



Conférence du Guide n°140
4 février 1966

LE CONFLIT ENTRE LE PLAISIR POSITIF ET LE PLAISIR NÉGATIF EN TANT QU'ORIGINE DE LA SOUFFRANCE

Salutations, mes très chers amis. Une fois de plus, bénédictions à chacun d'entre vous, pour chaque pas, pour chaque effort que vous entreprenez sur votre chemin vers la libération.

Dans cette conférence je vais rapprocher beaucoup de sujets dont nous avons parlé récemment. Vous verrez facilement les connexions. Mais d'abord, en tant que préface, regardons la signification de la souffrance et sa véritable origine. La douleur est le résultat d'un conflit. Elle surgit quand deux directions opposées existent dans une personnalité. La direction des forces créatives universelles tend vers la lumière, vers la vie, vers la croissance, vers l'épanouissement, l'affirmation, la beauté, l'amour, l'inclusion, l'union, le plaisir suprême. Quand cette direction est contrecarrée par une autre direction, une perturbation est créée. Ce n'est pas la perturbation en tant que telle qui crée la douleur, mais le déséquilibre et une espèce de tension particulière causée par la direction opposée. C'est cela qui cause la souffrance. C'est très important de comprendre ceci, mes amis, pour pouvoir suivre le restant de cette conférence.

Le principe que j'explique ici existe à tous les niveaux. On peut d'ailleurs l'observer au niveau physique. Le système physique, comme tous les autres systèmes ou plans, tend également vers l'unité et la santé. Quand une force perturbatrice met une direction opposée en avant, la tension entre les deux directions crée la souffrance. Vous pouvez observer que c'est ceci qui est à l'origine de la souffrance, parce que quand l'individu arrête de se battre et se livre à la douleur, elle s'arrête. Beaucoup de gens ont pu vérifier la vérité de ce principe. Au moment où le combat entre les deux mouvements opposés est abandonné et que l'existence de la direction négative est acceptée, la douleur doit cesser.

Quand on se bat contre la perturbation de manière inefficace, et que la personnalité souhaite la santé, elle ignore qu'elle souhaite également l'opposé de la santé. Puisque la poussée vers la non-santé est réprimée et ignorée, le combat en faveur de la santé en devient d'autant plus tendu. C'est là l'origine de la souffrance. Si la personnalité était consciente de vouloir l'opposé de la santé tout autant que la santé, la bataille cesserait instantanément, car ce souhait de non-santé ne pourrait pas être maintenu ; l'on ne maintiendrait que le souhait de santé. C'est le subconscient qui crée le gouffre entre la cause et l'effet. La cause est le souhait

négatif : l'effet en est la perturbation dans le système. Les deux tiraillements continuent et la douleur vient à exister.

Mais lorsque ce processus est pleinement compris, et que les conséquences jusque-là inévitables du souhait négatif sont acceptées, l'on peut alors s'abandonner à cette douleur qui existe dans le présent, et alors elle doit cesser. Ceci n'est pas nécessairement une façon destructrice d'aborder la douleur, ou un élément masochiste, d'autopunition qui détient et perpétue de lui-même un souhait négatif. C'est la pleine acceptation de ce qui est – et avec cela, la douleur cesse. C'est le principe, par exemple, de l'accouchement sans douleur. C'est le principe de non-lutte. C'est le principe que le Christ a expliqué en disant « ne résiste pas au mal ».

Quand la bataille est trop intense à tous les niveaux, la mort s'ensuit. La mort peut également être le résultat d'avoir abandonné la lutte. Ceci s'applique au plan physique, bien sûr. Donc, la douleur cesse quand la tension cesse – et dans la mort c'est cela qui se passe.

Aux niveaux mental et émotionnel, il existe quelque chose de similaire. Quand la bataille est pleinement comprise et reconnue en tant que manifestation temporaire, en tant qu'effet – accepté en tant que tel sans finalité, et pourtant en ayant conscience de la justesse de ces conséquences sont justes – la douleur mentale et émotionnelle cessent. Ceci ne se passe pas quand l'on veut le négatif, car, comme on a vu, ce souhait ne fait que créer la nouvelle direction, qui est contraire à la direction originelle, positive. Et cela ne se passe pas non plus quand on abandonne le principe affirmatif, mais en comprenant le moment présent. Alors la douleur mentale et émotionnelle cesse, comme la douleur physique cesse quand on abandonne le tiraillement opposé. Tout ceci peut être vérifié, et l'a d'ailleurs été de par le monde. Vous l'avez tous éprouvé de temps en temps, vous qui êtes sur ce chemin de la réalisation de soi.

