



Conférence du Guide n°117
20 septembre 1963

LA HONTE COMME UNITÉ DE MESURE DES PROBLÈMES NON RÉSOLUS - LES CIRCONSTANCES DE L'ENFANCE FAVORABLES EN APPARENCE SONT AUSSI NOCIVES QUE LES BLESSURES

Salutations, mes très chers amis. Bénédiction pour vous tous. Bénis soient vos efforts, vos progrès et votre vie dans son ensemble. Puisse la conférence de ce soir vous aider à avancer d'un pas sur votre chemin. Peut-être aussi qu'elle aidera quelques nouveaux amis à s'engager sur ce chemin, même si le contenu de cette conférence est principalement destiné à atteindre les zones et les niveaux intérieurs de la personnalité qui ont déjà été découverts ou qui sont sur le point de l'être dans le cadre de cette profonde recherche d'exploration de soi. Il se peut donc que pour ceux d'entre vous qui n'ont pas encore atteint ces niveaux profonds, les mots n'aient pas de sens, qu'ils semblent répétitifs ou qu'ils soient même déroutants. Mais je vous promets qu'une fois que vous aurez atteint ce niveau intérieur de reconnaissance, ces mots se révéleront extrêmement utiles.

À tous mes amis qui sont sur le chemin, je veux dire que chaque effort, même s'il est, sur le moment, empreint de découragement ou d'un sentiment temporaire de désespoir, doit être couronné de succès si l'on persévère. Ce qui peut apparaître aujourd'hui comme une défaite se révélera bientôt comme une victoire, comme une nécessité absolue d'avoir traversé cette période qui semble difficile. N'oubliez pas qu'elle n'est pas difficile à cause de ce travail, mais à cause de vos problèmes non résolus qui existent encore. Vous ne pourrez jamais assez insister, comme un rappel constant pour vous-même, sur le fait que la prise de conscience est la clé - prendre conscience de ce qui est en vous en ce moment. S'il vous plaît, mes amis, ici ou là, vous n'êtes pas encore suffisamment conscients de ce qui vous dérange vraiment. Si vous vous en rendez compte, vous saurez comment aller dans la bonne direction. Vous ne serez pas désespérés parce que vous verrez le chaînon manquant et cesserez ainsi d'être confus et perdus. Ces mots s'appliquent à beaucoup de mes amis.

Ce soir, je voudrais aborder deux sujets spécifiques qui, à première vue, ne semblent pas avoir de lien entre eux, mais qui n'en ont évidemment pas, et dont nous essaierons ensuite d'établir le rapport. Le premier sujet est la honte. Ce sujet a été abordé par le passé dans certains contextes, comme la honte du soi supérieur ou la

honte de certains défauts. Ce soir, je voudrais aborder ce sujet d'un point de vue très spécifique.

Lorsque vous suivez ce chemin, vous arrivez à un point où vous découvrez certains domaines que vous avez honte de reconnaître, même à vous-même. Ce dont vous avez honte peut être des fautes, mais pas toujours et pas nécessairement. Vous pouvez avoir honte de besoins très légitimes comme vous avez honte de vos défauts, ou de vos atouts, d'ailleurs. Tout d'abord, vous n'êtes même pas conscient de l'existence de cette honte. Il vous faut beaucoup de temps et d'efforts pour prendre conscience de certaines facettes de votre personnalité que vous avez profondément honte de regarder en face et que vous dissimulez sous un faux-semblant à l'opposé de votre honte spécifique.

