

**Stelo MARINA**

**VIVRE UTILE**  
**se libérer de l'ego**

*suivi de*

**Conversations avec X**



## Préambule

Le présent ouvrage s'adresse à celles et ceux qui ont ressenti, à un moment de leur vie, un appel, parfois très confus, de l'ordre de l'Absolu, à se retrouver soi-même, qui ont fait le premier pas sur ce chemin et qui ont peut-être su percevoir que « quelque chose » avait fini par les en détourner de la façon la plus aveuglante possible, en leur laissant croire tout le contraire.

Ce livre ne se présente pas comme un exposé théorique, classé et étiqueté de façon très rationnelle, avec une pédagogie censée apporter le savoir.

De même que nous apprenons à vivre au gré des événements extérieurs, sans aucune logique apparente, ce livre offre une succession « d'événements » apparemment disparates où votre réflexion et votre intuition viendront puiser ce qu'elles peuvent y entendre et voir à l'instant de votre lecture.

Bien sûr, il aurait été possible de vous présenter un exposé du fonctionnement de

la vie, de l'être humain, et de la Connaissance tels que mon expérience m'a permis de les percevoir, entendre et voir. Cet exposé n'aurait atteint que votre intellect, que votre mental, ce qui est un très mauvais procédé pour engager et poursuivre une démarche d'évolution personnelle.

Si vous êtes réellement - c'est-à-dire sincèrement et avec détermination - dans l'intention réelle - c'est-à-dire non pas dans la volonté ou le souhait ou le désir mais dans cette force indicible qui meut - d'une telle démarche d'évolution - c'est-à-dire d'ouverture de conscience et d'agir vers ces retrouvailles avec qui vous êtes réellement, vous aurez probablement, vers la fin de cet ouvrage, peut-être même sans en avoir encore pleinement conscience, perçu, entendu, vu ce que ces évènements étaient venus vous dire.

Je les livre donc à votre cœur.

*Octobre 2010*

## **l'Infini**

Dimanche 26 octobre 1997.

Un champ bordé de chênes et de châtaigniers.

Un doux soleil d'automne.

Quelques heures plus tôt, nous avions fait l'amour dans cette douceur, dans cette tendresse, dans ce plaisir et surtout dans cette communion que nous avions appris ensemble à nous donner. Nous étions restés très longtemps allongés l'un à côté de l'autre, main dans la main. Puis nous étions sortis, un peu à l'écart de la ville, pour aller flâner, en prétextant quelque cueillette de châtaignes.

Une heure, peut-être, s'était écoulée sous les chênes et les châtaigniers ; le champ était baigné de cette douce lumière de fin d'après-midi d'automne ; et nous nous dirigions lentement vers l'entrée du champ.

Arrivé près du fossé bordant la route, j'eus une sensation étrange : je n'étais plus vraiment là, et en même temps j'étais pleinement là, je n'avais jamais été aussi présent au présent, je n'avais plus les mêmes sensations corporelles, je n'avais plus les mêmes repères physiques, tout mon environnement me sembla tout à coup irréel et en même temps tout cet environnement n'était plus différent de moi, il était moi, ou j'étais lui, nous ne faisions qu'un, je me sentais comme dans un brouillard où je voyais parfaitement clair, je ne voyais plus avec mes yeux mais avec tout mon corps, le champ, les arbres, le ciel, tout était comme le prolongement de mon corps, corps que je ne sentais plus, du moins je ne le sentais plus comme différencié du reste ; le temps s'était comme arrêté ; tout était calme, serein, puissant, le temps d'un instant, un instant comme l'éternité.

La sensation se dissipa et mes pas me portèrent vers la route, la voiture ...

Nous sommes repartis, en silence ; j'étais en grande sérénité ; cet état dura plusieurs heures. Ma compagne finit par rompre le

silence, me disant qu'en cet instant-là j'avais semblé étrangement calme, mes yeux brillaient.

Nous n'en avons plus jamais parlé.

Il m'a fallu très longtemps pour commencer à mettre des mots sur cet évènement. Durant plusieurs années, j'avais même fini par l'oublier. Puis la lecture de « la prophétie des Andes » où James Redfield parle de ce qu'il appelle l'expérience mystique, puis une conférence d'Arouna Lipschitz où elle parla de ce qu'elle appelle son expérience fusionnelle, puis la rencontre chez des amis d'un certain B. qui me raconta une expérience similaire vécue en 1985, la « réalité ultime » des bouddhistes, l'expérience du numineux de Jung... tout ceci réveilla en moi le souvenir de cet évènement.

Désormais, je ne pouvais plus continuer à vivre comme si « cela » n'existait pas.

Et il m'a fallu bien plus longtemps encore pour voir que, ce jour-là, l'Infini m'avait non seulement montré l'existence de

cette réalité mais aussi le chemin pour y parvenir : l'Amour et la neutralité.

- L'Amour, qui n'est pas l'amour "humain", même si cela peut passer par la forme "amour humain", mais l'amour infini, un amour infini dénué d'intensité émotionnelle mais empli d'une intense sérénité, un amour évident.

- La neutralité, c'est à dire un rapport neutre au monde, une neutralité qui n'est pas indifférence, ni lâcheté, mais une acceptation des réalités sans se poser de questions inutiles ; ainsi, les châtaignes sont là, elles s'offrent, je les reçois, comme une évidence, je les touche, j'en fais l'expérience sensible, je vois la beauté du paysage, je respire l'air pur du lieu, je suis encore dans le partage avec ma compagne, l'amour continue à s'échanger, même avec une certaine distance, avec une apparente indifférence...



## 2

### **l'ego**

Quelle idée vous faites vous de l'ego ?

Une image un peu floue à travers la définition de l'égoïsme ? Peut-être plus sûrement à travers votre propre définition de l'égoïsme ?

Là, déjà, c'est votre ego qui vous raconte des histoires ; sur sa propre définition de lui-même. Il est très fort !

Oubliez tout ce que vous avez appris et entendu à propos de l'égoïsme, toutes les idées préconçues, toutes les idées fausses destinées à induire cette morale qui nous emprisonne dans un mode sociétal qui nie notre véritable existence.

L'ego, c'est sa voix qui vous parle en permanence, en arrière-fond, dans votre mental ; elle vous raconte des tas d'histoires, elle travestit toute réalité, et si

vous la croyez, le plus souvent vous vous perdez.

Comment retrouver le chemin, le chemin vers soi-même, ne plus se perdre, être le plus possible dans l'attitude juste ?

En maîtrisant son ego, comme un cavalier doit maîtriser son cheval pour ne pas être désarçonné et aller dans la bonne direction. Pourquoi laisseriez-vous votre cheval mener votre vie à votre place ?

Alors, plus précisément, où est le problème, avec l'ego ?

Dans ses excès. Et avec l'ego, nous sommes très vite dans l'excès. Vous n'imaginez peut-être pas encore jusque dans quelles subtilités il peut se nicher, combien il peut se travestir, vous tromper, échapper à votre conscience.

Et comment maîtriser l'ego ?

C'est une démarche de prises de conscience, d'évolution de la conscience, qui demande à être vécue dans le

quotidien : appliquer dans son quotidien ce que la conscience révèle peu à peu, marcher sa parole, être en harmonie avec soi-même. La conscience perçoit alors des réalités qui étaient jusqu'alors inaccessibles, le discernement s'affine afin de distinguer de mieux en mieux ce qui vient de l'ego et ce qui vient du plus profond de soi-même.

Reste à poser les actes, seule voie du changement.

Je (re)deviens alors moi-même. Je retrouve tout mon potentiel, ce potentiel infini qui est là, à portée de soi lorsqu'il n'y a plus de peur, plus de doute, plus d'ego non-maîtrisé pour venir douter et avoir peur.

### 3

## **manifestations ordinaires de l'ego (1)**

Une des manifestations très répandues de l'ego consiste à donner à l'homme une vision romantique des choses. Cela s'applique à de nombreux domaines et il est toujours plus parlant de s'y intéresser à travers un domaine particulièrement humain, sensible, ayant une image de cause juste, car cela permet de mieux voir comment l'ego récupère ce qui est juste à l'origine pour en faire quelque chose de destructeur.

Il en est ainsi de l'écologie et je vous invite à vous intéresser, par exemple, aux propos de Fabrice Nicolino dans son livre « Qui a tué l'écologie »<sup>1</sup> afin de sortir d'un regard un peu naïf sur l'écologie et surtout sur ceux qui s'y identifient. Il y est question notamment de l'entourloupe qu'a été le Grenelle de l'environnement et comment des associations et des personnalités

---

<sup>1</sup> Éditeur : LES LIENS QUI LIBERENT EDITIONS

médiatiques du monde de l'écologie parviennent à des résultats contraires à leurs idéaux.

Je n'y ajouterai que deux commentaires :

Le premier, toujours faire en sorte de se défaire du regard angélique que notre propension au laisser-aller cherche à nous faire porter sur les choses ; même très idéalistes et désireux de ne pas sacrifier nos idéaux, n'oublions pas d'avoir aussi une approche pragmatique des choses.

Le second, n'oublions pas non plus que la plupart des êtres humains qui se sont engagés dans l'écologie sont des êtres qui, à quelque degré que ce soit, sont encore dominés par leur ego, des êtres qui simplement ont entendu à un moment de leur vie un appel de leur sensibilité à mieux respecter l'environnement mais qui le font le plus souvent sous l'emprise de leur ego.

## 4

### **son oeuvre**

Bernard Clavel disait qu'un écrivain doit s'écarter de tout ce qui risque de l'écarter de son œuvre.

Carlos Castaneda dans la bouche de Don Juan ou les apôtres dans celle de Jésus ne disaient pas autre chose, sur un plan global. L'être humain devrait sans cesse chercher à s'écarter de tout ce qui l'écarte de son oeuvre, c'est à dire de son chemin de vie, c'est à dire atteindre sa perfection qui est sa nature originelle.

## 5

### **numérologie**

Parmi les outils ou pseudo-outils mis à la disposition du chercheur de vérité, quôteur de lui-même, la numérologie connaît diverses tendances, diverses écoles dont les résultats peuvent être très différents voire opposés quant à l'interprétation du thème numérologique d'une personne donnée. Dans ces conditions, difficile d'accorder une valeur à cet « outil ».

C'est oublier qu'il en est de la numérologie comme des religions et bien d'autres choses encore, elle est incarnée par des êtres humains toujours plus ou moins pris dans les rets de l'ego, même s'ils sont (plus ou moins) inspirés par l'Infini.

Fidèle à un fonctionnement qui a largement fait ses preuves sur l'humanité, l'ego met (très vite) l'être humain dans l'excès, apportant ainsi, notamment, de l'information fausse à ce qui avait été

justement inspiré à l'origine. Il convient donc, là aussi, de détacher tout ce qui dépasse en trop pour revenir à l'essentiel.

Né en fin d'année, au mois de décembre précisément, je me suis longtemps demandé pourquoi la couleur des années de mon thème numérologique vu par les tenants du fonctionnement par année civile était en décalage d'un an par rapport à mon ressenti global, avec le recul, des années en question. J'ai pensé avoir trouvé la solution en rencontrant les tenants du fonctionnement par année débutant à la date anniversaire, mon thème vu à travers leurs yeux harmonisant bien mieux mon ressenti avec leurs calculs.

Mon travail de chercheur de vérité (quêteur de mon être essentiel) m'a amené aujourd'hui à une évidence : la vérité se trouve non pas entre les deux (un compromis est toujours une compromission et le juste milieu n'est jamais un entre-deux « géographique ») mais à l'essence du Tout.

Si l'approche de la Vérité peut se faire aussi par les nombres, il est préférable de ne



jamais oublier que, d'une part, une immensité de cette Vérité nous sera probablement à tout jamais inaccessible, et peut-être même encore lorsque nous serons parvenus à la tierce-attention, si nous y parvenons un jour ; et, d'autre part, pour ce qui peut être accessible à notre conscience, même très ouverte, d'humain incarné, et au prix d'un long travail de chercheur, il est, ici aussi, une telle complexité d'influences que nous ne pouvons avoir de certitude quant aux précisions que nous désirons obtenir en conceptualisant ou utilisant l'outil numérologique.

Il est également préférable de ne jamais oublier que nous ne pouvons pas avoir une appréhension rationnelle de ce qui n'est pas rationnel, tout au plus une approche qui n'aurait aucune valeur de sûreté.

Il vaut donc mieux élaguer le trop de précisions que les numérologues aimeraient à nous faire accroire pour satisfaire, même inconsciemment, leur ego et apprendre à nous contenter de « grandes lignes », même un peu vagues, qui nous parlent

suffisamment puis agir cette approche d'une façon la moins mentale possible.

Par exemple, j'ai ainsi élagué l'usage des nombres des mois et jours (notamment de naissance) qui non seulement apportaient peu de valeur ajoutée au résultat mais avaient une fâcheuse tendance à trop souvent venir le pervertir, pour m'en tenir à l'année dont le cycle est suffisamment conséquent dans une vie d'homme pour être plus sûrement parlant, sans pour autant l'idolâtrer dans ce qu'elle a de « civile » ni oublier qu'il fût un temps où le mois de décembre, étymologie oblige, était le dixième mois de l'année lorsque l'année civile commençait au début du mois de mars, et que tout ceci est le plus souvent excessivement conventionnel.

Surtout, j'ai préféré approfondir, en dehors de toute volonté, mon propre ressenti quant aux couleurs de mes années passées et comment tout ceci trouvait une certaine cohérence.

Il m'est ainsi apparu que, né en 1959, année 6 (amour / engagement), j'étais re-né

en 1989, année 9 (vision globale / fraternité universelle), en débutant ce chemin de quêteur de moi-même dans le courant du mois de mai, et que cette renaissance avait effectivement mis en marche un premier cycle de 9 ans : l'année 1998 avait ainsi marqué une nouvelle ponctuation dans la couleur globale de mon chemin, en 9.

Ces dernières années, une nouvelle évidence s'est invitée : non seulement les couleurs se superposent dans des périodes de transition mais elles le font, dans l'année considérée, par rapport à la période de renaissance, sur une durée de transition de plusieurs semaines, voire plusieurs mois, avec, 6 mois plus tard, une sorte de rappel plus ou moins sensible selon notre affinité avec telle ou telle couleur d'énergie.

Ainsi, aux alentours de mai 2011, j'ai senti une énergie 7 (spiritualité), déjà quelque peu présente, commencer à monter en puissance pour trouver une sorte d'apogée en novembre suivant, ce paroxysme en marquant simultanément l'extinction complète.

Aux alentours de mai 2012, c'est l'énergie 8 qui commença à apparaître pour monter très nettement en puissance en août/septembre/octobre/novembre, mais sans extinction totale à cet instant.

Depuis, à cette énergie 8 encore présente mais moins porteuse, a commencé à se superposer une énergie 9 qui allie une puissance accrue (accrue en résultante du travail accompli) en vision et fraternité avec le pouvoir de délestage de ce qui n'a plus à être présent.

Ce qui apparaît, c'est que :

La présence en nous de ces couleurs d'énergie déborde, parfois largement, du cadre de douze mois consécutifs,

L'intensité et la durée de leur présence tient à divers facteurs comme notre sensibilité à telle ou telle couleur, notre besoin de celle-ci à tel moment de notre parcours etc...

L'année dite civile n'a de sens à peu près certain que quant à sa couleur universelle du moment et ne doit pas être appréhendée

de façon stricte sur un linéaire  
janvier/décembre,

Enfin, il semble que le cycle de la  
renaissance se superpose à celui de la  
naissance qui joue en « sous-main », les  
influences de l'un et de l'autre venant  
dominer ou non en fonction des besoins du  
moment.

## 6

### Croissance

Le thème de la croissance fait son grand retour lors de chaque nouvelle campagne présidentielle et l'avenir proche viendra probablement nous (re)dire combien ce chemin tourne le dos au courant naturel de la vie.

Car en l'occurrence il s'agit de la croissance économique, censée résoudre tous les problèmes et apporter le bonheur à l'être humain.

Or, c'est cette recherche désespérée de la croissance économique, cette avidité, cette cupidité, qui nous a entraînés dans un surplus excessif de souffrances, qui a entraîné la Terre-Mère dans une souffrance nous mettant dans un environnement de moins en moins vivable en même temps qu'une grande partie des autres êtres vivants peuplant notre planète. Car cette recherche avide est basée sur un esprit de domination, de compétition et de « toujours

plus » irréaliste et criminel. Depuis une quarantaine d'années, ce modèle socioéconomique a commencé à montrer de façon flagrante ses limites, ses erreurs, ses dégâts ; et nous avons mis bien longtemps à commencer à les entrevoir massivement. Et malgré cela, pour beaucoup d'entre nous, nous n'avons encore rien changé significativement en nous ; même parmi ceux qui en parlent le plus, cela reste trop souvent au niveau du discours, au mieux de quelques actes – certains pas toujours appropriés – mais l'essentiel, c'est-à-dire un changement profond de mentalité, n'est toujours pas réellement engagé.

