



Conférence du Guide n°139
7 janvier 1966

ENGOURDISSEMENT DU CENTRE DE VIE PAR UNE MAUVAISE INTERPRÉTATION DE LA RÉALITÉ

Salutations, mes très chers amis. Bénédiction pour vous tous. Que cette soirée soit bénie. Que la compréhension de cette conférence ouvre votre esprit et votre vision et vous permette de faire un pas de plus vers la réalisation de soi.

Pleinement comprendre la situation actuelle et la façon dont elle est le résultat direct de l'individu est l'une des choses les plus difficiles à réaliser. C'est justement parce que cette compréhension est si immédiate et si proche qu'elle semble si distante. C'est justement parce que cette compréhension est si proche et si facile qu'elle semble nécessiter tant d'effort et de lutte pour l'obtenir. Pourtant, une fois qu'on a compris, c'est si facile, si naturel, et c'est l'évidence que cela a toujours été présent. Même ceux parmi mes amis qui, depuis longtemps, sont impliqués dans ce cheminement, continuent à fermer les yeux et ne se voient pas tels qu'ils sont. Ils ne comprennent pas leur situation actuelle, sa signification par rapport à leur être intérieur, parce que leur mécanisme de fuite est si profondément enraciné qu'ils sont enclins à fermer les yeux sur ce qui a le plus d'importance. Une fois de plus, cette conférence est destinée à vous sortir de là, à vous éveiller à vous-même et à votre situation extérieure immédiate.

Quand l'homme se trouve dans une situation indésirable qui le laisse insatisfait, d'une façon ou l'autre, son mécontentement, généralement vague, l'incite à tendre vers une autre situation. Même si vous avez tracé un cap bien défini et possédez une idée précise de la façon dont vous aimeriez vivre, vous ne pouvez y arriver qu'à condition d'avoir pleinement compris votre situation actuelle et ce qui lui fait défaut. Tendre vers une situation différente alors que la situation présente n'est pas pleinement comprise ne peut qu'aboutir à l'échec et la frustration.

Comment comprendre pleinement cette situation actuelle, mes amis ? En premier lieu, vous ne pouvez le faire qu'en devenant pleinement conscient de ce qui vous manque vraiment. Il faut formuler clairement ce que vous aimeriez voir changer dans votre vie. Là doit se trouver la première conscience. La deuxième conscience doit se porter sur l'étendue de votre souffrance causée par ce manque. Car trop souvent vous mettez cela de côté sans vraiment le reconnaître. A quel point manquez-vous de ce dont vous manquez ? Ne vous contentez pas avec désinvolture d'une reconnaissance vague et générale. Il faut donner de l'espace à la pleine intensité des désirs et frustrations partiellement refoulés. La troisième conscience dans ce domaine, doit être la totale compréhension de votre situation

actuelle. Et bien sûr, après la première reconnaissance, cela signifie la manière dont vous arrivez à supporter votre situation actuelle. Il est essentiel que vous compreniez profondément la façon dont la situation actuelle est une conséquence directe de vous-même.

Bien sûr, j'ai déjà abordé ce sujet de nombreuses fois par le passé. Si je le répète maintenant, ce n'est pas seulement en rapport avec la conférence qui va suivre mais également parce que je constate que malgré leurs bons progrès, mes amis n'en tiennent toujours pas compte. Je vous invite donc tous à mettre en pratique cette formule simple et à donner toute votre attention à ce que vous ressentez maintenant, à ce que vous expérimentez maintenant, et pourquoi c'est le cas. De quelle façon votre situation extérieure est-elle une représentation symbolique de votre état d'être intérieur ? Vous finirez par vous rendre compte que votre situation extérieure, peu importe à quel point elle est indésirable, est un résultat direct de ce que vous êtes, de ce que vous pensez, de ce que vous ressentez, de ce que vous voulez. Par conséquent, vous comprendrez que votre situation extérieure ne peut pas être différente vu la nature de ce que vous pensez, ressentez, voulez. Elle doit forcément refléter votre manière d'agir et de réagir, ainsi que votre attitude; ayant atteint la conviction qu'il ne peut en être autrement, vous avez totalement exploré, assimilé et compris votre instant présent, votre situation globale. Cette compréhension, cette situation, cette analyse en profondeur a pour conséquence que toute situation actuelle doit être telle qu'elle est, étant donné qu'elle est en lien direct avec votre être intérieur. Il faut établir que la situation actuelle est le résultat exact de la somme totale de la personnalité. Ceci inclut également, bien sûr, les circonstances favorables. Si vous ne tenez pas compte et négligez le bénéfice dont vous jouissez dans toutes les bonnes circonstances de votre vie, vous n'êtes forcément pas conscient de votre propre valeur. En accordant de la valeur, en appréciant et en prenant plaisir à ce que la vie vous offre, vous devenez simultanément conscient de ce qu'il y a de bien en vous, de votre valeur et de vos atouts. Ceci vous donnera une force plus grande pour sortir des cercles vicieux et des attitudes négatives qui s'auto-génèrent et rendra plus réaliste votre compréhension de la situation qui se rapporte à votre personnalité intérieure. Vous aurez ainsi une image plus complète de la globalité de là où vous en êtes, de là où en est votre vie.