Au niveau spirituel ceci est différent, mes amis. Car le plan spirituel est la cause, alors que tous les autres plans ou sphères de conscience sont des effets. Le plan spirituel est l'origine de la direction positive. Elle ne contient pas, et ne peut pas contenir de direction négative. La direction négative crée et est créée par différentes attitudes qui sont incompatibles avec l'origine de toute vie. Le plan spirituel est l'unité même, et donc le conflit, les directions opposées et par conséquent la douleur y sont impensables et illogiques.

Les personnes qui sont libres de conflit et de douleur doivent être dans l'unité. Elles ne peuvent être dans l'unité que lorsqu'elles suivent la ligne ininterrompue de la direction positive de leurs forces vitales. Si quelqu'un pouvait pleinement souhaiter le négatif, la douleur cesserait également. Mais ceci n'est pas possible, car le Soi est aligné sur le monde réel qui est absolument constructif. C'est là la réalité finale, donc cela n'a pas de sens même d'imaginer que quelqu'un pourrait être dans l'unité au sujet d'un but négatif. La vie, dans sa caractéristique essentielle et profonde, ne peut jamais être orientée négativement. L'orientation négative ne peut jamais être qu'une distorsion. Puisque le réel continue à exister sous la distorsion, il continue à envoyer ses effets, peu importe les couches de distorsion et la force de l'orientation négative qui existent momentanément. Puisque l'être humain et la vie sont un, personne ne peut jamais être complètement négatif. Quand il y a une négation dans la

personnalité de quelqu'un, la négativité et le conflit doivent exister, et la douleur également. La direction négative est opposée à la vie, et la non-vie ne peut jamais être pleinement désirée ou même envisagée comme étant libre de conflit, car cela ne fait aucun sens.

Il est très important de comprendre, mes amis, que le négatif ne peut être désiré que par une partie de la personnalité, jamais par la personnalité tout entière. Il y aura toujours une autre partie de la psyché qui s'oppose violemment au désir négatif, et c'est pour cela que la douleur en résulte. Au niveau physique comme aux niveaux émotionnel et mental, il est temporairement possible d'accepter le négatif comme stade de passage, tout en comprenant qu'il s'agit de l'effet d'une inadvertance et une simple perturbation momentanée. Dans cette compréhension et cette acceptation, l'on cesse de se battre. L'on accepte le négatif sans finalité et avec une attitude objective, non indulgente. Mais sur le plan spirituel, qui comprend l'être total, la vie totale, l'origine de tout, ceci est impossible. L'être total ne peut jamais totalement vouloir le négatif.

La douleur et la souffrance sont toujours le résultat du tiraillement de la personnalité entre deux tendances qui sont les directions de vie et d'anti-vie. On peut les appeler les directions d'amour et celle de la haine, de l'isolement et de la peur, ou les directions positive et négative. Les couches extérieures de la personnalité souffrent forcément tant que l'unité n'est pas atteinte. L'unité existe exclusivement dans la pleine réalité du principe créatif cosmique. Il est de la plus grande importance, mes amis, de comprendre ce que je dis ici, car cette compréhension doit vous ouvrir de nouvelles portes.

Un nombre de mes amis a passé un seuil important sur leur chemin dans la découverte et la conscience de l'endroit en eux où ils désirent eux-mêmes ce qui est négatif. Ceci est une nouvelle phase de la plus grande importance. Cela fait toute la différence si quelqu'un est conscient de ses désirs négatifs ou non. Il y a, bien sûr, différents degrés de conscience. Il est possible d'en être conscient de façon occasionnelle et fugitive. Il est possible d'avoir fait une prise de conscience importante quant à leur existence mais d'en diluer la conscience. Plus vous serez conscient d'avoir un désir délibéré du négatif, plus vous serez en mesure de vous contrôler vous-même, votre vie, et moins vous vous sentirez victime, faible et impuissant.