Car un changement profond de mentalité, c'est une révolution ; pas de ces révolutions, ni française ni de jasmin, notamment, dont on vante la gloire et les mérites alors qu'elles ne sont que des confrontations d'egos, même si sous l'excès d'oppression elles peuvent parfois se justifier ; non, il s'agit de révolution humaine, c'est-à-dire d'une large évolution de conscience, d'un abandon de la mentalité de domination-compétition-confrontation,

pas seulement en pensées et en paroles mais aussi et surtout dans les actes.

Ce n'est pas de croissance économique dont l'être humain a besoin aujourd'hui mais de la croissance de sa conscience.

L'esprit réduit au mental ne voit qu'un point sur l'horizon ; et l'être humain n'a même pas conscience que ce point est une illusion. En changeant profondément notre regard, en ouvrant notre conscience, c'est tout l'horizon que nous pourrons un jour embrasser, et peu à peu discerner le réel de l'illusoire.

Combien sont aujourd'hui celles et ceux qui ne ressentent plus de sentiment de propriété (avidité de propriété), qui voient l'autre comme un autre, un semblable, tout en acceptant les différences, conscients que ces différences sont notre vraie valeur, nos complétudes.

Car chacun et chacune a un talent particulier à exprimer dans cette vie ; tous les talents se complètent harmonieusement pour que les besoins de tous soient



satisfaits. Alors pourquoi introduire en cela l'argent, l'exploitation de l'un par l'autre ? Pourquoi vouloir plus que l'autre ?

Bien sûr, c'est la phase de transition qui fait peur. Elle sert même de prétexte pour ne rien changer au système. Nous savons que ce système est en train de s'effondrer. Nous savons aussi que même si nous ne changeons rien radicalement, notre environnement, la Terre-Mère, nous rappellera encore et de plus en plus au réel et que, consentants ou non, il nous faudra bien changer ou disparaître.

Un exemple : si nous devons encore rester un certain temps dans l'univers de l'argent et du travail, nous pourrions déterminer qu'un être humain a besoin de telle somme pour vivre décemment, par exemple 2 000 € par mois, et que tout revenu au-delà de ce seuil serait reversé à la communauté pour assurer ce seuil à chacun sur toute la planète. Les négatifs rétorqueraient que ce fonctionnement serait la porte ouverte à un surcroît d'assistanat ou se lamenteraient comme d'habitude d'un « Ben alors pourquoi je travaillerais plus si

ça me rapporte rien » ou d'un « mais je le mérite, moi, ce gros salaire ». Le mérite ! Nous voyons bien là où le raisonnement pêche. Tout d'abord parce que c'est un raisonnement, c'est-à-dire une pensée de l'ego, et non un élan du cœur, une aspiration de l'âme. Et qu'ensuite ce raisonnement induit systématiquement des rapports de force, de domination, d'opposition... Alors les positifs sentiraient que ce serait une opportunité pour être moins esclave du travail, prendre plus de temps pour soi et ses proches, se rapprocher de la nature... Nous nous rendrions compte que ceux suspectés de tirer au flanc et vivre au crochet de la société auraient envie de participer aux activités essentielles à nos vies matérielles, et le feraient, en y trouvant la joie et la dignité d'être humain à part entière.

Le courant naturel de la vie ne connaît pas le « travail » ; ici, seule est juste la recherche de ses moyens matériels de subsistance, dans un esprit de sobriété où l'être humain ne prélève à la nature que l'essentiel ; ceci ne demande pas huit heures par jour. Nul besoin d'une monnaie

d'échange ; chacun donne de son talent pour répondre aux besoins essentiels de ceux auxquels ce talent peut répondre ; c'est un don ; les dons sont naturellement réciproques ; c'est le partage, naturel. Personne ne cherche à être propriétaire d'un lieu sur cette terre car chacun a conscience qu'il n'en est que locataire, usufruitier temporaire d'un lieu suffisant et sans excès pour son espace vital ; et ainsi chacun n'éprouve aucune envie vers l'extérieur et respecte le lieu de chaque autre ; il y a de la place pour tout le monde.

Et alors, aucune raison de produire toujours plus, de consommer toujours plus et de polluer à l'excès, à en dégrader tant notre atmosphère que nous nous suicidons à petit feu. Aucune croissance économique sans fin ne se justifie plus.

Une utopie ? Parce que depuis des siècles des voix ont essayé de se faire entendre ainsi sans que jamais l'humanité ne change cela serait fatalement une utopie ? Devons-nous attendre que la Terre-Mère, dans le seul dessein de se sauver elle-

même, se secoue tant que nous serons éjectés de sa surface ?

Cette révolution-là ne se décrète pas. Inutile de réunir dans un écohameau quelques volontaires désireux de contenter leurs bonnes intentions écologistes ou spirituelles si celles-ci n'en sont encore qu'à un stade intellectuel ou émotionnel ; les vieux fonctionnements égotiques étant encore trop présents, aucun véritable changement ne se manifesterait. Il n'est qu'une seule voie : notre propre révolution humaine. C'est la croissance de toutes nos révolutions humaines qui peut mener à un mode de vie juste. Cette révolution en nous doit être largement engagée ou, tout au moins, portée par une intention profonde et inflexible, pour créer ensuite le changement collectif. C'est le seul chemin.

## **la vigilance**

Exit la méfiance, exit la prudence, l'attitude saine pour commencer la maîtrise de son ego, du moins le premier pas (du moins le premier pas du premier pas qui est la prise de conscience) : la vigilance.

La vigilance, c'est être vigilant.

Cette apparente lapalissade peut faire sourire mais cette évidence n'est pas si évidente pour beaucoup.

Elle consiste d'abord à prendre conscience d'une autre présence en nous (autre que l'ego) qui va servir à nous observer objectivement (c'est à dire sans jugement ET sans complaisance) ; cet observateur est souvent perçu un peu derrière et au-dessus de nous, jusqu'à ne plus être perçu "physiquement" lorsque le lien est devenu naturel.

Cette présence, puisqu'elle n'a rien d'évident au début, doit être réactivée de nombreuses fois chaque jour, en en reprenant conscience et en portant notre attention sur ce que cet observateur perçoit (et qui nous échappait en grande partie jusque là) La réactivation de ce processus nous permet de le faire devenir naturel et peu à peu cette observation objective devenant naturellement consciente nous permet de voir les fonctionnements de l'ego et nous permet donc d'y réagir à temps...

La vigilance c'est réactiver ce processus d'attention jusqu'à ce que le système d'alerte devienne naturel.

Voilà sommairement comment la vigilance nous permet de faire évoluer nos fonctionnements et devenir plus libre, plus nous-mêmes.

C'est un entraînement quotidien, demandant d'être très actif au début, qui permet peu à peu de déjouer les tours de notre ego et sortir de nos impasses.

## La Genèse

Les media audiovisuels nous donnent souvent à voir des films documentaires vantant la diversité de la recherche sur les origines du monde et de la vie et j'y vois alors surtout des « scientifiques » de diverses disciplines s'extasier devant les résultats de leurs recherches, de toute évidence persuadés, pour la plupart, qu'ils contribuent à la Connaissance et au futur bien être de l'humanité. Je vois qu'argent, gloire, renommée sont donnés à ces personnes qui, du haut de leurs diplômes exponentiels et de leurs chaires capitonnées, ne se rendent même pas compte qu'ils laissent l'essentiel de leur vie et de leur énergie n'effleurer que la surface des choses à grand renfort de raisonnements et d'expérimentations bien rationnelles au lieu d'aborder ces mêmes choses en en faisant l'expérience par cet « équipement » avec lequel ils sont nés et bien moins onéreux que tous leurs appareils et laboratoires qui

font la fortune de certains lobbies industriels, cet « équipement » totalement gratuit appelé, généralement avec une vaste connotation négative, l'irrationnel et qui n'est autre que notre « cœur » (rien à voir avec le muscle cardiaque), notre « intuition », notre conscience. La véritable Connaissance ne peut être perçue que par cette voie.

L'histoire d'Adam et Ève a pris la forme d'une sorte de conte afin de parvenir à l'entendement de celles et ceux auxquels ce message était alors destiné. L'essentiel est dans le fond de cette histoire et il est néfaste d'en prendre la forme au pied de la lettre comme le font si naïvement tant de gens. Il ne s'agit pas là du début de l'humanité, du premier homme et de la première femme, mais des principes masculin et féminin qui sont en chacun de nous.

A une époque, nous avons laissé notre féminin nous sensibiliser excessivement au discours de l'ego jusqu'à accepter de passer un marché avec lui : nous le laissions aliéner une part de notre esprit, le mental, en échange du bénéfice (supposé) de la



rationalité, de l'usage de la raison, du mode de pensée rationnel.

L'Éden dont il est question dans la genèse n'est autre que cette réalité de joie et de sérénité dans laquelle nous nous trouvions à l'origine.

Tout ce qui suit dans la bible n'est que le récit des diverses péripéties de ce qui arrive à l'être humain lorsqu'il est encore soumis à l'ego et des tentatives le plus souvent vaines des rares à tenter de ramener leurs prochains vers l'état originel.

Lorsque nous avons passé ce marché de dupe avec l'ego, la Source de vie, Dieu comme nombreux la nomment, ne pouvait plus reprendre le libre arbitre qu'elle nous avait donné à l'origine ; nous nous sommes laissés tomber, seuls, à ce niveau de réalité qui s'est vite révélé cette vallée de souffrances qui est notre « monde » encore aujourd'hui.

Longtemps après, Dieu, observant notre incapacité à nous sortir seuls de ce borbier et à vivre ce pour quoi nous avons été

créés, a inspiré quelques uns pour transmettre un message de grande fermeté à notre égard, celui du Dieu dont nous devions craindre la colère si nous persistions dans cette voie, message ayant fait l'objet de ce que nous appelons l'ancien testament.

Plus tard, Dieu, observant la persistance de notre incapacité à répondre à son message et celle d'une certaine intention d'y parvenir, inspira Jésus de Nazareth pour nous transmettre un message à la fois plus flagrant et, d'une certaine manière, nouveau, comme la clé qui pourrait ouvrir notre porte vers Lui, c'est-à-dire vers nous, nous comme nous étions à l'origine. Ce message était celui de la révélation de notre potentiel divin, c'est-à-dire de notre état d'origine, et celui de la voie par laquelle nous pouvions l'atteindre en nous libérant de l'ego : l'Amour ; pas l'amour ordinaire, mais l'amour infini. Lorsque cet amour est pleinement accueilli par l'être humain, il prend toute la place en lui, n'en laissant ainsi aucune où l'ego pourrait encore s'exprimer.

Tout ce qui fait les souffrances de nos vies, de notre « monde », ne tient que dans notre asservissement à l'ego. Nous déployons, gaspillons, des trésors d'énergie à chercher, au mieux, à aménager des espaces de « bonheur » dans ce « monde-là », dans cette réalité-là, alors que c'est de ce « monde-là », de cette réalité-là que nous devons nous extirper. Il n'y a aucune négociation possible avec l'ego ; nous en sortons toujours perdants. Pour nous en sortir, il n'est qu'une double voies convergentes : lâcher notre Caïn et faire renaître notre Abel, c'est-à-dire prendre conscience de toutes les formes par lesquelles nous sommes soumis à l'ego et nous laisser pénétrer par l'amour infini. Tous ceux qui refusent de cheminer en ce sens rendent la tâche d'autant plus difficile à ceux qui s'y sont déjà sincèrement engagés car l'ego se sert de ceux qui refusent pour saboter le cheminement de ceux qui avancent. Et ceux qui cherchent à avancer doivent veiller en permanence à maintenir leur sincérité en ne laissant pas l'ego s'emparer de leur démarche et la dénaturer.

Lorsque nous savons, c'est-à-dire lorsque nous avons pleinement fait l'expérience avec tout notre corps, que le temps n'existe pas, que le temps linéaire (passé/futur) n'est qu'une conception illusoire liée au fait que l'ego a réduit notre champ de conscience et maintient notre conscience sur une fréquence fixe, tout comme nous percevons alors que l'espace, tel que nous le concevons ordinairement, n'existe pas, nous appréhendons alors que seule une sorte d'instant présent existe, tout comme nous appréhendons que notre existence existe simultanément en tout point de l'espace. Nous pouvons alors comprendre que la genèse se lit comme un message permanent dans le présent, nous laissant permanent notre potentiel de libération.

## **sauver la planète**

Sauver la planète.

Quelle belle intention !

Quelle prétention, aussi !

La Terre n'a pas besoin de nous pour se sauver. Au besoin, elle saura nous mettre hors d'état de nuire.

Nous pouvons juste faire en sorte de la respecter, de ne pas trop la polluer, non seulement de nos pollutions matérielles mais aussi et surtout des pollutions de nos esprits, de notre violence.

Pourquoi chercher à nous donner une belle image de nous-mêmes à travers cette intention de "sauver la planète" ? Nous ne faisons alors que renforcer notre ego.

Et si, au lieu de gaspiller notre énergie à encore renforcer notre ego de cette manière, nous la mobilisons à nous défaire de notre violence, même celle apparemment la plus anodine de nos quotidiens ?

C'est, très souvent, le même processus que nous mettons en œuvre lorsque nous scandons l'intention de sauver les autres, de faire de l'humanitaire... Et si tout simplement nous nous recentrions sur notre évolution humaine personnelle ? Le mieux que nous puissions faire pour les autres, c'est ce que nous faisons, en ce sens, pour nous-mêmes. Cette évolution personnelle rejaillira toujours d'une manière ou d'une autre sur les autres.

Ce qui ne signifie pas ne plus rien donner aux autres, ne plus chercher à respecter la Terre. Tout ceci se fera naturellement, sans effort particulier, lorsque nous nous serons suffisamment détachés de notre ego.

## **identité - identification**

L'ego cherche à diviser.

Si vous êtes encore trop soumis à l'ego, si vous n'êtes pas suffisamment conscient de cette manipulation en vous, vous cherchez à diviser, même inconsciemment.

La division crée les excès émotionnels qui nourrissent l'ego.

L'un des principaux moyens que l'ego utilise pour engendrer la division est le sentiment identitaire en insufflant des pensées, des croyances identitaires en vous.

Quel que soit le degré de ce sentiment, quelle qu'en soit la portée numérique, il crée la division, l'opposition, la confrontation qui va engendrer des excès émotionnels.

Tous les processus identitaires, tous les processus d'identification sont des processus de l'ego ; à chaque fois que vous les voyez apparaître, vous devriez les enrayer avant qu'ils ne produisent leurs dégâts.

Les êtres humains se déchirent et nourrissent l'ego quand eux-mêmes ne font que s'appauvrir, se détruire.

Si seulement ils avaient conscience de l'absurdité de ce sentiment !

Si seulement ils avaient pleinement conscience de l'aspect illusoire de ces pensées, de ces croyances !

*Vous êtes fier d'être breton, ou basque ou français ou mexicain ou tout ce que vous voudrez dans le même genre ?*

*Vous ressentez une pointe d'orgueil à être blanc ou jaune ou noir ou ... ?*



*Vous êtes fier(e) de votre CULTURE, vous voulez marier vos enfants dans la TRADITION, vous mettez un point d'honneur à respecter les COUTUMES ANCESTRALES, le plus souvent sans avoir pleinement conscience du sens originel de ces coutumes, de cette tradition, de tel trait de cette culture, et surtout sans avoir vraiment conscience du sens que cela a pour vous aujourd'hui, si ce n'est d'être fier d'APPARTENIR à cette culture ?*

*Vous êtes fier de supporter telle équipe de football, vous êtes fier de fréquenter des membres du CAC40, vous êtes fier d'habiter tel quartier huppé de votre ville, vous êtes fier que votre gendre soit médecin ou avocat, vous êtes fier de connaître un homme politique influent ?*

*Vous êtes fier de porter des vêtements de marque, vous aimez paraître différent, porter des choses qui vous font remarquer, alors que vous brûlez d'être accepté et intégré dans la masse ?*

*Vous aimez dire « je suis ceci ou cela », surtout avec les mots en « -iste » ? Vous*

*aimez mettre des étiquettes, sur vous, sur les autres ? Vous aimez classer les autres en catégories, vous identifier à l'une et vous démarquer des autres ? Vous avez besoin que d'autres viennent vous approuver et s'il le faut les harceler pour qu'ils vous confortent dans vos pensées, dans vos croyances ?*

*etc...*

Fuyez au plus vite toutes ces pensées, détachez vous au plus vite de ce sentiment !

Vous êtes en train de vous séparer de vous-même, de vous opposer à toutes celles et tous ceux qui ne sont pas bretons, basques, médecins, avocats, français, mexicains, juifs, musulmans etc...

Vous êtes en train de créer de la violence, de la souffrance.

Vous êtes en train de vous perdre.

