vous voulez devenir heureux, mener une vie fructueuse et riche, vous devez être un, sans division. Et cela ne peut exister que si vous êtes votre soi réel. Il est logique et raisonnable que la lutte et l'effort soient les vôtres, si vous voulez vous réaliser.

L'état d'aliénation de soi - celui de ne pas être son soi réel - est si prédominant que ses symptômes ne sont pas visibles. Vous ne les remarquez pas parce qu'ils sont à ce point généralisés que l'on suppose qu'ils sont «normaux».

Examinons à nouveau l'aliénation de soi, ce qu'elle signifie, quelques exemples de la manière dont elle se manifeste et comment elle peut être reconnue. Nous avons déjà discuté de tout cela, mais je cherche cependant à amener toujours de nouvelles approches pour vous aider à comprendre.

Une façon de déterminer l'aliénation de soi consiste à déterminer dans quels domaines de la vie vous vous sentez impuissant, là où vous vous sentez piégé dans des situations en dehors de votre contrôle. J'ai indiqué plusieurs fois que là où un tel état d'impuissance existe, il doit y avoir un problème sous-jacent, un conflit non résolu. Pour aller un pas plus loin, vous pouvez voir un tel conflit non résolu comme le résultat de l'aliénation de soi, ou voir l'aliénation de soi comme le résultat d'un problème non résolu. Quelle que soit la façon dont vous souhaitez le formuler, l'impuissance, le fait de se sentir sans pouvoir, la paralysie de vos facultés sont les résultats de l'aliénation de soi. Ceci est en connexion intime avec les problèmes non résolus qui existent dans l'erreur.

Il est très facile de mal interpréter ces mots, surtout pour une personne atteinte de la pseudo-solution du pouvoir. Ne pas être impuissant ne signifie pas que vous gagnez toujours, que vous ne subissez jamais de frustrations, d'insatisfactions, que les choses vont toujours dans le sens du plan idéal. Au contraire, la personne avec une telle pseudo-solution qui a pour objectif le pouvoir est plus dépendante que

la plupart, des autres et de la vie. Elle doit gagner ! Son but immédiat doit être satisfait. Sinon, elle se sent affaiblie et humiliée. Puisqu'une telle satisfaction de chaque souhait, le fait de gagner constamment ne peut jamais dépendre de vous seul, vous êtes dépendant. L'individu investit sa propre force inhérente dans d'autres, qu'il met sous pression, consciemment ou inconsciemment, pour qu'ils fassent ce qu'il veut. Ce qui existe en lui, sa force, son ingéniosité et sa raison, est mis à l'extérieur, et il les dirige vers les autres plutôt que de les utiliser pour lui-même. C'est l'aliénation de soi. Cela amène autant d'impuissance que chez une personne qui est ouvertement soumise, faible et obéissante.

Lorsque je dis qu'être votre soi réel vous rendra maître de votre vie, cela signifie autre chose qu'une compulsion poussée par le pouvoir de toujours gagner et de ne jamais vous passer de ce que vous souhaitez. Lorsque votre soi réel vous rend maître de votre vie, cela signifie qu'en raison d'un minimum de problèmes intérieurs, vos forces peuvent agir de manière constructive et productive. Elles ne sont pas paralysées par une mauvaise gestion intérieure. La richesse de votre esprit, de votre individualité humaine pourra s'épanouir dans toute sa force. Lorsque vous vous trouvez dans une situation difficile, vous utilisez votre force pour trouver la solution intérieure et extérieure, car il y a toujours une bonne solution. Tout ce que vous devez faire est de la voir.

Lorsque votre expérience de vous-même, des autres et de la vie n'est pas distordue, mais en accord avec la réalité, vous allez exprimer toutes les forces bienveillantes – de la raison, de l'amour, de la compréhension, de la perspicacité, de la force, de l'ingéniosité, de la résilience, de la flexibilité, de l'adaptabilité, de l'affirmation de soi, de la créativité – que contient votre soi réel. Vous vous exprimerez de manière adéquate et serez compris parce que votre soi réel sera libre. Vous serez dans la position de pouvoir distinguer, de faire des choix et de prendre des décisions, parce que votre peur et votre anxiété seront parties. En faisant un choix juste et mature, vous pourrez faire la distinction entre ce qui est vrai, valable, constructif et ce qui ne l'est pas. Avec une telle clarté, vous trouverez un moyen de sortir de n'importe quelle difficulté, et la difficulté elle-même sera devenue un tremplin pour vous.

Vous ne pouvez atteindre ce stade que lorsque l'insatisfaction ne vous anéantit pas. Pourquoi est-ce que cela a cet effet sur vous ? C'est parce que votre expérience de vous-même et des autres est tellement distordue que vous ressentez toute frustration comme un rejet personnel et comme une preuve de votre inadéquation. Vous ne pouvez renoncer à cette attitude qu'après avoir pleinement compris que votre valeur et votre amabilité n'ont rien à voir avec la satisfaction ou l'insatisfaction. Cette insatisfaction peut être le résultat de votre force inhibée qui est votre soi réel, mais l'inhibition n'a rien à voir avec votre être réel. Votre être réel est simplement désactivé par votre perception distordue de la réalité, de certains facteurs de votre vie.

