



Conférence du Guide n°132  
19 mars 1965

## LA FONCTION DE L'ÉGO PAR RAPPORT AU SOI RÉEL

Je vous salue, mes chers, chers amis. Des bénédictions et de la guidance sont données pour que chacun d'entre vous trouve son chemin plus facile et atteigne le but avec moins de lutte et de résistance.

Quel est le but? Le but, en ce qui concerne l'homme, ne peut être qu'une seule chose, et c'est devenir son soi réel. Nous abordons ce sujet sous de nombreux angles et dans de nombreux domaines.

Ce soir, je souhaite parler du soi intérieur par rapport au soi extérieur, ou du soi réel par rapport à l'ego. Il existe beaucoup de théories sur la fonction de l'ego et cela crée de la confusion. Il y a ceux qui disent, ou qui laissent entendre du moins, que l'ego est essentiellement négatif et indésirable et que le but spirituel est de s'en débarrasser. Et il y a ceux, surtout dans la pensée psychanalytique, qui disent que l'ego est important. La vision scientifique est que là où il n'y a pas d'ego, il ne peut y avoir de santé mentale. Ce sont deux visions tout à fait opposées. Laquelle est juste? Laquelle est fautive? Peut-être que cette conférence apportera un peu en lumière sur cette question importante. Même si vous ne pensez pas à de telles confusions parce qu'elles ne viennent pas à votre esprit conscient, elles brouillent néanmoins votre vision et vous empêchent d'atteindre le but important: celui de votre autoréalisation.

Récapitulons brièvement l'essence du soi réel. La personne intérieure fait partie intégrante de la nature. Elle est liée aux mêmes lois que la nature; et se méfier de ce soi intérieur est donc déraisonnable, car on peut faire entièrement confiance à la nature. Quand la nature devient l'ennemie de l'homme, ce n'est que parce que l'homme ne comprend pas ses lois. Le soi intérieur, ou le soi réel, est la nature; il est la vie; il est la création. Il est encore plus juste de l'affirmer ainsi que de dire qu'il fait partie de la nature ou de la création. Le soi réel et la création, ou la nature, sont une et même chose.

Quand l'homme fonctionne à partir de son soi réel, il est dans la vérité, il est dans la joie. Les contributions les plus créatives et les plus constructives à la vie proviennent de ce soi intérieur. Tout ce qui est grand et généreux, tout ce qui est épanouissant pour la vie, merveilleux et sage provient du soi intérieur ou réel. Nous l'avons souvent dit et il est impossible de trop insister là-dessus, même dans vos propres méditations. Il est essentiel pour vous d'essayer de comprendre cette vérité, non seulement mentalement, mais émotionnellement également.

Alors, mes amis, si c'est le cas, quelle est donc la fonction de l'ego, ou des niveaux extérieurs de la personnalité -- ces niveaux qui vous sont plus accessibles et dont vous êtes plus intensément et directement conscients, ce qui en vous pense, agit, distingue et décide? La personne dont l'ego n'a pas suffisamment grandi, dont l'ego est faible, est incapable de maîtriser ou de gérer la vie. Et celle dont l'ego est surdimensionné et trop mis en avant ne peut arriver au soi réel. En d'autres termes, les deux extrêmes sont forcément un obstacle à l'atteinte du soi réel. Les problèmes et les conflits de l'homme sont toujours le résultat d'un ego trop grand ou trop petit.

On ne peut pas dire qu'une personne a un trop grand ego et qu'une autre a un ego trop petit ou trop faible. Même si généralement parlant, on a cette impression, plus souvent il est question d'un déséquilibre, la même personne ayant un sous-développement dans un domaine de sa personnalité, tout en ayant un surdéveloppement dans un autre domaine. De cette manière, la nature essaie de rétablir l'équilibre. Le surdéveloppement peut constituer la tentative de la nature à régler la perturbation qui provient d'un ego trop faible. La perturbation de l'harmonie n'existe pas à cause de la tentative de la rétablir, mais à cause de l'accentuation excessive ou au contraire, du trop peu d'accentuation, c'est selon.