Traquez en vous toutes ces pensées, ces croyances, ce sentiment, dès qu'ils apparaissent.

Ne vous laissez pas perdre et accroître  
un peu plus la masse de violence/souffrance  
qui plane au-dessus de l'humanité, qui est  
en train de l'écraser.

## 11

### **je est un autre**

"Je est un autre", disait Rimbaud.

Mon ego est cet autre

Je ne suis pas mon ego

Je suis moi-même

Moi-même n'est pas l'ego

Moi-même est je suis

## **manifestations ordinaires de l'ego (2)**

Une des manifestations très répandues de l'ego consiste à détourner l'homme de ses idéaux en l'attirant vers des brillances totalement superficielles et illusoires.

Au printemps 2011, de nombreux medias parlaient du problème des déserts médicaux, disant que quand le dernier médecin décroche la dernière plaque du village, pour les élus locaux, c'est un traumatisme ; et en se demandant que faire pour lutter contre les nouveaux déserts médicaux et attirer les jeunes vers la médecine générale et vers le milieu rural.

Bien entendu, comme d'habitude, se profilait qu'une commission puis des politiciens allaient chercher à réformer de l'extérieur la situation ; comme cette médecine dite conventionnelle qui cherche à soigner une plaie en la cachant derrière un pansement plutôt que d'aller voir du côté de la cause profonde, de ce qui est

véritablement à l'origine du comportement qui a occasionné la plaie.

Et, en effet, qu'est ce qui pousse des étudiants en médecine à désertier la médecine générale, la médecine de campagne, pour s'agglutiner aux lumières de la ville, à l'argent, à la notoriété, au pouvoir ? Sinon leur ego, ce besoin de s'ancrer dans ce système de croyances.

Dire qu'il leur suffirait d'une véritable démarche de maîtrise de l'ego et d'évolution de conscience pour que tout ceci disparaisse... !

## évolution(s)

Si au commencement de la Vie est le Verbe, c'est-à-dire l'Intention, au commencement de l'humanité fut le chamanisme dont la forme la plus avancée était celui de l'Ancien Mexique. Celui-ci nous apporte notamment une approche particulièrement efficiente vers la libération de l'ego, très en reliance avec la réalité terrestre tout en étant dans la conscience qu'elle n'est pas la seule ; sa pratique est rude et c'est ce qui fait son efficience dans cette phase première où nous avons besoin d'une grande fermeté dans notre lutte avec l'ego. Dans le chamanisme, la « vie » s'éteint peu à peu après la mort physique, à l'exception de ceux qui réussissent à créer un double énergétique d'eux-mêmes.

Ensuite est apparu le bouddhisme, amenant notamment la conscience du cycle des renaissances et des morts dont nous pouvons sortir définitivement par

l'extinction des désirs, c'est-à-dire le détachement progressif puis la libération totale de l'ego. La perception du lien de causalité (cause/effet, karma) et de la réalité des réincarnations peut ainsi favoriser notre chemin vers la libération.

Puis Christ est venu apporter la conscience de l'Amour divin, inconditionnel, par lequel nous pouvons atteindre l'éternité, après avoir vécu le feu de la souffrance, en nous purifiant au feu de cet Amour. Une relative douceur - relative car nous ne pouvons pas échapper totalement aux souffrances induites par l'ego tant qu'il est présent encore en nous et surtout dans notre environnement - succède à la rudesse de la phase précédente de notre démarche.

A notre époque, une subtilité nous est donnée en conscience quant à cet amour divin : l'amour Infini, la perception de cet amour infini pouvant être vécu humainement, comme une voie douce et directe vers notre libération et notre éternité à venir. Les mouvements dits du « new age » sont particulièrement portés par cette



intention ; cependant, comme l'ont fait, plus ou moins, les anciennes religions en leur temps, ils dénaturent souvent cette conscience en laissant l'ego s'en emparer.

Notre évolution individuelle suit ce même cheminement, de diverses façons selon où nous en sommes, chacun. Il est possible que nous n'ayons en cette vie-ci qu'à faire l'expérience du chemin chamanique (et peut-être sur plusieurs incarnations). Ou bien seulement celle de la conscience bouddhique. Ou encore, commencer à vivre l'amour divin ou continuer à nous purifier en cet Amour. Il est aussi possible que, en fin de cycle, nous ayons à vivre, peut-être en cette seule vie-ci, une sorte de cheminement à rebours nous amenant à connaître la conscience christique avant de (ré)-expérimenter la voie bouddhique puis la rudesse de la perception chamanique, ceci avant de revenir à l'Amour divin pour découvrir la qualité de l'amour infini.

Nous pouvons parfois être surpris par le degré d'hostilité que nous subissons au fil de notre démarche, souvent même de façon

croissante, et par l'existence de limitations se révélant infranchissables. Certains parfois en estiment là notre profonde faiblesse ; devant cela, outre faire abstraction de toute comparaison et jugement, nous finissons par prendre conscience, d'une part, qu'après avoir appris et longuement réalisé le dépassement de nombre de nos limitations, il en est qui ont été créées dès notre aube pour demeurer infranchissables à dessein d'affermir notre humilité comme socle à l'amour infini et, d'autre part, que cette hostilité est là dans le même dessein.

A chacun son chemin dans chaque vie, l'essentiel étant de sortir de l'immobilisme imposé par l'ego pour poursuivre notre évolution, humblement.

PS : ce qui pourrait paraître ici comme un raccourci caricatural tient simplement compte que le bouddhisme est issu de l'hindouisme (des hindouismes, en réalité) dont il est une évolution, comme le

christianisme est issu de la religion juive  
dont il est une évolution.

## **vivre sur Terre**

Il semble être dans l'air du temps de promouvoir l'habitat vertical sous prétexte que l'urbanisation dévore l'espace agricole.

L'idée, très répandue chez ceux qui se flattent d'écologie sans avoir un réel lien à la nature, y compris à la nature humaine, et de plus en plus véhiculée par bien d'autres, voudrait nous faire croire que notre désir de vivre en maison individuelle avec jardin est criminel puisque, à force d'étalement, il empêcherait les valeureux paysans de nourrir décentement la population affamée.

« Comment pouvez-vous vous étalez ainsi sans respect des besoins vitaux essentiels de l'être humain ?! » essaient-ils de nous dire de leur doigt culpabilisateur, comme ils diraient : « Comment pouvez-vous étalez ainsi votre ego, votre orgueil, votre cruelle vanité d'occidental nanti ?! ».

Voici un bel exemple de raisonnement pervers comme l'ego aime les insuffler en nous pour asservir collectivement toujours un peu plus l'être humain en dressant une partie de l'humanité contre une autre par ce type de discours tellement grossier qu'il passe comme une lettre à la Poste.

Décortiquons !

Ce discours voudrait nous faire croire qu'il est question de valeureux paysans alors que cela fait plusieurs décennies que ceux-ci ont disparu pour laisser place aux exploitants agricoles. Les désormais exploiters agricoles auraient mieux fait de lire Giono afin de ne pas oublier ce que savaient d'instinct leurs ancêtres : l'homme se perd à chercher à dominer la nature. Au lieu de cela, ils ont pour la plupart foncé tête baissée dans le goulet tendu par l'élite, et entre piques et PAC ils ont enlisés leurs tracteurs cérébraux dans un cercle boueux et vicieux qui les a amenés à tant polluer la terre, les récoltes et par voie de conséquence nos corps, à tellement appauvrir les sols, que nous les entendons maintenant vociférer à tout va qu'ils sont

les nourriciers de l'humanité lorsqu'ils en sont devenus les empoisonneurs. Humainement nous compatissons à leur sort ; ils commencent à se rendre compte qu'ils ont été exploités eux-mêmes ; mais nous ne pouvons pas ne pas voir qu'ils se sont laissés manipuler pour leur profit personnel - ou qu'ils croyaient tel - sans se donner la peine d'entrevoir que ce qu'ils étaient en train de faire était criminel : ils nous tuent à petit feu et ils ont tant sali la terre qu'il faudra à nos descendants bien du temps pour retrouver une vraie santé ; si tant est que les abeilles qu'ils ont tant décimé n'aient pas totalement disparu pour reprendre leur rôle vital dans le cycle naturel de la vie.

Ce discours fallacieux essaie de renforcer notre conditionnement à cette idée que notre alimentation essentielle tient à une expansion continue (sans limite) des exploitations agricoles et que pour leur laisser toute la place il nous faudra bientôt vivre sous terre... comme nos chers défunts, alors ? Ce qui finalement nous changera assez peu puisque, de la façon dont nous vivons, sans réelle conscience et

déconnectés du courant naturel de la vie, nous sommes sans le savoir des vivants-morts.

Discours fallacieux puisque le mode de vie naturel consisterait, non pas en des exploitations agricoles peu nombreuses et toujours plus immenses, ni même simplement à un retour au « bio » dans des exploitations encore surdimensionnées, mais au contraire à une approche « potagère » où chacun "cultiverait son jardin » selon ses besoins essentiels au sein de communautés à taille humaine ; et quelques rares domaines paysans un peu plus conséquents pourraient venir combler les carences potagères du mode de vie humain. Nous nous rendrions compte ainsi que nos besoins en espaces de terre nous laisseraient largement de quoi habiter humainement.

Car le discours fallacieux nous vante comme un modèle la vie en « cages à lapins ». Déjà pour les lapins c'est un scandale. Vous croyez vraiment que l'être humain est fait pour vivre au 3<sup>ème</sup> ou au 666<sup>ème</sup> étage d'une tour conçue en toute

vanité et cupidité par des architectes argumentant la valeur écologique de leur clapier nouvelle génération ? Vous ne pensez pas que l'élite cherche à faire de l'élevage hors sol d'êtres humains ? Elle pourrait ainsi se réserver définitivement (pense t'elle) les plus beaux lieux de cette planète pour des villas et châteaux d'exception.

N'avez-vous pas envie de vivre légitimement les pieds sur terre, sans ascenseur, avec un jardin, petit coin de nature qui vous laisse encore connecté un minimum avec la réalité originelle que nous offre la Terre ?



## **être impeccable**

Pour le chaman toltèque, le but ultime de la vie est la liberté totale, la perpétuation de la conscience individuelle (au-delà de la "mort") et la voie vers l'auto-libération est l'impeccabilité.

Être impeccable n'est pas une question de morale, de bien et de mal, même si souvent ça y ressemble beaucoup ; impeccabilité et morale se recoupent souvent, d'une certaine manière.

L'impeccabilité, au sens toltèque, consiste à compacter notre énergie, c'est à dire à l'accroître lorsque cela est possible et surtout à l'économiser en toute circonstance.

La possibilité d'accroître notre énergie peut parfois se présenter, voire se provoquer par nous-mêmes : relations avec l'Infini, l'amour infini, les créations encore suffisamment pures de l'Infini (nature...) etc... Une autre possibilité est de re-

mobiliser les énergies qui se sont cristallisées en nous lors d'évènements émotionnels non maîtrisés, notamment au moyen de la récapitulation.

Mais le meilleur moyen de préserver notre capital énergétique est de ne pas le gaspiller, d'être conscient de nos dépenses d'énergie, du rapport entre énergie dépensée et efficacité des actes, ainsi que vivre de façon de plus en plus maîtrisée les évènements émotionnels de notre vie (rappel : maîtrise n'est pas contrôle ; la maîtrise est dans le lâcher-prise alors que le contrôle est une attitude de l'ego ; et la meilleure maîtrise est celle qui consiste à maîtriser notre ego et, en intention ultime, de nous en libérer)... Toutes nos attitudes de la vie ordinaire (et extra-ordinaire) qui reflètent cet état d'esprit en nous, construisent notre impeccabilité.

A minima, l'impeccabilité peut se résumer aux quatre accords toltèques rapportés par Don Miguel Ruiz<sup>2</sup> :

---

<sup>2</sup> « Les quatre accords toltèques » de Don Miguel Ruiz (Editions Jouvence).

- Avoir une parole impeccable (Parler avec intégrité, ne dire que ce que nous pensons. Ne pas utiliser la parole contre soi-même, ni pour médire d'autrui).

- Quoi qu'il arrive, ne jamais en faire une affaire personnelle (Ce que les autres disent et font n'est qu'une projection de leur propre réalité, de leur rêve. Lorsque nous sommes immunisé contre cela, nous ne sommes plus victime de souffrances inutiles).

- Ne pas faire de suppositions (Avoir le courage de poser des questions et d'exprimer nos vrais désirs. Communiquer clairement avec les autres pour éviter tristesse, malentendus et drames).

- Faire toujours de notre mieux (Notre "mieux" change d'instant en instant. Quelles que soient les circonstances, faire simplement de notre mieux et nous éviterons de nous juger, de nous culpabiliser et d'avoir des regrets).

Cette impeccabilité sera notre carburant qui, le moment venu, associé à notre évolution de conscience, nous permettra de

maintenir en vie notre conscience  
individuelle.

## **c'est allé trop vite**

Vous l'avez peut-être souvent entendu, surtout dans les rencontres dites amoureuses : "C'est allé trop vite", dit le plus souvent comme un reproche (en fait, l'auteur s'en fait inconsciemment le reproche à lui-même), comme si c'était une tare (mais l'introduction du "trop" est censée en donner la preuve...).

Et, évidemment, comment ne pas y souscrire ?

Le renard de Saint-Exupéry sollicitant le temps de l'apprivoisement, fait référence à une réalité : l'être humain a besoin de voir s'approcher lentement l'étranger pour pouvoir, éventuellement, l'accepter dans sa sphère vitale.

Tous les êtres humains ?

Probablement ; à peu près... puisque nous sommes à peu près tous plus ou moins

soumis à notre ego et c'est notre ego qui crée cette peur, qui crée en nous cette notion d'étranger (du moins sa connotation de danger).

D'ailleurs, il est intéressant d'observer par ailleurs que beaucoup de ces mêmes êtres humains se comportent ensuite, très vite, sans conscience que l'Autre est autre, étranger... l'Autre n'étant plus alors qu'un objet dans le décor de ces êtres humains ; lors de ses conférences, Arouna Lipschitz dit très justement qu'un des éléments majeurs à induire désormais dans l'éveil de conscience est la conscience de l'altérité, reconnaître pleinement que l'Autre est autre à part entière.

Donc, pour revenir au mouton de Saint-Exupéry, « c'est allé trop vite » est une expression de l'ego.

En réalité (ultime), dans la réalité réelle où l'être humain pourrait vivre pleinement s'il parvenait à se libérer de l'ego, la rencontre "amoureuse" (par exemple) et ce qui va avec, l'amour (véritable) notamment, est immédiat (et reconnu comme non

dangereux, question qui ne se pose alors même pas puisque l'ego n'est plus là pour faire douter, pour faire peur). La question d'aller trop vite ou non ne se pose même plus, elle n'aurait aucun sens.

Si l'être humain non encore libéré de son ego est fermement désireux (intentionné) de le maîtriser de plus en plus, il est vivement incité à faire (et refaire autant que de besoin) l'expérience de s'abandonner totalement dans la rencontre de l'Autre de façon immédiate, là où il pourra prendre conscience que le fonctionnement qui consiste à juger que "les choses vont trop vite" est au contraire là pour faire avorter la relation qui présente alors un danger pour les egos des deux personnes qui se rencontrent, le danger de la disparition de ces egos (au moins temporaire, tant que les deux êtres parviennent à s'abandonner totalement au courant naturel de la vie).

Mais vous allez probablement me rétorquer, c'est la porte ouverte à tous les risques, le danger est réel.

C'est vrai.

Alors n'oubliez pas que la vie vous a doté d'un magnifique équipement intuitif ; n'hésitez pas à vous en servir.

En développant votre éveil de conscience, vous développez aussi votre discernement et parvenez de mieux en mieux à faire la différence entre ce que vous raconte votre ego et ce que capte votre intuition.

Et puis, comme le dit souvent Paulo Coelho : prenez le risque !



## la force de la faiblesse

Dans le Tao-Te-King, Lao Tseu disait que parmi toutes les choses du monde, il n'en est point de plus molle et de plus faible que l'eau, et cependant, pour briser ce qui est dur et fort, rien ne peut l'emporter sur elle ; C'est pourquoi le Saint dit : Celui qui supporte les opprobres du royaume devient chef du royaume, celui qui supporte les calamités du royaume devient le roi de l'empire.

Bien sûr, par mollesse et faiblesse il faut entendre mollesse apparente et faiblesse apparente ; il ne s'agit pas de la faiblesse de céder à l'ego ; il s'agit du jugement de mollesse ou de faiblesse de celui qui, encore trop dominé par l'ego, serait encore excessivement dans le jugement (erroné).

En fait, cette faiblesse apparente est l'attitude juste de celui qui n'entre pas en opposition ni même en résistance devant

l'ego de l'autre ; il "supporte", comme dit Lao Tseu, en ayant conscience qu'avec de la patience le temps viendra à bout de la force (apparente) de l'Autre.