La personne qui s'est aliénée d'elle-même vit la frustration d'un souhait ou d'un objectif de façon bien plus douloureuse que la simple insatisfaction du souhait ou de l'objectif lui-même. En d'autres termes, la souffrance de ne pas avoir ce que vous voulez est bien moins importante que le facteur supplémentaire de sembler recevoir la preuve de votre manque de valeur, de votre inadéquation et de votre

manque d'amour – du fait que vous n'êtes rien. Bien sûr, c'est inconscient. En fait, vous faites beaucoup d'efforts pour ne pas être conscient de cette déduction douloureuse. Vous la recouvrez avec les tendances, pensées, émotions et attitudes justement opposées.

Néanmoins, il existe une partie en vous où vous percevez les choses exactement de cette manière. Cela explique la souffrance souvent disproportionnée d'un échec, d'un rejet ou d'un manque de succès dans un domaine particulier. Souvent, elle peut être rationalisée par une situation réelle vraiment douloureuse. Néanmoins, en dessous, vous trouverez ce lien entre votre valeur et la situation extérieure. Ce n'est qu'après avoir pris conscience de ce processus et de votre perception déraisonnable des conditions extérieures que vous serez en position (1) de percevoir la réalité et ainsi trouver votre soi réel dans ce domaine et (2) de ne plus être aliéné de votre soi réel. Ce n'est qu'alors que vous allez également altérer et modifier la situation extérieure.

Alors que vous traversez ce processus et que vous obtenez une perspective dans votre sens de réalité distordue, votre sens de la réalité va automatiquement s'améliorer. Le résultat de ceci sera inévitablement que vous allez donner moins de pouvoir aux circonstances extérieures qu'auparavant. Vous vous sentirez moins impuissant à mesure que vous deviendrez capable de mobiliser votre force inhérente et d'autres facultés qui mènent à une vie riche. La démobilitation de ces facultés est le résultat de l'aliénation de soi qui, à son tour, est le résultat de et en lien avec votre expérience distordue de la vie et de vous-même, de votre incapacité à renoncer et de votre illusion d'être écrasé, anéanti, diminué et de n'avoir aucune valeur si certains souhaits ne viennent pas comme vous aimeriez qu'ils viennent, selon leur programmation pour ainsi dire.

Votre peur de l'échec n'est pas si aiguë à cause de l'échec lui-même, mais parce qu'il implique pour vous que vous avez échoué parce que vous êtes inférieur. Votre peur de la responsabilité n'est pas tellement énorme à cause de votre paresse, mais parce que l'échec dans le fait de ne pas obtenir la satisfaction implique l'infériorité de soi. La peur de la frustration du plaisir n'est pas si aiguë parce que vous ne pouvez pas vivre sans ce plaisir-là, mais parce qu'elle implique une infériorité. Une fois que vous voyez qu'il en est ainsi chez vous et que vous expérimentez vraiment cette distorsion, vous finirez par vous en sortir. Ce faisant, votre capacité à percevoir et à expérimenter des facteurs tels que le succès, la responsabilité et le plaisir dans leur réalité augmentera, et vous aurez accès à votre Soi réel. Vous ne devrez plus vivre avec une couverture de faux-semblant en vous aliénant du noyau de votre individualité. Vous allez réaliser en vous ce qui, jusque-là, n'avait été qu'un potentiel.

Tant que vous vivez en périphérie, vous éjectez votre propre pouvoir à l'extérieur de vous-même. Ceci peut se passer sous la forme d'une autorité à laquelle vous avez donné de tels pouvoirs, qu'il s'agisse d'un individu ou d'une institution. Il peut également arriver que vos propres pouvoirs inhérents soient projetés simplement sur la vie et le destin et sur « ces circonstances inaltérables » globalement. Alors, vous pouvez attendre la faveur du destin dans l'impuissance, et si elle n'arrive pas, vous devez blâmer l'injustice et le côté arbitraire du monde plutôt que votre propre erreur. Vous regardez dans la mauvaise direction. Il ne vous vient

pas à l'esprit de regarder là où vous pourriez trouver de nombreuses solutions. Vous préférez rester dans l'impuissance, projetant tous vos propres pouvoirs, forces et facultés en périphérie. Ainsi, vous n'êtes jamais capable de résoudre quoi que ce soit.

L'aliénation de soi peut exister et existe d'ailleurs souvent sous la forme de la projection de ses propres facultés et pouvoirs sur les aspects de soi. Maintenant, vous pouvez vous dire que cela ne peut pas être le cas parce que si c'est le soi, ce n'est donc pas une aliénation de soi. Pourtant, c'est une aliénation de soi si les facultés, l'autorité, la dépendance et la force sont projetées sur des fragments isolés de la personnalité plutôt que sur son entièreté. Si vous vous attendez à vivre une bonne vie riche, si vous vous attendez à ce que la solution de vos problèmes et de vos difficultés ne puisse provenir que d'un seul ou de quelques-uns de vos atouts plutôt que d'une combinaison harmonieuse de tous les aspects, vous devenez rigide dans une suraccentuation. Vous négligez donc les autres facultés et êtes ainsi aliéné de vous-même dans le fait qu'une partie intégrale de votre soi entier est laissée hors service.

Cela est d'autant plus vrai lorsque vous utilisez vos différentes pseudo-solutions. Si vous relisez maintenant les conférences traitant de ce sujet et de l'image idéalisée de soi, vous allez comprendre ce que cela signifie en termes d'aliénation de soi. Votre concentration est focalisée sur quelque chose d'irréel et de déraisonnable et en tant que tel étranger au soi réel dont la nature est la réalité et la raison. De plus, les pseudo-solutions et l'image idéalisée sont égoïstes et sans amour par nature et en tant que tels sont étrangers au soi réel dont la nature intrinsèque est l'amour. Les pseudo-solutions et l'image idéalisée sont de faux-semblants alors que le soi réel est intrinsèquement authentique.

