



Conférence du Guide n°116
21 juin 1963

ATTEINDRE LE CENTRE SPIRITUEL – LA LUTTE ENTRE LE SOI INFÉRIEUR ET LA CONSCIENCE SURIMPOSÉE

Je vous salue, mes très chers amis. Bénédiction pour vous tous. Que cette heure soit bénie.

Durant cette année de travail ensemble, tous mes amis qui ont réellement travaillé sur ce chemin et dépassé leur résistance à se faire face et à changer ensuite ont considérablement progressé. Je pense que pour la plupart vous en êtes conscients. Il se peut que vous ne soyez pas toujours pleinement conscients de la signification du processus de croissance continue dans lequel vous vous trouvez. Mais j'ose dire que la majorité d'entre vous ressentent une élévation de conscience dans de nombreux domaines. Là où, avant, la vie vous semblait désespérée parce que les solutions extérieures étaient hors de portée et vous semblaient de plus en plus inatteignables, vous commencez à percevoir, occasionnellement, un rayon de lumière par une compréhension plus profonde de vos perturbations intérieures. Vous comprenez maintenant qu'une certaine émotion de malheur ou d'insatisfaction est le résultat de confusion et d'erreurs intérieures. Ceci vous apporte forcément déjà de l'espoir et de la sécurité. Cela élimine le sentiment d'être une victime innocente de circonstances qui échappent à votre contrôle. En comprenant un peu mieux la cause et l'effet dans votre propre vie, en les voyant à l'œuvre, un sentiment de sécurité vous pénètre selon lequel ce monde dans lequel vous vivez n'est pas si mauvais, après tout. Il se peut que ces pensées ne soient pas conscientes, mais il s'agit d'un effet sur la psyché quand suffisamment de compréhension est atteinte.

Certains d'entre vous peuvent se trouver dans une de ces phases précédant une prise de conscience importante où tout semble doublement confus. À de tels moments, votre lutte est souvent très douloureuse jusqu'à ce que vous vous trouviez face à un domaine que vous auriez préféré éviter. Ensuite, comme vous l'avez tous découvert, le sentiment de libération et de force, d'espoir et de lumière que vous vivez est une expérience tellement profonde que son effet ne peut jamais vous quitter. Mais quand vous êtes engagé dans cette lutte, il se peut que votre vision générale de votre chemin soit brouillée. À de tels moments, il est difficile d'évaluer ce que vous avez accompli, ce qui reste à faire, à quel endroit vous vous trouvez et dans quelle mesure vous avez pleinement compris vos perturbations et déviations intérieures. Néanmoins, même lors d'une telle phase, vous avez déjà suffisamment pénétré dans les profondeurs de vous-même que pour avoir atteint un certain degré de conscience de votre progrès et de ce qui reste à accomplir. Il est de la plus grande importance de savoir spécifiquement dans quel domaine de votre vie vous

vous sentez encore bloqué et sans liberté, sur la défensive et dans l'anxiété. À certaines périodes vous feriez bien de mesurer votre progrès ainsi que ce qui reste à faire, en vous demandant dans quels domaines vous comprenez désormais vos problèmes, ceux où vous résistez encore au changement malgré la compréhension gagnée, ceux où vous êtes encore confus, tâtonnant dans le noir et ayant besoin de davantage de perspective et ceux où vous avez véritablement résolu certains problèmes. Un tel inventaire occasionnel, si je peux l'appeler ainsi, est très utile.

Dans cette session finale de l'année, j'aimerais réaffirmer certaines facettes et objectifs de ce chemin de réalisation de soi. Quand l'homme vit au jour le jour sans comprendre le lien entre lui-même et sa vie, il est forcément désespéré. Qu'il le sache ou non, il traverse la vie en recherchant la réponse. Seulement, trop souvent il recherche cette réponse à l'extérieur, et là, comme vous le savez, il ne peut jamais la trouver. Une recherche extérieure peut prendre différentes formes. Il se peut qu'il s'attende, par une insistance consciente ou inconsciente, à ce que les autres se plient à sa volonté pour qu'il puisse être heureux. Quand cela n'arrive pas, il se fâche, a du ressentiment et s'apitoie souvent sur lui-même. Il se peut pourtant qu'aucune de ces émotions ne soit consciente. Une autre forme de recherche extérieure peut consister à rechercher des théories et des réponses dans la philosophie, la religion ou la science. Il se peut en effet que l'homme trouve dans ces sources de nombreuses réponses valables. Pourtant, elles ne l'aideront pas vraiment, à moins de s'en servir comme fil conducteur pour ensuite entreprendre une profonde recherche au fond de lui-même. Tant que la connaissance ne reste que de la connaissance, elle n'est d'aucune utilité. Elle ne donnera ni substance ni signification à sa vie.

Permettez-moi de réaffirmer ce que j'ai dit tant de fois et que certains de mes amis ont commencé à expérimenter – si rarement aux stades initiaux – à savoir que l'homme contient en lui-même toute la connaissance, toute la sagesse et tous les pouvoirs dont il pourrait avoir besoin pour vivre une vie satisfaisante. Je l'ai dit tant de fois qu'il se peut que cela vous ennuie d'entendre ces mots encore et encore. Mais, malheureusement, trop peu d'entre vous se rendent vraiment compte de la signification de ces paroles. Elles restent une théorie sans impact réel sur vous malgré le fait que vous allez dans la bonne direction sur ce chemin vous menant dans le monde intérieur de votre être dans lequel vous trouvez tout ce dont vous avez besoin. C'est une chose de faire le travail de recherche sur soi en ayant un vague concept et la perspective nébuleuse de devenir une personne plus heureuse et plus satisfaite. C'en est une autre si le but est clair et concis, si vous êtes conscient de la puissante signification du fait que dans vos profondeurs vous recelez un trésor de sagesse, de connaissance, de pouvoir et d'amour – la solution à tout ce qui vous rend confus ou perplexe. Le fait de le savoir et d'aller consciemment dans la bonne direction vous aidera à générer la force pour dépasser la résistance qui se met toujours en travers du fait de vous faire face dans une totale honnêteté, même si cela semble douloureux par moments.