Lentement mais sûrement, au fur et à mesure que le cheminement progresse dans la bonne direction, vous apprenez à ne faire face à la honte que pour vous-même, car vous n'êtes pas encore en mesure de la révéler aux autres. Lorsque cette phase est atteinte, une certaine dose d'auto-illusion a été éliminée. La honte et les faux-semblants qui en découlent varient d'une personne à l'autre. Mais quoi qu'il en soit, lorsque vous êtes confronté à un tel aspect, il vous faut une lutte et un courage considérables pour admettre ce qui, jusqu'à présent, était inadmissible. Lorsque la lutte a été surmontée, on a atteint un niveau significatif de liberté intérieure et d'aisance. Il est important de se rappeler qu'une telle victoire se produit rarement en une seule fois. Le processus peut devoir être répété parce que la psyché n'est pas prête à faire face à tous ses prétextes en même temps. Le fait de se débarrasser des faux-semblants et d'affronter ce qui était considéré comme trop honteux pour être admis, entraîne un degré concomitant d'aisance émotionnelle et de confort. Celui qui a atteint le point d'une telle auto-admission peut exactement localiser sa honte, ses faux-semblants, sa tromperie. Il a en effet franchi une étape importante dans la réalisation de soi. Inutile de dire qu'il a une longueur d'avance sur la personne qui n'est pas encore consciente de sa honte et de ses faux-semblants et qui peut donc croire qu'elle n'a rien à cacher.

Mais il y a une autre étape. Dans cette étape supplémentaire, vous trouverez une merveilleuse façon de mesurer votre libération. Le degré d'aisance et de confort émotionnel avec lequel vous pouvez parler de votre honte avec votre accompagnant indique votre liberté intérieure. Mais cette marque importante sur le chemin est souvent négligée parce que certains aveux sont suspendus et peu à peu oubliés quant à leur signification réelle. Bien que ces aveux aient été faits à un moment donné, le faux-semblant continue néanmoins à se présenter au monde extérieur, ainsi qu'en partie au soi, parce que l'aveu partiel n'est pas entièrement exploré.

Je voudrais donner des conseils précis à cet égard. Tout d'abord, maintenez votre attention dans cette direction. La première étape de ce chemin consiste à prendre conscience de ce que vous vous êtes caché jusqu'à présent. Lorsque c'est fait dans une certaine mesure, demandez-vous si vous avez utilisé ces découvertes ou si vous les avez laissées redevenir floues. La véritable libération ne peut être obtenue par de telles demi-mesures. Si la reconnaissance consciente n'est plus qu'à moitié consciente, c'est pour la raison précise, mes amis, que vous n'êtes peut-être pas encore prêts et assez libres pour exprimer à une autre personne - votre accompagnant - cette honte que vous vous êtes finalement avouée à vous-même. Et parce que vous

ne pouvez pas vous forcer à l'exprimer, vous l'obscurcissez à nouveau. Elle redevient brumeuse. Il serait tellement mieux et tellement constructif pour vous d'admettre : "Je ne peux pas encore me résoudre à révéler et à discuter de tel ou tel aspect de ma personnalité". Ne vous forcez pas, car si vous le faites trop, votre anxiété et votre souffrance seront une contre-mesure si forte que vous risquez d'en perdre le bénéfice. En prenant des mesures aussi énergiques, vous ne pouvez pas vous empêcher de présenter les choses d'une manière légèrement déformée, mensongère et colorée. Le gain est donc discutable. Cela vous culpabilisera et créera à son tour de nouveaux problèmes dans la relation entre vous et la personne qui vous aide. Cette attitude est plus néfaste que l'aveu libre : "Je ne suis pas prêt à me dévoiler". Dans cet aveu, vous êtes honnête. Vous n'utilisez pas trop de force. Vous n'engendrez pas de culpabilité et donc de ressentiment. Et vous mesurez votre position intérieure. C'est infiniment mieux qu'une autodiscipline consciencieuse et laborieuse qui consiste à faire quelque chose pour lequel on n'est pas prêt.

Dans votre examen quotidien, constatez : "Tel ou tel facteur me met dans l'embarras. Je me sens trop mal à l'aise pour en parler". Acceptez ce facteur, au lieu d'adopter l'attitude fréquente qui consiste à ne pas vouloir affronter cette contrainte et donc à ne pas faire face à la signification de ce manque de liberté. Vous négligez ainsi ce qu'il est si important de voir : où en êtes-vous, que vous reste-t-il à accomplir pour vous libérer de la honte et des faux-semblants ? Acceptez cette retenue et cette inhibition, et dites-vous que peut-être dans une semaine, dans un mois, dans un an, vous y parviendrez. Mais en attendant, observez-vous à cet égard et peut-être que, petit à petit, au compte-gouttes, sans discipline forcée, vous vous dévoilerez plus que vous ne l'aviez prévu.