Quand une entité n'est pas consciente de son désir délibéré de ce qui est négatif, sa souffrance est forcément infiniment plus grande qu'une souffrance ou une douleur que l'on ressent tout en sachant qu'on l'a voulue soi-même. L'absence d'une telle conscience doit créer un climat psychique où l'individu se sent épinglé en tant que victime. C'est inévitable de se sentir impuissant quand on n'a pas la conscience que l'on a créé l'effet soi-même. La séparation entre la cause et l'effet dans sa conscience doit créer la confusion, le doute et le désespoir. Au moment où la conscience du désir négatif est obtenue par la bataille laborieuse de ce travail, au moins vous savez, mes amis, ce qui cause vos difficultés extérieures et vos situations inopportunes. Même avant d'être capable de relâcher les désirs négatifs, le simple fait de savoir que vous avez créé les manifestations non-désirées de votre vie, fera de vous une personne plus libre.

Ceux d'entre vous qui ont parcouru ces voies intérieures vers la conscience des désirs négatifs, doivent s'appliquer à bien élargir cette conscience et de la lier aux manifestations inopportunes de leur vie. Ce pas essentiel ne doit pas être négligé. Car il est en effet possible d'être conscient, au moins dans une certaine mesure, d'un désir négatif tout en ignorant que ce désir négatif est la cause immédiate de tout un nombre de manifestations dans votre vie contre lesquelles vous vous battez avec force. Et c'est ça votre douleur justement. Vous vous battez contre quelque chose que vous avez induit vous-même, et que vous continuez à induire, alors qu'en même temps il doit y avoir le tiraillement vers la lumière, vers l'unicité, vers l'amour, l'inclusion, la constructivité, vers la beauté et l'épanouissement. Votre déni de la direction vers l'unicité et votre ignorance de ce déni – ne pas savoir que vous voulez deux opposés en même temps – vous rend confus et vous fait souffrir. Ce qu'il faut pour qu'une entité atteigne cette conscience est facile à comprendre.

Ceux d'entre vous qui ont entr'aperçu les premières lueurs de leurs désirs négatifs ont gagné une nouvelle force et un nouvel espoir. Car quand cette connaissance est vivante, vous voyez, d'abord comme principe et en tant que possibilité, comment sera votre vie quand vous n'aurez plus les désirs négatifs et pour quelle raison vous les maintenez au départ. Mais le simple fait de savoir que vous les avez et par conséquent les mettre en rapport avec les résultats indésirables doit vous donner un nouvel espoir et une nouvelle perspective.

Les amis qui n'ont pas encore gagné cette conscience devraient faire de leur mieux pour trouver leurs désirs négatifs. A la surface, la majorité des gens ne peut s'imaginer d'avoir des désirs destructifs. Même certains amis qui sont sur ce chemin depuis longtemps peuvent parfois être incapables de ressentir leur direction destructive. Il faut méditer et vraiment vouloir savoir ce qui est en vous. C'est d'autant plus difficile quand une personne nie avec ferveur tous les aspects de sa vie qui laissent à désirer et qu'elle refuse d'admettre qu'il lui manque quelque chose, ou qu'elle souffre de quelque chose. Ce type de déni de ce que vous ressentez et ce qui vous manque vraiment rend l'accomplissement véritable de votre vie impossible. Ce déni existe encore dans quelques uns de mes amis qui font ce travail depuis un moment considérable.

Donc posez-vous la question : « Est-ce que j'ai tout, est-ce que je vis tout au maximum de mon potentiel ? Qu'est-ce qui me dérange plus que je ne l'admets ? » Cela serait la première question, une question pertinente pour ceux dont la tendance est de s'échapper de leurs insatisfactions, de les nier, de les fausser et d'en falsifier la situation. Et alors, bien sûr, il y a ceux qui sont conscients de leur souffrance et de ce qui leur manque de façon trop cuisante, mais qui sont déconnectés en eux-mêmes du mécanisme qui souhaite le résultat négatif.

Le travail sur ce chemin consiste à devenir conscient des désirs négatifs délibérés, ou de l'évitement de résultats positifs, ce qui veut dire la même chose. C'est, comme vous pouvez voir, une étape essentielle sur toute votre route d'évolution. Cela constitue la différence entre se sentir comme un brin de paille impuissant dans le vent, un petit outil oublié dans un vaste univers, et de se sentir souverain et autonome. Le principe des cycles ou des cercles – qu'ils soient bénins ou vicieux – est toujours celui du mouvement qui se perpétue. L'autonomie se met en

mouvement de façon perpétuelle, elle est mise en mouvement par la conscience de la réalité.