Trouver, comprendre et résoudre vos distorsions et conflits intérieurs a pour but de vous amener en contact avec ce noyau intérieur – avec le trésor d'amour divin, de sagesse et de force qui se trouve enfoui en vous tous. Si ce but est clairement défini, il n'existera plus de conflit entre les intérêts spirituels et temporels.

Deux attitudes fondamentales existent parmi les êtres humains. Un type de personnalité est à la recherche de Dieu. Cette personne recherche le développement spirituel. Elle veut devenir quelqu'un de meilleur. Son malheur et sa confusion la mènent vers une recherche spirituelle. Comme je l'ai déjà dit, souvent il se peut qu'elle perde la bonne direction par l'accumulation de connaissances extérieures à propos de théories et doctrines spirituelles sans faire le pas décisif de rencontrer sa propre âme. Mais quand l'assimilation d'une telle connaissance par le mental n'est qu'une étape préliminaire vers la transcendance du mental, s'il est reconnu que les obstructions dans la personnalité doivent être comprises et dissoutes pour que le centre spirituel soit atteint, alors la personne constatera qu'une vie en Dieu ne s'oppose plus à une vie de satisfaction personnelle. Alors une telle satisfaction personnelle ne lui semblera pas égoïste et opposée à la vie spirituelle. Cette conception erronée prédomine souvent chez des personnes qui sont en recherche spirituelle, mais qui n'ont pas franchi la dernière étape, celle de rencontrer leurs conflits cachés et confusions intérieures. Si ces personnes reconnaissent l'existence de ces conflits, elles ne le font qu'en théorie et espèrent dissoudre ces défauts par une confortable intervention d'un Dieu extérieur et d'une grâce spirituelle.

L'autre attitude défend la perspective selon laquelle il faut vivre la vie de manière aussi heureuse et satisfaisante que possible. Je ne parle pas d'une perspective sans scrupules détenue par certaines personnes spirituellement non-développées qui ne se préoccupent tout simplement pas des autres. Je parle de ceux qui ont des standards de décence et ne souhaitent pas nuire aux autres. Mais ils ne s'intéressent pas à des recherches spirituelles. Parmi ces personnes, il en existe qui, de par leur intelligence, ont reconnu que les problèmes devaient se trouver en eux-mêmes et entreprennent des démarches – peut-être par le biais de la psychologie ordinaire – pour trouver et corriger leurs distorsions. Quand on va suffisamment loin, quand la recherche est assez profonde et que par conséquent une croissance intérieure est mise en mouvement, quand la recherche ne s'arrête pas à mi-chemin mais est poursuivie jusqu'à son terme, ce centre intérieur est atteint même si la personne n'a jamais su son existence. Quand on le trouve, on trouve Dieu. Il ne peut en être autrement. Cette expérience intérieure révélera que ce qui est enseigné par la religion conventionnelle contient beaucoup de vérité et pourtant, ce sera tellement différent. Elle démontrera que trouver Dieu à l'intérieur ne signifie pas renoncer au bonheur personnel – une conception erronée qui est souvent détenue même par des personnes non religieuses. Les divisions, les contradictions et les « soit l'un/soit l'autre » sont le produit de la séparation, de l'erreur et de la confusion. En vérité, tout est un, mais que cela ne soit pas qu'une simple théorie. Expérimentez-le en découvrant le centre de votre propre être où vous vous réalisez vraiment et constatez que les incompatibles deviennent un.

Pendant un long moment, nous nous sommes occupés – et nous continuerons à le faire – à trouver ce qui en vous entrave le contact avec ce centre intérieur de votre être. Il est impossible de l'atteindre autrement. Il n'y a aucun moyen de l'éviter. Mes amis, il ne faut pas vous imaginer qu'atteindre ce trésor serait un événement soudain et dramatique. Il s'agit toujours d'un processus progressif. Souvent, il se peut que vous ne soyez même pas conscient de l'avoir déjà atteint dans certains domaines, alors que dans d'autres vous êtes encore empêché de le faire à cause de barrières qui continuent à exister. Cela peut fluctuer et continuer à le faire jusqu'à ce que vous soyez suffisamment libre et conscient pour pouvoir fonctionner en grande

partie à partir de ce centre intérieur. Ne prenez pas cela comme signifiant qu'alors vous seriez parfait, que vous auriez dépassé tous vos problèmes et vos bas instincts. Une profonde compréhension et une conscience complète de ceux-ci indiqueront que le noyau intérieur de votre soi spirituel n'est plus caché et hors d'atteinte.

Plus une personne est malheureuse et perdue, plus elle se sent vide et affamée – affamée peut-être d'affection et de compréhension – moins elle est en contact avec ce soi intérieur réel qui a le pouvoir de constamment la nourrir, la soutenir et la guider de manière à ce qu'elle puisse véritablement accomplir sa vie. La solitude sera comblée parce qu'elle en comprendra la vraie raison.

Chaque vie a autre chose à accomplir – et toutes les vies ont la même chose à accomplir. À nouveau, ceci peut sembler une contradiction, mais ce n'en est pas une, mes amis. Gardez à l'esprit que le but de ce chemin est de trouver ce centre de votre être, qui est la réalité, qui est Dieu et à travers lequel vous trouvez la satisfaction complète – pas tout seul, mais dans l'union. Si vous regardez vers l'extérieur pour soulager votre isolement, vous devenez forcément plus isolé. Si vous regardez vers l'intérieur pour le soulager, il peut vous sembler que vous vous isolez des autres à travers ce processus qui semble être une préoccupation de soi, mais vous diminuerez ensuite l'isolement et la séparation qui causent souvent tant de souffrance et de solitude. Puisque votre soi spirituel intérieur est le même que celui de tous les autres, la séparation est soulevée dès l'instant où vous n'êtes plus séparé de votre centre spirituel. Votre vrai soi est le vrai soi de l'autre. Il n'y a aucune barrière entre eux. La barrière ne se trouve que dans les couches qui les recouvrent.