Au début, vous serez mal à l'aise et anxieux, gêné et inhibé, mais cela deviendra de plus en plus facile. Soudain, vous verrez que toute votre honte n'était qu'une illusion et vous gagnerez en confort intérieur tout en exprimant librement ce qui vous semblait si honteux. C'est le critère de votre libération.

Je vous conseille à tous de réfléchir à cette partie spécifique du chemin. Êtes-vous conscient de ce dont vous avez honte ? Si ce n'est pas le cas, il vous reste à le trouver. Si vous l'êtes, dans quelle mesure abordez-vous pleinement cette question ? Prenez-le dans votre auto-confrontation, tout seul, et creusez plus profondément, en faisant ressortir le problème de la honte. N'essayez pas de trouver des raisons et des réponses immédiates, des explications et des justifications. Admettez simplement que tel ou tel aspect vous fait honte. Écrivez en termes exacts et précis de quoi il s'agit et pourquoi vous ressentez le besoin d'avoir honte. La réponse habituelle est toujours la peur de paraître moins bien aux yeux des autres, d'être moins aimable et respectable, de craindre le rabaissement et l'humiliation. Mais ce fait général doit être spécifiquement découvert et reconnu tel qu'il s'applique à vous. Une fois cela fait, confrontez-vous à vous-même pour savoir dans quelle mesure vous êtes capable d'en parler. Observez votre liberté intérieure de le faire si vous y parvenez, peut-être seulement par degrés pour l'instant. Maintenez la conscience de cette question. Ne forcez pas indûment la révélation (une certaine force peut être nécessaire au début), mais si vous décidez d'attendre, n'oubliez pas la question. Et continuez entre-temps à observer vos réactions quotidiennes par rapport à cette question. Car vous pouvez être sûr que votre problème non résolu et profondément enraciné est en relation directe avec votre honte, votre inhibition et vos désaccords quotidiens. Les problèmes

jouent un rôle direct ou indirect dans cette facette. Ils doivent être observés et reconnus dans ce contexte.

Chaque séance individuelle peut vous donner l'occasion d'ouvrir un peu plus cette porte particulière. Chaque fois, il vous sera plus facile de parler de ce qui était auparavant inadmissible. Après chaque séance, observez vos réactions : jusqu'où êtes-vous allé, par rapport aux occasions précédentes, dans la révélation de votre personnalité, et dans quelle mesure continuez-vous à falsifier et à présenter un visage différent, même si c'est de façon très subtile ? Une bonne façon de commencer est peut-être de discuter avec votre accompagnant du fait que vous avez encore de telles contraintes et que vous ne voulez ou ne pouvez pas encore les abandonner. Vous pouvez ainsi aborder le domaine général de votre honte sans entrer dans les détails. Cela peut préparer le terrain et créer un climat propice. Il va sans dire que l'"inadmissible" s'applique beaucoup moins à certains faits de votre vie passée que vous ne souhaitez pas voir divulgués qu'à un faux-semblant émotionnel, une falsification de la personnalité. Cette dernière est infiniment plus importante et plus dommageable.

Vous ne pouvez pas savoir à quel point cette approche est importante pour votre progrès et votre santé intérieure. Je conseille également à ceux de mes amis qui accompagnent les autres à être conscients de ce facteur, non seulement en eux-mêmes, bien sûr, mais aussi chez ceux qu'ils accompagnent. Ils devraient se rappeler que dans la mesure où ils ne sont pas encore libres à cet égard, ils ne peuvent pas s'attendre à ce que ceux qu'ils accompagnent fassent preuve de liberté et se révèlent à eux-mêmes. Il est très important de se rappeler de ne pas utiliser un fouet sur soi-même en se forçant et en se rejetant dans l'auto-condamnation si l'on ne réussit pas, mais d'observer tranquillement où l'on se situe à cet endroit précis.