La véritable force prend souvent l'apparence de la faiblesse aux yeux de l'égotique.

### **manifestations ordinaires de l'ego (3)**

Une des manifestations très répandues de l'ego est de donner une vision erronée de sentiments justes, translatant le sentiment dans le domaine de l'idéologie, ceci afin d'entretenir l'esprit de confrontation. Ici, l'égalité.

En 2011, les medias relayaient à peu près en ces termes l'actualité d'une publication de femmes, quarante ans après l'appel des «343», sur un texte contre les inégalités d'aujourd'hui : Pour ces femmes militantes, l'égalité homme-femme est un enjeu politique, pas un truc périphérique pour emmerder les mecs. C'est pourquoi le manifeste d'aujourd'hui, intitulé «L'égalité maintenant!», porte sur l'avortement mais aussi sur les violences sexistes, les retraites et les salaires «inférieurs à ceux des hommes», sur les tâches ménagères, la maternité obligatoire ou les portes du pouvoir trop souvent fermées... Faut-il

parler de «patriarcat», de «domination masculine» ? C'est tout un système à repenser. De toute urgence. Elles sont 343 à le dire.

Cette approche induit une question-exclamative : Et vous en êtes toujours là ?!

Bien sûr vous me répondrez qu'il suffit de regarder les réalités... c'est vrai ; mais justement, vous toutes et tous qui naviguez tant bien que mal dans ces réalités, comment se fait il que vous en soyez encore là ? Qu'est ce qui fait que vous n'arrivez pas à sortir de cette situation, de ce relationnel, de ce rapport au monde ? Qu'est ce qui vous mène toujours dans la confrontation ?

Oui, l'ego. Et répondre à une situation d'ego excessif par du réactionnel, c'est entretenir le processus, conforter l'ego, des deux côtés ; vous croyez résoudre le problème ; et cette croyance va être confortée car certains aspects sembleront évoluer dans le bon sens ; mais au fond, en profondeur, comme il n'y aura eu que de la confrontation d'ego, avec un gagnant et un

perdant, un jour ou l'autre la confrontation, seulement larvée, reprendra...

Dire qu'il leur suffirait d'une véritable démarche de maîtrise de l'ego et d'évolution de conscience pour que tout ceci disparaisse !

Vous pensez réellement que l'égalité homme/femme soit l'égalité des salaires, l'égalité dans les tâches ménagères, l'accession à des fonctions de pouvoir... ? La véritable égalité est simplement dans l'équilibre du masculin et du féminin en chacun de nous ; ceci réalisé, tout le reste viendrait ensuite naturellement.

## **l'amour**

Nous désirons aimer. Nous désirons être aimés. Et lorsqu'il est là, l'amour, le véritable, le plus souvent nous en avons peur.

Notre conception de l'amour, notre croyance de ce qu'est l'amour est confuse. La sagesse ordinaire nous dit qu'il s'agit de cet amour sage, raisonnable, dénué de passion ; surtout pas de cette attirance fusionnelle qui détruit à coup sûr. Et pourtant...

Cet amour dit sage est de l'amour véritable lorsqu'il est inconditionnel. Et nous pouvons le retrouver dans une relation familiale ou d'amitié comme dans une relation amoureuse s'il est vécu en chacun dans ce respect de l'autre, sans jugement, quand l'Autre est réellement conçu comme un autre, un égal, et non comme un objet dans notre décor. Mais cet amour-là n'a pas à être raisonnable ; il n'a pas à être créé ni

même tempéré par la raison. Il n'y a que le cœur pour le transmettre de là d'où il vient, c'est-à-dire de l'Infini. Le véritable amour est l'amour infini. Et pour qui l'a déjà vécu, déjà ressenti, il n'y a pas de confusion possible avec toutes ces choses que nous appelons souvent amour.

Rien à voir avec cette attirance qui n'est qu'un désir insufflé par l'ego. Et pas seulement l'attirance sexuelle. Il est bien des raisons pour attirer deux personnes l'une vers l'autre. Et ce sont alors le plus souvent des rapports névrotiques, des opportunités pour faire évoluer en chacun des comportements, des dysfonctionnements. L'attirance peut ainsi utiliser ce que nous appelons ordinairement la passion, cette passion qui n'est au bout du compte que souffrance lorsque l'un ou l'autre ou les deux ne parviennent pas à prendre conscience de la nature réelle de ce rapprochement ou refusent de faire évoluer en eux ce qui a été touché. Parfois cette passion dérive vers une fusion où chacun se perd au risque de se détruire.

Et pourtant, le fusionnel n'est pas toujours destructeur ; et il arrive que nous parvenions à nous y trouver, à nous y découvrir, après avoir pris le risque de nous y perdre. Et il arrive qu'un phénomène qui ressemble à s'y méprendre à la passion unisse deux êtres comme une véritable bénédiction. Comment le reconnaître ?

Si notre cœur est suffisamment ouvert, suffisamment sensible, tout simplement en ressentant comme une évidence que cet amour-là est un amour infini, venant comme du plus lointain de l'Infini et nous traversant, nous, pour nous mener vers cet(te) Autre qu'il traverse au même instant de sa même énergie attractive emplie de cette douce intensité, de cette intense douceur qui nous sublime ; du beau à l'état pur. Nous avons alors la sensation que « tout cela » nous dépasse. Il nous reste à l'accepter, à accepter de nous laisser traverser par cette énergie particulière. Si nous sommes capables de nous y ouvrir totalement et durablement, cet amour peut tout purifier en nous.



Trop souvent, même si nous ne cédon pas immédiatement à la peur, le doute s'insinue en nous quant à la réalité de ce « sentiment » ou à la possibilité de le vivre sur le plan humain.

En nous laissant traverser par cette énergie particulière, nous la colorons de notre vibration particulière. C'est alors que nous pouvons la vivre sur le plan humain, comme un amour humain. Même s'il n'est pas accepté par l'Autre, cet amour peut être vécu seul avec une grande intensité. Mais lorsque cette énergie réunit les deux personnes, elle met en phase les ondes propres à chacun(e). A deux, cette intensité est incomparable, selon la capacité de chacune des deux personnes à la vivre. Si les deux ont une très grande capacité de perception et d'acceptation de cette énergie et une très grande capacité à s'y abandonner, puis ensuite à l'entretenir dans un échange permanent entre l'un et l'autre afin de la vivre sur un plan humain ordinaire tout en la potentialisant, chacun des deux sera nourri d'une énergie inégalable dans une vie ordinaire d'être humain.

Cet acte est une immense prise de risque ; le revers possible et le plus souvent probable est qu'au moins l'une des deux personnes ne maintienne pas ses capacités ; alors cette énergie cédant de la place, l'ego s'y engouffre et le risque très réel pour chacune des deux est d'y perdre plus d'énergie que celle gagnée, jusqu'à parfois s'y perdre totalement. Ainsi l'ego peut venir troubler tout le processus si nous ne sommes pas suffisamment vigilants. Et le meilleur moyen d'être vigilant, c'est d'être totalement ouvert à l'infini, de se laisser traverser par cette énergie, puis de se laisser porter par cette vague, sur la crête de l'onde. Si nous sommes capables de laisser cette énergie s'écouler fluidement en nous, nous pouvons prendre conscience qu'elle prend toute la place ; il n'y a donc plus de place où l'ego pourrait venir s'immiscer.

## énergie et éternité

*« Je suis le pain de vie...*

*Je suis le pain vivant qui est descendu du ciel.*

*Si quelqu'un mange de ce pain, il vivra éternellement...*

*Celui qui mange ma chair et qui boit mon sang demeure en moi et je demeure en lui. »*

*Jean, 6*

Ce pain-là n'est autre que l'énergie, l'énergie universelle, la seule réalité ultime, l'essence de toute chose, l'énergie qui "coule de source", de la Source que certains appellent Dieu, l'énergie descendue du ciel, l'eau vive, l'énergie douée de conscience, de la conscience christique.

Comme pour le chaman toltèque, compacter l'énergie est la seule voie pour l'éternité et la seule attitude pour compacter l'énergie est l'impeccabilité ; manger la chair et boire le sang du Christ est se

nourrir de cette énergie, de la conscience christique, et la compacter en soi.

## **les faits, rien que les faits !**

Au cœur même du pragmatisme des chamans toltèques : les faits, la réalité brute débarrassée du mental (pensées etc...) et des émotions.

Oui, bien sûr, mais pour quoi ? Quel intérêt ? Quelle valeur ?

Pas les faits pour les faits ! Il ne s'agit pas non plus de focaliser l'attention sur les faits pour faire taire le mental, le sensible ; ce ne peut être qu'un simple moyen d'accéder au silence intérieur.

Quelle serait donc la raison d'être de la réalité factuelle des événements ?

Les faits : pour ce qu'ils révèlent de nous-mêmes.

Un exemple dans le domaine du relationnel :

M. Y et Mme X ont une relation amicale (ce pourrait être une relation amoureuse ou toute autre forme de relation) ; une relation, du moins une relation que l'on désire pérenniser, s'entretient ; elle ne s'entretient pas avec des petits cadeaux bien enveloppés avec un ruban de couleur et encore moins avec la consultation régulière de notre agenda et de notre répertoire d'adresses ; elle s'entretient avec le cœur ; plus précisément par l'attention ; il ne s'agit pas des « petites attentions » tant vantées (même si elles ne nuisent pas forcément ; mais l'essentiel n'est pas là) comme les petits cadeaux avec ruban de couleur, mais de l'attention à l'autre (qui signifie un don de soi, qui a pour conséquence un don de son énergie personnelle ; je rappelle que notre énergie est notre « carburant », qui notamment nous permet de maintenir notre cohésion en tant qu'être individué ; et je rappelle que porter attention à... c'est induire un flux de notre énergie personnelle vers...) ; et c'est non seulement porter attention à l'autre mais surtout porter attention à la relation (je rappelle que la relation est la troisième entité dans une relation à deux, une entité à part entière).

A un moment de leur relation, celle-ci étant de plus en plus déséquilibrée, M. Y ne parvenant pas à la vivre de façon suffisamment libre (quelles qu'en soient les raisons), Mme X décide de prendre de la distance avec M. Y et cette relation, en prenant consciemment le risque que cela en sonne le glas.

Un certain temps plus tard, Mme X et M. Y, au gré des circonstances, reprennent le cours de leur relation. Il s'avère que M. Y n'a pas employé ce temps de séparation pour faire évoluer en lui un minimum qui aurait permis de vivre plus librement cette relation ; cependant, dans l'émotion des retrouvailles, les velléités de M. Y masquent cet aspect durant quelques temps. Mais rapidement, forcément, la structure problématique revient sur le devant de la scène.

Bref aparté, ici, pour préciser qu'il ne va pas s'agir d'analyser en détail les situations individuelles de chacun et leur impact sur la relation mais de poser un regard sur des faits et leur utilisation.

A un moment de leurs retrouvailles, M. Y part en vacances et la relation avec Mme X se distend quelque peu. M. Y exprime sa joie à reprendre bientôt cette relation, ce qui réjouit naturellement Mme X. A son retour, M. Y se trouve être très occupé par son travail et, en réalité, sa relation avec Mme X demeure quasiment aussi distendue. Mme X prend alors conscience que, les mêmes causes produisant toujours les mêmes effets, l'absence d'évolution personnelle de M. Y rend leur relation aussi peu viable qu'autrefois et exprime à M. Y qu'elle ne peut pas plus qu'hier compenser totalement son incapacité à mettre suffisamment de liberté, fluidité, dans la relation ; ce à quoi M. Y lui rétorque les faits : tout le monde a besoin de prendre des vacances, personne ne pourrait mieux entretenir une relation amicale avec un travail aussi prenant à ce moment-là etc...

Voilà donc les faits et leur utilisation.

Car, bien sûr, ce ne sont pas les faits qui sont en cause ; chaque fait pris un par un est imparable, forcément compréhensible ;



même la série de faits ramassée dans le temps ne peut qu'amener à l'acceptation ; les faits sont les faits ET, particulièrement dans une série, ils prennent un sens pour chacun des acteurs.

La question porte sur l'utilisation que chacun en fait et ce que ça révèle du fonctionnement de chacun. Ici, regardons de plus près ce qu'en fait M. Y :

M. Y désire ardemment cette relation et en même temps quelque chose en lui l'en empêche ; plus ou moins inconsciemment il sent sa contradiction ou tout au moins il en ressent les effets (sur lui, sur Mme X, sur la relation) mais, trop dérangeante, il essaie de la masquer ou au moins d'en masquer les effets. Il utilise les faits pour se justifier, pour masquer sa contradiction, pour ne pas mettre au jour les véritables causes en lui de cette réalité. M. Y utilise les faits a posteriori pour tenter de justifier sa faiblesse, son incapacité à avoir pu agir de manière à entretenir une relation relativement équilibrée et satisfaisante pour chacun.

L'attitude saine aurait été de se positionner « a priori » quant aux faits plus ou moins prévisibles en les anticipant, en portant attention à la prévisibilité de ces faits, donc à leurs conséquences prévisibles si il se laissait aller comme d'habitude à son laisser-aller, à ses faiblesses, sa passivité, son inertie, et donc en posant les actes nécessaires et possibles pour entretenir la relation « malgré tout » ; cette anticipation concrète, au quotidien, en portant une véritable attention non seulement à Mme X mais aussi à leur relation à laquelle il tient tant, aurait été la marque d'une utilisation constructive des faits et le germe de son évolution personnelle.

D'aucuns diront que nous devons accepter les autres comme ils sont ; mais cette formule souvent mal comprise ne fait souvent que conforter l'être humain dans ses faiblesses là où les faits, justement, l'appellent à prendre conscience de sa structure égotique pour évoluer vers l'être sain et équilibré qu'il est réellement.

D'autres diront que ces faits révèlent aussi quelque chose de Mme X et que celle-

ci n'est certainement pas encore totalement exempte d'évolution potentielle. Nous sommes encore ici dans le domaine du relatif et puisque nous sommes appelés à aller vers des relationnels plus équilibrés et plus sains, de véritables échanges et respects mutuels, lequel des deux, en ces circonstances, a le plus à avancer vers cet équilibre ?

## maîtriser l'ego

*« Je ne puis rien faire de moi-même :  
Selon que j'entends, je juge ;  
Et mon jugement est juste,  
Parce que je ne cherche pas ma volonté,  
Mais la volonté de celui qui m'a envoyé. »*

*Jean, 5.30*

Maîtriser son ego, jusqu'à s'en libérer, n'est rien d'autre que cette "parole d'évangile".

Il s'agit d'abandonner notre personnalité égotique en s'abandonnant à notre nature essentielle. C'est Dieu (ou l'Infini ou toute autre appellation qui nous convient mieux) qui parle et agit à travers nous.

C'est là le meilleur moyen de vivre notre vraie vie, notre destin.

Ce n'est pas vivre comme un robot totalement manipulé par une entité

extérieure ; c'est accepter qu'une force qui nous dépasse sait qui nous sommes et ce que nous sommes venus faire dans cette vie.

C'est lorsque nous sommes soumis à notre personnalité égotique que nous sommes réellement un robot manipulé par l'ego ; sauf que nous n'en sommes pas conscients.

## **chamanisme toltèque - l'incomplétude**

L'incomplétude, l'incomplet, le grand manque, le grand absent ou la grande absente de l'enseignement transmis par Castaneda : l'amour.

Le grand mot est lâché ; le gros mot, même, pour certains ; réaction épidermique assurée : "quoi ! Il a donc rien compris ! Qu'est ce que ça viendrait faire là ?!" ; les plus mesurés diront : "mais si, il en est question..." ; oui, en de très rares occasions et de façon plus ou moins indirecte ; et surtout, toujours de manière à essayer d'être en cohérence avec le reste de l'enseignement ; pour un enseignement traitant du "chemin qui a du cœur", Castaneda évoque l'amour d'une façon qui manque particulièrement de cœur.

De nouveau : "Quoi ! Mais il a donc rien compris ! L'amour ce n'est pas ce dégoulinement sirupeux dont on nous rebat

les oreilles ! Le cœur ça n'a rien à voir avec ça !". Fermez le ban !

Évidemment, vous avez raison. Et en même temps, c'est bien plus subtil que ça.

Pourquoi Castaneda aurait-il autant occulté cet aspect fondamental de la vie ? Don Juan aurait-il omis de le faire ? Peut-être que l'amour n'existait pas à son époque (je plaisante !) ? L'amour n'est-il QU'une illusion de plus ? L'éditeur aurait-il censuré les passages parce que ça ne faisait pas assez vendeur (je re-plaisante !) ?

Castaneda était très mal à l'aise avec le sujet.

Pourtant, en regardant de plus près, je me suis d'abord dit : "Évidemment, le sensible comme le mental est une création de l'ego, donc une illusion ; donc le sentiment d'amour n'est pas fiable". Et puis : "Évidemment, le but suprême de préservation de notre énergie personnelle n'est pas compatible avec la relation amoureuse où le plus souvent nous laissons beaucoup de notre énergie".