C'est un fait que ce n'est que lorsque l'ego est suffisamment développé qu'il est possible de s'en séparer de manière adéquate. Car, tant qu'il ne s'est pas développé, on ne peut s'en séparer. Ceci peut vous sembler une contradiction, mes amis, mais ce n'en est pas une. Car, si l'ego est sous-développé, le fait que vous ne soyez pas en possession d'un ego fort et sain et que vous vouliez faire une vertu de ce manque est une faiblesse et une fuite, ce qui ne peut produire que davantage de faiblesse et de manque. Tout ce qui mène à l'abondance de la véritable nature de la vie doit se faire à partir de l'abondance. Tant que l'ego n'est pas suffisamment fort, il vous manque quelque chose. Vous manquez de cette faculté de votre soi extérieur qui est nécessaire pour réfléchir, distinguer, décider, agir de manière adéquate, comme vous devez le faire quand vous vous trouvez dans ces dimensions qui sont en correspondance avec l'ego.

Quiconque essaie d'atteindre le fait d'être son soi réel, d'atteindre cette étape du développement spirituel, en repoussant le développement d'un ego sain le fait par pauvreté. Il ne possède pas encore son soi extérieur. Peut-être sait-il que son soi extérieur ou son ego ne sera plus nécessaire dans les derniers stades de l'être. Il essaie donc de sauter l'étape de la création d'un ego sain -- par paresse, parce qu'il trouve que c'est difficile à faire, et espère donc simplement pouvoir éviter cette étape essentielle. Mais cette erreur, comme toutes les erreurs, est coûteuse. Il retarde en fait l'atteinte de l'objectif. Il sera rejeté en arrière jusqu'à ce qu'il n'évite plus ce qui est nécessaire. Ce n'est que quand il est en pleine possession de son soi extérieur, de son ego, que l'homme peut alors s'en séparer et atteindre son soi réel.

C'est une loi. C'est une loi logique, car alors l'homme agit à partir de la force et de l'abondance, plutôt qu'à partir de la faiblesse, du besoin et de la pauvreté. On ne peut se servir de l'ego pour le transcender que lorsqu'on est en possession d'un ego fort et sain -- ni surdimensionné ni trop accentué. Ce n'est que quand l'ego est fort et sain qu'on peut savoir qu'il n'est pas la réponse finale, le règne d'être ultime. Vous l'utilisez alors pour le dépasser, pour le transcender, pour atteindre l'état de conscience suivant.

En termes très concrets, dans votre travail sur ce chemin, vous apprenez, par exemple, par vos méditations, à vous servir de toutes les facultés de votre ego pour tendre la main vers ce qui se situe au-delà de lui. Ce que vous absorbez de l'extérieur doit d'abord passer par les facultés de votre ego. Vous tendez d'abord au-delà de votre ego avec ses facultés. Vous les utilisez d'abord pour affirmer des vérités que vous expérimenterez plus tard à un niveau de conscience plus profond.

Il y a de nombreux êtres humains qui ne se rendent pas compte qu'il existe quoi que ce soit au-delà de l'ego, dont le but final est de devenir un ego fort, qu'ils le nomment par ces termes exacts ou non. Ceci peut alors mener vers la distorsion d'un super-ego. Il s'agit d'une impasse, car ils se fixent un but erroné beaucoup trop limité en portée et en possibilités. La conséquence en est qu'au lieu de transcender et dépasser ce stade, ils se servent des énergies censées les aider pour ce dépassement pour agrandir l'ego à l'excès.

Il est extrêmement important de comprendre la loi selon laquelle vous devez atteindre un certain état et pleinement vous trouver dans cet état avant de pouvoir l'abandonner en faveur de l'état suivant, mes amis. Souvent, l'homme la néglige et plus souvent encore, il l'ignore complètement. L'importance de cette loi n'a pas été rendue suffisamment claire pour l'humanité malgré de nombreux enseignements de vérité -- psychologiques ou spirituels. C'est une des grandes lois importantes que l'homme doit connaître et comprendre.