Si quelqu'un prétend qu'il n'y a pas de domaine en lui dont il ne peut parler librement dans le confort émotionnel, je dis qu'il ne l'a pas encore trouvé. Il n'a même pas encore vu à quel point il vit encore dans l'inhibition et l'auto-illusion. Si vous découvrez que vous n'êtes pas encore aussi avancé que vous le pensiez à cause d'une telle restriction, cela ne devrait pas vous mettre mal à l'aise, car si vous procédez de la manière que j'ai conseillée, en acceptant votre situation actuelle et en y travaillant d'une manière détendue et en vous acceptant vous-même, il n'y a pas besoin de contrainte, de culpabilité, d'impatience envers vous-même - seulement de la reconnaissance.

Le deuxième thème que je souhaite aborder est un sujet que nous n'avons pas vraiment abordé auparavant, si ce n'est de manière furtive à diverses occasions. Pendant longtemps, dans ce travail de compréhension et de résolution des images, des idées fausses, des attitudes déformées et malsaines, bref, de tout ce qui engendre des problèmes dans votre vie, nous nous sommes concentrés sur les événements et les conditions malheureuses et douloureuses de l'enfance. Nous avons découvert qu'ils étaient responsables de la création de conditions psychiques préjudiciables à votre épanouissement personnel. Les blessures et les frustrations de l'enfance ont été reconnues comme la cause de l'émergence de problèmes profondément ancrés dans la personnalité. J'aimerais maintenant faire la lumière sur le contraire. Apparemment, des facteurs favorables et positifs de l'enfance peuvent être également responsables de distorsions intérieures.

A priori, cela peut paraître impossible, tant cela semble aller à l'encontre de ce que l'on croit aujourd'hui. Mais regardons ce sujet d'un peu plus près. Vous remarquerez que j'ai parlé de conditions apparemment favorables. L'évaluation par l'homme de ce qui est bon ou mauvais, constructif ou destructeur, juste ou faux, est souvent liée à ce qui est momentanément agréable ou désagréable, d'une part, et d'autre part, à ce qui est conforme à des valeurs temporaires et superposées. D'un côté, il peut considérer une chose comme constructive et bonne parce qu'elle lui est agréable. D'autre part, il peut considérer le désagréable comme juste parce qu'il est conforme à ces systèmes de valeurs superposés et arbitraires que l'humanité suit souvent.

J'ai parfois mentionné la différence entre les valeurs éternelles et les valeurs temporaires. Les valeurs temporaires peuvent rester les mêmes pendant des siècles et être considérées comme temporaires en raison de leur nature de valeurs non éternelles. Elles naissent des besoins d'une civilisation particulière et des limites de l'humanité à saisir les valeurs éternelles. Ces besoins sont dictés par les conditions dans lesquelles vit la société en question. Les facteurs sociaux, économiques et politiques jouent un rôle, de même que la géographie et le type d'esprit qui prédomine dans cette société. Par exemple, les valeurs diffèrent radicalement dans un patriarcat et dans un matriarcat. Elles diffèrent dans une monarchie et dans une démocratie. Et bien d'autres facteurs contribuent à constituer le système de valeurs d'une société. En raison de son inclinaison et de sa paresse, l'homme suit aveuglément ce qui est établi et conserve les valeurs longtemps après leur utilité temporaire dans les conditions spécifiques pour lesquelles ces valeurs ont été créées. L'auto-aliénation de l'homme, son manque d'indépendance de pensée, le pousse à s'accrocher à ce qui lui est transmis sans y réfléchir. C'est pourquoi il est si important, sur ce chemin, de remettre en question tout ce que l'on accepte ou rejette et de trouver ses propres raisons de le faire. Ce n'est qu'ainsi que l'on peut trouver des valeurs éternelles. Chaque cas, chaque incident, chaque question doit être testé et approfondi, remis en cause et faire l'objet d'une réponse sincère à partir de la profondeur de ses propres convictions. Ils doivent être examinés en profondeur. C'est alors et alors seulement que les attributs divins peuvent être véritablement trouvés, non pas parce que tout le monde le dit, parce que la société est d'accord, mais parce que l'on le trouve soi-même. Ces attributs divins et ces valeurs éternelles sont immuables en eux-mêmes, mais changent constamment dans leur application. C'est exactement le contraire avec les valeurs temporaires. Les valeurs éternelles ignorent souvent les valeurs temporaires et semblent souvent être les mêmes alors que leur climat est très différent, même si l'acte extérieur peut être similaire. L'amour, la vérité, la sagesse, le courage, ce qui est bon et constructif à long terme et donc pour tous les intéressés, sont les seules considérations des valeurs éternelles. Trouver ces considérations ne peut se faire par une acceptation aveugle. Les valeurs éternelles peuvent être agréables et aller à l'encontre du système de valeurs temporaires. Elles peuvent aussi être désagréables sur le moment et aller de pair avec le système de valeurs temporaires. Cependant, si l'homme agit en conséquence, mais pour obéir aux secondes tout en ignorant les premières, il ne sera pas en paix avec lui-même. Dans tous les choix et décisions personnels, dans les questions importantes ou non, dans les actions, dans la direction émotionnelle et les attitudes, il dépend du fait que la décision dérive ou non de l'un ou l'autre système de valeurs. Il n'y a pas de formule. L'accession à l'autonomie ne se fait