En fait, le sensible et le mental ne sont pas des "créations" de l'ego mais des aspects humains du tonal où l'ego a une grande capacité de nuisance. Le sensible est un mode de perception parmi d'autres de l'humain "tonalisé" (incarné). Que le sensible perçoive cette énergie particulière qu'est l'amour et qui vient de traverser l'esprit juste avant, cela semble t'il si incongru ? Ne vous est-il donc jamais arrivé de percevoir au moins une fois dans votre vie cette énergie particulière, comme du beau à l'état pur, comme une évidence, comme venant du plus lointain de l'infini pour vous traverser, vous, à un moment donné ? Vous avez donc remarqué que cette perception survient justement en phase de silence intérieur, lorsque le dialogue intérieur est stoppé.

La relation amoureuse est le plus souvent un lieu de perdition, de déperdition de notre énergie, parce que nous laissons l'ego dominer la situation.

L'amour dont je veux parler ici n'est pas celui de l'ordinaire relation amoureuse vampirisée par l'ego, pas celui dont Lacan



disait : "L'amour n'existe pas... La relation amoureuse c'est quelqu'un qui donne quelque chose qu'il n'a pas à un autre qui n'en veut pas".

Est ce pour autant seulement le fameux "amour inconditionnel" ?

Oui et non.

Oui, parce que l'amour inconditionnel est bien originellement cette énergie particulière, impersonnelle d'une certaine façon, trans-personnelle serait plus juste, qui "aime" sans condition, sans jugement, sans morale... "Aime" entre guillemets car c'est notre traduction du phénomène ; ce qui est ressenti c'est son intensité, la sensation que "tout ça" nous dépasse ; c'est aussi qu'en nous traversant cette énergie a le pouvoir de purifier tout en nous sur son passage, tout si nous étions capable de nous y ouvrir totalement et durablement.

Non, parce qu'en nous traversant, ou plutôt en nous laissant traverser par elle, nous la colorons de notre vibration particulière. C'est alors que nous pouvons la

vivre sur le plan humain, comme un amour humain, lorsque cette énergie nous tourne vers une personne en particulier qui se laisse aussi traverser par elle ; et c'est alors aussi que l'ego peut venir troubler tout le processus si nous ne sommes pas suffisamment vigilants. Et le meilleur moyen d'être vigilant, c'est d'être totalement ouvert à l'infini, de se laisser traverser par elle (cette énergie), puis de se laisser porter par cette vague, sur la crête de l'onde. Si nous sommes capables de laisser cette énergie s'écouler fluidement en nous, nous pouvons prendre conscience qu'elle prend toute la place ; il n'y a donc plus de place où l'ego pourrait venir s'immiscer. Exercice difficile mais pas impossible.

Pour en revenir au grand absent de l'enseignement transmis par Castaneda, si nous pensons (subtilement) en terme d'énergie, ce qui est la base de cet enseignement, cette absence apparaît d'autant plus "présente", pressante, que l'amour est un primordial vecteur d'énergie.

S'il n'est pas sacrilège d'essayer d'établir une sorte de hiérarchie des vecteurs

d'énergie, mon expérience de vie fait apparaître au sommet de cette hiérarchie l'expérience du numineux, du fusionnel, du mystique... (à chacun ses mots) ; mais cette expérience, dans son expression totale, ne survient que fugacement et dans des moments de (dirait un chrétien) "grâce divine" ; cette expérience, à son stade total, n'est pas reproductible, re-vivable, renouvelable volontairement, sauf à pouvoir passer dans ce que Castaneda appelle le voyage définitif, qui par définition est définitif.

Au plancher de cette sorte de pyramide hiérarchique se trouve le vecteur d'énergie le plus couramment utilisé par l'être humain : l'Autre. Cette lutte permanente pour l'énergie sous forme de captation chez l'Autre a pour résultat ce monde de rapports de force, de domination, de séduction... de violence.

Entre ces deux niveaux, deux sources potentielles : nous pouvons puiser de l'énergie dans la "nature", en nous mettant en relation avec la nature, par l'attention que nous portons à un moment à la nature.

Et nous pouvons aussi employer notre propre énergie personnelle dont nous savons que souvent nous la gaspillons, qu'avec le temps elle se cristallise en nous de telle manière qu'elle n'est plus accessible, sauf à recourir à des pratiques permettant de libérer, redéployer une partie de cette énergie. Nous connaissons les bienfaits de ces deux sources et aussi leurs limites (ou plus exactement nos limites à pouvoir les utiliser).

Et entre ces deux sources et le sommet de la pyramide, un vecteur d'énergie très recherché et généralement très mal utilisé : l'amour, cette qualité particulière d'énergie, capable de nous approcher de l'expérience du numineux, et même de nous y préparer, qui, bien utilisée, nous apporte une énergie magistrale, d'une intensité bien supérieure à celle que nous pouvons mobiliser auto-personnellement même dans des pratiques "spirituelles", même dans le silence intérieur. Cet amour peut être vécu seul avec une grande intensité. A deux, cette intensité est incomparable, selon la capacité de chacune des deux personnes à la vivre. Si les deux ont une très grande capacité de

perception et d'acceptation de cette énergie et une très grande capacité à s'y abandonner, puis ensuite à l'entretenir dans un échange permanent entre l'un et l'autre afin de la vivre sur un plan ordinairement humain tout en la potentialisant, chacun des deux sera nourri d'une énergie inégalable dans une vie ordinaire d'être humain.

Cet acte est une immense prise de risque ; le revers possible et le plus souvent probable est qu'au moins l'une des deux personnes ne maintienne pas ses capacités (décrites plus haut) ; alors cette énergie cédant de la place, l'ego s'y engouffre et le risque très réel pour chacune des deux est d'y perdre plus d'énergie que celle gagnée, jusqu'à parfois s'y perdre totalement.

La lignée toltèque préférerait-elle ne pas relever ce défi qu'elle mît de côté cette source inépuisable ? Pourtant, le "chemin qui a du cœur" n'est-il pas par définition un chemin de courage ?

L'être humain n'a t'il pas au contraire, en apprenant à maîtriser l'ego, à se reconnecter à cette source, alliant ainsi sa foi

"christique" et son pragmatisme de guerrier ?

Mais surtout ne me croyez pas sur parole ; faites-en vous même l'expérience.

## **chamanisme toltèque - l'incomplétude (2)**

La part manquante de l'enseignement transmis par Castaneda : le véritable anneau de pouvoir, celui qui permet d'équilibrer, harmoniser le tout, de faire de l'être humain un être qui ne soit pas sec et insensible, d'une sensibilité équilibrée par les anneaux de pouvoir "secondaires" que sont la raison et la volonté, en même temps qu'il (l'anneau de pouvoir "primordial") les nourrit, en direct, de l'Infini : le COEUR, dont les chrétiens (par exemple) diraient probablement qu'il est le siège de la conscience christique.

Le cœur qui est souvent abusivement amalgamé au siège de l'émotionnel, probablement du fait de leur proximité "physique".

Le premier anneau de pouvoir "secondaire" : la raison, qui est aussi le siège de l'ego.

Le second anneau de pouvoir "secondaire" : la volonté, qui est aussi le siège de l'ego collectif millénarisé.

Le cœur peut exercer sur eux une maîtrise absolue lorsqu'il est totalement ouvert.

Le cœur, de par sa situation sur notre structure physique, correspond au point d'assemblage sur notre structure énergétique ; le tout ne faisant qu'un, en ce que notre structure physique n'est que l'aspect le plus dense de notre structure énergétique qui existe aussi à un niveau plus subtil.

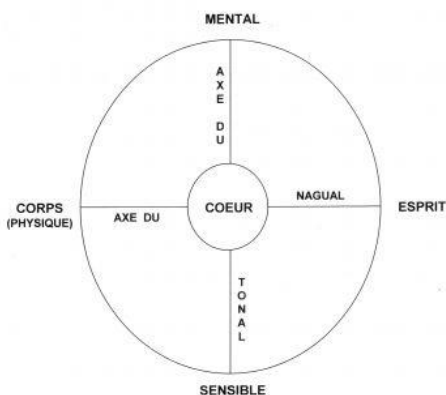
Le cœur est le canal de réception de l'Infini, de réception de l'énergie provenant de l'infini, énergie porteuse d'informations. La raison, le mental, analyse/synthétise ces informations et en programme les actions possibles ; la volonté intègre ces programmes et réalise les actions.

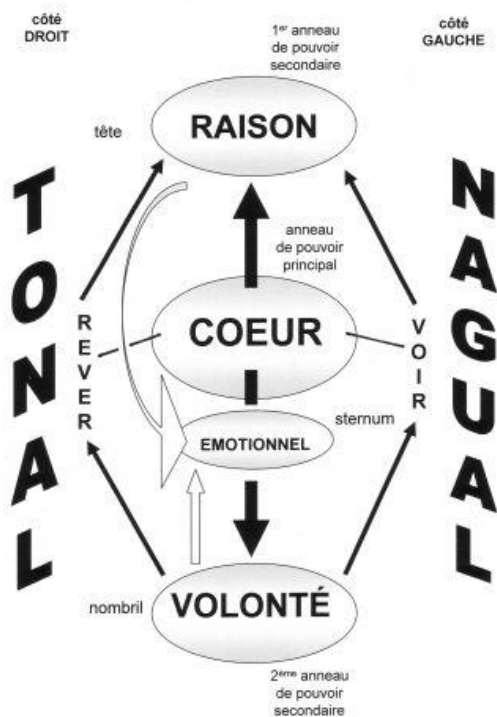
Le cœur est en même temps récepteur de cet aspect particulier de l'énergie qu'est "l'amour" ; cet aspect, s'il est effectivement



perçu, peut se réaliser dans le domaine du sensible.

Si ce canal est fermé ou seulement trop fermé, le phénomène "intuition" ne peut être effectif pour alimenter l'esprit en information juste et permettre la réalisation d'actions justes ; le mental n'est alors alimenté que par les pensées de l'ego et les actions qui en résultent ne sont plus en harmonie avec ce que nous sommes vraiment. De même, l'amour ne peut être perçu et notre relationnel, notre rapport sensible au monde n'est que celui de l'ego, désir charnel, recherche de pouvoir sur l'Autre, rapport de force, séduction etc...





**voter ?**

« Abstention piège à c... », pouvait-on entendre en cette fin de campagne présidentielle française de 2012. Cette élection présidentielle qui arrive après quatre années d'une crise (mondiale) dont on essayait de nous faire croire que nous en étions déjà sortis, alors que nous y sommes encore à peine entrés...

En cette fin d'années 60, années d'ouverture au monde, au Monde devrais-je dire, ouverture des consciences à notre existence globale d'être humain, même si cette ouverture était encore trop confuse, comme prémices de celle, plus claire, qui émerge aujourd'hui, même si encore trop minoritaire au sein de cette humanité perdue, en cette fin d'années 60 où la parole était plutôt à « élection piège à c... », cette parole d'aujourd'hui, retournant celle du passé en cherchant à culpabiliser l'abstentionniste, révèle le degré de

fermeture de ces années de crise où le discours de l'ego vise à renforcer le conditionnement de l'être humain sur des croyances qui ont causé sa perte, juste au moment où certaines consciences commencent à entrevoir plus clairement ce conditionnement à travers tous les dégâts occasionnés.

Oui, ce que percevaient de mieux en mieux les consciences des années 60 était juste : voter était un piège, et d'autant plus aujourd'hui. Et ce discours était d'autant plus difficile à accepter qu'à une époque plus reculée, voter était devenu un instrument de liberté. Alors, ce qui était vrai hier ne le sera pas forcément demain ? Bien sûr. Et, en même temps, c'est plus subtil que cela.

Voter était une liberté dans une phase où l'être humain avait été longtemps empêché de s'exprimer sur son sort et sur le moyen de décider de sa vie, du moins sur certains aspects matériels. Ce n'était qu'une étape, correspondant au degré de conscience de l'époque pour cette multitude.

A partir du moment où une élite a commencé à suffisamment contrôler le système pour en tirer profit aux dépens de la nouvelle multitude, voter n'est plus un instrument de liberté puisqu'il est devenu l'instrument de l'asservissement ou, du moins, un instrument pour masquer l'asservissement. Et, bien entendu, que répondre à l'argument selon lequel la démocratie est préférable à la dictature, devant les trop nombreux exemples de dictature encore présents ? Que le pire n'empêche pas d'améliorer ce qui pourrait être meilleur ; que rien de bon ne peut se construire sur la peur, y compris sur la menace d'une dictature si l'on s'abstient de voter ; qu'il n'est pas forcément inutile d'aller voir ce qu'il en est de l'état réel de la démocratie en question ; si elle est déjà trop pervertie, les moyens qu'elle avait mis en place ne correspondent peut-être plus aux nécessités du moment.

La France est, théoriquement, dans une démocratie représentative, c'est-à-dire que des gens qui sont – devraient normalement être – comme nous, ni plus ni moins, vont aller nous représenter, porter notre voix,

notre expression chèrement gagnée, pour prendre les décisions collectives qui vont modeler notre mode de vie.

Que faire lorsque nous ne nous sentons plus du tout représenté par ceux qui se présentent à nos suffrages ?

A partir du moment où ces gens, au fil du temps, se sont institutionnalisés de telle manière qu'ils sont les seuls à pouvoir se présenter, où les « petits candidats », même ceux appartenant à des (petits) partis institutionnels, sont considérés, notamment dans les médias, comme des candidats d'opérettes dont on commence à chercher – signe des temps – les moyens institutionnels pour les écarter lors des prochaines élections... Que faire ?

Que faire quand le lien de confiance avec cette élite est rompu ? Que faire lorsque notre conscience commence à bien saisir que ceux-là n'ont aucune solution réelle à la situation de ces temps de crise, qu'ils sont totalement dépassés par les événements ou aveuglés par leurs intérêts personnels ou des idéologies qui ont fait la

preuve de leur inefficacité ou de leur nuisance ? Que faire lorsque nous prenons conscience que ces personnes ne sont pas les visionnaires dont nous aurions besoin pour nous représenter justement ?

Tous les candidats à cette élection présidentielle et particulièrement ceux arrivant en tête des sondages continuent à défendre ou soutenir voire prôner le système socio-économique qui est en train de s'effondrer tellement il a fait la preuve de ses fondements erronés, tant ses dégâts sont immenses, certains irrémediables, sur l'humanité, sur l'environnement. La plupart en sont encore à rechercher désespérément la sacro-sainte croissance économique lorsque tout montre qu'elle ne rend pas heureux et qu'elle finit par engendrer des effets dévastateurs sur la terre. Consommons toujours plus, gaspillons toujours plus et polluons toujours plus. Alors que ce système s'est mis en place uniquement pour la satisfaction matérielle et égotique, à court terme mais pérenne, d'une ultra-minorité.

Au degré de dégénérescence de ce système (certains l'appellent un modèle !) où l'ultra-minorité, du moins pour une partie (les nouveaux nantis), ne se cache même plus et affiche son cynisme de façon de plus en plus provocante devant la multitude asservie, première ligne à subir les effets de la crise, les fantassins devraient aller voter ? Pourquoi donner le bâton pour se faire battre ?

N'oublions jamais qu'en votant, nous donnons de notre pouvoir à une autre personne, nous donnons de notre énergie à une autre personne (et ce n'est pas une formule ; quelle qu'en soit la forme - pouvoir, argent, etc... - nous nous remettons dans les mains d'un autre, nous déléguons une partie de notre vie, de nous-même, à une autre personne). Vous laisseriez de votre pouvoir à une personne qui ne vous représente pas ? Vous donneriez de votre énergie à une personne dont vous pressentez qu'elle ne s'en servira pas à bon escient ?



## **l'acceptation**

Acceptation, maître-mot de l'auto-libération.

A l'origine, l'acceptation c'est tout simplement accepter de s'en remettre totalement à l'Infini. C'est donc la reconnaissance que l'Infini nous guide au mieux de l'intérêt du processus de vie, au mieux de l'intérêt collectif et que notre intérêt individuel est l'intérêt collectif, que notre intérêt individuel est notre participation à l'intérêt collectif tel qu'il est guidé par l'Infini. Bien sûr, il ne s'agit pas là de l'intérêt de l'ego collectif, du collectif en tant que communauté d'egos. L'intérêt collectif, comme chaque intérêt individuel, est trans-personnel. C'est donc la reconnaissance que l'Infini nous guide au mieux de notre intérêt et ainsi agir en conséquence, en accord avec cela, en harmonie.

Mais compte-tenu de l'emprise de nos egos, l'acceptation prend des formes ou des orientations intermédiaires : accepter la réalité telle qu'elle se présente sans y mettre aucun vouloir, sans se laisser déborder par ses réactions émotionnelles, « sans broncher » aurait dit Castaneda.