Certains amis qui suivent ce chemin ont dit que certaines facettes du travail de confrontation de soi ressemblaient à la psychologie ordinaire. Dans une certaine mesure ce peut être vrai. Une des différences majeures, cependant, est le but ultime bien précis. Dans la psychologie ordinaire, le but est de résoudre les conflits intérieurs pour mieux fonctionner. Comme je l'ai déjà dit, ceci doit forcément, par inadvertance si vous voulez, amener l'homme à être en contact avec son centre spirituel. Mais ce n'est pas le but en soi. Notre but est justement cela et doit résoudre tous les problèmes en cours de route. Sur ce chemin, vous ne vous préoccupez pas davantage de croyances, de dogmes ou de doctrines que ne le ferait un psychologue ordinaire avec ses patients. Toute opinion surimposée, qu'elle soit vraie ou fausse, est un obstacle à l'épanouissement de soi. Mais sur ce chemin et avec cette guidance en particulier, nous nous occupons de la réalité de ce centre spirituel intérieur. Quand il est libéré, il ne peut en aucun cas être question d'adhérer à des théories ou des croyances. Dieu devient une expérience personnelle qui est au-delà de toute argumentation et n'a pas besoin de preuves. Cette réalité ne peut être expérimentée que lorsque tout ce qui lui entrave l'accès est écarté. Comme vous le savez bien, ce sont vos conceptions erronées, confusions personnelles et conclusions fausses qui cachent cette réalité. En dernière analyse, tout malheur et tout conflit sont le résultat de l'ignorance et des malentendus. Chaque problème intérieur que vous découvrez est toujours une distorsion de la réalité. Quand vous êtes gouverné par de telles distorsions de votre réalité immédiate et accessible, il vous est impossible de contenir l'étendue de cette réalité plus large. Cette réalité spirituelle, qui est toujours et uniquement trouvée par une expérience personnelle intérieure, ne contredit jamais la réalité accessible si cette dernière est profondément pénétrée. Pour ce faire, vos attitudes, perspectives et concepts personnels doivent

être remis en question, affirmés et réaffirmés. Vos réactions automatiques inconscientes doivent être investiguées quant à la signification de leurs conceptions sous-jacentes de manière à pouvoir être amenées à la surface et évaluées. Par ce processus, vous comprendrez votre irréalisme et vous vous rapprocherez donc de plus en plus de la réalité dans son sens le plus large.

J'aimerais maintenant aborder l'une des facettes majeures des confusions et des luttes intérieures qui ont lieu dans la psyché de l'homme. Nous avons déjà évoqué cela sous différents aspects, mais j'aimerais à nouveau m'attaquer à ce sujet de toute grande importance de manière plus directe, même si partiellement cela pourra vous sembler être une répétition et que j'en ai abordé un aspect lors de notre dernier groupe de discussion et dans certaines séances individuelles.

Une des luttes intérieures les plus tragiques de l'homme est la lutte entre ce que nous avons appelé le soi inférieur et la conscience surimposée. Il arrive tellement souvent qu'une expression ou terminologie utilisée sans véritable compréhension de son sens le plus profond finisse par perdre son impact et est utilisée comme un perroquet répétant un mot. Ceci est nocif et produit l'effet exactement opposé à celui recherché – une compréhension indépendante, une pensée créative. De temps en temps il est donc important de redéfinir un terme, d'y apporter une fraîcheur non seulement pour éviter la confusion, mais également pour donner un impact à votre approche et à votre compréhension. Déterminons donc brièvement à nouveau ce que j'entends par soi inférieur. Le soi inférieur est non seulement cette partie de la nature humaine où se trouvent les défauts de caractère, mais il inclut également quelque chose d'un peu plus subtil et de moins définissable. On peut le décrire au mieux comme l'état de se trouver dans un climat général et une perspective émotionnelle d'égoïsme. Peu importe les bonnes intentions, les actes altruistes, les attitudes attentionnées, ce monde intérieur d'égoïsme existe. Plus les premières sont fortes, plus il devient difficile de trouver, de reconnaître et d'accepter l'existence des seconds. Plus cet égoïsme infantile et unilatéral est caché dans la culpabilité et la honte, moins il peut sortir de cette partialité. Vous devez devenir vivement conscient de cette préoccupation de soi souvent grotesque à l'exclusion de tout le reste. Dans ce domaine de votre être, vous souhaitez régner en maître. Vous ne reconnaissez pas l'intérêt de l'autre, celui que vous violez à tout prix pour qu'un petit souhait ou une petite gratification de votre vanité l'emporte sur des problèmes plus importants chez d'autres. C'est vrai que vous ne passez pas souvent à l'acte sur cette partie de vous, mais dans vos souhaits et vos buts, à moitié conscients et à moitié inconscients, vous réagissez à partir de ce soi inférieur.

Le problème est beaucoup moins le fait de son existence, mais plutôt la nature de votre réaction et attitude face à celle-ci. Votre honte et votre culpabilité sont le résultat d'un de ces malentendus que j'ai mentionnés qui empêchent la croissance et l'épanouissement. Ce malentendu provient de l'idée que vous et vous seul auriez déjà dû l'avoir dépassé complètement et qu'un tel égoïsme grotesque et infantile, une telle préoccupation de soi ne devrait avoir aucune place en vous. Vous mettez alors en place un système élaboré de mensonge à soi et de faux semblant qui vous mènent dans des cercles vicieux et des conflits intérieurs qui détruisent votre bonheur et votre respect de soi. Très peu de personnes donnent une place à l'existence de ce soi inférieur en elles-mêmes. Cela peut sembler être le cas dans

leurs théories, dans ce qu'elles disent et dans la connaissance qu'elles affichent. Mais certaines facettes de ce soi inférieur ne sont pas vraiment en accord avec cela. Elles n'acceptent pas réellement l'existence du soi inférieur. Ce n'est qu'en l'acceptant qu'il est possible de progressivement le dépasser. En niant son existence, vous devez forcément ignorer ses manifestations – la manière dont il est exprimé dans de vagues émotions qui sont instantanément recouvertes et poussées hors de vue. Comment pouvez-vous dépasser quelque chose si vous n'êtes pas pleinement conscient de sa manifestation, de la manière la plus spécifique ? – certainement pas par une connaissance théorique générale au sujet de son existence !