Encore une fois, vous pouvez vérifier ceci sur votre chemin. Quand vous arrivez à un certain degré de compréhension dans votre psyché, vous voyez comment les attitudes positive et négative se perpétuent elles-mêmes. Prenez, par exemple, n'importe quelle attitude saine et positive. Quand vous êtes extraverti, constructif, ouvert, tout va facilement. Vous ne devez pas travailler dur à cela. Ces attitudes se perpétuent elles-mêmes. Vous ne devez même pas dépenser votre énergie sur un type de méditation délibéré. D'elles-mêmes, vos pensées, attitudes, et émotions positives créent davantage de pensées, d'attitudes et d'émotions positives. Celles-la, à leur tour, créent de la satisfaction, de la productivité, de la paix et du dynamisme. Le principe est exactement le même dans les situations négatives. Les forces qui s'auto-perpétuent, dans ce cas, ne peuvent être changées que par ce processus délibéré qui met quelque chose de neuf en mouvement. Mais c'est aussi vrai positivement, dans un processus tel que celui du chemin de la transformation .

De plus, il est important que vous compreniez et que vous visualisiez que les sphères de conscience opèrent exactement selon les directions que je vous ai expliquées. En d'autres mots, pour simplifier, il y a le principe et la direction positifs. C'est la sphère de la réalité, la sphère où il y a une auto-perpétuation illimitée dans tous les domaines où la conscience connaît l'existence d'une telle unicité et de l'abondance inépuisable. Soit dit en passant, je veux ajouter ici que le principe d'auto-perpétuation que j'ai expliqué à un niveau spirituel, existe sous une forme identique sur le plan de la science. Ce principe peut être retrouvé en chimie, en physique, dans pratiquement tous les domaines de la science. Il devrait donc être plus facile à accepter que quand il s'agit d'un phénomène qui n'aurait pas encore été trouvé dans les règnes matériels humains.

Le niveau de la personnalité qui souhaite le négatif et qui poursuit cette direction crée un nouveau monde, une sphère psychique, qui couvre la sphère originelle positive. Des images et des formes – le produit d'attitudes, de pensées et d'émotions – créent ce monde négatif. Il y a beaucoup de variations, de degrés et de possibilités, selon la force des désirs négatifs, la conscience des désirs positifs comme négatifs, et l'équilibre entre les deux. Vous pouvez en avoir une idée en comparant votre propre changement de conscience à votre précédent déni inconscient de l'expérience positive, ou même de votre désir direct du négatif. Vous verrez que cette différence constitue une autre sphère de conscience, un monde différent, avec sa propre saveur et sa propre atmosphère.

Le monde physique et matériel dans lequel vous vivez, manifeste le positif, le négatif et présente une combinaison des deux. Tout ceci existe à l'intérieur et à l'extérieur de vous – hors du temps et hors de l'espace. Vous pouvez et vous devez atteindre ces mondes dans votre psyché en devenant hyper-conscient. Ils sont le produit de votre propre expression de vous, de vos différentes sphères de conscience. Vous devez les traverser, couche après couche, en vous-même. Là où vous serez libre de désirs négatifs, ce sera plutôt simple et facile à comprendre, à ressentir, à expérimenter le monde de vérité, où tout le bien existe, qui se perpétue lui-même. Il n'est donc pas nécessaire de se battre, de douter, de craindre ou de se priver. Dans ces domaines vous trouverez que vous ouvrirez votre cœur sans crainte

à l'expérience dynamique, positive, qui se meut éternellement vers davantage d'épanouissement, plus de bonheur, plus d'inclusion. Vous n'arrêtez pas ce mouvement avec votre esprit craintif, en le contrôlant et en l'amenant à l'arrêt. Ces sphères sont là, non seulement elles existent au plus profond de votre psyché où vous pouvez ressentir la vie éternelle de toute existence, mais elles se manifestent dans votre vie extérieure. Il est également utile d'en devenir conscient, pour pouvoir les comparer correctement.