Ce n'est pas être d'accord avec ce qui a été dit ou fait, c'est seulement accepter l'Autre tel qu'il est, accepter l'Autre ayant dit ou fait telle chose avec laquelle je ne suis pas d'accord ; simplement accepter cette réalité que l'Autre, même ayant dit ou fait telle chose, est ainsi, au moins pour le moment.

Simultanément, il s'agit également d'accepter nos réactions d'Être-ordinaire, nos pensées et émotions ordinaires, ou plus exactement de nous accepter d'être là où nous en sommes aujourd'hui avec ces réactions ordinaires, sans pour autant les approuver et en rester-là.

Cependant, l'acceptation n'est pas la résignation. Ce qui les différencie c'est essentiellement que dans l'acceptation la

situation est reconnue comme juste même lorsqu'elle paraît totalement injuste sur le plan de la réalité ordinaire. C'est la compréhension - flagrante dans une situation particulièrement absurde ou injuste - que ce qui se joue dans cette situation se joue en fait à un niveau plus élevé que le plan de la réalité ordinaire ; ce qui est toujours le cas mais qui apparaît d'autant plus flagrant que nous nous trouvons devant une situation particulièrement absurde ou injuste car là plus rien ne se joue réellement sur le plan de la réalité ordinaire.

Un exemple :

Mme X rencontre M. Y ; la rencontre est particulièrement belle et puissante et Mme X prend conscience que cette attirance (attraction) dépasse le plan de l'ego et que la relation qui est en train de se créer est puissamment guidée par l'Infini ; sans être dans la même conscience, M. Y sent bien qu'il y a quelque chose de cet ordre, l'accepte et finit par s'ouvrir totalement à la relation... jusqu'à ce que l'ego de M. Y vienne semer le trouble dans

son mental, une peur le plus souvent ; M. Y qui est encore marié et n'attendait qu'une rencontre comme celle-ci pour avoir le courage de quitter son enfer et avancer sur un chemin plus en accord avec ce qu'il est devenu, finalement cède à sa peur et décide de rompre et retourner dans le confort du connu de son enfer (l'être humain excessivement dominé par son ego cherche toujours à retrouver le confort de ce qu'il connaît bien même si ce « connu » lui est douloureux).

Habituellement, une Mme X ordinaire dirait « tous les Y sont des salauds ! ». ici, Mme X, qui en tant qu'être humain ordinaire ressent la souffrance due à la cassure de ce lien d'énergie, se dit en même temps que la situation est tellement absurde et injuste en apparence (au 1er degré, sur le plan de la réalité ordinaire) que ce qui vient de se passer se joue en fait sur le plan de l'infini, un plan plus élevé, pour elle, que celui de la réalité ordinaire ; il lui est alors évident qu'elle joue là une nouvelle étape de son évolution humaine ; malgré tout, la souffrance est bien là et il lui est donc nécessaire d'avancer dans l'acceptation. A

ce point d'absurde et d'injuste, elle sait qu'il n'y a rien à agir sur le plan de la réalité ordinaire (vis-à-vis de M. Y), qu'elle doit accepter la situation et surtout ne pas s'y résigner ; ce qui signifie qu'elle n'a pas à aller vers l'oubli, voire le refoulement, encore moins le déni, pas même l'indifférence, mais au contraire être le plus pleinement consciente de ce qui s'est joué pour elle dans cette rencontre, dans l'issue brutale de cette rencontre, et accepter le fait que M. Y retourne avec Mme Y, sans chercher à penser à ce qui se joue pour M. Y, même si l'absurdité du choix de M. Y lui est une évidence.

Le plus, c'est d'accepter ce fait en reconnaissant qu'il ne peut s'agir que de la situation la plus juste et pour elle et pour lui, ne serait-ce que pour le moment, et même si c'est l'ego de M. Y qui vient peut-être tout simplement de perturber un « plan » de l'Infini qui aurait pu se dérouler tout autrement sur le plan de la réalité ordinaire si M. Y avait su ne pas céder à sa peur et être en accord avec lui-même.

Bientôt, Mme X pourra penser à M. Y en ressentant le même amour qu'au début, sans ressentiment ; l'autre cadeau, l'essentiel, elle se le sera offert elle-même.

## Voyant et guerrier

Pour celui qui va vers lui-même, homme ou femme, deux aspects essentiels de l'être sont à développer : être voyant et être guerrier.

Ces deux termes ont, dans le langage ordinaire, des significations qui sont à oublier. Être voyant consiste à percevoir l'invisible, sentir l'inconnu, voir la Connaissance. Être guerrier consiste à mobiliser toute l'énergie et adopter l'état d'esprit nécessaires pour affronter les épreuves de l'Inconnu. Les deux aspects sont indispensables pour atteindre la cible, l'un permettant de voir où mettre les pieds et l'autre permettant de poser les pieds et avancer ; ce sont, en quelque sorte, nos aspects féminin et masculin ; les deux étant à équilibrer en soi.

Vous pouvez avoir des prédispositions pour l'un ou l'autre, ce qui facilitera

l'apprentissage. En ce cas, souvent le second aspect sera particulièrement handicapé au départ et demandera beaucoup plus d'attention.

L'apprentissage du voyant passe par l'ouverture de conscience, un déploiement du lâcher prise et de l'intuition, un développement du discernement, notamment afin de distinguer en soi la voix de l'Infini et la voix de l'ego.

L'apprentissage du guerrier s'appuie sur plusieurs capacités à développer : l'acceptation, la discipline, la persévérance, le sens de l'observation couplé à la capacité à intervenir au bon moment. L'acceptation, qui est ici une sorte de contrôle de sa suffisance, non pas rigide mais au contraire une souplesse d'esprit, est une maîtrise de l'ego minimale consistant à être en alerte pour repérer la survenue des épreuves, y comprendre le mode de fonctionnement de l'ego (en soi et en l'autre) et adopter une équanimité devant l'épreuve, particulièrement devant l'humiliation ; cette attitude est très génératrice d'humilité et de détachement de l'ego. La discipline consiste



à ne pas se laisser aller à nos penchants négatifs et à intégrer une fermeté d'attitude face aux événements ; dans une situation particulière, prendre conscience des forces et des faiblesses de l'autre favorise cette fermeté en préparant une stratégie. La persévérance est une patience vigilante, sans anxiété, dans l'attente de l'évènement suivant à venir ; une apparente passivité, active, légère. Ce qui fait la différence est que le guerrier sait ce qui l'attend, ce qu'il attend ; s'il ne sait pas la forme précise de l'évènement suivant, il en connaît la nature et surtout l'objet, la place qu'il prendra dans sa stratégie ; d'autant plus quand le guerrier prendra l'initiative de provoquer l'autre et a fortiori en toute connaissance des comportements prévisibles de l'autre.

Toutes les opportunités de notre vie ordinaire sont bonnes à prendre pour réaliser ce travail sur soi ; toutes les épreuves sont à considérer en ce sens ; sont particulièrement propices à nous faire avancer les personnes qui surviennent dans notre environnement et que nous jugeons a priori impossibles, insupportables, invivables. Ensuite, inutile de s'obstiner

dans ces relationnels lorsqu'ils nous ont permis d'opérer une avancée significative dans notre démarche ; ne jamais oublier que la préservation de notre énergie est essentielle.

## **un oiseau solitaire**

Vers la fin de sa vie, fondateur des Carmes Déchaux avec Thérèse d'Avila, Jean de la Croix s'est trouvé de nouveau marginalisé au sein de son Ordre.

Le chapitre général voulait l'envoyer fonder des communautés au Mexique avant de réduire son statut à celui de simple religieux. Par ailleurs, Diego Evangelista, un carme qui vouait une haine féroce à Jean de la Croix, profita de ses pouvoirs reçus du chapitre pour mener une enquête contre lui ; il détourna des témoignages et voulut le décrire comme un coureur de bures, essayant de le discréditer.

Jean de la Croix tomba malade le 10 août 1591, victime d'un érysipèle. Il était porteur d'une fièvre qui ne le quittait plus. Le 28 septembre, il fut envoyé dans le couvent d'Ubeda, pour s'y faire soigner, mais il y fut reçu avec beaucoup de méfiance par le supérieur qui n'avait pas

apprécié les reproches qu'il lui avait faits à propos de sa conduite arrogante envers les novices. De plus, il ne reçut pas de dispense spéciale alors que sa maladie empirait.

Devant les dons qui affluaient pour Jean de la Croix, qui était considéré par les villageois comme un saint, le prieur décida de lui interdire toute visite. Les soins du médecin étaient très douloureux mais ne permettaient cependant pas de limiter les abcès et Jean de la Croix affirma au père Antoine qui l'accompagnait être submergé par la souffrance.

La maladie se poursuivit mais Jean de la Croix confia au père Antoine être de plus en plus paisible. Le médecin lui annonça le 7 décembre que sa mort était proche ; Jean de la Croix se confessa et demanda pardon à sa communauté. Le 13 décembre, il demanda à ce qu'on lui lise le *Cantique des Cantiques*. Il mourut dans la nuit du 13 au 14 décembre 1591.

Dans les « dits de lumière et d'amour », Jean de la Croix écrivait : « Un oiseau solitaire doit remplir cinq conditions.

D'abord, voler au plus haut ; ensuite, ne point tolérer de compagnie, même celle des siens ; puis pointer le bec vers les cieux et ne pas avoir de couleur définie ; enfin, chanter très doucement ».

## la complétude

Les articles précédents sur l'incomplétude faisaient ressortir ce que peut avoir d'essentiel de faire l'expérience de l'amour infini dans une relation à deux et le fait que le chamanisme toltèque en est étrangement absent.

Le chamanisme toltèque nous apporte une connaissance sur la voie vers la complétude : retrouver la totalité de soi-même.

Pour reprendre la terminologie de Castaneda, c'est retrouver la totalité de notre luminosité et reprendre la totalité du tranchant de notre esprit lorsque nous avons été parent d'enfant(s) qui nous l'ont alors subtilisé. Notre complétude nous permet ainsi, si nous avons le pouvoir nécessaire, de rejoindre la réalité ultime en quelque sorte "de notre vivant" ; sinon, le moment venu, notre cohésion disparaît, ce qui nous

amalgame en une entité "une" disparaît, notre conscience éclate et retourne à cette sorte de "circuit de recyclage" qui est un aspect de la Source de vie.

Retrouver notre complétude consiste donc à recouvrer la totalité de notre énergie, incluse celle que nous avons laissée dans tous les événements de notre vie où nous n'avons pas été suffisamment impeccable (notamment par la pratique de la récapitulation) et incluse celle subtilisée par notre descendance ; et sur ce dernier point Castaneda nous dit qu'il ne s'agit pas de ne plus aimer nos enfants mais de ne plus y être attaché de quelque façon que ce soit, comme si nous ne les avions jamais conçus.

Et pour en revenir aux propos du début du présent article, ce que Castaneda nous apporte pour parachever la complétude, c'est la nécessité d'aimer infiniment la Terre-Mère, elle qui nous porte et nous abrite tout au long de notre vie terrestre. C'est cet amour infini envers elle qui apporte la joie véritable et la véritable liberté nécessaires pour avancer

sereinement tout au long de ce chemin de lutte jusqu'au moment du voyage définitif.

Ce qui n'interdit pas aux êtres qui ont la capacité de percevoir et ressentir l'amour infini de tenter de le partager avec un autre être ayant aussi cette capacité.



**une vie**

« Une vie », ce roman de Guy de Maupassant dont le premier titre était « l'humble vérité », cette femme dont la vie, l'idéal, l'espoir s'effritent peu à peu dans la découverte de la « méchanceté humaine »... Rien que de très banal, au fond, l'humble vérité décrivant une réalité ordinaire, un faisceau de réalités, qui est celle de l'être humain depuis bien avant le 19<sup>e</sup> siècle... et bien loin de la réalité humaine du temps de la Genèse et du réel que, par exemple, le bouddhisme appelle la réalité ultime.

Que percevons-nous lorsque nous laissons notre conscience s'ouvrir ? Comment entrons-nous progressivement, par strates successives de subtilités, dans la connaissance de cette réalité ? Qu'apprenons-nous de cette réalité réelle ?

\*

Que la réalité ultime est la seule réalité qui soit universellement et intemporellement réelle, contrairement aux réalités « illusoires » telles que notre réalité ordinaire d'être humain terrestre dont la réalité est relative à nos modes de perception et de conception limités (nos cinq sens et notre mental : l'être humain actuel ne sait quasiment utiliser que ses seuls cinq sens ordinaires et son mental est construit par l'ego qui a réduit et figé son champ de conscience à sa plus simpliste expression, ego auquel l'être humain a fini par s'identifier).

Le réel de la réalité ultime peut se résumer à : « tout est énergie ». C'est l'énergie universelle, qui émane de la source de vie (que certains, par exemple, appellent Dieu, sans toujours bien concevoir ce qu'il est, et que d'autres appellent autrement..., et peu importe). Émanant de la source, c'est cette énergie qui porte potentiellement la vie ; elle est parfois porteuse de conscience. Le seul but de la vie est la vie ; plus précisément, son seul but est de se pérenniser en s'enrichissant ; aussi, le seul but de tout être

vivant doté de conscience est de manifester la vie en enrichissant sa conscience ; cette vie, cette conscience, enrichie ou non, revient, le moment venu, à la Source, bouclant ainsi le cycle naturel qui se poursuit sans fin ; exceptionnellement, un être humain ayant suffisamment enrichi sa conscience et préservé une énergie suffisante pour créer une sorte de double de soi peut laisser revenir à la Source une part de lui-même tout en préservant une intégrité devenant « éternelle » ; ce que Jésus est venu nous dire est que cet exceptionnel peut être la « normalité » de chaque être humain s'il sait retrouver sa conscience christique.

Cette énergie se manifeste de bien des façons, plus ou moins denses ou subtiles, comme, par exemple, la matière, ses manifestations dépendant notamment de nos modes de perception et conception.

Tout est énergie et n'existe que l'énergie, manifestée de diverses façons mais toujours une. Ses aspects sont multiples ; trois intéressent plus particulièrement l'être humain : la force (de

vie), l'information, l'amour (sachant que les mots ne sont que des approximations).

Pour ce qui est de l'information, non seulement l'énergie universelle est souvent porteuse de conscience mais elle est toujours porteuse d'information, de Connaissance. Une grande part de cette Connaissance est inaccessible à l'être humain qui ne peut qu'avoir une totale humilité devant cet immense mystère. Et une part de cette connaissance nous est donnée en permanence, l'information circule autour de nous, en nous, il nous suffit de savoir la capter et l'entendre, la voir, la sentir ; une véritable intuition la perçoit et la conçoit comme une évidence, souvent inexprimable avec nos mots ordinaires et pourtant très claire en soi.

Quant à l'amour, il ne s'agit en rien de ce que les êtres humains appellent habituellement ainsi et qui n'est qu'attirances névrotiques et mélanges de désirs, peurs, instinct de prédation. C'est un amour inconditionnel, neutre (à paraître froid aux yeux de beaucoup), l'amour du « Dieu est Amour ».

Enfin, la force de vie, qui nous est délivrée gracieusement et abondamment, par Amour. Mais l'être humain aliéné par l'ego ne sait plus puiser à cette source ; il s'est déconnecté de sa nature profonde et ne sait plus que rechercher cette énergie chez ses congénères. La quasi-totalité des relationnels entre humains est une tentative, le plus souvent inconsciente, de capter l'énergie de l'Autre : captages d'attention, séductions, dominations, rapports de force, asservissements...

Devant cette dégénérescence de l'humanité, la seule solution pour l'être humain est d'ouvrir sa conscience, se reconnecter à sa nature profonde, réapprendre à puiser l'énergie à la source... et pour cela, maîtriser l'ego jusqu'à s'en libérer.

\* \*

*« La réalité ultime est la seule réalité qui soit universellement et intemporellement réelle »*

En fait, les notions-mêmes d'universel et de temporel ou intemporel sont vides de sens dans la réalité ultime où le temps et l'espace n'existent pas au sens où l'être humain terrestre l'entend ordinairement.

*« Contrairement aux réalités illusoires telles que notre réalité ordinaire d'être humain terrestre dont la réalité est relative à nos modes de perception et de conception limités »*

La réalité ordinaire de l'être humain n'existe que par la perception/conception que l'être humain peut en avoir avec ses cinq sens limités et l'extrême limitation de son mental.

Par exemple, l'être humain ne voit pas l'infrarouge et l'ultraviolet, n'entend pas les ultrasons... a contrario de certaines espèces animales ; est-ce parce qu'il ne les perçoit pas qu'ils n'existent pas ?

Avant Copernic et Galilée, la Terre était-elle plate puis est devenue tout à coup sphérique ? Pourtant telle était alors la croyance de l'être humain.