À cause de votre honte et de votre culpabilité au sujet de son existence et du fait de le cacher, vous faites tout pour nourrir sa persistance avec tous ses effets néfastes sur votre personnalité et vous vous empêchez de faire ce que vous désirez le plus – le dépasser par la croissance. De plus, à cause de ce mensonge à soi, davantage de confusion est créée. Puisque tout ceci est un processus inconscient où le discernement et la raison n'ont aucune place, vous cachez également, avec les impulsions de destructivité et d'importance de soi, certaines des impulsions les plus créatives et intrinsèquement productives – tout cela pour un simple malentendu. Des impulsions et des instincts qui sont potentiellement productifs et générateurs de vie si on leur permet de grandir à la lumière de la conscience restent distordus et sont même destructeurs sous leur forme actuelle. Ils pourraient grandir et devenir merveilleux, mais on ne leur permet pas de grandir parce qu'on croit, inconsciemment, que leur forme actuelle serait définitive et que la seule manière de les expulser serait d'en nier l'existence. Récapitulons maintenant pour que ce soit tout à fait clair : (1) le refoulement des aspects réels du soi inférieur dans leurs manifestations et tendances de caractère, spécifiques et extrêmes, comme le climat général subtil fait d'égoïsme et de préoccupation de soi à l'exclusion de tout autre intérêt ; (2) le refoulement des vraies tendances et aspects créatifs et productifs ; (3) le refoulement d'instincts qui sont encore, pour le moment, non productifs et centrés sur soi dans leur état immature, mais qui sont destinés par leur nature à devenir créateurs, productifs et constructifs si on leur donne l'opportunité de grandir. Cette opportunité ne leur est pas donnée à cause de l'ignorance de ces faits et parce qu'on les traite comme s'ils étaient mauvais en soi.

Il est important de faire cette distinction et de vous rendre compte que ces trois catégories ont besoin d'acceptation et de conscience, chacune pour sa propre raison. Alors il sera souvent trouvé que la plus grande récompense qu'un être humain puisse offrir à la vie est retenue, niée et cachée. Une vaste confusion existe donc en vous. C'est la confusion par rapport aux tendances réelles du soi inférieur, censées disparaître par la négation de leur existence et par la simulation des intentions et souhaits opposés. Cette confusion au sujet de la force de vie potentiellement vibrante nie l'opportunité de fonctionner de manière belle et saine. Ces tendances sont mélangées et la personnalité est jetée dans le désespoir à cause de cette confusion. Tout ceci se passe dans un vague vide, dans un no man's land entre la conscience et l'inconscience.

Ces mois d'été sans activités de groupe peuvent vous permettre de réfléchir à tout ceci. Il peut s'agir d'une excellente préparation pour notre prochaine année de travail ensemble, avec l'espoir que nous fassions tous davantage de progrès sur ce chemin. Interrogez-vous, non pas sur la nature réelle de votre soi inférieur ou de ce

que vous considérez comme tel ; commencez plutôt par regarder votre attitude face à son existence. Êtes-vous choqué au sujet de certaines de ses manifestations ? Êtes-vous impatient avec vous-même à cause de lui ? Ressentez-vous qu'il devrait déjà être parti, ce qui signifierait que vous rejetez votre état d'être humain ? Niez-vous également une partie de vous qui pourrait être tout à fait constructive si vous la voyiez à nouveau et n'étiez pas influencé par des normes que vous avez supposées sans jamais en questionner la validité ? Commencez par observer les manifestations subtiles de ce soi inférieur dans certaines réactions et impulsions. Observez comment vous avez immédiatement tendance à les pousser hors de vue. Regardez maintenant les souhaits et les attitudes de ces réactions passagères. Sortez-les à l'air libre et regardez-les calmement. Constatez votre traitement dur et intolérant envers vous-même dans ce domaine qui est tout à fait démesuré et votre sévérité rigide, autodestructrice et sans compromis. Tout ceci constitue un bon travail préliminaire pour les phases à venir. Il s'agit d'un côté de la lutte.

Quel est alors l'autre côté ? Le concept de la conscience est fort mal interprété par l'humanité. Voici déjà quelques années, j'ai parlé du fait que l'homme possédait deux types de conscience – la première émanant de son soi réel et la seconde étant surimposée. Cette conférence a été oubliée et n'est donc pas intégrée dans les nombreuses prises de conscience que vous avez faites depuis lors. Il est donc maintenant utile de revoir brièvement certains aspects de cette conscience surimposée.

Quand les défenseurs de la religion parlent de conscience, ils ont bien à l'esprit la conscience intérieure, celle qui provient du centre divin de l'esprit humain. Mais souvent ils ignorent l'immense différence entre celle-ci et le second type de conscience. Dans leur empressement de faire de l'homme une créature meilleure, ils le poussent par l'extérieur à suivre et à obéir à des standards de moralité. La conscience surimposée est donc renforcée et la conscience réelle intérieure recouverte.