Et alors, bien sûr, il y a toujours le problème majeur, le domaine dans votre psyché où la peur du positif, donc le déni du positif, existe. Par conséquent, la privation et la souffrance se manifestent dans votre vie extérieure. Vous devez pleinement expérimenter cette sphère dans votre conscience pour pouvoir la transcender en vous transformant. Vous devez la traverser, non pas en la niant ou en vous débattant pour y échapper, mais en la voyant et en l'acceptant, en apprenant à comprendre sa nature. Voilà ce que l'on veut dire par passer à travers. Quand cette sphère est approuvée et expérimentée comme une réalité temporaire, c'est à ce moment-là que le monde sous-jacent du bien qui se perpétue lui-même peut être atteint, où vous ne devez plus tendre la main, agripper, vouloir, mais où vous savez que cela vous appartient déjà, même avant de l'avoir atteint.

Quand vous êtes séparé des autres, de vos semblables, vous êtes forcément dans un monde négatif, dans une négativité qui se perpétue que vous semez par vos souhaits destructifs. Vous devez donc souffrir parce que vous niez et que vous ignorez la pleine signification de la lutte qui a ainsi lieu. La lutte varie d'un individu à un autre, et chez un seul individu de phase en phase, et par moment même d'heure en heure, parce qu'à différents moments des directions différentes surgissent.

Donc il doit toujours y avoir une bataille incessante en vous où un côté tend vers l'unicité et l'union avec vos congénères de beaucoup de façons différentes, vers l'amour et la compréhension, vers la sollicitude, vers le fait de donner et recevoir. Mais il y a toujours cet autre côté qui ignore et qui dénie cette première direction, qui la craint et la rejète. Une douleur particulière existe donc, et plus le déni est grand, plus la souffrance est grande. N'oubliez pas qu'il est impossible de complètement vouloir l'isolement, le retrait et la séparation. S'il était possible de pleinement le vouloir et d'être pleinement d'accord avec les résultats, il n'y aurait pas de douleur. Mais il n'est jamais possible de totalement vouloir cela. L'on ne peut que le vouloir dans une grande mesure. Et donc, plus le pourcentage est grand, plus la poussée vers la direction opposée de la santé et de l'union est forte – et donc plus la douleur est vive.

La douleur est renforcée par la lutte qui se met en place chez l'autre. Car n'oubliez pas, mes amis, qu'il est déjà assez douloureux d'alternativement vouloir et ne pas vouloir être en relation et aimer d'un côté, et de haïr et de rejeter, de se retirer, de l'autre. Quand ce conflit est multiplié par un second individu dans les paramètres duquel vous rentrez, et qui se livre intérieurement à une bataille similaire, cela en devient infiniment plus compliqué.

Les directions positive et négative sont toutes les deux attachées au principe de plaisir. C'est l'attachement qui fait qu'il est tellement difficile d'abandonner la direction négative et de changer. Les principes de plaisir positif et négatif vous

déchirent. Ils vous infligent de la souffrance en tant que tels, mais ils n'existent pas rien qu'en vous. Ils existent aussi en ceux avec qui vous vivez ce conflit, et dont vous n'arrivez pas à décider si vous allez les aimer ou les rejeter. Si eux étaient parfaitement en équilibre et libre d'une telle division intérieure, ils ne seraient certainement pas touchés par votre lutte. Leur harmonie avec les forces universelles et leur degré de conscience de conscience élevé les protégerait de la négativité et de la tension entre les tendances positive et négative qui en résulte. Imaginons que ce soit possible qu'un tel être évolué puisse entrer en relation avec une personne intérieure torturée par cette lutte, celle-ci souffrirait toujours à cause de sa propre division. Mais cela devient évidemment beaucoup plus compliqué quand l'autre se trouve en position similaire, car alors la lutte n'est pas double mais quadruple. Imaginons toutes les possibilités mathématiques qui pourront surgir d'une telle situation, avec toutes leurs conséquences psychologiques de malentendus, de mauvais jugements et de blessures, qui à leur tour créeront davantage de négativité.