pas en revendiquant, mais plutôt en examinant, en ressentant et en vivant : "C'est comme ça".

Le système de valeurs concernant le traitement des enfants a connu un changement radical dans votre société ces derniers temps. Il y a encore peu de temps, la restriction et la sévérité étaient la "bonne méthode" généralement acceptée. Par conséquent, les problèmes non résolus de l'homme entraient dans ces règles, et il agissait avec son hostilité refoulée sous prétexte de suivre le système de valeurs existant. Ces derniers temps, les règles acceptées sont la permissivité, le manque de discipline, l'indulgence. Cela ne signifie pas que l'hostilité refoulée du parent ne se communique pas à l'enfant. Mais en même temps, ces nouvelles valeurs font que les parents se sentent doublement coupables pour eux. En conséquence, l'indulgence et la permissivité sont alors exécutées apparemment pour annuler l'hostilité et pour se conformer aux règles. Cela peut apparaître comme de l'amour. L'amour véritable peut certainement exister aussi. Mais dans la mesure où il est dilué par la culpabilité pour l'hostilité qui n'est pas reconnue ainsi que par la culpabilité de ne pas se conformer aux valeurs actuelles, l'indulgence agréable et la permissivité créeront autant de conditions problématiques dans la psyché de l'enfant que les blessures et les frustrations.

Si les parents ne sont pas exclusivement motivés par un amour suffisamment clairvoyant pour limiter, si nécessaire, leur culpabilité, les confusions intérieures et l'incapacité à faire face aux problèmes que représente un enfant créeront une perturbation intérieure. Afin de compenser les défauts humains courants tels que l'impatience, l'irritation, etc., l'enfant peut être gâté et choyé à l'excès. L'enfant peut vivre cela comme quelque chose de favorable et d'agréable sur le moment, mais l'effet négatif demeure. Là encore, ce n'est pas l'acte ni ses conséquences qui créent le dommage, mais la culpabilité, la confusion et le conflit chez les parents. L'acte identique peut, dans un cas, découler d'une telle complaisance et, dans l'autre, d'un psychisme clair et non confus. L'effet sur l'enfant dépend de l'un ou de l'autre. En outre, c'est la santé innée de l'enfant ou son absence qui détermine s'il est affecté par les problèmes non résolus des parents. Cela vaut non seulement pour les blessures infligées, mais aussi pour les excès de plaisir. Elle non plus n'aura pas d'effet négatif sur le psychisme de l'enfant s'il n'y a pas de problèmes correspondants.

Examinons maintenant les effets spécifiques de circonstances apparemment agréables telles que la permissivité, le chouchoutage, l'indulgence. Le psychisme s'y habitue, et lorsque la vie interdit par la suite une telle indulgence, la personnalité est toujours poussée à reproduire l'état de plaisir qu'elle a connu autrefois. Elle recherche encore et encore ce qu'elle a ressenti comme de l'amour pendant son enfance, mais elle ne peut pas le trouver parce que d'autres personnes, qui ne sont pas liées par la culpabilité, n'auront pas besoin d'expiation et n'auront donc pas besoin d'accorder un tel traitement. L'incapacité à retrouver ce qu'il a connu autrefois est à l'origine de la douleur, de la colère et de l'hostilité. L'insistance à vouloir bénéficier de la protection et de l'amour réel ou fictif de l'enfance est liée et dépendante des blessures et des frustrations subies. En d'autres termes, de même que le parent peut faire des excès pour remplacer l'irritation intérieure et le rejet des problèmes apportés par l'enfant, de même l'enfant peut utiliser le besoin compulsif de faire des excès pour remplacer les courants négatifs des parents qu'il ressent inconsciemment - et parfois même qu'il ressent extérieurement d'une manière plus ou moins directe.