La conscience de l'être humain est comme une antenne parabolique capable de capter tout un faisceau d'informations provenant de la Source. Si une très grande part de la Connaissance nous reste à jamais mystérieuse, un faisceau de cette Connaissance nous est dédié, un peu comme si sur la bande FM de la Vie, l'être humain pouvait capter les fréquences entre 90 et 102 MHz (par exemple) alors que telle autre espèce vivante pouvait capter le faisceau 88 / 89 MHz, une autre 99 / 105 MHz etc... Le problème est que l'ego a réduit le champ de cette parabole, figé la conscience de l'être humain, sur une fréquence ultra-réduite et fixe (par exemple, 96 MHz) où il ne peut percevoir que, par exemple, certains sons et certaines couleurs, et surtout uniquement penser rationnel, raisonner mental et croire en un système de croyances étriquées et le plus souvent erronées qu'il s'ingénie à auto-entretenir et reproduire de générations en générations par des conditionnements qui sont autant de barreaux de sa prison. Exceptionnellement, la parabole s'ouvre, parfois un peu et alors le plus souvent l'être humain ré-enfoui au plus vite au plus profond de son inconscient

ce qu'il vient de percevoir et qui ne correspond pas à son système de référencements et de croyances ordinaire ; parfois beaucoup, c'est souvent le cas la nuit durant notre sommeil, ou bien lors de chocs émotionnels particulièrement forts, et alors il arrive que quelques-uns commencent à entrevoir un bout de la réalité ultime ou une de ses manifestations non-ordinaires ou simplement un autre plan de réalité « illusoire », c'est-à-dire relative, relative par exemple à une autre fréquence captée par la conscience, souvent la réalité ordinaire d'autres êtres qui vivent plus ou moins en parallèle de notre monde ordinaire.

*« L'être humain actuel ne sait quasiment utiliser que ses seuls cinq sens ordinaires et son mental est construit par l'ego qui a réduit et figé son champ de conscience à sa plus simpliste expression, ego auquel l'être humain a fini par s'identifier). »*

L'être humain croit que ce qu'il pense sont ses pensées. En fait, ce ne sont jamais ses pensées. L'être humain dans son état originel ne produit aucune pensée ; il est



traversé par la Connaissance ; ces informations captées par sa conscience peuvent ressembler à « ses pensées » ; simplement, son « âme » particulière colore de façon singulière ces informations, ce qui pourrait laisser croire que ces « pensées » lui appartiennent.

Mais comme il est sans cesse sous l'influence de l'ego qui lui insuffle ses propres pensées, ce que l'être humain pense sont quasiment toujours les pensées de l'ego. Le conditionnement est tellement ancré dans l'humanité que l'être humain a fini par croire que ce qu'il pense sont ses pensées alors que ce sont celles de l'ego, qui le manipule. L'être humain a fini par totalement s'identifier à sa personnalité égotique (alors que « je est un autre ») ; et cette identification se retrouve dans tous les processus identitaires (et, par voie de conséquence, dans les processus sécuritaires), des plus anodins aux plus pernicioseux, tous porteurs plus ou moins de sentiments et notions de séparation, d'étranger, de compétition, de confrontation, d'opposition... et de violences.

*« Le réel de la réalité ultime peut se résumer à : « tout est énergie ». C'est l'énergie universelle, qui émane de la source de vie (que certains, par exemple, appellent Dieu, sans toujours bien concevoir ce qu'il est, et que d'autres appellent autrement..., et peu importe) »*

Vous pensiez encore que Dieu était ce patriarche à la longue barbe blanche ? Ou du moins vous avez encore cette tendance anthropomorphique à le concevoir comme un être humain ? Parce qu'il nous a fait à son image ? Son image n'est pas l'enveloppe corporelle de l'homme. Dieu n'est même pas une entité au sens où nous l'entendons ordinairement. C'est la source de vie ; elle pourrait donc être localisable ; alors que Dieu est partout, en chaque point de l'univers, en chaque être vivant, dans chaque conscience ; la conscience christique des chrétiens, l'état de bouddha des bouddhistes, le tao de Lao Tseu, l'Aigle des toltèques... C'est la source de l'énergie et à la fois toute l'énergie elle-même, partout en même temps. Un peu comme nous pourrions le dire de l'eau qui est sur la terre, dans la terre, dans l'atmosphère, en

chacun de nous... toujours la même molécule H<sub>2</sub>O prenant des formes différentes...

*« Émanant de la source, c'est cette énergie qui porte potentiellement la vie ; elle est parfois porteuse de conscience. Le seul but de la vie est la vie ; plus précisément, son seul but est de se pérenniser en s'enrichissant ; aussi, le seul but de tout être vivant doté de conscience est de manifester la vie en enrichissant sa conscience ; cette vie, cette conscience, enrichie ou non, revient, le moment venu, à la source, bouclant ainsi le cycle naturel qui se poursuit incessamment »*

Si vous pensez encore que le but de la vie est d'amasser de l'argent et des biens matériels, de monter dans « l'échelle sociale »... vous avez du souci à vous faire quant au moment d'accueillir votre mort. Et même si vous pensez que le but est d'être sage et gentil avec tout le monde et bâtir une maison écologique, il vous manque encore beaucoup de subtilités pour la survie de votre conscience.

*« Exceptionnellement, un être humain ayant suffisamment enrichi sa conscience et préservé une énergie suffisante pour créer une sorte de double de soi peut laisser revenir à la Source une part de lui-même tout en préservant une intégrité devenant « éternelle » ; ce que Jésus est venu nous dire est que cet exceptionnel peut être la « normalité » de chaque être humain s'il sait retrouver sa conscience christique. »*

Et si vous n'êtes pas « chrétien » ou sensible à l'enseignement christique, peu importe les mots que vous mettrez sur ces mêmes choses, l'essentiel est dans la sincérité et la persévérance de votre intention et de vos actes pour appliquer cette intention.

*« Cette énergie se manifeste de bien des façons, plus ou moins denses ou subtiles, comme, par exemple, la matière, ses manifestations dépendant notamment de nos modes de perception et conception. »*

*« Tout est énergie et n'existe que l'énergie, manifestée de diverses façons mais toujours une. Ses aspects sont*

*multiples ; trois intéressent plus particulièrement l'être humain : la force (de vie), l'information, l'amour (sachant que les mots ne sont que des approximations). »*

Ainsi, par exemple, tous nos rapports au monde et particulièrement tout notre relationnel, ne sont qu'une affaire d'énergie, le plus souvent une lutte pour l'énergie ; lorsque vous cherchez le sens des évènements, notamment relationnels, qui vous arrivent et que vous demeurez dans un flou, il vous suffit de revenir à cette base, à la traduction de ces évènements en terme d'énergie, pour sortir de ce flou.

*« Pour ce qui est de l'information, non seulement l'énergie universelle est souvent porteuse de conscience mais elle est toujours porteuse d'information, de Connaissance. Une grande part de cette Connaissance est inaccessible à l'être humain qui ne peut qu'avoir une totale humilité devant cet immense mystère. Et une part de cette connaissance nous est donnée en permanence, l'information circule autour de nous, en nous, il nous*

*suffit de savoir la capter et l'entendre, la voir, la sentir ; une véritable intuition la reçoit et la conçoit comme une évidence, souvent inexprimable avec nos mots ordinaires et pourtant très claire en soi. »*

Cette Connaissance nous parvient par vagues, de façon de plus en plus subtile, afin que nous puissions intégrer ces subtilités (de plus en plus subtiles) selon le degré de clarté de ce qui a été intégré auparavant. Plus exactement, notre intuition perçoit au fil du temps des degrés de subtilités de la Connaissance parce que les précédents degrés de connaissance sont devenus suffisamment clairs en soi. Le processus est progressif mais l'arrivée de ces « vagues » ne l'est pas ; les prises de conscience sont subites ; les subtilités de connaissance apparaissent comme des flashes instantanés, comme des évidences, évidences qu'il est difficile d'expliquer en mots mais que nous voyons très clairement ; à partir d'un certain degré de subtilités, les mots nous apparaissent vides, deviennent stériles, inopérants pour pouvoir les communiquer à d'autres, d'où le recours aux approximations, et la nécessité pour

chacun de faire l'expérience personnelle directe de cette Connaissance. De même, à un certain degré de subtilités, la « compréhension » de ce qui nous parvient peut nous apparaître très différente, voire contradictoire, avec ce qui avait été perçu plusieurs « vagues » en arrière, ce qui peut-être très déroutant ; d'une part, c'est un peu comme une illusion d'optique ; en se rapprochant d'une Vérité, nous pouvons avoir l'impression qu'avant nous voyions tout autre chose alors que ce n'était tout simplement que plus grossier et notre compréhension d'alors était encore trop parasitée par l'ego. D'autre part, une véritable démarche d'évolution de conscience nous fait vivre une telle succession de phases où nous voyons des pans entiers de notre système de croyances/références s'effondrer que nous finissons par accepter de mieux en mieux ces sensations de déroutement.

Contrairement au savoir intellectuel qui est traité par notre mental, la Connaissance l'est par ce que nous appelons familièrement l'intuition, en fonction de ce que l'ouverture de notre conscience est en

capacité de capter. Là nous ne voyons pas avec nos yeux, nous n'entendons pas avec nos oreilles, nous ne comprenons pas avec notre cerveau ; nous percevons/concevons avec notre intuition, qui se situe au niveau du cœur (pas le muscle, plutôt ce que l'hindouisme appelle le chakra du cœur) ; la conscience, notre équipement de réception, se situe en périphérie arrière de notre corps global, au niveau du chakra du cœur.

*« Quant à l'amour, il ne s'agit en rien de ce que les êtres humains appellent habituellement ainsi et qui n'est qu'attirances névrotiques et mélange de désirs, peurs, instinct de prédation. C'est un amour inconditionnel, neutre (à paraître froid aux yeux de beaucoup), l'amour du « Dieu est Amour ». »*

*« Enfin, la force de vie, qui nous est délivrée gracieusement et abondamment, par Amour. Mais l'être humain aliéné par l'ego ne sait plus puiser à cette source ; il s'est déconnecté de sa nature profonde et ne sait plus que rechercher cette énergie chez ses congénères. La quasi-totalité des relationnels entre humains est une*



*tentative, le plus souvent inconsciente, de capter l'énergie de l'autre : captages d'attention, séductions, dominations, rapports de force, asservissements... »*

Contrairement à la croyance largement répandue (mais c'est là encore l'intérêt de l'ego d'insuffler cette croyance), l'être humain n'est pas un être social. A son état originel, l'être humain est un élément d'un tout, autonome et indépendant. Ce Tout peut-être appelé vie, univers etc..., peu importe ; notre conscience, même totalement ouverte, ne peut appréhender ce qu'il est réellement. L'autonomie et l'indépendance de l'être humain originel sont subtiles à concevoir. Imaginons une toile, un peu comme une toile d'araignée, qui serait le Tout, elle est tissée de fils qui se croisent et s'entrecroisent de telle manière qu'en chaque point de la toile peut être ressentie la vibration du moindre mouvement manifesté en un point quelconque de celle-ci ; chaque être humain, comme chaque être vivant, se trouve à l'un des points de cette toile, carrefour de deux fils se croisant.

Évidemment, tout ceci est une image approximative de la réalité.

A chacun de ces points où se trouve un être humain, l'être humain est indépendant de tous les autres, tout en étant relié à tous ; plus exactement, ce qui fait la différence, c'est la conscience qu'il a de l'existence de tous les autres et que chaque autre joue sa note particulière dans l'immense partition du Tout ; mais il n'a nul besoin d'être dans une relation « sociale » aux autres, même à quelques autres seulement (même à ceux apparemment proches de son « carrefour de fils », d'autant que cette proximité est virtuelle). Il joue sa note, il joue son rôle, en ayant pleine conscience du reste du Tout. Et pour jouer son rôle, sa note, il a simplement à s'abandonner à la Connaissance, à l'information qui lui est donnée en permanence, information portée par l'énergie qui circule en permanence dans l'univers (il ne s'agit pas exactement de l'univers au sens matériel, scientifique, habituel). En fait, l'être humain est un peu comme un tuyau, un canal où circule cette énergie. Tant que l'énergie y circule fluidement, tout va bien, la note juste est

jouée ; et si tous les éléments jouent leur note juste, la partition est harmonieusement jouée. Lorsque la circulation de l'énergie est moins fluide, voire bloquée, des dysfonctionnements surviennent. Par exemple, le parasitage de l'ego aliénant une partie de l'esprit de l'être humain crée un dysfonctionnement (de très nombreux dysfonctionnements, en fait) dans ses comportements, pensées, paroles, actes ; ces « désordres » au niveau de l'esprit finissent souvent, en se répandant des couches les plus subtiles (esprit) vers les plus denses (physique) de l'être humain, par créer plus ou moins rapidement/lentement malaises et maladies. Ces dysfonctionnements et leurs conséquences (malaises, maladies), et plus exactement l'émotionnel qui y est lié, servent en quelque sorte de nourriture énergétique à l'ego. Son intérêt est donc d'insuffler ces dysfonctionnements. Et la croyance du besoin « social » en est l'un des moyens.

Ceci apparaît assez flagrant quant aux relations affectives ; mais ce sont bien toutes les relations sociales s'écartant du « rôle de jouer la seule note juste » qui sont

erronées, et plus exactement l'intention que nous mettons (le plus souvent inconsciemment) dans le ressenti de ce besoin et ses manifestations concrètes (pensées, paroles, actes que nous manifestons dans ces relations interpersonnelles qui n'ont pas lieu d'être ou, du moins, de la façon dont nous les manifestons la plupart du temps). Ces relations interpersonnelles ne sont quasiment jamais intentionnées par les raisons que nous exprimons habituellement à leur sujet.

Par exemple, l'altruisme n'existe pas. Quasiment toutes les relations d'aide sont générées par des motivations égotiques.

Croyez-vous que l'éducation soit une valeur, que les systèmes éducatifs aient réellement un but de réalisation/épanouissement de l'individu, que les enfants aient réellement besoin d'apprendre tout ce qu'on veut leur enseigner, qu'ils aient réellement besoin d'entrer en maternelle très tôt pour être socialisés ? La socialisation est une des premières manifestations du processus de

conditionnement, de domestication de l'être humain, de son asservissement.

Vous avez une vision angélique des enfants ? Alors prenez conscience que c'est une « âme » adulte qui habite chacun d'eux et vous les regarderez désormais autrement.

Vous croyez que votre façon d'aimer, c'est réellement de l'amour ? Posez-vous les questions sur le degré de respect de l'Autre que vous y mettez, sur les intérêts que vous avez à entretenir la relation, sur l'origine de la souffrance qui s'y ressent parfois.

Dans la nature première de l'être humain est la solitude. Notre impact sur l'Autre ne peut être que sobre, frugal, très limité. Là aussi, être dans l'essentiel.

Une expression (et idée reçue) illustre bien la situation : le lien social, créer du lien social... Attention, danger !

L'excès de social est une plaie de l'humanité et nous devons être très vigilant par rapport à tout ce qui se dit ou se veut

« social » (ceci n'est pas une porte ouverte au « libéralisme »). Il suffit juste de reprendre conscience de notre juste place dans la toile, et du seul petit rôle que nous avons à y jouer.

*« Devant cette dégénérescence de l'humanité, la seule solution pour l'être humain est d'ouvrir sa conscience, se reconnecter à sa nature profonde, réapprendre à puiser l'énergie à la source... et pour cela, maîtriser l'ego jusqu'à s'en libérer. »*

\* \* \*

Pour aller au bout du bout :

Nous n'existons pas.

Nous ne sommes que des « tuyaux ». Mise à part l'emprise de l'ego, notre sentiment (illusoire) d'exister ne vient que de la présence à travers nous du souffle de la Source de vie. Dieu est le seul « être » à exister réellement. Nous sommes chacun comme une cellule de son immense corps. Imaginez que les cellules de votre corps

décident qu'elles existent par elles-mêmes, qu'elles peuvent faire ce qu'elles veulent, même (et surtout) tout sauf ce pour quoi elles sont programmées, même quelques cellules seulement ; ça dégénère, parfois en cancer, parfois généralisé ; vous continueriez alors à éprouver un amour miséricordieux pour vos cellules ?

Vous voulez être constructif ou destructeur ?

## **l'âme**

L'âme n'existe pas... comme, notamment, les catholiques l'imaginent. Elle n'est pas une entité particulière de l'être, elle ne pèse pas 21 grammes comme certains le suggèrent. De même que le cœur n'est pas le muscle cardiaque.

Je le rappelle, nous ne sommes que des tuyaux. C'est une image, bien sûr, mais plutôt très réaliste. Et si le fait d'exprimer cette image a une allure de provocation, c'est bien pour induire en vous l'humilité nécessaire à accepter cette réalité : l'être humain est un tuyau. D'ailleurs les (pseudo)spiritualistes vous diront : « pas un tuyau, un canal » ; ils sont si fiers de « canaliser l'au-delà ». Parce qu'en effet, l'être humain possède potentiellement cette capacité à percevoir la réalité ultime, l'information provenant de l'infini. Le tuyau que nous sommes existe pour être traversé par le souffle de l'Esprit. Le cœur



est cet espace en nous relié à l'équipement perceptif doué de conscience.