La conscience surimposée n'est pas une nécessité pour empêcher l'homme d'agir sur ses instincts primitifs destructeurs. Pour ceux dont la conscience intérieure n'est pas suffisamment développée pour les empêcher de commettre des actes destructeurs, la simple existence des lois sociales servirait tout aussi bien, et même mieux, que la conscience surimposée. Cette dernière ne fait que du tort. Comme dans mon explication à propos de la première facette de cette lutte intérieure, elle cache le soi inférieur au lieu de l'amener vers l'avant et élimine ainsi la possibilité qu'il grandisse et sorte de l'état infantile. La conscience surimposée cache également la force de vie constructive et créative et les impulsions qui pourraient la libérer. Elle met en place une vision irréaliste et distordue de soi et de ce qu'on croit devoir être. Elle génère de l'autopunition et des chaînes qui entravent toutes les qualités divines qui se trouvent dans l'âme. Elle n'empêche certainement jamais les crimes et actions destructives. C'est plutôt l'opposé qui est vrai. Parce que vous les refoulez et les cachez, des forces qui pourraient facilement être gérées à la surface de la conscience prennent racine et s'accumulent. Ceci a pour conséquence de créer une tension et une pression telles que la personne est poussée à commettre des actes sans pouvoir s'en empêcher parce qu'elle se sert de la conscience surimposée depuis trop longtemps pour se donner l'opportunité de contacter la conscience intérieure qui fait partie, comme nous l'avons dit, de ce centre spirituel. Et en fin de

compte, quand l'homme se rebelle contre des lois et toutes sortes de normes éthiques et morales, il le fait à cause de cette conscience surimposée sévère qui ne connaît aucune pitié, est inflexible dans ses exigences et aveugle dans son évaluation. Il ne se rebelle jamais contre la vraie conscience intérieure.

Il est donc important de comprendre, mes amis, qu'entre vous et votre soi réel se trouvent non seulement vos erreurs et conceptions erronées, vos images et distorsions fausses, votre soi inférieur, mais également la conscience surimposée. C'est cette dernière qui crée tant de confusion et vous empêche souvent d'accéder à la liberté et la vérité. C'est cette conscience surimposée qui vous pousse à vous rejeter en tant qu'être humain. Entre ses exigences et celles de l'enfant primitif et égocentrique qui vit encore en vous, vous êtes piégé dans un orage violent. Tant que cet orage n'est pas exposé, vous ne pouvez jamais le maîtriser. Vous ne pouvez pas vous dégager de ces deux irréalités. Vous vous accrochez à la conscience surimposée dans la croyance fausse qu'elle seule peut vous empêcher d'agir sur les instincts du soi inférieur. Vous ne pouvez donc jamais arriver à une saine et sécurisante confiance en soi parce que vous ne vous en donnez pas l'opportunité. Cette confiance et ce respect de soi sains ne peuvent provenir que de votre soi réel dont vous vous aliérez davantage en vous accrochant à la conscience surimposée. Vous vous trouvez ainsi dans un de ces cercles vicieux dont nous avons si souvent parlé¹. Parce que l'homme n'a pas trouvé son soi réel, il s'accroche à la conscience surimposée. Et parce que c'est le cas – en obéissant, se conformant et apaisant – il suit aveuglément, comme un mouton. En ne développant jamais ses facultés indépendantes de pensée, de discrimination, de discernement, il devient plus faible, plus dépendant et moins capable de se tenir debout.

L'action extérieure peut ou non être la même. Mais il existe une différence immense entre le fait de commettre l'acte par esclavage et par peur – en d'autres mots en suivant la conscience surimposée — et le fait de suivre la voix de votre véritable conscience dans un esprit de liberté provenant de votre propre lutte intérieure, votre intuition, votre raison, même si le résultat est le même. En vous rebellant contre la conscience surimposée, vous n'êtes pas plus libre qu'en lui obéissant. En obéissant à la conscience surimposée et que le résultat de cette décision ne vous convient pas, vous aurez comme effets corrosifs la rébellion, l'apitoiement sur soi, et vous blâmez la vie et le monde. En obéissant à votre conscience réelle, vous prendrez toute la responsabilité sur vous-même, et même un résultat négatif ne vous précipitera jamais dans le désespoir. Rapidement, vous constaterez que le résultat agréable ou désagréable n'est pas aussi essentiel que vous le croyez parce que les deux alternatives offrent une égale possibilité de croissance si vos actions et décisions proviennent de vous-même et de vos propres normes.

La lutte entre la conscience surimposée et l'enfant primitif, égocentrique et destructeur est une lutte tragique – tragique uniquement parce que vous n'en êtes pas conscient. Car elle est tellement vaine.

Bien sûr, l'éducation y est pour beaucoup. Quand l'humanité deviendra consciente de tout cela et guidera les jeunes dans la bonne direction, beaucoup de

¹ Conférence 50 – le cercle vicieux (note du traducteur)

mal pourra être évité. Il est pourtant important de savoir que ce ne sont pas seulement l'ignorance et la mauvaise guidance dans ce domaine qui sont responsables de cette lutte en vous, car vous n'y êtes pas empêtré dans tous les aspects de votre être. Il existe des domaines où vous êtes tout à fait libre et fonctionnez sans vous accrocher aux exigences, règles ou normes surimposées – qu'elles existent réellement ou que vous croyez qu'elles existent. Il vaut la peine de noter que vous adhérez à cette conscience surimposée et n'acceptez pas vos défauts ou les aspects de votre soi inférieur. Si vous les regardez à la lumière de cette lutte spécifique, vous comprendrez comment vos problèmes intérieurs et cette lutte en particulier sont connectés.

Les problèmes de personnalité et les déviations proviennent, comme vous le savez, des blessures et des frustrations de l'enfance – réelles ou imaginaires. Quand vous n'êtes pas certain de l'affection et de l'acceptation d'un de vos parents ou des deux, vous construisez une défense élaborée contre cette souffrance, et plus tard vous tenterez de la corriger. Vous avez constaté que cette réelle blessure de l'enfance ne devait pas vous alourdir toute votre vie, mais votre défense contre elle, que vous continuez à utiliser, détruit pour vous la possibilité de la satisfaction. Vous l'avez tous déjà très bien compris, non pas en théorie, mais dans de nombreux cas comme découverte personnelle. Le parent dont on est incertain, qui nous impressionne ou nous fait peur, représente souvent cette conscience surimposée parce qu'on essaie si désespérément de gagner son affection. On y trouve non seulement des règles sociales en soi, mais aussi des règles spécifiques du parent en question adhérant à sa propre conscience surimposée. Il arrive souvent que vous imaginiez seulement que ces normes et attentes étaient exigées de vous par le parent en question. Dans cette investigation, l'atmosphère et le climat émotionnels ont davantage d'importance que la réalité.