Il est temps, mes chers amis, que nous commencions à examiner les aspects de votre enfance que vous avez vécus de manière agréable. Il vous a fallu beaucoup de perspicacité pour découvrir les blessures et les frustrations. Un enfant a tendance à considérer comme acquis et permanent ce qui existe dans sa vie. S'il est blessé, il peut en souffrir, se rebeller, mais il s'agit néanmoins d'un fait accepté que l'enfant ne peut pas évaluer en termes objectifs. C'est un climat général. Il en va de même pour les aspects agréables. L'enfant peut les apprécier, mais il n'en est pas plus conscient qu'il ne l'est des blessures. Dans les deux cas, il s'agit d'aspects du climat général que l'enfant ne remet pas en question malgré le plaisir ou la douleur. C'est pourquoi il faut beaucoup d'approfondissement et d'examen pour que l'enfant prenne conscience de ces éléments. L'expérience du travail passé concernant les blessures et la douleur pendant l'enfance va maintenant s'avérer utile en ce sens qu'il sera plus facile de prendre conscience du contraire. Mais cela demande de l'attention, de la concentration et un examen de conscience. Lorsque vous aurez progressé dans cette voie, vous découvrirez combien il est important de comprendre la totalité de votre personnalité actuelle, combien elle joue un rôle dans votre constitution mentale et émotionnelle. Vous verrez comment vous vous efforcez de reproduire non seulement ce que vous n'avez pas eu, mais aussi ce que vous avez eu. En d'autres termes, l'homme ne cherche pas seulement à corriger ses lacunes passées, mais aussi à perpétuer ce qu'il a eu. Et cet aspect est largement négligé dans l'exploration des perturbations psychiques humaines.

Ces mots prouvent une fois de plus que la conduite n'est pas le critère de l'acte juste et constructif, mais qu'il s'agit plutôt des conditions intérieures, des motivations et de l'unification sous-jacente de la psyché. Dans un cas, il peut être juste de se laisser aller et d'être permissif, dans un autre de restreindre et même de punir. Celui qui veut des règles extérieures à respecter pour savoir quelle alternative utiliser dans telle ou telle occasion doit être perdu et confus, car ses actions se révéleront infructueuses. Mais celui qui se connaît lui-même, qui comprend ses problèmes intérieurs, saura également quelle conduite choisir, même bien avant que ses problèmes intérieurs ne soient complètement résolus. Il est alors en mesure d'agir et d'être en accord avec les valeurs éternelles. Cela vaut pour le traitement des enfants comme pour toute autre relation ou situation humaine. Chaque fois qu'une telle confusion existe, c'est le signe qu'il manque la connaissance de soi.

Alors, mes amis, examinez ce nouvel angle. Soyez à l'affût des éléments suivants. Dans la mesure où vous vous êtes senti mal aimé, c'est dans cette mesure que l'amour de culpabilité vous a porté préjudice. Les deux jouent un rôle uniquement parce que des irréalités psychiques étaient déjà en vous avant que vous ne naissiez dans cette vie. Vous constaterez qu'il y a beaucoup de colère et de ressentiment non seulement pour ce que vous n'avez pas eu, mais aussi pour ce que vous avez eu et souhaitez continuer à avoir.

De prime abord, vous pouvez vous demander quel est le lien entre les deux sujets abordés ce soir et pourquoi j'ai choisi de les traiter en une seule conférence. Mais une fois que les deux sujets sont compris à un niveau plus profond, le lien est tout à fait évident. Il serait peut-être constructif, mes amis, que je vous laisse maintenant participer. L'un d'entre vous voit-il un lien ? Qui a une idée ?