Sous une forme différente, l'essence de cette même loi existe dans la facette suivante, qui appartient au sujet choisi ce soir. C'est la fonction de l'ego en rapport avec le soi réel. Le soi réel sait que l'univers n'a pas de limites; qu'en vérité et dans la réalité finale, la perfection existe, qu'elle est atteignable par chacun, qu'une expansion illimitée de facultés et de forces, dans l'univers comme chez l'individu, rend cette perfection possible. Quand l'homme devient son soi réel, son soi divin, et quand il sait faire partie de la nature et de la création, il devient véritablement semblable à Dieu et dans ce sens, est omnipuissant, car il devient maître de toutes les lois existantes. Même s'il n'a jamais entendu parler de telles philosophies, c'est la réalité finale qu'il ressent profondément et à laquelle il aspire. Sa psyché la plus intime, son soi intérieur, lui envoie le signal de ce destin ultime, de ce potentiel pour sa vie et son être, de cette expansion qui est possible pour lui.

A sa naissance, le petit enfant ne possède pas encore d'ego. Sans ego, il est possible de percevoir très clairement ce message en provenance du soi réel. Mais sans ego, la signification de ce message est forcément distordue. Non seulement les orientations et enseignements psychologiques vous ont informé de l'aspiration infantile à la perfection, à l'omnipuissance, au plaisir suprême, au bonheur ultime qui ne connaît ni manque, ni insatisfaction, ni frustration, mais vous l'avez également trouvée et expérimentée en vous.

Quand il n'y a pas d'ego, ces aspirations sont irréalistes et même destructives. Au cours de votre travail sur le chemin, vous avez tous expérimenté que vous deviez d'abord abandonner ces désirs ou ces aspirations avant de pouvoir y retourner à nouveau et les réaliser.

En d'autres termes, chacun d'entre vous, mes amis, qui êtes sur ce chemin doit arriver à accepter ce fait et à accepter ses limites en tant qu'être humain avant de pouvoir se rendre compte qu'il a une source illimitée de pouvoir à sa disposition. Vous devez tous accepter vos propres imperfections, comme les imperfections de cette vie, avant de pouvoir expérimenter que la perfection absolue est votre destinée, celle que vous devez réaliser à la longue. Mais vous ne pouvez le comprendre et y arriver qu'après avoir abandonné la distorsion infantile de cette connaissance -- la distorsion infantile par manque d'ego. Vous devez tous apprendre à abandonner un désir de plaisir extrême et vous satisfaire du plaisir limité avant de pouvoir vous rendre compte que le plaisir absolu est votre destinée ultime. S'accommoder de peu est une acceptation de cette réalité, de cette dimension. Pour cela, les facultés de l'ego sont nécessaires. Ce n'est que quand votre ego gère de manière adéquate le règne dans lequel vivent maintenant votre personnalité et votre corps que vous pouvez ensuite comprendre en profondeur vos facultés, potentiels et possibilités réels.

Quand je parle du but ultime de la perfection, du pouvoir illimité, du plaisir suprême, je ne parle pas de leur réalisation dans un avenir distant quand vous ne posséderez plus de corps. Je ne parle pas de cet état dans une mesure de temps, mais dans une mesure de qualité qui pourrait exister à tout moment, au moment où vous vous éveillez à la vérité. S'éveiller à la vérité n'est possible que quand vous avez d'abord trouvé puis abandonné les distorsions infantiles du message de perfection ultime, de pouvoir ultime et de plaisir ultime. Chez l'ego sous-développé, ces désirs sont non seulement illusoires, mais égoïstes et destructeurs. Ils doivent être abandonnés avant de pouvoir être atteints.

C'est exactement la même loi selon laquelle fonctionner à partir de l'abondance produit de l'abondance, mais fonctionner à partir de la pauvreté et du besoin produit davantage de pauvreté et de besoin. L'ego faible se considère anéanti quand ses souhaits d'omnipuissance restent insatisfaits. Le souhait est donc négatif. L'ego fort et sain connaît la réalité de l'être, sans craindre que cet état puisse ne pas encore être réalisable à cause d'obstructions au soi réel existantes. L'ego faible s'accroche aux lois et aux conditions du petit ego et distord ainsi les lois plus grandes. Par besoin et par faiblesse, il renonce à la force et à la plénitude qui émergent lorsque les facultés de l'ego gèrent le maintenant immédiat de manière adéquate et par ce fait le transcendent donc.