Tant que vous êtes imprécis et restez vague au sujet de ce qui vous manque et tant que vous niez ce qui vous manque, il vous est impossible de comprendre votre vie. Comprendre votre vie de cette manière est la clé du changement vers un état plus désirable et satisfaisant.

C'est ainsi que, de temps en temps, la plupart de mes amis sur ce chemin ont eu l'occasion de comprendre qu'eux-mêmes et leur vie ne sont qu'un. Ces moments sont toujours de profondes expériences de la réalité d'être, de vitalité vibrante, de lumière et de vérité. C'est seulement parce que c'est si disponible et si proche que cela semble si difficile. Il semble tellement plus facile de souhaiter quelque chose de vaguement différent, ou même de tout à fait différent, dans le mécontentement et dans la lutte tendue, dans un climat de ressentiment plaintif et d'apitoiement sur soi, tout en niant (a) l'intensité du désir véritable, (b) la présence de réserves face à ce désir véritable, (c) les « raisons » de celles-ci, (d) les pensées, sentiments, émanations, le comportement intérieur ou extérieur, (e) la façon dont ces éléments

affectent forcément les autres et créent par conséquent la situation actuelle. Souvent on néglige également que la situation actuelle est le résultat d'un grand nombre d'années d'ancrage profond des schémas de pensée, d'action et de ressenti qui ne peuvent pas changer instantanément dès qu'on en prend conscience. L'effet de ces prises de conscience est dilué quand il n'y a pas de résultat immédiat. Cette attente immédiate d'un changement contient les mêmes particularités que les exigences infantiles face à la vie ; elle contient également un vif refus de coopérer avec les lois de la vie. Ces deux aspects font très certainement partie des raisons de l'insatisfaction même. Ceci a également pour conséquence que la personne ignore le bien qu'elle possède, et ne parvient ni à en profiter, ni à l'apprécier.

La négation de l'union entre l'être intérieur de l'homme et sa situation extérieure trouve toujours sa cause dans la fuite de soi. L'homme ne veut pas réellement et totalement se voir tel qu'il est, mais seulement de façon limitée et sous certaines réserves. Posez-vous tous la question : souhaitez-vous vraiment vous voir totalement, tel que vous êtes ? Cultivez-vous un tel but en exprimant ce désir, surtout dans les moments de mécontentement et de disharmonie ? Ou fournissez-vous rapidement et de façon désinvolte une « explication » pour votre disharmonie ? Ou admettez-vous peut-être de manière générale que cela doit se trouver en vous puisque vous savez que ces choses sont vraies, mais que vous en restez là sans avoir la volonté de regarder vraiment ? Vous n'utilisez pas suffisamment la formule simple d'exprimer le désir et l'intention pleine et profonde de voir toute la vérité à votre propre sujet à tout moment. Si vous l'appliquiez avec plus de précision et d'attention à soi dans la situation immédiate, vous en obtiendriez une tellement plus grande libération.

Les raisons de la forte tendance d'échapper à soi – et donc inévitablement d'échapper à la vie, avec toutes ses bonnes possibilités – sont multiples. Au cours de ces conférences, nous avons abordé grand nombre de motivations et raisons possibles de cette fuite. Portons maintenant une attention spécifique sur un aspect auquel je n'ai touché que de manière générale et vague par le passé, pour la simple raison qu'aucun de mes amis n'était tout à fait prêt à faire face à cet aspect en eux. Il n'était possible d'en parler et de le contempler qu'en termes très généraux. Les derniers mois ont apporté un progrès considérable à certains de mes amis et ce que je dois vous dire maintenant peut donc être accepté et regardé par grand nombre d'entre vous. Certains sont déjà arrivés à le voir, alors que d'autres luttent encore tellement contre cet aspect en eux.