La plupart d'entre vous, au cours de ce travail, sont devenus conscients que dans certaines situations, vous ne fonctionnez pas comme vous le faites dans d'autres domaines, là où vous êtes libéré de tels problèmes. Vous êtes inhibé. Vous ne pouvez pas vous exprimer. Vous ne pouvez communiquer et vous ne pouvez pas être en relation avec les autres ou avec vous-même. Vous êtes confus et anxieux. Vos facultés sont paralysées. Ce n'est pas ainsi parce que vous êtes vraiment comme ça et que vous ne pouvez pas rien y faire. C'est ainsi parce que, dans ces domaines-là, votre soi réel ne fonctionne pas. Vous êtes aliéné de votre soi réel à cause de votre irréalité, de votre faux-semblant, à cause de votre insistance à rester à la périphérie et à chercher une solution à partir de la périphérie.

La personne qui n'est pas aliénée d'elle-même expérimente la richesse de sa propre individualité. Elle expérimente son propre pouvoir. Elle a confiance en elle-même parce qu'elle peut renoncer et est donc libre de la contrainte et de l'anxiété. Elle est en relation avec elle-même et est en lien avec le noyau de son être et ainsi, elle peut donc aussi être en relation avec les autres. Tout cela se passe sans se surestimer. Elle ne doit pas être dans la gloire et la perfection et grâce à ça, elle utilise la richesse infinie de son être. Cela pourrait être exprimé en disant : « Je suis fort. Mes possibilités sont multiples et si des difficultés extérieures viennent à moi, je peux les dépasser, d'abord en les affrontant pleinement et ensuite, par ma volonté de les gérer dans la vérité, non pas superficiellement, ni pour l'apparence. Je ne dois pas être grand. Je ne dois pas être glorieux ou spécial. Je suis un simple être

humain, comme de nombreux autres êtres humains, mais en tant que tel, je possède de grands pouvoirs que je n'ai pas encore réalisés. Ces pouvoirs ne peuvent s'exprimer et se déployer à cause de mon irréalité, de ma vision distordue. Ils sont en moi, mais ne peuvent devenir manifestes que lorsque ma perception de la réalité sera mieux alignée sur la vérité.

Ainsi, la personne qui n'est pas aliénée d'elle-même va s'expérimenter. Elle est équipée pour gérer toutes les situations que la vie lui apporte. Elle s'expérimentera également elle-même dans une relation réaliste face au monde globalement et face à d'autres individus spécifiquement. La personne aliénée s'expérimente comme trop petite ou trop grande, alternant entre ces deux distorsions. D'autres lui feront, soit se sentir sans valeur et dépendante, soit ils gonfleront son ego. Comme tout le reste à ce sujet, c'est tellement subtil que vous ne pouvez pas avoir conscience de cela tout de suite. Intellectuellement, vous savez mieux et vous êtes totalement inconscient qu'émotionnellement, vous expérimentez l'effet que les autres ont sur vous de cette façon. Il faut un peu de responsabilité face à soi et d'observation dans ce domaine pour devenir conscient de ce qui a toujours existé en vous depuis toujours.

La personne qui fonctionne à partir de son soi réel ne va pas s'expérimenter comme étant moins ou plus que les autres. Elle peut observer leurs défauts, mais cela n'a rien à voir avec le fait de se sentir supérieur à eux. Elle peut observer chez les autres des qualités qui lui font défaut, mais cela n'a rien à voir avec le fait de se sentir inférieur. Plus vous vous sentez nul et sans valeur dans un recoin caché de votre personnalité, plus vous aurez tendance à gonfler votre ego. Moins votre ego réel est handicapé, moins il sera nécessaire de le gonfler. Et de cela dépend votre relation aux autres, la manière dont vous les percevez et comment vous vous regarder en lien avec eux.

Dans l'alternance d'être plus ou moins que ce que vous êtes vraiment, vous êtes aliéné de vous-même. Vous ne vous expérimentez pas dans votre situation réelle. Comment pouvez-vous alors expérimenter les autres dans leur réalité ? Vous pouvez expérimenter certaines de leurs facettes que vous pouvez suraccentuer à cause du fait qu'elles font ressortir chez vous la diminution ou l'augmentation typique de votre personnalité, selon le cas. En d'autres termes, si un autre semble puissant, fort, invulnérable, et que vous désirez particulièrement être accepté par lui, cette personne va prendre une aura d'émerveillement pour vous qui est hors de proportion avec la réalité. Vous êtes dans la tension et l'anxiété avec une telle personne et vous la percevez d'une manière très distordue.

Même si votre évaluation intellectuelle peut être tout à fait juste, votre expérience émotionnelle est colorée par vos peurs et vos désirs en lien avec cette personne, même si vous n'avez pas d'autre but que de l'utiliser pour vous gonfler vous, pour vous tirer de l'infériorité dans laquelle vous êtes imbriqué. En bref, lorsque l'aliénation de soi se produit, d'autres vous affectent selon vos propres problèmes. Vous ne les expérimentez pas dans leur réalité. Inutile de dire que vous ne pouvez pas communiquer dans cet état, alors qu'une telle communication est souvent essentielle pour l'élimination d'un problème extérieur. De façon grossière, une

personne peut expérimenter les autres comme des ennemis ou des esclaves potentiels, car elle-même est alternativement l'un ou l'autre.