Mes chers amis, cette conférence est de la plus grande importance pour vous tous. Elle peut constituer une clé importante non seulement pour dissiper la confusion autour des contradictions apparentes dans les idées philosophiques au sujet de la vie, mais ce qui est encore plus important, vous pouvez y trouver une clé tout à fait essentielle pour votre propre développement. Cela peut faciliter un lâcher-prise qui ne peut avoir lieu que lorsque règne la confiance dans ce soi le plus intime comme faisant partie intégrante de la nature et de la création qui sont dignes de confiance.

Quand vous ressentirez et expérimenterez cela, vous ne craignez pas et vous n'accentuez donc pas exagérément les facultés de l'ego. Vous ne laisserez pas non plus d'importantes facultés de l'ego sous-développé en sommeil et sans entretien.

Y a-t-il des questions, d'abord en rapport à ce sujet?

QUESTION: Ai-je raison de penser qu'être dans un état de réalité serait à la longue équivalent à être dans un état de divinité?

RÉPONSE: Oui, bien sûr, mais quand cet état est recherché artificiellement parce que la tâche du développement de l'ego semble devenir trop lourde, il est recherché de façon erronée. L'ego doit être maîtrisé. Quand je dis l'ego, je veux dire tout ce qu'il doit gérer. Prenons un exemple. Vue à partir de la distorsion, la vie de l'homme extérieur est souvent dure. Il lui faut travailler dur, lutter pour sa survie et sa subsistance. Distorsions et conceptions erronées ont amené l'homme à l'état où ceci est devenu le cas, sans que cela soit nécessaire. En même temps, il rêve de l'état où il finira par trouver que la lutte n'existe plus et où seul existe le bonheur. Une manière erronée d'y arriver consiste à essayer d'échapper à la lutte. La lutte est en rapport avec l'ego. Ce n'est que quand la lutte aura été acceptée de manière positive qu'elle sera perçue comme superflue et que le travail et le plaisir seront devenus un. Mais l'évitement du travail, à cause de la lutte, laisse inexploités et inoccupés d'importants potentiels de la psyché et de l'ego. Après une telle acceptation, l'individu découvre assez rapidement la vérité, à savoir que la survie quotidienne ne doit pas être une lutte. C'est alors qu'il réalise, dans une certaine mesure, l'état de divinité par rapport au sujet choisi comme illustration.

QUESTION: Au sujet des parties sous-développées et surdéveloppées de l'ego, seraient-elles en rapport avec une hyperactivité de façon erronée, qui serait le résultat d'un ego surdéveloppé, alors que la passivité, de manière malsaine, serait le résultat d'un ego sous-développé?

RÉPONSE: Oui, c'est correct. Les fonctions de l'ego favorisent l'état de devenir, alors que le soi réel est l'état d'être. Bien sûr, de son point de vue, l'homme comprend mal que l'état d'être signifierait absence d'activité. Mais l'activité se trouve dans l'état d'être. Activité et passivité fusionnent en un mouvement cosmique harmonieux.

QUESTION: Où je suis incapable d'abandonner mon obstination et donc incapable de lâcher prise et de faire confiance à Dieu, mon ego est surdéveloppé. Où je crains la responsabilité de soi, mon ego est sous-développé. Est-ce correct?