L'aspect dont je veux vous parler n'est pas simplement de l'hostilité. Le terme hostilité est devenu trop vague. Dans son usage répété, le terme en a presque perdu son sens. Soyons délibérément aussi grossier que possible. Dans la plupart des êtres humains – plus dans certains et moins dans d'autres – il existe des éléments de cruauté. Il est difficile de faire face à cette cruauté en soi. Mais si vous le faites, vous en obtiendrez soulagement et libération parce que plus rien alors ne barre la route vers une totale vérité face à vous-même. Tant que vous ne faites pas face à la cruauté en vous, tant que vous la fuyez, vous ne pouvez être clair et à l'aise, sans peur et détendu à votre sujet. Vous ne pouvez être votre propre ami. Vous pouvez l'être ami si vous acceptez, reconnaissez, comprenez et travaillez, ouvertement et avec candeur, sur ces aspects cruels même avant de pouvoir totalement les éliminer. Mais tant que vous luttiez contre la cruauté de façon erronée et à l'encontre de

l'objectif, c'est-à-dire par le déni et en vous la cachant, vous serez forcément dans un état de friction avec vous et donc inévitablement avec la vie et les autres. Vous ne pouvez être bien dans votre peau ; vous sentez que vous n'êtes pas à votre place et la vie non plus ; des problèmes insolubles surviennent. Les solutions apparaîtront en proportion exacte à la mesure avec laquelle vous faites face à ce que vous craignez le plus en vous – habituellement il s'agit de la cruauté. Vous ne pouvez imaginer rien de pire en vous. Rien ne peut vous faire davantage peur que cet aspect en vous. Une jauge fiable pour déterminer l'existence encore non reconnue de la cruauté en vous, est de prendre en considération la quantité de peur qui subsiste en vous – peur des autres (en général ou la peur de certains), peur de la vie, peur de la mort, peur de l'inconnu. Plus vous avez peur de la brutalité, de la séparation, du rejet et de l'humiliation, de la cruauté physique et mentale, plus ces mêmes aspects non reconnus pleinement jusque-là, sommeillent forcément en vous. Tant que c'est le cas – quelle que soit l'importance de ces aspects non reconnus en vous – vous serez en conflit. Vous fuirez ces domaines de votre vie qui vous semblent difficiles et inconfortables. C'est justement parce qu'ils sont désagréables pour vous maintenant qu'ils détiennent la clé dont vous avez besoin, si seulement vous pouviez vous arrêter de courir, si seulement vous vous regardiez pour constater qu'en évitant certaines situations extérieures et intérieures, c'est vous que vous fuyez, et si seulement vous observiez les raisons de cette fuite. Dans ces circonstances se trouve le secret que vous n'êtes toujours pas prêt à dévoiler malgré tous vos bons efforts. Pourtant, aussi longtemps que vous ne vous rencontrez pas et que vous ne rencontrez pas les autres sans réserve, il est impossible de vous épanouir. Cela signifie qu'en évitant ces aspects, vous continuez à vous duper. Vous pouvez avoir un vague ressenti de quelque chose de semblable à la cruauté, mais il y a une grande différence entre ce ressenti et son observation véritable.

Celui qui a commencé à le faire a forcément déjà traversé le pire. Il ne s'agit pas nécessairement d'une question de temps, du nombre d'années passées à parcourir ce chemin, pas du tout.

Discutons maintenant des raisons de l'existence de la cruauté. Une fois son existence reconnue, qu'arrive-t-il ? Avant d'aborder la réponse à cette question, je veux évoquer le centre intérieur de l'homme qui lui tend tout ce dont il a besoin pour vivre de façon productive. Ce centre vital lui fournit de l'énergie, de la force vitale, de la sagesse, de la vision, des solutions, de l'amour et de l'harmonie. Ce centre vital existe tout au fond de chaque individu. Chez une personne jeune, un enfant, il se manifeste sous la forme d'un endroit très vulnérable. Sa vitalité même provient d'un centre tendre, doux et vulnérable. Quand les enfants se sentent blessés et confus, quand ils interprètent mal les événements qui les entourent, ils durcissent cet endroit vulnérable pour se défendre de la tendre accessibilité de son ouverture. Par différents mécanismes qui se mettent en place, ce centre vital devient de plus en plus dissimulé, recouvert par plusieurs couches de substance dure. Sans compréhension adulte et réaliste – c'est-à-dire sans ego mature – l'enfant ne peut pas gérer ce centre vital qui est doux et malléable, qui contient les forces les plus puissantes, créatives et intelligentes. Pour sa propre protection, l'enfant doit séparer ce centre vital de sa conscience. Pourtant, lors du passage de l'enfance à l'âge adulte, lors de la maturation de son ego, cette séparation devient pour lui un handicap malheureux. L'adulte vit alors de façon mutilée, ayant mis de côté son meilleur aspect, l'aspect le plus fiable de tout son être. Ce n'est qu'en arrivant à

redécouvrir ce centre, en l'intégrant à son ego adulte que la personnalité devient entière et équipée pour gérer la vie.