Comment pouvez-vous prendre plaisir à la vie et vous réjouir dans ses richesses si votre perception est ainsi brouillée ? Ce n'est qu'en étant vous-même que vous êtes capable d'être heureux. Ceci, vous pouvez le voir maintenant facilement. Cela nécessite beaucoup d'observation de soi de votre part, à un nouveau niveau de vos émotions, pour devenir conscient de ces états, de cette perspective et de cette expérience, limitées, ce qui, comme vous le savez, est le prérequis pour pouvoir changer votre vision, votre perception, votre capacité à vous expérimenter vous-même et les autres en réalité. Cela nécessite également une certaine quantité de progrès sur ce chemin avant de pouvoir naturellement accéder à cette étape. Entrer dans ce règne vient progressivement, comme conséquence des progrès précédents. C'est tellement subtil qu'au début, vous ne pouvez même pas vous rendre compte que vous êtes entré dans une telle phase.

Mais permettez-moi de vous assurer, mes amis, qu'à partir du moment où vous vous expérimentez dans votre irréalité et que vous voyez vraiment comment vous n'êtes pas en relation avec vous-même et avec les autres et à quel point vous êtes aliéné de vous-même dans ces domaines spécifiques, vous vous approchez de la réalité avec un pas beaucoup plus grand que si vous essayez de vous forcer à le faire avant d'être prêt. En d'autres termes, ici comme toujours, vous devez d'abord pleinement expérimenter la distorsion avant de pouvoir en sortir. Le fait même que vous soyez au courant de votre irréalité est déjà un pas important pour en sortir. Vous pouvez être en contact avec votre soi réel, mais pas avant d'avoir expérimenté pleinement à quel point vous n'êtes pas encore en contact avec votre soi réel. Les différentes façons que j'ai indiquées pour déterminer votre aliénation de soi vous aideront à l'expérimenter.

Prenez n'importe lequel de vos problèmes actuels et regardez-le du point de vue de comment vous vous sentez vraiment victime, en proie aux circonstances et aux autres. Observez ensuite à quel point vous êtes frustré lorsque vous exprimez vos souhaits et vos idées aux autres. Observez à quel point vous êtes incertain et confus à propos des problèmes et de ce que vous voulez vraiment ; et voyez où vous pouvez changer les choses et où vous ne pouvez pas. Avez-vous vraiment exploré toutes les possibilités à votre disposition ? Êtes-vous entièrement ouvert à de nouvelles idées, à de nouvelles solutions ? Votre volonté intérieure est-elle active pour recevoir toute nouvelle inspiration pour changer un vieux mal que vous avez-vous-même instauré ? Ou bien insistez-vous pour que la solution vous soit donnée de l'extérieur ? Cette dépendance vous montrera non seulement votre aliénation de soi, mais aussi votre volonté de rester ainsi. En outre, observez vos réactions émotionnelles face aux autres et la façon dont elles vous affectent. Ces personnes vous font-elles vous sentir petit ou grand ? Expérimentez-vous les gens comme des êtres complexes aux multiples facettes, avec leurs propres vulnérabilités, leurs propres luttes, ou est-ce que pour vous, émotionnellement, ils sont juste plus, moins, meilleurs ou pires, plus ou moins puissants que vous ?

Lorsque vous vous sentez insatisfait de votre vie, demandez-vous si cela n'est pas dû à votre sentiment de ne pas avoir réalisé tous vos potentiels. Si la réponse est oui - et s'il en était autrement, vous ne seriez jamais insatisfait de votre vie,

malgré les orages temporaires - alors vous êtes aliéné de vous-même. Vous avez le pouvoir de changer cela, pas après pas, grâce au processus de ce chemin.

L'expression « se trouver soi » que nous utilisons constamment va maintenant prendre une nouvelle signification pour vous. Au sens propre du terme, cela signifie trouver le soi réel. Aucune recherche sur soi ne peut avoir lieu à moins de changer activement quelque chose en vous. Fondamentalement, ce chemin peut être divisé en deux phases majeures. La première est la phase de reconnaître et devenir conscient des racines de vos problèmes, de vos erreurs, de votre irréalité - en les comprenant dans toute leur pleine étendue et dans leur profondeur, leur signification et leurs causes, effets, liens et connexions. Et la seconde phase est que quelque chose doit changer. Ce changement peut se passer de différentes manières. Cela peut être un changement automatique très progressif dont vous n'êtes même pas conscient sur le moment. Il se produit par le simple aperçu et la compréhension de votre irréalité et de vos distorsions. Plus votre compréhension est pleine, plus vous changez automatiquement. Un tel changement est basé sur les lois de l'évolution et de la croissance organique.

Mais il existe également un autre type de changement qui s'applique à certaines facettes des problèmes de personnalité. Ce type de changement nécessite une nouvelle façon d'agir et de réagir, différente, après une quantité suffisante de prise de conscience et de compréhension. Ce changement est moins progressif, mais consiste en une nouvelle façon très décisive d'agir, que ce soit extérieurement ou intérieurement. Cela nécessite votre détermination à ne plus suivre l'ancien schéma de comportement. Cela nécessite votre volonté d'instaurer un nouveau schéma. Toutefois, ce type ne devrait jamais être fait tant que vous n'êtes pas pleinement convaincu de sa valeur pour vous-même et pour les autres, tant que la décision ne vous appartient pas totalement, mais repose sur une autorité extérieure. Mais, une fois que vous avez atteint ce point de conviction, une certaine autodiscipline doit être utilisée. Ceci est également subtil et peut facilement mener à une mauvaise interprétation.