RÉPONSE: En effet. Là où vous n'osez pas prendre vos propres décisions, où vous vous appuyez sur des règles toutes faites, votre ego n'est pas suffisamment développé. Et vous avez là une très bonne illustration de ce dont j'ai parlé dans cette conférence: à cause d'une distorsion, la distorsion opposée est créée. Parce que votre ego est sous-développé dans les domaines mentionnés, quelque chose en vous essaie d'atteindre l'autonomie que vous niez simultanément quand vous refusez de faire vos propres choix et d'assumer la responsabilité de soi. Mais cela se fait de la mauvaise façon. Puisque tout le processus se déroule dans l'aveuglement et l'absence de conscience, la mauvaise façon d'atteindre l'autonomie (l'obstination) est choisie à la place du choix indépendant. Parallèlement, votre psyché profonde ressent qu'il devrait y avoir un relâchement, et le fait de s'accrocher à sa propre volonté devient une tension. Cela se fait à nouveau de la mauvaise façon, en ne

vous servant pas de l'ego pour prendre vos propres décisions. Vous préférez prendre celles des autres, dans votre obéissance aux règles.

QUESTION: Je trouve qu'il est très difficile d'abandonner la dépendance que j'éprouve face à toute personne qui représente mon père ou ma mère. J'en suis devenu très conscient. Mais ce que vous avez dit ce soir au sujet de la réticence à lâcher prise, et autre chose également, le désir infantile d'omnipuissance, le rêve du plaisir suprême -- il me semble qu'il s'agit de facteurs importants. Je ne pense pas les avoir compris suffisamment jusque-là. Pourriez-vous m'expliquer la manière dont ces deux agissent ensemble, rendant difficile que je lâche prise?

RÉPONSE: Il est, bien sûr, très important que dans votre travail vous trouviez de manière spécifique dans quels domaines vous ne voulez pas abandonner l'omnipuissance, le plaisir suprême, et la facilité que souhaiterait l'esprit, un état où il n'y aurait pas de souffrance, notamment celle de devoir prendre la responsabilité, ce qui est apparemment difficile. Vous aspirez à cet état plus que vous ne le savez. Vous ne voulez pas de la responsabilité parce qu'elle vous semble toujours être une charge. Dans un recoin de votre être, vous croyez que l'état infantile, sans aucune responsabilité adulte, peut être maintenu en insistant simplement pour que vos parents continuent à s'occuper de vous. Dans vos observations de soi, vous devez trouver de quelles manières spécifiques ceci se manifeste dans vos réactions émotionnelles.

Ensuite, comme je l'ai déjà dit, la connexion est quelque chose au fond de vous qui exige d'avoir la satisfaction de tous les souhaits infantiles. Vous ne voulez abandonner aucun de ces souhaits, ni comprendre à ce niveau que sous cette forme, ces souhaits sont inassouvissables. En même temps, en tant que personne faible et dépendante (intérieurement), comment pouvez-vous vous permettre de lâcher prise? Car, la seule façon où vous vous semblez fort dans votre propre concept de vous-même est d'insister, plutôt que d'abandonner et de lâcher prise. La faiblesse crée de la peur et la peur génère de la méfiance. Vous ne pouvez donc pas lâcher prise et vous abandonner au flux universel qui vous mettrait dans l'état où le soi supérieur réaliserait ces souhaits à un niveau différent. Vous devez donc d'abord décider de devenir un ego fort, responsable de soi, un ego suffisamment mature à tous les niveaux (et, j'insiste, bien sûr, sur le fait que je me réfère à ce niveau intérieur plutôt qu'à vous en tant que personne globale et extérieure, car il y a beaucoup de niveaux où vous êtes mature et responsable de soi) pour décider d'abandonner la version infantile des souhaits qui sont essentiellement réalisables. Méfiez-vous du sentiment de résignation de ne jamais pouvoir les obtenir. Sachez que cela existe. Vous viendrez à comprendre que quand vous abandonnez le rêve parfait, même ce que vous avez maintenant vaudra tellement mieux, vous apportera tellement plus de plaisir. Méditez et prononcez les mots de vouloir vraiment l'abandonner, mais sans résignation, dans un esprit positif qui accepte que les bonnes possibilités soient en attente même si on abandonne la version rigide et infantile.