L'existence de ce centre vital nu et vulnérable peut non seulement être constatée en se souvenant de son enfance avec ses émotions fortes et le vécu profond des expériences, positives comme négatives, mais en vous observant avec honnêteté, vous ne pouvez également manquer de devenir conscient des moments où ce centre vulnérable se manifeste maintenant. Vous pouvez observer la façon dont par la suite vous le rendez invulnérable. En d'autres termes, vous continuez à utiliser le processus instauré dans l'enfance mais qui agit maintenant avec force à votre détriment, car c'est la mauvaise façon de vous protéger et de gérer la vie au mieux. Les moyens de désactiver le centre vital sont multiples : en vous séparant et vous extrayant ; en vous durcissant ; en engourdissant vos émotions ; en niant vos émotions réelles pour les remplacer par de fausses émotions ; et également par la cruauté. Toutes ces mesures servent à rendre invulnérable l'endroit vulnérable en vous parce qu'il vous semble que c'est là que se trouve la seule sécurité. Vous négligez et niez le fait que c'est justement la vulnérabilité qui est la substance pour gouverner votre vie de la façon la plus dynamique et fructueuse. Car cet endroit vulnérable est le centre vital dont proviennent toute énergie et toute sagesse. C'est cet endroit en vous qui rend possible de pleinement expérimenter, de vivre dans la joie, d'avoir du plaisir et d'en donner. L'énergie puissante qui provient de ce centre peut être utilisée de la façon la plus constructive et pleine de sens en prenant conscience que ce centre vital doit devenir un aspect conscient s'intégrant à l'ego. Si la mauvaise compréhension et l'ignorance empêchent cette intégration, l'énergie devient destructrice, la puissance est inversée ; ce sont alors le chaos, la désintégration, la confusion et la souffrance qui en résultent, ainsi qu'une division et un engourdissement intérieurs qui rendent la vie difficile, laide, lointaine et insensée.

L'activation de votre soi véritable, ou du centre divin, ne peut pas être obtenue de l'extérieur ou même de l'intérieur de vous comme quelque chose d'éloigné que vous n'avez pas encore expérimenté. Il y a beaucoup de cas où vous l'expérimentez vaguement – même à des occasions de tristesse naturelle, sans exagération. Mais vous vous empressez de nier cette expérience parce que vous ne savez pas comment la gérer ; vous l'aplatissez donc, en vous refusant les dimensions plus profondes et plus riches qui proviennent de votre centre intérieur.

Tant que ce centre intérieur se trouve toujours dans la condition où il était quand vous étiez enfant, il n'est pas encore en position de gérer la vie. La sagesse intérieure contenue dans ce centre vital ne commence à se manifester qu'après son intégration dans l'ego. Dans l'enfance, le centre intérieur n'est que vivant, plein d'émotions, d'énergie et d'aptitudes à l'expérience, au plaisir, ainsi qu'aux potentiels non encore utilisés de créativité et d'intelligence. Ce que vous devez apprendre à faire maintenant c'est (1) d'observer l'existence du centre vital, (2) d'observer le mécanisme dont vous vous servez pour décourager ses manifestations et durcir l'endroit vulnérable, (3) de délibérément arrêter de le faire et de permettre son déroulement. Par des méditations appropriées, l'intégration de ce centre vital dans l'ego aura lieu et sa substance deviendra forte et dynamique sans perdre sa douce vitalité.

Vous vous trouvez dans la situation difficile de posséder un ego adulte avec toutes ses facultés intactes, mais qui est séparé de ce centre vital vulnérable. Ce centre vital vulnérable est séparé de vos facultés de l'ego, de votre conscience éveillée – et là est votre problème.

Plus le centre vital est « défendu », bloqué, nié et recouvert de façon irréaliste et inadéquate, plus viennent à exister des aspects dont l'homme doit avoir honte et pour lesquels il doit se sentir coupable. L'une des manifestations les plus sévères de cela est celle des impulsions cruelles. La cruauté ne cessera vraiment d'exister dans la profondeur de l'âme humaine, non seulement dans les actions et les pensées conscientes mais dans les émotions inconscientes, que lorsque l'on reconnaîtra le centre vital, lorsqu'on l'observera et qu'on lui permettra de fonctionner, plutôt que de le nier et de l'entraver. Les émotions intenses de ce centre vital peuvent alors être comparées à la réalité telle qu'elle se déroule. Les facultés de l'ego pourront aider le processus ; la raison et l'intelligence ajusteront les déséquilibres et la déviation de la réalité. Mais quand on se sert de la raison pour nier la profondeur, l'étendue et la richesse des émotions telles qu'elles se manifestent à partir du centre vital, la personnalité humaine se mutile et se met en déséquilibre. Mettez en rapport la manifestation du centre vital, dans toute sa vulnérabilité, et la force de ses émotions, avec votre compréhension adulte et les facultés de votre ego.