Si vous utilisez la discipline et la force sans décision indépendante et sans pleine conviction, cela provient de motivations malsaines et ne donnera jamais de résultats constructifs. Les motivations peuvent être celles d'obéir et d'apaiser les autres et peut être celles de votre propre image idéalisée. Le résultat sera de l'anxiété et de nouveaux schémas destructeurs. Néanmoins, il arrive un moment où l'autodiscipline répétée et la détermination sont nécessaires parce qu'autrement, malgré votre propre libre arbitre et votre propre compréhension, les anciennes habitudes bien enracinées ne peuvent être arrachées. Que vous soyez prêt ou non pour ce changement plus radical, il n'y a que vous pour le savoir. Tant que vos émotions doutent encore de la validité et des avantages de la nouvelle façon, vous n'êtes pas prêt. Tant qu'une grande anxiété existe en vous lorsque vous essayez de vous passer de l'ancienne façon de faire, vous n'êtes pas prêt pour un abandon avec force et un changement drastique. Vos tentatives doivent toujours aller dans le sens d'amener d'autres erreurs cachées à la lumière. « Pourquoi est-ce que je me sens comme ça ? » donnera toujours de meilleurs résultats si vous voulez vraiment trouver la réponse. Tant que la bonté de la bonne voie vous remplit d'anxiété, vous avez toujours l'impression, du moins dans ce domaine, que la bonté peut être à votre désavantage. En réalité, ce n'est évidemment pas le cas. Mais vous devez arriver au

point d'appliquer cette connaissance extérieure à votre problème intérieur spécifique. La bonté signifie une vie productive.

Aucune vraie croissance et aucun vrai bonheur réels ne peut exister à moins que n'ait lieu un changement dans la personnalité. Je peux lire certaines de vos pensées. Ne dites pas que le changement n'existe pas. C'est tellement faux. L'univers, et tout ce qui existe dans l'univers, change constamment, est en perpétuel mouvement. Même votre corps n'est pas le même qu'il n'était il y a sept ans. Tout change, même dans la matière physique. Vous pouvez peut-être ne pas le remarquer, vous pouvez peut-être ne pas en être conscient. Si vous êtes constamment en contact avec un être vivant qui change, vous ne voyez pas la croissance en cours. Vous ne le remarquez que rétrospectivement. L'essence même de la vie est le changement. S'il n'y a pas de changement, il n'y a pas de vie. Rien ne peut rester statique. Si c'est le cas, vous êtes dans un problème. Vous êtes malheureux. Vous n'êtes pas vivant. Dans une large mesure, la lutte humaine provient du fait qu'une partie de vous grandit naturellement et sainement selon les lois de la nature alors qu'une autre partie reste statique.

Vous posez souvent la question de savoir pourquoi certaines personnes qui, de toute évidence, sont encore dans un état de développement plus bas, vivent dans une certaine harmonie, alors que des gens plus hautement développés sont dans une lutte, vivent dans la disharmonie et sont malheureux. La raison, mes amis, c'est que les premiers se développent tranquillement selon leurs potentialités, de manière égale. Il n'y a pas d'écart. Alors que les seconds ne se réalisent souvent pas selon leur potentiel en alignement avec leurs possibilités inhérentes. Simplement parce qu'ils sont plus élevés sur l'échelle, ils pourraient faire tellement plus. Et pourtant, ils vont mettre l'accent sur certaines parties de leur être qui sont déjà développées, qui n'ont pas besoin de développement à ce stade, alors qu'un domaine négligé de leur être est resté statique. Cela ne change pas parce que la personne ne le veut pas. Elle se concentre sur ce qu'elle apprécie parce que là, c'est déjà libéré alors que ce qui a besoin de travail reste stérile. Ce n'est pas seulement l'écart en tant que tel qui est à l'origine de la disharmonie, mais le fait que la personne a la capacité d'accomplir davantage. Elle pourrait donner vie à ce qui est mort et statique.

C'est ce facteur qui constitue une partie essentielle de la lutte humaine. Si vous trouvez la croissance et le changement agréables grâce à votre développement passé qui vous a déjà libéré de ces chaînes spécifiques dans ce domaine, vous êtes dans un état de flux constant. En même temps, votre résistance au changement et à la croissance, là où le dur labeur de faire face et d'être à l'origine du changement doit encore avoir lieu, fait que vous restez figé et rigide dans une autre partie de votre personnalité. Ce déséquilibre est plus douloureux à endurer que si toute la personnalité était encore endormie, pour ainsi dire. Une fois que vous avez atteint certaines étapes, vous ne pouvez plus vous « endormir » artificiellement. Vous devez suivre le rythme de la nature et du cosmos. La seule solution pour retrouver l'harmonie est de prendre une conscience de plus en plus complète de la réalité, par la croissance, par le changement à tous les niveaux de votre être.

Donc, ne dites pas que le changement est impossible. C'est la seule chose qui soit possible, pourrais-je dire. C'est le seul processus naturel, organique de la création et c'est donc également en vous-même. Si vous travaillez correctement sur

ce chemin, constamment vous allez dégeler la substance dans votre âme qui était jusqu'à présent gelée. Vous la mettez en mouvement et lui permettez ainsi de grandir de manière à ce que, à la longue, un vrai changement perceptible a lieu.

Une autre chose à propos du soi réel, et un indice supplémentaire sur comment le trouver, est de vous montrer un certain rythme de développement dans une certaine phase, qui est approprié en ce moment parce qu'un grand nombre de mes amis sont déjà dans cette phase ou sont sur le point de s'en approcher.