Imaginons deux personnes, A et B. A exprime momentanément la direction positive vers l'union. B en a peur, se retire et rejète A. Par conséquent, A est à nouveau convaincu que le sain mouvement d'âme vers l'union était risqué et douloureux, et s'installe à nouveau dans le déni et le négatif. Puisque ceci est tellement douloureux, le principe de plaisir négatif s'y attache, ce qui rend la douleur plus supportable. A prendra alors plaisir dans la situation négative. Entre temps, la douleur de l'isolement de B devient insupportable, et B ose sortir de sa coquille alors que A se trouve dans le trou noir. Ceci continue encore et encore, parfois en opposition grossière, même si parfois il y a une rencontre fugitive. Par moment la direction positive de A rencontre la direction négative de B ; à d'autres moments il sont inversés ; à d'autres encore, les deux courants négatifs sont mis en avant, les deux se retirent ou les deux s'irritent l'un l'autre. A d'autres moments encore, les deux s'aventurent temporairement dans le positif, mais puisque le principe de plaisir négatif existe toujours en eux, la position positive n'est que tentative, tellement incertaine, tellement craintive, tellement divisée, sur la défensive et dans l'appréhension que ces émotions négatives autour de l'aventure positive produisent tôt ou tard des résultats négatifs. On les attribue alors à l'aventure positive, plutôt qu'aux émotions problématiques qui y sont attachées. Il est inévitable que la direction négative reprenne le dessus après de telles périodes de positivité mutuelle, jusqu'à ce que le côté négatif, destructeur de négation soit pleinement compris et éliminé.

La direction de négation destructive ne serait pas aussi intense et aussi difficile à dépasser si le principe de plaisir n'y était pas attaché. Vous vous trouvez alors dans la position de ne plus vouloir vous séparer du plaisir précaire que vous obtenez quand vous vous livrez aux émotions et attitudes destructives. Cela peut évoluer de façon subtile et insidieuse, par inadvertance, quand quelqu'un commence par la direction saine et constructive.

Prenons l'exemple suivant, qui peut vous être utile à tous. Supposons que sur votre route vers la réalisation de soi, vous ayez développé de la force et l'estime de soi. Là où vous ressentiez de l'insécurité et de la culpabilité en vivant un conflit avec une autre personne, vous vivez maintenant un nouveau calme intérieur, in sécurité intérieure, et une force et une souplesse que vous n'auriez jamais cru possible. Avant, vous auriez réagi en vous soumettant pour apaiser votre culpabilité, ou par de

l'agression hostile pour apaiser votre mépris de soi par rapport à votre insécurité. Quoi que vous faisiez, vous répondiez par la négativité et le doute par rapport à soi, vous étiez attaché au principe de plaisir orienté négativement. Vous preniez plaisir dans vos malheurs. Maintenant, vous avez progressé. Vous vous expérimentez d'une nouvelle façon. Plutôt que de choisir le doute de soi qui vous ronge, vous obtenez une prise de conscience quant au pourquoi du comportement de l'autre. Pour le moment, cette compréhension objective sous libère, vous rend fort, vous donne une conscience plus objective de vous comme de l'autre. En d'autres mots, le principe qui se perpétue de la conscience et de la compréhension ont été mis en mouvement.

Mais alors le principe de plaisir négatif qui existe toujours, parce que vous ne l'avez pas encore pleinement reconnu, s'attache à votre compréhension de la négativité de l'autre. Vous commencez à vous convaincre de vous focaliser de plus en plus sur les défauts et aveuglements de la personne, et par inadvertance vous y prenez plaisir. Vous ne faites pas la différence entre les deux types de joie immédiatement. La première joie survient quand vous observez ce qui se passe dans l'autre avec détachement, et ceci vous libère ; la deuxième joie intervient quand vous vous focalisez sur le tort de l'autre avec plaisir, et ceci vous aveugle. Ce que vous avez d'abord observé dans l'autre, vous l'édifiez jusqu'à ce que l'ancien principe de plaisir négatif réapparaisse sous une nouvelle forme. C'est là que vous perdez votre harmonie et votre liberté car à nouveau vous vous livrez au principe de plaisir négatif. C'est un exemple de comment cela peut se faire de façon insidieuse si les anciennes racines continuent à exister sans avoir été décelées.

C'est ici, mes amis, que la poursuite du chemin devient de plus en plus clair et défini avec concision. Vous possédez les outils immédiats pour partir à la découverte de ce que je vous ai expliqué ici. Y a t-il des questions ?

QUESTION : Il me semble que toute cette conférence était pour moi. Quand je vois la blessure et la douleur dans l'autre, je sors immédiatement le négatif, la rage et l'hostilité, et je suis aveuglé par ces émotions négatives. Je ne peux rien voir de positif ni comprendre la lutte de l'autre. Même si je prie et que je veux lâcher prise, je reste encore « dans mon trou ».

RÉPONSE : Es-tu conscient que tu prends plaisir à te laisser aller à la négativité ?