Il est impossible de reconnaître la pleine signification de la conscience surimposée à moins de la percevoir en relation avec l'attitude que vous avez et avez eue vis-à-vis de vos parents – les émotions spécifiques, les conditions, et l'attitude de vos parents vis-à-vis de vous, comme les images qui en résultent et les schémas de comportement et les mécanismes de défense que vous avez développés. Ce n'est qu'en percevant toute cette image que la lutte entre votre conscience surimposée et votre soi inférieur réel et imaginaire prendra pour vous une nouvelle signification et vous fournira la perspective nécessaire pour être capable de résoudre cette lutte. Savoir que cette lutte existe en général ne pourra jamais l'alléger, même si vous avez commencé à l'observer et à en être conscient. Il est essentiel que vous la voyiez en rapport avec vos problèmes personnels. La lutte entre votre soi inférieur et la conscience surimposée peut être, dans votre cas, complètement différente de la lutte de quelqu'un d'autre dans ce domaine, même s'il se peut que grand nombre de ses aspects et manifestations soient similaires.

Comme je l'ai déjà dit, dans cette lutte, vous vous traitez avec une sévérité sans merci. Vous vous imposez des règles de fer dignes du plus cruel souverain qui vont bien au-delà des normes déraisonnables exercées par la société. Vos normes excessives aveugles rendent impossible l'atteinte de ce centre intérieur dont vous pourriez constamment obtenir de la nourriture avec une vigueur sans cesse renouvelée, de l'espoir réaliste plutôt que le fait de prendre ses souhaits pour la réalité, de la prévoyance, la capacité de prendre des décisions matures, la confiance

en soi, la capacité d'aimer et d'être aimé, la capacité de recevoir et de donner, la capacité d'être en relation de manière à créer une vie harmonieuse qui est utile non seulement dans un seul sens mais dans tous les domaines importants de la vie. Beaucoup d'entre vous ont trouvé un profond sentiment de satisfaction dans certains domaines de leur vie. Mais dans d'autres domaines de la vie vous êtes insatisfaits et vous vous sentez seuls. Trop souvent, vous rationalisez cela en disant : « C'est justement parce que j'ai cette grande satisfaction que je dois payer en renonçant à d'autres domaines de satisfaction. » Mais ce n'est pas vrai, mes amis. Tout au fond de vous, vous le savez. Il n'est pas nécessaire que votre accomplissement dans un domaine de la vie se fasse aux dépens d'un autre. Il y a de la place pour tous les types de satisfaction dans l'âme saine, pour la personne qui tend vraiment vers la profondeur de son être – pas en partie uniquement, mais en ouvrant tous les canaux obstrués jusque-là. Aucune facette de l'expression de soi ne doit souffrir aux dépens de celles qui ont déjà été libérées. Mais vous ressentez, tout au fond de vous, que vous ne méritez pas tout cela. Vous ne cultivez même pas un concept de vous-même où vous pourriez vous imaginer satisfait dans tous les sens. Si vous observez cela en vous, vous constaterez que vous évitez une telle visualisation, qu'elle semble trop exiger de vous (et ceci malgré l'exigence excessive infantile réelle qui existe à un autre niveau). Ceci prouve que vous n'êtes pas en accord avec vous-même au sujet de cette lutte. Quelque chose en vous dit « non » quand vous vous visualisez satisfait dans tous les domaines de votre vie. Ceci est uniquement dû à la sévérité avec laquelle vous vous traitez, sans vouloir vous pardonner ou vous accepter parce que vous ne vous êtes pas réconcilié avec l'enfant égocentrique qui existe en vous, celui qui a des exigences injustes que vous ne pouvez pas gérer parce que vous les poussez hors de vue.

Il vous faut pleinement accepter cet enfant primitif, égoïste et destructeur pour le faire grandir. Il ne pourra grandir que dans un climat où vous êtes pleinement conscient de toutes ses manifestations. C'est dans la mesure où vous l'accepterez, sans perdre le sens des proportions par rapport à « sa méchanceté » que vous serez capable de percevoir, d'expérimenter et d'accepter les plus hautes facultés en vous. Vous pourrez perdre votre sentiment de culpabilité au sujet des premiers uniquement si vous apprenez à regarder les impulsions qui en proviennent et si vous vous rendez compte que même si ce côté indésirable existe, vous n'êtes pas obligé d'agir en conséquence. Dans ce cas, au moins, vous ne vous mentirez plus au sujet de votre propre état de développement, et vous évalueriez tous ses dictats sans les mettre en application. Alors vous aurez une chance de gagner cette lutte impossible. Vous vous libérerez de la fausse conscience et deviendrez donc capable d'entendre la voix de votre conscience véritable.

Y a-t-il des questions en rapport à ce sujet ?

QUESTION : J'avais préparé une question, mais elle tombe parfaitement dans le sujet de cette conférence. Est-il vrai que nous essayons non seulement de rentrer dans nos propres images idéalisées de nous-mêmes, mais qu'en plus nous tentons également d'être à la hauteur des soi idéalisés de nos parents ? Est-ce vrai ?

RÉPONSE : C'est tout à fait vrai. L'impuissance et l'insécurité de l'enfant le font désespérément rechercher l'acceptation de ses parents. Pour y arriver, il pense devoir adopter leurs normes. Comme je l'ai déjà dit, qu'il s'agisse réellement des

normes des parents ou que l'enfant le croit n'a pas d'importance. Il entame ainsi un processus d'adhésion fautive et superficielle à certaines normes sans avoir de conviction intérieure. Cela l'éloigne de son soi réel qui devient alors plus faible. Il est doublement dans le ressentiment et se sent abusé quand ce mode de vivre et d'être ne lui apporte pas les résultats recherchés, ce qui est par ailleurs impossible. Comme vous le savez tous, il existe en chacun d'entre vous, à des degrés différents, un désir de ne pas renoncer à l'état d'être un enfant, malgré le souhait tout aussi puissant de grandir. L'insistance sur le fait de rester un enfant dont on s'occuperait vous impose de vous accrocher à cette conscience et à ces normes surimposées. De cette manière, vous espérez apaiser, forcer et contraindre vos parents (ou leurs substituts) à vous donner tardivement ce qui vous a fait défaut. Vous perpétuez ainsi le processus jusqu'à et à moins de pleinement reconnaître celui-ci dans toute son intensité et dans ses différents effets secondaires.