La cruauté ne peut exister qu'en tant que résultat d'une séparation entre ce centre vital et l'ego. Plus concrètement, la cruauté existe parce que la réalité est mal interprétée, ce qui incite la personne à continuer à désactiver le centre vital. Ce n'est pas seulement l'enfant qui interprète mal les événements qui l'entourent. Là où l'enfant l'a fait, est exactement l'endroit où l'adulte continue à le faire maintenant, à moins de l'avoir constaté et corrigé. Vous tous, dans les domaines de vos difficultés, continuez à mal interpréter la réalité. Vous ne percevez pas ce qui se passe autour de vous, vous ne voyez pas les choses telles qu'elles sont vraiment, vous les comprenez mal.

Comment découvrir de tels malentendus ? – d'abord en admettant à vous-même ce que vous croyez vraiment, pour ensuite en comprendre et en interpréter la signification. Ceci s'applique à tout ce qui vous fait ressentir un manque d'harmonie. Demandez-vous quelle est votre interprétation de ce que les autres pensent de vous et de ce qu'ils ressentent à votre sujet.

Prenons un exemple pratique pour le rendre plus compréhensible. Un exemple commun est que vous vous sentez abusé, rejeté, traité avec discrimination. D'office, vous ne l'admettez que vaguement. Vous pouvez même admettre les mots, sans pleinement admettre et reconnaître la mesure dans laquelle vous le ressentez et pour quelle raison ; qu'est ce qui vous fait croire que vos émotions sont justifiées et appropriées. Ce n'est qu'en faisant cela que vous pouvez ensuite faire le pas suivant et vous demander : « Est-ce réel, ou est-ce ma croyance ? Pourrait-il en être autrement ? » Même quand vous admettez le sentiment de rejet, habituellement vous en restez là, et vous vivez dans un brouillard où vous n'avez pas examiné si c'est réel ou non. Vous pouvez vaguement admettre que ce n'est peut être pas réel, mais il reste un autre niveau où vous croyez que c'est vrai sans y faire totalement face, et sans examiner pas ce niveau.

La cruauté, qui est toujours la plus grande pierre d'achoppement quand on souhaite se faire face et vivre dans la beauté dynamique et stimulante de chaque instant présent et l'élément principal dans la fuite de soi, est en fin de compte un résultat de la mauvaise interprétation de la réalité. Vous ne pouvez interpréter la réalité de façon exacte tant que vous ne formulez pas avec clarté et précision ce en quoi vous croyez, à savoir votre manière d'interpréter les événements qui semble éveiller la blessure et la défense, et tant que vous ne tenez pas compte de la possibilité que la réalité pourrait être toute autre.

J'ai abordé plusieurs points qu'il vous faut combiner dans votre travail.

Point 1 : Aucune situation indésirable, aucun manque de satisfaction ou aucun vide, ne peut être éliminé et changé en un état plus désirable à moins de comprendre la situation actuelle dans le sens qu'elle ne peut être autre parce que vous vous rendez pleinement compte que la cause est en vous.

Point 2 : Après l'admission du manque (point 1) il faut prendre conscience de ce qui en vous l'a causé, de façon à expérimenter pleinement l'union entre vous et votre situation de vie.

Point 3 : Les aspects cruels en vous représentent les raisons majeures de toute résistance et de toute peur de vous faire face. Souvent vous ne pouvez trouver ces aspects cruels qu'en admettant votre peur. N'oubliez pas la corrélation importante entre la peur des autres ou la peur de toute facette extérieure de la vie et la peur de votre propre cruauté non admise.