QUESTION : Oui, j'en suis conscient.

RÉPONSE : Le prochain pas serait très simple, mon cher ami. Emets et exprime cette pensée : « Je veux relâcher le négatif. Je veux que mon plaisir soit attaché à une situation positive. Je veux être constructif. Je veux donner mon attention à cette situation et être gouverné par les forces les plus constructives. » Faites cela de façon relaxée et légère, en invoquant la force subliminale en vous pour vous aider. N'essayez pas de la faire par simple puissance extérieure, car cela est voué à l'échec. Votre esprit extérieur ne peut qu'émettre une telle intention positive, enclenchant ainsi un mouvement positif, qui obtient alors un cycle positif qui se perpétue. Si vous ne voulez pas encore le faire, le travail doit avancer de façon très simple et facile. Où et comment croyez-vous que vous êtes plus en sécurité en

voulant le négatif qu'en voulant le positif ? Vous vous empêchez de vouloir le positif. Si vous ne pouvez arrêter ce processus, il doit y avoir des raisons que vous n'avez pas comprises, et il faut les déterrer.

QUESTION : De façon irrationnelle, je crains que l'on pourrait profiter de moi et que je perdrais mon intégrité. J'ai un vague sentiment que ce n'est pas vrai, mais je ne vois pas vraiment comment.

RÉPONSE : En premier lieu, il faut vraiment vouloir voir qu'il s'agit peut être d'une conclusion erronée. Le sentiment d'impuissance est à nouveau un cycle qui se perpétue, en ce que vous avez abandonné la souveraineté de vous-même quand vous vous êtes permis d'être gouverné par la force négative. Il ne vous vient donc pas à l'esprit que vous avez la possibilité de vous gouverner vous-même.

Par exemple, au moment où vous dites, « Je décide que je ne veux pas être négatif ou m'accrocher à des faux concepts, tels que ceux-ci », à ce moment-là c'est vous qui reprenez les rênes. Ensuite, si vous dites et que vous pensez, « Je ne dois pas être l'esclave de décisions que je n'ai pas prises, parce que je suis constructif. Ce que je veux me concerne ». Alors vous ferez l'expérience que plus vos désirs seront constructifs, plus vous serez libre, et plus il deviendra facile de déterminer ce que vous voulez faire ou ne pas faire de façon indépendante. Les autres ne seront pas capables de vous imposer leur volonté, votre intégrité sera donc préservée en proportion exacte à votre désir actif d'être constructif et de relâcher le plaisir qui est attaché à une situation négative.

Ce qui vous a affaibli c'est que vous avez perdu la conscience de vos désirs négatifs. Vous les aviez réprimé, caché et nié, en ayant de faux désirs positifs surimposés. Vous avez donc perdu le contact avec vous-même. Si vous aviez été conscient des désirs négatifs, vous n'auriez pas pu les laisser devenir aussi forts. Mais même si cela avait été le cas, vous ne seriez pas devenu impuissant. En réalité, votre faiblesse et votre impuissance ne sont jamais dus à la volonté plus forte des autres. Elles existent parce que vous êtes balayé par la force de vos désirs négatifs qui se perpétuent, ce que vous avez consciemment ignoré jusque-là. Ce manque de contrôle vous rend même incapable d'imaginer reprendre le contrôle.

Vous ne pouvez prendre le contrôle consciemment dans votre esprit, pour réaliser vos désirs négatifs. Ceci ne peut se faire qu'avec des désirs positifs. Quand vous émettez de tels désirs positifs, vous deviendrez plus fort, plus souverains et moins impuissant – et personne ne pourra donc profiter de vous, parce que vos décisions d'entrer en action auront été prises librement dans la conscience absolue de ce que vous faites, et pourquoi vous le faites.

C'est à cause de la culpabilité qui ronge – qui est inévitable quand des désirs négatifs existent, que l'on en soit conscient ou pas – que vous permettez que l'on profite de vous. C'est la culpabilité qui fait que vous vous pliez en quatre pour vous conformer aux désirs des autres. C'est justement à cause de la direction négative de vos désirs que vous permettez que l'on profite de vous ; que vous êtes dans l'insécurité, mal à l'aise, et faible par rapport à tous vos droits – et seulement à cause de cela ! Si vous étiez libre des désirs destructeurs, vous ne vous sentiriez pas coupable, et vous ne devriez donc pas vous racheter. Et vous pourriez facilement et

gentiment dire non et ne pas céder aux demandes que l'on vous fait avec facilité – si c'est juste et que vous le voulez vraiment.