QUESTION : Serait-il possible de nous donner un exemple spécifique, comme vous l'avez déjà fait, d'un de ces instincts qui serait réellement constructif, mais que nous traitons comme si ce n'était pas le cas ?

RÉPONSE : Un tel exemple se trouve dans le fait que les êtres humains entravent délibérément leur propre intuition. Ils en ont peur parce que son message pourrait diverger de ce qui est prescrit. Ils souhaitent éviter la confrontation de et le choix entre ces deux côtés. Ils craignent le risque d'être désapprouvés s'ils suivent leur intuition. Cela arrive très fréquemment.

Un autre exemple est l'instinct sexuel et érotique qui est totalement créatif et unifiant dans sa nature si on le laisse grandir. Seule sa manifestation immature est égocentrique. L'accent que la société met sur son caractère honteux a très souvent eu pour conséquence que cet instinct créatif est resté centré sur soi, dissimulé et si déjà il est exprimé, il l'est de manière égocentrique, ayant comme effet que la personne se sent coupable et dans le péché – en étant souvent tout à fait inconsciente de telles émotions. Si, au moins, les règles de la société étaient dirigées contre le véritable « mal », elles mettraient l'accent sur tous les types d'égocentrisme comme étant destructeurs et sur le besoin de grandir pour sortir de cette séparation. En contrariant cet instinct créateur, non seulement la satisfaction émotionnelle est entravée et handicapée et la capacité d'être en relation est empêchée, mais il en résulte une paralysie de la force de vie générale avec tous ses effets de guérison et de régénération. Ceci n'est pas uniquement vrai dans des cas extrêmes comme vous en connaissez certainement ; cela peut également être le cas chez des personnes plus développées qui ne penseraient jamais détenir des attitudes inconscientes pareilles. L'influence destructive de ce facteur se manifeste souvent dans la perturbation de la relation entre les sexes. Une telle perturbation peut être aussi subtile et cachée que peut l'être la conception erronée dans ce domaine. Elle peut créer un schéma consistant à interrompre constamment les relations ; à ne jamais être capable de maintenir une relation, ou même à ne jamais pleinement établir de relation dans son sens véritable.

Les êtres humains ne peuvent devenir véritablement humains – et donc, progressivement, divins – que si l'homme accepte sa masculinité et la femme sa féminité. Mais les perturbations intérieures font toujours que l'homme lutte contre sa masculinité et la femme contre sa féminité. Tous les êtres humains sont dotés de

tendances masculines comme féminines. Chez la personne saine, ces deux aspects fonctionnent ensemble en harmonie et rendent l'homme plus masculin et la femme plus féminine. Les tendances du sexe opposé ne sont ni combattues ni artificiellement exagérées par peur de ne pas être ce qu'on est. La compatibilité des aspects masculins et féminins font donc de l'homme davantage un homme et de la femme davantage une femme.

Beaucoup est à dire à ce sujet, et on le fera plus tard. Il est impossible de tout couvrir maintenant. Laissez-moi simplement toucher à certains aspects plus essentiels de cette question. En contrariant ses instincts naturels, l'homme contrarie tellement souvent sa masculinité. Il a peur d'être indépendant parce qu'il semble ainsi perdre le privilège d'être aimé car il pense que celui-ci est réservé à la femme ou à l'enfant. Dans sa lutte contre l'indépendance, il combat sa masculinité. Mais en niant son besoin d'amour à cause de la conception erronée que ce besoin ne serait pas viril, il combat également sa masculinité. De plus, il la combat à partir de la peur erronée selon laquelle toute son agression masculine et saine équivaldrait à son agression et son hostilité malsaines qui sont le résultat d'une accumulation de blessures qu'il n'arrive pas à gérer. Il se trouve donc souvent dans une double confusion. La vraie agression masculine et saine est prise pour de l'hostilité dont il se sent coupable. Il se sent donc également coupable pour la saine agression masculine et sa saine énergie masculine. Il n'arrive pas à séparer les deux. Simultanément, il est réticent à arrêter de s'accrocher à sa dépendance infantile, qui peut ne pas du tout être manifeste extérieurement mais existe néanmoins. Dans toutes ces confusions des concepts inconscients, il contrarie sa masculinité dans sa forme saine et naturelle en essayant de la manipuler selon les circonstances. Elle ne peut alors couler naturellement et spontanément.

Une lutte similaire existe chez la femme. Quand la petite fille se sent rejetée, elle se sent passive et impuissante. La passivité et l'impuissance, qui ne sont qu'un seul des aspects de la féminité, sont alors ressenties comme une humiliation contre laquelle elle lutte en faisant appel à tous ses traits masculins comme arme contre la féminité qu'elle craint et qu'elle associe à un état d'impuissance humiliante. Elle ressent erronément qu'être blessée et impuissante face à ce fait, serait la féminité et elle combat alors celle-ci. Parallèlement, elle ressent également que toutes ses tendances créatives et actives seraient considérées par le monde comme étant non-féminines, comme il se pourrait que ce soit le cas de son intelligence, de son ingéniosité ou de son courage. Elle lutte alors également contre ces tendances. Ceci est, bien sûr, relié à sa peur de la vraie féminité. Dans la mesure où elle la combat et cultive des tendances masculines comme arme contre sa féminité, c'est dans cette mesure qu'elle peut souvent créer, artificiellement, une fausse féminité en refoulant ses tendances soi-disant masculines. Mais ces tendances ne sont pas plus masculines que le besoin d'amour de l'homme serait féminin. Son intelligence, son courage et son activité dans de nombreux domaines de la vie et l'indépendance de son esprit pourraient véritablement améliorer sa féminité si on leur permettait de s'intégrer à sa féminité. Mais c'est justement parce qu'elle combat sa passivité et sa capacité de se donner complètement qu'elle doit artificiellement refouler son activité pour enlever l'impression qu'elle ne serait pas une vraie femme.