QUESTION : Je pense qu'il serait très honteux de ne pas être reconnaissant pour ce qui est censé être bon si vous ne le sentez pas bon ou si l'on vous donne quelque chose que vous ne voulez pas.

RÉPONSE : C'est peut-être vrai, mais ce à quoi je faisais allusion, ce n'est pas qu'on vous a donné quelque chose que vous ne vouliez pas, mais quelque chose que vous avez beaucoup apprécié, mais dont vous n'étiez peut-être pas plus conscient que d'une blessure. Je ne parlais pas de quelque chose que l'on ne voulait pas.

QUESTION : Si une fille aime beaucoup son père et demande le même amour à un homme, plus tard l'enfant peut ressentir l'amour pour le père presque de manière sexuelle. Elle veut alors le même amour de la part de l'homme mais ne peut pas l'obtenir ; elle peut alors avoir honte à cet égard.

RÉPONSE : C'est un bon exemple.

QUESTION : J'ai l'impression que si les parents sont négligents à certains égards et, par culpabilité, sont particulièrement indulgents envers un enfant lorsqu'il est malade, l'enfant voudra la maladie pour obtenir l'amour. Plus tard, lorsque la personne sera malade, elle sera déçue et blessée de ne pas recevoir d'amour. En même temps, il aura honte d'utiliser la maladie pour obtenir de l'amour.

RÉPONSE : C'est aussi un bon exemple.

QUESTION : Vous pouvez aussi avoir honte quand on vous dit que vous êtes aimé dans votre enfance, mais que vous ne le ressentez pas.

REPONSE : Oui.

QUESTION : La honte est toujours liée à la culpabilité, n'est-ce pas ?

REPONSE : Pas toujours. Elles peuvent aller de pair, mais il est également possible d'éprouver de la honte sans culpabilité, et de la culpabilité sans honte.

QUESTION : Lorsque l'enfant reçoit une allocation et qu'il se sent coupable de la garder alors qu'il ne la mérite pas, il éprouve plus tard de la honte à recevoir un salaire.

RÉPONSE : Dans ce cas, il faut comprendre pourquoi cette culpabilité et cette honte d'avoir reçu une allocation existent.

QUESTION : Je connais le cas d'un enfant adopté. Dans ce cas, les parents ont donné trop de liberté à l'enfant, l'admirant continuellement. Cela était probablement dû à un manque d'amour réel. Plus tard, lorsque l'enfant a eu environ 18 ans, il est devenu encore plus exigeant, et les parents n'ont pas pu satisfaire ces demandes. Je pense que l'enfant avait honte de ne pas avoir ses vrais parents.

RÉPONSE : C'est possible. Ce sont en partie de bons exemples. Une telle participation vous aidera à mieux assimiler. Permettez-moi maintenant de vous

montrer, en principe, le lien entre les dommages causés par les expériences agréables de l'enfance et la honte.

Si un être humain veut reproduire les conditions agréables de son enfance dans sa vie, cela indique qu'il souhaite rester un enfant et rester dans un état de 'recevoir'. C'est un signe d'avidité et de manque de responsabilité personnelle. Cela peut être inadmissible pour certains, en particulier ceux qui se targuent d'être mûrs et adultes. La plupart des gens souhaitent être considérés comme tels, tout en désirant les avantages de l'âge adulte. Le désir d'être un enfant, ainsi que la colère pour la frustration, doivent créer une honte. Cette tendance est souvent en contradiction totale avec l'idéal qui est superposé, la façade qui est présentée au monde et au soi conscient. Comme vous le savez, l'image idéalisée de soi nie toute limitation. Elle prétend posséder tout ce dont la personnalité se sent dépourvue. La prétention du soi idéalisé est le nœud du problème. Elle cache non seulement ce que l'enfant ressent comme manquant dans sa vie, mais aussi ce qu'il a eu et veut continuer à avoir. Si vous examinez votre soi idéalisé, ce double faux-semblant doit être trouvé. Le contraire de ce faux-semblant est sous-jacent. Le révéler ressemble à un terrible aveu. Vous ne pouvez pas découvrir la honte si vous n'envisagez pas l'exact contraire de votre prétention. La considération de l'exact opposé de l'image idéalisée de soi devrait maintenant être prise en compte dans ce travail - par chacun d'entre vous. Il doit s'agir de la honte, qui est également liée à certaines circonstances agréables de l'enfance. Peut-être avez-vous été félicité pour certaines qualités réelles ou partiellement réelles que vous estimez ne pas posséder dans la mesure où vos parents le prétendaient. Ou peut-être pensez-vous que ces qualités sont absentes parce qu'elles sont encore trop diluées dans vos divers doutes et distorsions. Nous avons longuement discuté de l'image idéalisée de soi. Voyons maintenant son contraire. Trouvons sa signification spécifique et donc ce qui serait, par essence, son contraire. C'est ce contraire qui crée la honte profonde et qui est également lié aux conditions agréables et désagréables de l'enfance.