Nous avons récemment parlé de vos besoins. Pour commencer, vous n'êtes même pas conscient d'avoir un besoin spécifique. Bien sûr, en théorie, vous savez que tout le monde a des besoins, physiques et autres, mais vous ne les expérimentez pas de manière spécifique émotionnellement. Cette inconscience ne s'applique pas seulement à la personne qui débute sur un tel chemin, mais même après avoir considérablement progressé d'autres façons, ce manque de conscience spécifique peut subsister. Ce n'est qu'après avoir focalisé votre attention sur ce sujet que vous deviendrez conscient de certains besoins émotionnels. Lorsque vous interrogez sur la signification de certaines réactions émotionnelles, vous allez tout d'abord trouver de faux besoins. Au début, vous n'êtes même pas conscient de cette facette superficielle. Cette fausseté doit également être amenée à la conscience, mais seulement après une honnêteté face à soi et une recherche considérable de votre part. Maintenant, mes amis, si vous devez enlever des couches extérieures de conscience afin de trouver les faux besoins avant de trouver les vrais besoins, n'est-ce pas une autre preuve substantielle de votre aliénation de soi ? Si vous étiez en relation avec votre soi réel, si vous étiez en contact avec sa réalité, vous seriez dans une conscience absolue de vos vrais besoins, qu'ils soient assouvis ou non.

En procédant ainsi, vous devenez conscient de vos besoins réels. Ces besoins réels peuvent également être subdivisés. Tout d'abord, vous allez devenir conscient du besoin de recevoir – que ce soit de l'amour, de la compréhension, de l'intimité avec les autres, de la satisfaction créative de vos talents. Tout ceci, vous tentez de l'obtenir par un acte de recevoir. Dans votre conscience émotionnelle, il vous semble que vous avez besoin de quelqu'un ou de quelque chose qui vous permette d'assouvir ces besoins par quelque chose, quel qu'en soit la subtilité, qui doit vous être donné. (Tous les besoins que j'ai cités maintenant peuvent être vrais ou faux, comme vous le savez).

Et alors, vous allez devenir conscient du besoin de donner. Cela peut s'appliquer aux mêmes besoins que ceux que j'ai mentionnés, mais l'accent dans vos émotions va changer. Le besoin de donner de l'amour plutôt que de le recevoir entre davantage dans votre conscience. Le besoin d'être en relation avec les autres et de les comprendre plutôt que d'être compris par eux, etc. s'applique également. Ici aussi, vous ne pouvez pas trouver d'exutoire. Vous êtes dépendant de trouver le sujet, et tant que ce n'est pas le cas, votre besoin reste insatisfait. La seule différence entre maintenant et avant, c'est que maintenant vous êtes conscient de manière aiguë des besoins et de l'insatisfaction, alors qu'avant vous étiez juste dans le vague et le brouillard, et que vous avez expérimenté l'insatisfaction de manière indirecte. La conscience extrême de l'insatisfaction peut, en fait, avoir des racines entièrement différentes de celles de l'insatisfaction des besoins réels. En effet, ces derniers ne vont jamais créer de l'anxiété et de l'urgence. Seuls les vrais besoins qui

ont été transformés en faux besoins ont ce pouvoir. Ainsi, la conscience des vrais besoins, bien avant que leur satisfaction ne soit possible et pendant que vous expérimentez consciemment l'insatisfaction, va forcément vous apporter du soulagement, de l'harmonie et de la paix, par ce que vous êtes entré dans une autre étape de réalité et de vérité. Vous fuyez la conscience de vos besoins réels non seulement parce que faire face à l'insatisfaction est douloureux, mais surtout parce que l'insatisfaction signifie la preuve de votre infériorité.

Une fois que vous avez atteint la force, le courage, l'humilité, la détermination et la réalité de faire face à vos besoins réels - recevoir et donner - et que vous pouvez supporter la frustration temporaire, vous avez atteint un domaine beaucoup plus large de votre soi réel que vous ne le pensez. Car ceci est votre soi réel, et votre problème de l'insatisfaction en lui-même passe à l'arrière-plan et a moins d'importance, comparé à la force que vous gagnez en trouvant votre foyer - l'étranger trouvant son foyer dans la réalité du noyau de son être.

Atteindre ce point nécessite d'emprunter de nombreuses routes et détours, mais une fois qu'il est atteint, vous devrez traverser une certaine période de vide, de conscience de votre besoin et de votre désir, insatisfaits. Mais en la regardant, en la supportant, non pas dans une fausse humilité et une faiblesse, mais dans la force d'être capable de l'endurer aussi longtemps que ce sera nécessaire comme conséquence des schémas que vous aviez mis en mouvement et dont les effets ne se sont pas encore dissipés, vous ne souffrirez pas des agonies que vous avez connues avant cette conscience. L'insatisfaction ne vous affaiblira pas. Au contraire, en acquérant une prise de conscience plus profonde et plus pleine et en vous rapprochant ainsi de la réalité, vous préparerez lentement des effets différents. Immédiatement après avoir trouvé l'état ou la cause qui a produit l'effet négatif, les anciens effets négatifs ne sont pas encore dissous. Ils sont toujours en vigueur. Il faudra un certain temps avant que les nouvelles causes positives, constructives, puissent être dans leur pleine force et produire des effets similaires. Cela ne se produit pas du jour au lendemain.