Ce sont de bons exemples qui peuvent être utilisés dans votre recherche sur soi et étendus à certains cas individuels. Cela répond-il à votre question ?

QUESTION : Oui, c'est très utile. Je pense qu'il doit être difficile de répondre à ma question suivante. Dans un sens, il se peut qu'elle soit ridicule, mais quand on pense au domaine de la sexualité, lorsque deux personnes ne sont pas mariées, sont sans attaches et à la recherche d'une relation heureuse, quel est le degré de promiscuité que vous défendez ?

RÉPONSE : Je ne défends pas du tout la promiscuité. Qu'entendez-vous par promiscuité ?

QUESTION : Vous parlez de l'instinct sexuel comme étant naturel et juste. Mais jusqu'où allez-vous ?

RÉPONSE : La seule réponse que je peux vous donner, mon cher ami – et cela s'applique à cette question comme à toute autre d'ailleurs – est que si une personne fait ce qu'elle ressent comme étant juste pour elle dans son soi intérieur profond, sans être influencée par la conscience surimposée, alors cela est juste. Et cela n'a pas nécessairement de rapport avec le résultat heureux ou malheureux de la situation. Si la personne pouvait l'aborder de plein cœur, sans être divisée, en prenant sur elle la pleine responsabilité pour toutes les conséquences, en étant pleinement engagée dans la relation à quelque niveau qu'elle existe, aucune fausse moralité pouvant empêcher la vraie moralité ne brouillera la situation en question, alors il n'y a pas de mal. Peut-être qu'il n'existe aucun autre sujet où tant de responsabilité de soi est posée sur le compte des « règles » simplement parce qu'on a peur de risquer quelque chose.

Ce monde serait un endroit tout à fait différent si les gens faisaient tout ce qu'ils font de plein cœur – qu'il s'agisse d'une relation humaine, lire un livre, se promener ou avoir une conversation. Cette planète est un endroit de tant de souffrance parce que les gens sont déchirés ; ils ne font rien sans être divisés dans leur attention et motivation. Dans tout ce que l'homme fait, il existe rarement un engagement plein. Il sert deux, trois ou dix maîtres à la fois, mais jamais son soi réel. L'homme veut toujours que tout soit parfait. Il veut une garantie sans erreurs, jusqu'à la fin de ses jours. Puisqu'il sait parfaitement que ceci est impossible, il refuse de s'engager totalement sous prétexte qu'il est « décent » et obéit à toutes les règles morales de la société. Que ces règles existent ou non est négligé.

La perspective du plan à partir duquel je vous parle est tellement différente que souvent les mots ne signifient pas la même chose. Quand vous élèverez votre conscience, vous arriverez à une autre compréhension des concepts, des termes et des valeurs. De notre point de vue, la promiscuité peut être constituée d'un seul acte – même si celui-ci reçoit toute l'approbation de la société humaine – si celui-ci ne provient pas d'un engagement total. Si nous employons ce mot « promiscuité », il ne peut certainement jamais s'appliquer à la quantité d'actes, mais seulement à la qualité de ce qu'on y investit.

Tant que l'humanité aborde cette question – dans le domaine de la sexualité ou dans les domaines de type politique, social, religieux ou relié à toute autre activité ou attitude humaine – du point de vue de règles toutes faites où une chose serait juste et une autre fausse, vous vivrez sous le joug de la conscience surimposée qui

est censée tout rendre si simple et si facile. Vous êtes toujours alourdi par la lutte entre le petit enfant primitif en vous et la conscience surimposée. Si vous n'étiez pas engagé dans cette lutte, vous ne pourriez même pas poser de telles questions. Cette question est justement l'expression de la lutte que je viens de nommer.

J'espère ne pas être mal compris. Je ne me fais pas l'avocat de la licence des mœurs. Il se peut, par ailleurs, que le soi réel puisse avoir des normes plus strictes que celles de la conscience surimposée. Souvent, elles sont plus difficiles à respecter parce qu'elles pourraient vous demander de vous opposer à l'opinion publique. Mais la sévérité peut exister dans un autre sens. La vraie conscience distingue finement tout type de mensonge à soi. Elle est inflexible quand l'homme essaie de tricher avec la vie, souvent en se servant de la conscience surimposée et des règles toutes faites comme bouclier contre un engagement total.

Que ces mois d'été constituent un temps fructueux pour faire murir les gains de cette année passée et permettre qu'ils portent des fruits. Que cette période soit utilisée pour consolider l'année passée et vous donner une perspective sur l'endroit où vous vous trouvez et sur ce qui reste à faire. La prochaine saison de travail promet d'être aussi réussie que celle-ci, et une plus grande libération attend tous ceux qui continuent à marcher sur ce chemin vers la réalisation de soi, en dépassant avec persévérance toute résistance à le faire. L'année passée vous a certainement rapproché de ce centre de votre être. Si vous continuez de la sorte, l'année prochaine vous rapprochera d'un pas de plus de cette lumière intérieure qui est la source de toute vie.

Soyez tous bénis. Recevez l'amour et la force qui coulent vers vous pour vous aider de ce côté à ouvrir les canaux. Soyez à nouveau bénis. Soyez en paix, soyez en Dieu.

*Conférence n°116 par Eva Pierrakos le 21 juin 1963 (version non éditée).
Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Reaching the spiritual center – struggle between lower self and superimposed conscience".
Traduction Marianne Hubert - Le Troisième Pôle - version 30/07/2012.*

© Pathwork Foundation