Si vous étudiez vraiment cette conférence et que vous la travaillez, je vous promets que votre libération et vos progrès seront considérables. Ce sera en effet le nœud de ce qui vous fait souffrir, de ce qui vous éloigne de la vie et de vous-même, de ce qui vous rend perplexes et confus. Avec cela, vous avez une clé directe, mes très chers amis, chacun d'entre vous, chacun d'une manière différente. Pour certains amis, cela peut être prématuré. Beaucoup d'autres aspects doivent être explorés avant d'en arriver là. Mais ce n'est pas toujours une question de temps. Il arrive que quelqu'un qui est sur le chemin depuis moins longtemps découvre certains aspects qu'une autre personne ne peut découvrir qu'après un travail plus long. Tout dépend du type de caractère et des conditions psychiques, ainsi que de l'attitude face aux problèmes. Où que vous en soyez, tenez-en compte. L'année de travail à venir s'avérera en effet très importante et cruciale si cette conférence est comprise et assimilée à moitié.

Y a-t-il une question concernant cette conférence ?

QUESTION : Si un enfant était préféré et se trouvait dans une position privilégiée, est-il possible qu'il revendique plus tard inconsciemment une position privilégiée similaire - qu'il veuille une considération spéciale ?

RÉPONSE : Oui, en effet. Cela peut être absolument inconscient, car cela peut être diamétralement opposé à l'idéal que l'on se fait de soi-même. Si l'enfant occupait cette position privilégiée parce qu'il était un bon enfant, cette bonté fait alors partie intégrante du soi idéalisé. La bonté est également synonyme d'abnégation et de désintéressement. Pourtant, cela contredit la revendication d'un traitement spécial. Dans cette confusion intérieure, beaucoup de choses sont refoulées, et plus c'est le cas, moins il est possible d'obtenir des éclaircissements. Lorsque toutes ces exigences et attitudes intérieures sont révélées au grand jour, la clarification, la libération et le soulagement doivent être considérables. Je vous le dis, mon ami, vous êtes sur la bonne voie, vous y êtes presque. En posant cette question, et grâce à la lumière qui vient de jaillir, vous y êtes presque. Vous comprendrez alors également votre image spécifique de Dieu.

L'amour afflue vers chacun d'entre vous. C'est une force vibrante de la réalité. Que tous ceux d'entre vous qui font de si vaillants efforts d'auto-confrontation réalisent à quel point ces efforts sont significatifs et importants. Continuez, vous tous ! La vie vous en remerciera, mais je n'entends pas cela dans le sens d'un Dieu qui récompense ou qui punit. Les forces cosmiques avec lesquelles vous entrez en harmonie par un examen de conscience véridique répondent selon la loi, tandis que l'auto-illusion et le manque de conscience ne peuvent pas vous mettre en harmonie avec ces forces cosmiques. Soyez bénis, chacun d'entre vous, afin que vos efforts continus soient renforcés et que vous deveniez plus libres et plus heureux. Soyez en paix, soyez en Dieu !

Conférence du Guide n°117 du 20 septembre 1963 (version non éditée).

Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Shame as a yardstick for unresolved problems; seemingly favorable childhood circumstances as obstructive as hurts."

Traduction Deepl.

© Pathwork Foundation