Après une certaine période d'insatisfaction consciente des vrais besoins, par opposition à l'insatisfaction inconsciente des vrais besoins et à l'insatisfaction consciente des faux besoins, pendant que vous apprendrez, que vous chercherez, que vous gagnerez d'accroche à la réalité de vous-même, ce sera une période de satisfaction partielle. Il y aura des retours en arrière et des déceptions occasionnelles au cours desquels vous aurez l'opportunité d'observer votre rechute intérieure dans les anciens schémas qui ont peut-être eu lieu sans que vous en ayez conscience. Ces rechutes et ces désillusions extérieures sont donc une période nécessaire pour renforcer la nouvelle façon de vivre, pour ainsi dire, pour l'intégrer, pour la rendre partie intégrante de vous jusqu'au moment où cela devienne votre « première nature », comme elle l'est en essence.

À ce stade, vous avez découvert le chemin du retour vers soi. Vous avez fait quelques pas hésitants - et en avez donc récolté les fruits de temps en temps - mais vous n'êtes pas encore pleinement enraciné sur ce nouveau terrain. Vous fluctuez encore, tenté par les anciennes habitudes. Ainsi, dans cette alternance entre satisfaction et insatisfaction, vous avez l'opportunité de vous ancrer fermement sur votre territoire si vous souhaitez utiliser ce temps de cette manière. Ainsi, vous

construisez la route pour ériger un schéma entièrement nouveau, une nouvelle cause, dans la santé, la réalité, la productivité. Les effets ne se produiront que lorsque la cause aura mûri. Y a-t-il des questions, mes amis ?

QUESTION : En vous disciplinant, lorsque vous atteignez le point où vous voulez changer un modèle parce que vous avez fait certaines prises de conscience, une bataille commence. Vous pouvez le faire, mais vous ne vous sentez pas bien à ce sujet. Même si vous savez que vous êtes malheureux dans la vieille façon de faire que vous voulez changer, pourtant, en faisant l'acte juste, vous ne vous sentez pas bien non plus. Maintenant, je vous ai entendu dire qu'à ce stade, vous n'êtes pas prêt, mais quand allez-vous alors vous discipliner ?

RÉPONSE : À ce stade, la discipline devrait prendre la forme de trouver pourquoi vous ne pouvez pas vous sentir bien au sujet de faire la bonne chose. Qu'est-ce qui empêche votre compréhension ? Il doit y avoir quelque chose en vous qui n'est pas encore convaincu, qui doute en quelque sorte que ce soit bon, à votre avantage, que ce soit sécurisant ou quoi que ce soit d'autre. Il doit y avoir une partie de vous qui est toujours convaincue de l'ancienne voie destructrice, malgré le fait que vous voyez également que c'est destructif. Ramenez cette partie à la surface et vous pourrez alors éliminer une erreur dans votre vie. Par conséquent, ne vous forcez pas et ne vous disciplinez pas à agir envers les autres, mais utilisez plutôt la discipline à trouver quelque chose à votre propre sujet.

QUESTION : Quand vous souffrez de chagrin, quand vous êtes séparé de quelqu'un et que vous savez que cela doit être et que vous l'acceptez, que vous souffrez toujours d'une douleur profonde, d'autant plus lorsque vous êtes conscient de vos propres émotions et que vous êtes conscient de la profondeur de l'amour que vous avez. C'est sain, n'est-ce pas ? Ne faut-il pas du temps pour guérir ?

RÉPONSE : Je ne peux pas répondre à la question en disant que c'est sain ou malsain. Cela dépend entièrement de comment c'est ressenti. Il peut s'agir de quelque chose de tout à fait sain. Mais cela peut également contenir certains courants malsains. Il est très difficile de le déterminer dans une réponse générale. C'est tout à fait individuel. Pour déterminer si oui ou non c'est sain, je conseille à la personne de se poser la question là où elle peut avoir des émotions d'impuissance, de faiblesse, d'apitoiement sur soi, d'être sujet à la misère de la vie. Si vous vous sentez appauvri, si votre personnalité se sent appauvrie par une telle séparation, alors il doit y avoir un chagrin malsain, peut-être en plus d'un chagrin sain. Mais si la perte est ressentie comme étant douloureuse sans sentiment d'être pauvre de soi, alors c'est purement sain.

QUESTION : Si un être humain trouve en lui deux courants contradictoires, comment, si l'on reconnaît la fausseté d'un courant et qu'ensuite le second courant s'installe, où intervient la discipline ?

RÉPONSE : Comme je l'ai déjà dit, la discipline, si nous l'appelons ainsi - l'utilisation de ce mot même pourrait conduire à un malentendu - devrait être utilisée différemment. Cela peut mener au refoulement, à la suppression, à une action surimposée dans la force qui ne peut être une croissance authentique. Votre concentration et votre détermination devraient plutôt aller dans la direction de

comprendre davantage du pourquoi de ce courant. La réponse extérieure peut être tout à fait évidente, et pourtant, il doit aussi y avoir une réponse intérieure qui a très peu à voir avec la réponse extérieure. Ce courant peut être une sorte de pseudo-protection. Il peut répondre à un certain faux besoin. Trouvez cette signification et vous saurez comment continuer à partir de là. La première réponse que vous pouvez trouver au fond de vous peut toujours ne pas être la réponse finale et définitive. Cela peut toujours contenir un autre « pourquoi ». Le stade que vous décrivez indique que la phase de recherche dans ce domaine n'est pas terminée, et donc que le changement, avec sa discipline nécessaire, est prématuré. Seul davantage de conscience doit être recherché ici. Dans un autre domaine, un état de changement peut déjà avoir eu lieu, mais pas dans ce domaine-ci. Je le répète, le changement s'opère constamment dans votre organisme émotionnel, mental, spirituel et même physique par une telle recherche, par le fait que vous vous faites face dans une candeur totale. Cela aussi produit du changement. Mais c'est le premier type de changement dont j'ai parlé et non le second qui nécessite une forme plus directe de discipline. À ce stade, la discipline doit également exister, mais en mettant l'accent sur une confrontation plus poussée avec soi-même, sur le fait de se rendre compte de ce que l'on ressent vraiment et pourquoi.