Donc, la réalité est à l'opposé exact de ce que vous pensez : la positivité vous libérera à être intègre, à vous défendre et à affirmer vos droits, alors que la négation et la destructivité vous affaiblissent forcément et vous laissent sans défense. Quand il est encore impossible d'émettre le désir d'être constructif et positif, affirmez que c'est là où vous en êtes. Observez vous dans la négation et la destructivité et partez à la recherche pour trouver quelle autre cause non décelée sommeille derrière cette résistance. Il peut y avoir alignées derrière d'autres peurs plus profondes qui doivent être déterrées.

QUESTION : Habituellement, je me concentre trop sur l'étude des aspects négatifs, centrés sur l'image du père. Je me suis demandé récemment si je cache quelque chose de plus profond en moi en ce faisant que je ne veux pas regarder. Je me concentre sur le mélange de l'image du père et du concept de virilité. Je pense que je passe à côté de l'essentiel en analysant cela de trop.

RÉPONSE : Il y a en vous un sentiment que vous ne voulez pas assumer le rôle masculin. Êtes-vous devenu conscient de ce sentiment ?

QUESTION : Non.

RÉPONSE : Eh bien, c'est cela. La conscience de cela viendra, d'abord indirectement peut être, par la déduction de certaines manifestations, et ensuite en ressortant les émotions. Consciemment, il y a un grand désir en vous d'être un homme fort. Vous allez même trop loin et vous exagérez cette image de virilité. Cette sur-compensation n'existerait pas si vous étiez profondément prêt à assumer le rôle masculin, si vous ne le refuseriez pas. Il y a cette peur d'être inadéquat à remplir ce rôle ; il y a la peur que l'on vous exigera des choses de vous si vous l'assumez. Il y a aussi en vous un ressentiment contre la vie, contre la société, par lequel vous dites non. Vous êtes envieux du sexe féminin, car à ce niveau-là il semble avoir la vie plus facile. Vous refusez de faire l'effort nécessaire pour accomplir cette image masculine. Vous croyez que c'est ce que vous devriez faire, et vous en voulez au monde parce que il semble que c'est ce que l'on attend de vous. Peut-être l'attendez-vous de vous-même. Néanmoins, voici ce que vous pensez devoir être et faire – et vous êtes dans le ressentiment par rapport à cela. Il est important que vous trouviez l'opposé exact de l'effort conscient, c'est à dire la résistance passive contre votre rôle masculin. Vous le craignez, vous le niez, vous ne le voulez pas, et vous le refusez avec hargne. En devenant conscient de cela vous aurez trouvé le point dont je viens de vous parler. Alors vous serez conscient de vos désirs négatifs majeurs par rapport à votre identité d'homme.

QUESTION : Oui, j'ai déjà exploré cette question l'année dernière, mais dernièrement je l'ai complètement mis de côté.

RÉPONSE : Voici ce qui se passe si souvent : on fait une trouvaille et alors on la range, comme si cela suffisait. Elle n'a pas été transformée ni éliminée. En fait, vous n'en avez gratté que la surface. Il est souvent nécessaire de travailler sur

d'autres aspects pendant un moment avant de pouvoir retourner vers le problème de fond.

Soyez béni, chacun d'entre vous. Recevez ce chaleureux flux d'amour qui vous entoure et vous transcende chacun. Ouvrez-vous. Car cet amour est vérité, et cette vérité est vie. Et cette vie vous appartient si vous le voulez. Les pas courageux que vous entreprenez ici ont une signification. Ils ne manquent pas de sens, ils ne sont pas inutiles, mes très chers. Puissiez-vous toujours le savoir. Chaque fois que vous admettez que quelque chose de négatif existe en vous contribue plus que tout au processus universel de complétude. Donc procédez ainsi. Soyez béni. Soyez en paix. Soyez en Dieu !

Édité par Judith et John Saly.

*Conférence du Guide n°140 du 4 février 1966 (édition 1996).
Publié par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: "Conflict of positive versus negative oriented pleasure as the origin of pain".*

Traduction Marianne Hubert - Le Troisième Pôle - version 05/10/2004.

© Pathwork Foundation