Une partie de cette maturation se trouve dans le fait d'établir clairement et spécifiquement la manière dont vous avez causé une épreuve, une difficulté ou un manque particuliers. Quand vous utiliserez une telle méditation, vous verrez que vous deviendrez fort. Vous vous ferez alors confiance. Ce faisant, ce soi intérieur

deviendra une réalité. Faisant alors partie de la vie et de la création, vous leur ferez confiance. Votre méfiance vous empêche de vous abandonner, de vous laisser être. Vous devez vous méfier de vous-même si vous refusez de devenir un ego suffisamment fort qui gèrera de manière adéquate les questions immédiates qui vous entourent. Comprenez-vous la connexion maintenant?

QUESTION: Je la comprends. C'est très clair. Je me dis seulement, n'est-ce pas un chemin très long quand on veut vivre une certaine expérience ou avoir un certain plaisir ou avoir un certain pouvoir? Et je dirais alors, dois-je me satisfaire des circonstances actuelles ou est-ce que je peux tendre vers tout ce que je veux?

RÉPONSE: Oui, vous pouvez et devriez certainement tendre vers cela. Mais vous ne pouvez tendre la main adéquatement qu'en étant confiant que c'est possible, et en permettant que cela arrive. Mais vous voulez le faire avec les déficiences de votre ego extérieur. Mais là, l'ego ne peut pas vous servir de manière adéquate. C'est un grossier malentendu sur les fonctions de l'ego. Vous vous servez de votre ego là où il ne peut pas vous servir, et vous refusez de l'utiliser là où il devrait le faire. Vous voulez atteindre ce plaisir avec la portée et la vision limitées de l'ego, avec ses possibilités limitées plutôt que de laisser cette partie de la nature, de la vie et de la création vous l'apporter à leur propre manière. Mais vous ne vous y fiez pas parce que vous ne lâchez pas prise. Et vous ne pouvez lâcher prise de cette partie de votre ego qu'en ayant compris ces choses et en vous servant correctement des facultés de l'ego -- même en vous écartant et en demandant que d'autres fonctions plus élevées remplissent ce rôle pour vous. Quand cette interaction est apprise et vécue, la confiance en soi grandit et des réactions en chaîne positives entre l'ego, le soi réel et les forces universelles sont par conséquent mises en mouvement.

Quand vous tendez la main dans le monde de l'ego avec vos facultés de l'ego, vous vous limitez. Tendre vers l'univers doit donc se faire sur la décision de l'ego, mais sans ses limitations. Vous devez tendre la main vers un autre règne. C'est là qu'il faut abandonner l'ego. C'était l'essence de cette conférence. Cet abandon de l'ego ne peut se faire que lorsqu'on le possède complètement.

QUESTION: L'ego n'est-il pas connecté à l'obstination?

RÉPONSE: En effet. Les idées fausses, comme l'obstination, sont le résultat naturel du monde de l'ego et non du monde du soi réel. Mais c'est également la faculté de l'ego de toutes les abandonner. Seul l'ego peut le faire. L'ego est nécessaire pour changer son propre avis et sa propre intention. L'ego est nécessaire pour comprendre que son idée est fausse, et que cette obstination ne mène à rien. C'est à l'ego de maintenir ou d'abandonner l'une ou l'autre de ces deux facettes destructives. Seul l'ego est capable d'échanger l'idée fausse contre une idée véridique. Cela signifie abandonner l'obstination tendue et anxieuse et la remplacer par un fonctionnement détendu, fluide et flexible de la volonté basé sur le pouvoir de raisonnement et de discernement, faire appel aux niveaux intuitifs de soi et choisir la guidance intérieure supérieure du soi réel.

QUESTION: Je n'arrive pas à visualiser comment fonctionne la loi du karma et de l'hérédité et comment a lieu le processus de la naissance. Le bébé, à sa

naissance et l'âme -- l'âme existe-t-elle avant la naissance du bébé? Comment cela fonctionne-t-il?