QUESTION : Je vois. Donc, tant qu'il y a deux courants contradictoires, il y a toujours un besoin d'aller plus loin ?

RÉPONSE : Oh, oui.

QUESTION : J'hésite à poser des questions, à cause du soulèvement que mes questions ont suscité récemment. Il semble qu'elles ne soient pas considérées comme particulièrement intelligentes. Avant de poser mes questions, j'aimerais vous demander franchement si vous, des âmes plus hautement développées, employez une raison que je ne suis pas capable de manier, car à moins que nous parlions sur un même terrain, j'ai peur que nous n'ayons aucun moyen de communiquer entre nous.

RÉPONSE : Mon cher ami, en premier lieu, je ne pense pas que quiconque puisse dire, si quelqu'un ne comprend pas quelque chose, que cela indique un manque d'intelligence. La personne la plus intelligente, là où elle a un problème, est bloquée. L'intelligence qui existe par ailleurs ne fonctionne pas ici. Cela arrive à chaque personne, à certaines de manière plus évidente qu'à d'autres, mais néanmoins cela arrive à tout le monde. Aucun être humain n'en est totalement libéré. Je n'ai encore jamais vu un être humain chez qui il n'y a pas, quelque part, quelque chose qui serre, un préjugé, une fermeture, une peur de renoncer à une idée préconçue. Cela est dû, bien sûr, au mécanisme de défense qui choisit une vision particulière comme étant nécessaire et sécurisante mais ce n'est qu'une explication. Cela n'écarte pas le fait en tant que tel. Dans un tel cas, la personne ne comprendra pas. Elle interprétera mal. Elle sera anxieuse et en conflit au sujet de cette question ou elle entendra le contraire de ce qui est dit. Seul, le degré va changer et personne ne devrait juger parce qu'il est possible qu'il ait le même état dans un moindre degré ou moins perceptible, peut-être concernant un sujet différent. Vous êtes donc en très bonne compagnie. Il se peut, peut-être que vous posiez vos questions d'une manière plus belliqueuse, mais cela ne me dérange pas, et je vous encourage à poser ces questions tant que vous êtes sincère et de bonne foi, peu importe ce que certains de

vos amis humains peuvent dire. C'est nécessaire. C'est bon pour vous. Et c'est bon pour tout le monde.

Quant aux différents types de raison, il n'y a qu'un seul raisonnement. Il n'y en a pas différents types. Là encore, c'est une question de degré. La différence, c'est que l'être humain, qui se trouve toujours dans la lutte humaine, est handicapé de la raison. Son intelligence peut ne pas du tout être handicapée, mais sa raison l'est. Parce que la raison vient du soi réel, et c'est dans la mesure de son aliénation de soi que son raisonnement ne fonctionne pas. Le soi réel est pure raison et pur amour. Vous pouvez aussi l'appeler sagesse. L'un n'est pas possible sans l'autre. Il ne peut y avoir de raison ou de sagesse sans amour, et vice versa.

Donc, nous avons tous les mêmes organes pour communiquer. Si un être a plus développé son organe que l'autre grâce à des luttes qu'il aurait déjà dépassées, cela ne signifie pas que la communication est impossible. La communication dépend, dans une très large mesure, de la volonté des personnes concernées. Si la volonté de comprendre et de se faire comprendre est présente, la moitié de la bataille est déjà gagnée. Je ne pense pas que quiconque parmi vous ait jamais trouvé difficile de communiquer avec moi.

Je vous suggère donc de poser vos questions la prochaine fois. Si vous avez tous suffisamment de questions, nous pourrions à nouveau programmer une période de questions et réponses.

Mes très chers amis, vous tous, soyez bénis en esprit, dans votre corps et dans l'âme. Puissent ces mots vous aider activement à poursuivre votre réalisation de soi, à faire ressortir toute la force merveilleuse, la raison, l'amour, la créativité, l'ingéniosité, la joie, la capacité de bonheur qui existent déjà en vous. Vous ne devez pas chercher à les obtenir de l'extérieur. C'est un trésor au fond de vous. Libérez-la de l'erreur, de l'évitement, de la peur de faire face à la vérité à votre sujet. Refusez de vivre superficiellement, dans le sens de satisfaire le monde plutôt que vos propres standards. Ne vivez pas pour l'apparence, quel que soit le domaine de votre vie. Vivez en vérité et en réalité. Faites face à chaque problème dans sa totalité. Regardez ce problème avec des yeux objectifs. Ne vous précipitez pas pour en être sorti et vous trouverez la voie du retour vers votre soi réel.

Soyez béni. Réjouissez-vous dans tout ce qui attend d'être libéré en vous. Vous n'avez que de la joie à attendre. Rapidement, vous pourrez atteindre le point où la lutte humaine sera une source de joie, et où chaque pas en avant signifiera une nouvelle réalisation de croissance et de bonheur. Soyez en paix, soyez en Dieu !

*Conférence n°95 par Eva Pierrakos le 5 janvier 1962 (version non éditée).*

*Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Self-alienation ; the way back to the real self".*

*Traduction Deepl - Le Troisième Pôle - version 30/12/2022*

© Pathwork Foundation