Point 4 : Déterminez à quel moment le centre vital est nu dans le sens de l'état vulnérable d'un enfant qui n'a pas encore intégré ces énergies et ces émotions dans les facultés de l'ego. Quand cette intégration a lieu, le centre de vie vulnérable n'est plus vulnérable de manière négative, dangereuse ou faible, mais de façon positive et tout à fait merveilleuse. Il est flexible, vivant, vibrant et plein de sentiments forts et merveilleux sans lesquels aucune joie, aucun bonheur ne peuvent exister. La force et l'intelligence qui se trouvent dans cet endroit vulnérable gouverneront toutes vos actions, toutes vos attitudes. Ce centre de vie produira des pensées et des émotions qui porteront des fruits tout autour de vous. Il vous permettra d'être constructif dans tout ce que vous faites. Vous voudrez donner votre meilleure et entière attention à tout ce que vous expérimentez et entreprenez. Vous ne ferez plus rien sans enthousiasme, en n'étant qu'à moitié attentif ou en ayant des motivations partagées ; le résultat sera donc de plus en plus désirable et satisfaisant. Cette attention ne comporte aucune tension. Vous serez emporté par une force généreuse et merveilleuse. Au lieu de recouvrir l'endroit vulnérable, vous le ferez émerger. Au lieu d'éviter les émotions de cet endroit vulnérable, vous élargirez le domaine de vivacité, vous le renforcerez d'un nouveau dynamisme qui provient de la compréhension de la réalité, de l'interprétation correcte de ce qui se passe en vous et les autres.

Lors de l'intégration de cet endroit vulnérable dans l'ego, même dans les stades initiaux, votre but dans ce domaine particulier de votre processus d'évolution est accompli. Vous devez traverser les points que je vous ai indiqués. Il est nécessaire de connecter vos peurs avec votre propre cruauté non admise. Découvrez comme cette cruauté est le résultat de la mauvaise interprétation.

Questionnez-vous étroitement sur la raison de vos impulsions cruelles. Et ce faisant, reconnaissez ce qui vous fait mal, ce que vous aimeriez d'autre à la place, ce que vous croyez que les autres vous font, que la vie vous fait. Après l'avoir clairement nommé, faites le pas suivant. Demandez-vous si vous êtes dans la réalité en croyant cela.

Mes amis, cette conférence ne doit pas rester simplement une étude théorique. Dans la mesure où vous vous en servirez pour vous, elle deviendra une réalité. Certains d'entre vous ont commencé à le faire dans leur travail personnel sur le chemin. D'autres n'ont pas encore entamé cette phase. Mais j'attends que vous me présentiez de tels problèmes, si pas ce soir, à tout le moins dans la prochaine période de questions-réponses. Vous devez, par exemple, en arriver à certaines prises de conscience dans ce domaine en commençant à exprimer exactement ce qui fait mal et pourquoi. Dans vos questions, vous pouvez partir de là et je vous aiderai à continuer. Examinons maintenant si cette souffrance est justifiée ou non. Votre façon de la ressentir est-elle le reflet de la réalité ? Du moment où vous êtes capable de vous poser la question : « mon vécu de l'affront et de la douleur est-il réel », vous avez une base solide d'où procéder. Tant que vous ne pouvez pas vous poser cette question parce que vous ne savez pas encore que vous la ressentez, il vous faut trouver la question qui correspond à la phase actuelle de votre cheminement.

Certains parmi vous sont peut-être conscients de la cruauté, même vaguement. Vous pouvez partir de là. Certains sont peut-être fort conscients de leurs peurs, mais séparés du revers de la médaille de la peur, c'est-à-dire les impulsions cruelles en elles-mêmes. D'autres ont peut-être une conscience aigüe de leurs insatisfactions, de toute situation actuelle indésirable, sans l'avoir connecté avec leurs propres causes intérieures. D'autres encore y sont peut-être parvenus mais négligent les rares cas où leur véritable endroit vulnérable se manifeste, et ils n'ont pas encore observé la manière dont ils arrivent à y échapper, à le recouvrir, le durcir, ou l'engourdir d'une façon ou d'une autre. Toutes ces possibilités existent maintenant pour votre travail à venir. Certains d'entre vous ont la conscience de l'un ou de l'autre de ces aspects mais pas des autres ; mais aucun n'est conscient de tous ces aspects. Puissiez-vous tous réunir tous ces points, non pas en tant que pensée/compréhension mais en tant qu'expérience profondément ressentie. Cela vous donnera très certainement courage et libération. Aucun de ces aspects n'existe avec la même force en chacun. Pour certains de mes amis, par exemple, le domaine de l'illusion et de la mauvaise interprétation de la réalité est relativement réduit. Dans beaucoup de domaines ils sont rationnels et réels, alors que leur mauvaise interprétation de la réalité ne s'applique qu'à certains domaines qui peuvent être dissimulés et vagues, subtils et insaisissables au point qu'il est difficile d'en déterminer l'existence. C'est justement parce qu'en apparence, ils se trouvent tellement dans la réalité, qu'il est facile de négliger là où ils ne le sont pas et dans quelle mesure. D'une certaine manière, ces amis ont bien plus de mal à résoudre ce problème que ceux qui se trouvent ouvertement, de façon évidente et même intellectuellement dans l'illusion, même si ces derniers peuvent souffrir davantage jusqu'à ce qu'ils atteignent le moment de questionner leur interprétation des événements et des réactions des autres face à eux. Et ensuite il y a ceux qui croient être tellement raisonnables, rationnels et réalistes tout en étant dans l'illusion à ce sujet.