RÉPONSE: La meilleure façon pour vous de percevoir ces principes est peut-être d'imaginer que le corps humain est le résultat direct de la personnalité, qui existe, bien sûr, avant la naissance du bébé. Les pensées, attitudes, émotions et actions de la personnalité ont toutes comme résultat un effet. Le corps avec son environnement, la vie et la situation de vie, le "destin" personnel -- tous sont les effets de la mentalité, de la personnalité et du caractère. Non seulement votre corps, mais également vos conditions de vie, sont le résultat de ce que vous êtes. Si vous regardez la question à partir de ce point de vue, vous éviterez beaucoup de confusion. La loi karmique, l'hérédité et les conditions spécifiques de la naissance ne constituent alors plus un problème. La façon dont vous les percevez maintenant est la suivante: un corps serait construit par des forces en dehors de la personnalité. Ceci crée de la confusion parce qu'une telle pensée provient d'un esprit de dualité plutôt que de l'esprit d'unité, où vous percevez que vous êtes un résultat immédiat de vous-même, y compris votre corps, votre pays, comme tout autre facteur de votre vie.

QUESTION: C'est difficile à ressentir.

RÉPONSE: Bien sûr. Vous ne devez pas essayer de forcer ce ressenti. Il viendra tout seul si vous mettez ce problème de côté maintenant, en ce qui concerne le ressenti. Plus vous comprenez la cause et l'effet dans votre vie immédiate, là où l'aveuglement dans ce domaine est en vigueur actuellement, plus doit s'étendre la portée de l'inexpérience intérieure de soi comme étant la cause centrale de sa vie.

Tous mes amis négligent encore des liens très immédiats de cause à effet -- la manière dont vous renoncez aux résultats que vous souhaitez, quels sont les schémas et attitudes qui créent certains résultats indésirables dans votre vie immédiate. Tant qu'il y a un voile sur ces liens entre la cause et l'effet, il est impossible de ressentir cette loi identique sur un laps de temps plus étendu.

QUESTION: Je souffre de palpitations cardiaques occasionnelles sans cause organique. J'ai trouvé dans mon travail que ceci est dû à de la culpabilité refoulée. Y a-t-il de l'autopunition?

RÉPONSE: Oui. C'est de l'autopunition et en même temps la peur de la punition et simultanément également la résistance à et la peur d'abandonner ce qui cause la culpabilité au départ. Vous avez fait du bon progrès dans votre travail. Si maintenant vous découvrez le niveau où vous ne souhaitez abandonner aucune des facettes qui créent cette culpabilité, vous aurez une compréhension et une expérience profonde de votre problème de base. L'autopunition est un substitut pour l'abandon des attitudes qui produisent la culpabilité. Inconsciemment, vous croyez ainsi qu'il est possible de maintenir ces attitudes, tout en vous absolvant de votre culpabilité. Vous continuez donc à vous punir, croyant que cela compense le fait que vous n'abandonnez pas les schémas destructeurs. Si vous dites assez souvent à quel point vous êtes mauvais, si vous souffrez assez de votre culpabilité, vous sentez que vous êtes encore quelqu'un d'assez bien malgré le fait que vous maintenez ce qui ne présente en fait aucun avantage ni à vous ni aux autres. La prise de



conscience spécifique de ce niveau viendra dans la mesure où vous voulez vraiment le trouver. Vos facultés de l'ego vous aideront à abandonner les schémas qui produisent la culpabilité. Même si quelque chose en vous doute, vous pouvez le faire en comprenant qu'à tout moment vous avez le droit de les reprendre si vous deviez le souhaiter. Ceci renforcera votre ego. Ainsi, vous réussirez. Vous ne serez plus une proie impuissante. Vous vous prendrez alors en charge en utilisant votre ego de la bonne manière.

Apportez vos problèmes personnels, mes amis. Nous pouvons y regarder de plus près au moment des séances de questions-réponses. Vous bénéficierez certainement d'une telle participation.

Toutes les bénédictions sont données à chacun d'entre vous. Ces bénédictions sont une réalité qui vous transcende et vous enveloppe. Elles sont l'amour universel, en réponse à vos efforts vaillants d'expansion de soi. Soyez en paix, soyez en Dieu!

*Conférence n°132 par Eva Pierrakos le 19 mars 1965 (version non éditée).  
Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "The function of the ego in relationship to the real self".  
Traduit par le Troisième Pôle – Marianne Hubert – version 14/07/2011.*

© Pathwork Foundation