La matière que je vous donne ici peut donc constituer un outil majeur pour vous tous. Avez-vous des questions à ce sujet ?

QUESTION : J'ai trouvé cette cruauté en moi par rapport à la vengeance. Je ressens également de la cruauté en m'isolant et en m'extrayant (je punis les autres avec ça). Malgré le fait d'avoir trouvé cela, je ne peux pas l'abandonner. Je dois m'y accrocher. Pouvez-vous m'aider à poursuivre à partir de là ?

RÉPONSE : Oui ; ce que j'ai dit dans cette conférence est en fait une réponse. Votre clé actuelle est de vous demander pourquoi vous vous sentez cruel. Que croyez-vous que l'on vous fait? Qu'attendez-vous qu'on vous fasse ? Qu'attendez-vous de l'autre ? Pourquoi croyez-vous que la personne agit, a agi ou pourrait agir de la manière qui génère en vous des impulsions cruelles. Reconnaissez précisément ce que vous croyez. Ensuite le prochain pas doit être de vous demander « Est-ce réel ou est-ce seulement ma croyance ? »

QUESTION : Cela me semble réel, à moi.

RÉPONSE : Bien sûr. C'est exactement ce que je veux dire. Parce que cela vous semble réel, vous semblez avoir besoin de la cruauté. Vous en êtes toujours resté à la supposition que c'est réel. Il vous faut maintenant vous ouvrir à la possibilité que ce n'est peut-être pas comme vous croyez. Vous devez tenir compte de la possibilité qu'il en serait autrement. Dans ce domaine, cela doit être votre prochain pas. Tant que vous vous contenterez de « C'est comme ça que je le vis », dans une attitude vague de « Peut être que ce n'est pas le cas, mais à moi ça semble vrai », sans entrer dans les conséquences d'une telle implication, vous resterez bloqué. Si vous voulez voir la vérité par-dessus tout, si vous tendez vers elle, elle viendra à vous. Tant que vous restez dans ce climat vague, vous devez vous accrocher à la cruauté. La cruauté sera votre plaisir précaire. Le plaisir cessera quand vous comprendrez les faits réels, et cela ne peut arriver que si vous souhaitez les comprendre et considérer de nouveaux horizons et possibilités auxquels vous n'aviez jamais pensé – en vous posant la question de façon spécifique : « Est-ce que les circonstances, les désirs de l'autre, et les faits sont vraiment comme je les ressens, ou ai-je peut-être tort ? Si la réalité est différente de la manière dont je la pense et la ressens, j'aimerais voir cette réalité. Je m'ouvre à cette réalité. Je ne m'engage ou ne m'oblige à rien sauf à vouloir voir la vérité. » La vérité doit alors venir, la vérité doit enlever le conflit et la souffrance. Il en est ainsi.

QUESTION : Je suis extrêmement conscient de la cruauté en moi, ainsi que de la vulnérabilité. Mes émotions sont tellement fortes quand je me sens lésé que je ressens le désir de tuer ceux qui semblent me léser. Pourtant, je ressens également que ma réaction est peut-être excessive. Que dois-je faire maintenant que j'en suis devenu conscient ?

RÉPONSE : A nouveau, vous pouvez trouver une réponse exacte dans cette conférence. Mais je souhaite également vous répondre personnellement. Je vous ai dit auparavant que chez certains, les domaines de leur compréhension irréaliste sont relativement réduits, alors que chez d'autres ils sont bien plus en évidence. Vous

appartenez sans aucun doute à la dernière catégorie. C'est à double tranchant parce qu'à cause de cette irréalité, à cause de vos perceptions irréelles, vous souffrez davantage en vous y trouvant, mais par ailleurs c'est tellement grossier qu'il vous sera plus facile de découvrir l'irréalité et de trouver la voie pour sortir de l'illusion. Vous avez là un parfait exemple de ce que j'ai démontré dans cette conférence. C'est merveilleux que ce soit tellement ouvert, et que dans la brève période de votre travail, cela soit ressorti aussi fortement. Votre vulnérabilité aussi demeure relativement accessible. Vous pensez la défendre en la séparant de votre ego et en essayant de l'engourdir par la cruauté. D'autre part, la cruauté est également générée par votre mauvaise interprétation de la réalité. Cette mauvaise interprétation est extrêmement forte et évidente, et donc plutôt facile à déterminer une fois que vous commencez à la questionner et à sérieusement la considérer comme possible. Ce que vous croyez que les gens pensent, ressentent et sont est très, très différent de ce qu'ils pensent, ressentent et sont en réalité. Chaque jour, pensez à quand vous vous êtes senti insulté, lésé, rejeté et discriminé. Mettez par écrit chacun de ces instants. Je veux que vous le fassiez tous les jours. Si vous le faites pendant quelque temps, quelques semaines ou même quelques jours seulement, vous verrez dans quelle mesure, presque à tout instant où vous entrez en contact avec d'autres, vous anticipez au moins le rejet et la discrimination, l'affront et la désapprobation. Et très souvent vous pensez qu'ils ont déjà eu lieu, alors que dans la réalité, rien ne pourrait être plus éloigné de la vérité. Commencez maintenant par vous demander si vos émotions sont vraies et en proportion avec ce qui se passe vraiment, et si vous acceptez de voir que ce qui est vrai est peut être l'opposé de ce que vous avez cru jusque là, vous commencerez forcément à expérimenter un soulagement authentique et durable. Je veux que vous travailliez selon ces lignes, tout seul comme avec votre groupe. Demandez-vous ce que vous croyez que les autres membres du groupe ressentent à votre sujet. Dévoilez-le et comparez-le à leurs réactions réelles face à vous. Apprenez alors également ce qui se trouve derrière leurs réactions et pourquoi ils ressentent ce qu'ils ressentent. Votre seul objectif doit être de découvrir ce qui est réellement et de quelle manière cela est différent de ce que vous pensez être vrai. Alors vous n'aurez plus besoin de durcir l'endroit vulnérable, qui est l'essence du centre de vie sans lequel vous ne pouvez vivre avec réussite. En formulant avec précision ce que vous pensez que les autres ressentent à votre sujet et en formulant ensuite, avec une égale précision, la possibilité que vous vous trompez peut être et que vous contemplez d'autres alternatives, un nouveau monde s'ouvrira à vous – un monde libre où vous pouvez vivre sans crainte, un monde de lumière où vous ne devez pas vous isoler. Vous ressentez maintenant que le monde entier est contre vous. Puisque vous ressentez que le monde entier est contre vous, qu'il veut vous nuire et vous léser, vous rejeter et vous humilier, vous devez vous durcir. La cruauté est presque la seule arme pour vous défendre contre un tel monde. Vous devez donc vous accrocher à la cruauté. Mais quand vous commencerez à voir que ce n'est pas le cas, vous n'aurez pas besoin de la cruauté, vous serez détendu et léger parce que le monde ne sera plus votre ennemi. Les autres ne seront plus vos ennemis. Observez-vous maintenant, par exemple. Quand vous marchez dans la rue, observez les émotions subtiles et distinctes de la manière dont vous percevez les étrangers autour de vous, votre manière de percevoir qu'ils sont tous vos ennemis. Demandez-vous ensuite, « Est-ce vrai ? Sont-ils réellement mes ennemis, ou en est-il autrement ? Ou se sentent-ils comme je me sens, c'est-à-dire perdus et craintifs ? Et quand ils sont en colère, peut-être qu'ils attaquent d'abord, comme je le fais, à l'idée que tous les autres sont leur ennemi ? » Des millions de personnes se croisent

jour après jour, chacun ressentant qu'il est sélectionné pour être persécuté. Souvent c'est une émotion subtile, pas même détectable, mais qui est là, néanmoins. Une fois qu'elle est amenée à la conscience, vous pouvez commencer à questionner l'exactitude de votre perception. Vous pouvez trouver votre chemin de retour vers la réalité, et par conséquent vers la vérité et la lumière, vers un monde merveilleux plutôt qu'effrayant.

Mes très chers amis, que cette conférence révèle en vous tout ce qui est sain, créatif, constructif et réel. Tout cela, vous le trouverez immédiatement « derrière » ce centre de vie vulnérable une fois que vous acceptez que les premières manifestations des émotions inquiétantes au départ atteignent votre conscience de surface. Traversez-les et voyez ce qui se manifeste alors, surtout si votre conscience tend vers cette possibilité. Les bénédictions constantes qui vous sont données se combinent avec cette puissance en vous et vous remplissent de l'intérieur. Soyez en paix. Soyez en Dieu !

*Conférence n°139 par Eva Pierrakos le 7 janvier 1966 (version non éditée).
Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Deadening of the live-center through misinterpretation of reality".
Traduction Marianne Hubert - Le Troisième Pôle - version 29/01/2009.*

© Pathwork Foundation