En reprenant l'image du tuyau, l'âme en est la paroi interne, d'une couleur particulière pour chacun, et le cœur est cet espace que le vulgaire dirait vide et qui est le cœur-même du tuyau, celui qui peut être rempli de l'Infini, empli de l'énergie de l'infini (la force vitale universelle), empli de l'Amour de l'Infini (cet aspect très particulier de l'énergie universelle et qui a si peu à voir avec ce que le vulgaire appelle amour), empli de la Connaissance, c'est-à-dire l'information sur la Vérité de la réalité ultime, la véritable réalité, le « entendable » à l'entendement humain pour peu que l'être humain ait appris à se servir de son équipement perceptif et ouvert sa conscience. Le tuyau n'est pas vide, il est plein, un plein fluide, d'air comme le souffle de l'Esprit et d'eau comme les eaux vives de Christ. Nous n'avons qu'à nous laisser traverser pour être emplis d'énergie, d'amour, de connaissance. Notre âme leur donne sa couleur particulière pour que, sur le tableau de l'humanité, toutes les couleurs se mélangent en une pure lueur blanche, un

tableau blanc, et même transparent ; quelle humilité faut-il pour accepter être transparent lorsque tout un chacun cherche à briller sur l'avant-scène ! Nous n'avons qu'à nous laisser traverser par l'Infini et apporter notre couleur particulière, là est le seul sens de notre existence. Au lieu de cela l'être humain ne peut s'empêcher de se croire ce qu'il n'est pas, et il cherche sans cesse à dominer l'Autre au lieu de se contenter de son petit rôle de coloriste. Comment en est-il arrivé là ?

L'être humain s'est laissé remplir par l'ego ; il a laissé l'ego emplir son cœur. L'Amour n'y passe plus et l'homme s'illusionne de désirs et d'élans amoureux sans comprendre ce qui se trame en-dessous. La Connaissance n'y passe plus et il a fini par croire dur comme fer à ce que lui raconte la petite voix de l'ego. L'Énergie n'y passe plus et il va chercher sa force vitale par le vol du peu de force que les uns ou les autres ont réussi à puiser à la Nature ou bien, beaucoup plus rare, en tentant au prix d'efforts douloureux d'éjecter même très partiellement le bouchon égotique ; c'est ainsi que naissent

tous les comportements de domination, de confrontation, de violence.

Chez beaucoup, l'ego a tant rempli le tuyau que le cœur est sombre et que l'âme, livide, a été asphyxiée.

L'âme ne pèse pas 21 grammes mais des tonnes de souffrance quand le cœur n'est plus qu'ego.

## **se libérer de l'ego**

Devenir soi, le soi réel, cet être complet ;  
se libérer de l'ego.

Inutile de passer en force. Toute pratique, toute stratégie, toute attitude relevant de la confrontation n'est que jeu de l'ego. L'énergie de ce combat ne viendrait que renforcer l'ego lui-même.

Ce n'est qu'une question de conscience, de prise de conscience, d'ouverture de conscience. La seule voie est celle de l'intention puis de l'observation, une observation neutre et profonde de ce qui est et passe en soi, profonde par une attention soutenue.

Devant la situation souffrante, dans l'instant, vous émettez en vous l'intention de voir ce qu'est cette souffrance, ce qui se cache derrière la peur, le désir, la pulsion, l'émotion qui génère cette souffrance. Puis vous observez en vous, en focalisant votre

regard intérieur sur cette souffrance, sur la peur ou l'émotion ou la pulsion ou le désir qui est venu créer cette souffrance. C'est une observation douce, comme détachée, mais focalisée et soutenue. C'est une observation en continu, sans forcer ; si votre mental reprend le dessus ne serait-ce qu'une fraction de seconde, inutile de tenter de reprendre le fil de l'observation, celle-ci ne serait plus que sur le souvenir du point que vous observiez une fraction de seconde plus tôt, une éternité plus tôt. C'est une observation silencieuse ; il n'y a aucune analyse, aucun discours en vous sur ce qui est observé.

Et alors vous voyez la peur, le désir, la pulsion, l'émotion se diluer jusqu'à disparaître. Vous prenez conscience que tout cela n'était qu'une illusion, une illusion qui opérait en vous parce que vous y croyiez. En cet instant vous avez regardé l'ego « les yeux dans les yeux » ; mais sans aucune animosité. Il se sait alors démasqué et passe son chemin.

La confrontation l'aurait renforcé. Le fait d'être démasqué sans violence l'éloigne sans dommage. Et un jour, lorsqu'il saura

qu'il n'a plus aucune prise sur vous, il s'éloignera définitivement.

Dans ce laps de temps, vous aurez peut-être besoin de « tenir le coup ». Il n'est alors pas incompatible de recourir alternativement, selon votre capacité du moment à vivre pleinement l'observation neutre, à une pratique certes encore mentale mais pouvant être vécue en pleine conscience. Puisqu'il nous faut sortir du conditionnement égotique, de la structure mentale construite sous l'influence de l'ego, cette pratique consiste à la remplacer par une autre structure nous rendant la vie plus vivable et nous approchant de la juste position. Il s'agit-là, en prenant conscience en nous d'un dysfonctionnement reconnu comme tel, de le remplacer dans l'instant par un fonctionnement ordinaire positif ; à l'origine, une tournure d'esprit positive nous remettant « dans le bon sens » et stoppant la fuite d'énergie qui était en train de s'opérer dans la réalisation du dysfonctionnement. C'est une pratique d'ordre volontaire, ayant donc une portée limitée mais immédiatement profitable. C'est seulement une « autre syntaxe »,

aurait dit Castaneda. La libération, la complétude, ne se trouve que dans la connaissance directe, par l'observation neutre.

## **vivre autrement**

Le sens de notre vie est de re(devenir) soi-même. Cependant, il nous est possible de donner à ce cheminement individuel une dimension collective en tentant de créer une communauté d'êtres véritablement dans cette démarche.

Ainsi, nous sommes de plus en plus nombreux à nous interroger sur la valeur du mode de vie qui nous a été transmis depuis notre naissance, depuis des générations, et à ressentir l'envie, le besoin, de vivre plus sainement.

La transition vers un mode de vie plus juste, plus sain, nous semble le plus souvent tellement compliquée que nous finissons par ne rien faire ou bien seulement essayer d'aménager quelque chose qui nous paraisse suffisamment confortable ; et ce compromis finit toujours, à un moment, par ne plus nous satisfaire.



Le changement nécessaire pour se retrouver pleinement soi-même devrait être tellement radical qu'il ne peut qu'effrayer au premier abord, a fortiori en l'appréhendant seul.

Il nous est toujours possible de nous faire accompagner, au moins un temps, au début, dans notre propre évolution personnelle.

Il est aussi possible, simultanément, de se regrouper pour proposer d'autres façons de vivre ensemble. Depuis longtemps déjà, de nombreuses expériences de vie communautaire, très diverses, ont vu le jour ; certaines perdurent. A chacun de trouver celle qui lui convient.

## **le village 9**

L'intention de ce projet d'écohamneau est de construire et faire l'expérience d'un nouveau mode de vie plus juste, plus sain, pour l'être humain et par voie de conséquence pour son environnement.

Il s'agit notamment de privilégier l'aspect humain du projet à son aspect « écologie » technique.

Il appelle donc plutôt celles et ceux qui ont conscience que c'est l'évolution individuelle de chacun qui crée l'évolution de la communauté et que tous les autres aspects, y compris écologique, en découlent naturellement.

Ce « nouveau » mode de vie sera une alternative au mode sociétal, socio-économique, communautaire qui s'est mondialisé durant les dernières décennies en montrant ses limites, l'erreur sur laquelle il était basé et ses conséquences désastreuses sur la vie.

L'écohameau en lui-même, qui serait avant tout une communauté de vie, serait à dimension humaine, une vingtaine de personnes tout au plus, dans l'esprit d'une humanité construite à terme comme un immense maillage de petites communautés, maillage d'écohameaux en réseau. L'écohameau vivrait autant que possible en auto-subsistance tout en ayant conscience

de l'existence du réseau et des possibilités d'entraide qu'il peut offrir. Le lieu de vie de la communauté serait l'occasion d'en rapprocher, au fil des opportunités, les activités « professionnelles ». Dans la période de transition, il pourrait être envisageable que la communauté soit sur des lieux de vie différents et suffisamment proches (exemple : maxi ¼ d'heure de transport, à vélo).

Ce lieu pourrait être dans le vignoble nantais ; ceci restant totalement ouvert à ce qui se présenterait de plus juste. Les critères prioritaires à prendre en compte sont ceux pouvant répondre aux principaux défis de demain : accès à l'eau potable, altitude suffisamment élevée par rapport aux risques désormais importants d'inondation, protection aux vents.

Dans le cadre légal actuel, l'écohaméau serait ouvert aux locataires, restant à trouver la structure juridique et/ou les bailleurs le permettant ; plus globalement, à terme, l'esprit « locataire sur cette Terre » serait privilégié à l'esprit de propriété.

Sur la forme que pourrait prendre cet écohomeau, tout étant à construire :

- Des résidences privatives qui préserveraient l'individualité de chacun, le besoin d'indépendance, de ressourcement intime. Ainsi, par exemple, la proximité (promiscuité) des habitations ne devraient pas être la règle absolue, même si la mitoyenneté peut être techniquement une source d'économie d'énergie, l'aspect humain primant sur les aspects techniques.

Les "jardins" privatifs pourraient être très réduits dans la mesure où il y aurait un vaste espace "vert" commun où chacun puisse exprimer sa créativité et répondre à ses besoins, y compris dans des temps de solitude respectés.

Autant que possible, participation de chacun aux auto-constructions totales ou partielles, des éléments mutualisés bien sûr mais aussi des bâtis individuels, selon les compétences et les moyens (physiques, temporels..) de chacun.

- Liberté d'activités (de "loisirs") dans le respect de celle des autres.

Une partie suffisante de l'espace "vert" commun réservé au potager collectif des membres de l'écohameau.

Liberté des activités professionnelles de chacun, y compris celles développées au sein ou à proximité de l'écohameau, en fonction de l'avis de la communauté, le consensus devant être recherché sans qu'il puisse être totalement censurant. C'est là, probablement, un point crucial de tensions possibles mais ainsi d'avancée personnelle de chacun.

Les compétences de chacun devraient, à l'intérieur de la communauté, se donner gracieusement dans un esprit de solidarité - ou d'échange, partage, comme dans un SEL, peut-être.

Il y aura probablement besoin de mettre en place une instance communautaire de débat et de décision mais qui ne soit pas une copie, même très éloignée, de ce qui existe

aujourd'hui même parmi celles qui semblent justes.

Partage, au maximum, de biens matériels.

Partage de temps, pour la solidarité (covoiturage pour des déplacements communs, garde d'enfants, travaux etc...), pour des "loisirs"...

Partage, échange des compétences de chacun.

Mise en place d'une sorte de SEL, peut-être, tout en ayant conscience qu'il sera essentiel de ne pas reproduire, même sous une autre forme, ce qui fait que le système socioéconomique actuel est en train de s'effondrer. Être "innovant".

Partage avec d'autres écohameaux ; le mode de vie qui est en train de remplacer celui qui est en train de disparaître devrait être plus naturel : un immense réseau d'écohameaux à taille humaine, une dimension de communautés d'une vingtaine de personnes permettant un vivre ensemble viable s'il est bien dans un esprit de respect,

défait des besoins de pouvoir, domination..., autonome tout en étant conscient d'être un élément parmi d'autres dans ce réseau de communautés permettant là aussi les solidarités qui se révéleraient utiles.

Partage, dans la phase de transition, avec les populations et autorités du monde "ordinaire", tout en étant bien conscient des limites (nombreuses et conséquentes) et risques dus aux divergences d'état d'esprit et "d'intérêts" des uns et des autres. Les valeurs et l'esprit de l'écohamneau devraient être à privilégier afin que les concessions (temporaires) ne deviennent pas des compromissions.

## Postambule

Il est une idée reçue très répandue, celle d'avoir à devenir un modèle pour les autres, ceci comme témoin de notre avancée spirituelle. C'est une idée fausse. Si ceci peut avoir une certaine forme de véracité dans les premières années de votre démarche, lorsque l'effet miroir et le phénomène de projection sont encore très présents en vous et dans votre relation aux autres, il arrive un moment où continuer à croire à cette idée de devoir être un modèle va au contraire vous freiner puis vous bloquer dans votre avancée. Ce moment, vous ne le sentirez pas venir tout de suite mais il finira par devenir évident. Il sera alors temps de lâcher cette idée fausse qui vous aura été utile à une époque ancienne.

Ne cherchez plus à être un modèle d'évolution humaine. L'être humain ne peut voir et entendre que ce que son degré de conscience du moment lui permet de voir et d'entendre. Si ce que vous êtes devenu est trop éloigné de ce qu'il peut percevoir, il ne vous verra pas tel que vous êtes. A fortiori si c'est un proche de longue date car vient



alors s'ajouter à cela ce fonctionnement habituel de l'ego à travers l'être humain de fixer très rapidement, très tôt, une image de l'Autre ; dans votre cas, cette image, fixée très anciennement, ne vous correspond alors plus lorsque vous avancez à grands pas.

Ainsi cherchez seulement à être et à faire ce qui vous semble juste pour vous, tant que vous êtes dans une intention véritable de devenir vous-même, d'aller vers la totalité de vous-même. Ne prenez plus en compte les jugements des autres. Vous avez maintenant acquis des repères évidents de votre avancée, d'étapes qui ont jalonné votre avancée, d'évènements qui vous assurent de la valeur de votre quête, de la force de votre intention de ce vers quoi vous allez. Et vous en aurez de plus en plus besoin face à la violence de ce qui vous attend. Car non seulement de plus en plus d'êtres ne peuvent plus vous percevoir mais ils sentent, même très confusément, que vous ne faites plus suffisamment partie de leur monde, que vous ne jouez plus assez leur jeu, le jeu de l'ego, et vous vivez alors de plus en plus le rejet et la trahison, vous allez de plus en plus vers l'isolement et la solitude, vers la souffrance, alors même que

vous croyez peut-être encore que votre avancée était censée donner une image de paix et de sérénité.

Comment sont morts Jésus, Gandhi, Martin Luther King... ? Comment furent les derniers temps de St Jean de la Croix ? Marie ne dit-elle pas à Bernadette Soubirous que ce n'est pas en ce monde qu'elle sera heureuse ? etc...etc...

Cette souffrance est le moteur de votre avancée, cet isolement vous offre les conditions idéales pour la réaliser ; ce sentiment de solitude qui, au début, est débilitant est à apprivoiser pour devenir une force que ne connaîtront jamais ceux qui sont encore dans l'addiction à l'Autre. Acceptez ce qui est une base de la condition humaine, la solitude. Vous êtes seul face à la vie comme vous êtes seul face à la mort.

Lâchez les images d'Épinal des pseudos livres et enseignements de sagesse ! Au fur et à mesure que votre démarche devient du travail d'orfèvre sur des subtilités de l'esprit de plus en plus subtiles dans ce long travail de reformatage de l'esprit, vous constatez que ça se passe de plus en plus « que en vous ». Ne vous préoccupez plus

du comment ça se manifeste à l'extérieur. A ce stade, l'extérieur n'est vraiment plus que le terrain d'expérimentations et d'opportunités de ce que vous travaillez en vous de façon désormais incessante, réajustant en permanence tel ou tel tout petit aspect de l'esprit. N'attendez pas que chacun de ces ajustements porte ses fruits immédiatement ; c'est là aussi une autre idée fausse largement répandue, croire qu'un juste état d'esprit se manifeste immédiatement à l'extérieur, aux yeux de tous ajoutent certains ; vision très romantique, assurément ; irréaliste ; nous n'avons aucune maîtrise sur le temps, qui de plus, vous le savez, n'est qu'une illusion à notre perception ordinaire ; avec suffisamment d'humilité nous concevons que nous ne pouvons pas savoir à l'avance quand se manifestera extérieurement, ni de quelle manière, les justesses de nos ajustements ; cela arrivera lorsque une cohérence s'installera entre de multiples ajustements apparemment très disparates à nos yeux, et probablement uniquement si cette manifestation prend un sens, à un instant donné, pour notre évolution ou pour celle d'un Autre.

Alors que la plupart pense que cette vie terrestre, cette incarnation, est une fin en soi et que réussir sa vie c'est réussir cette vie terrestre en y trouvant le bonheur, la gloire, la fortune..., la réalité réelle est que cette vie n'est qu'une phase transitoire, un champ d'expérimentation pour l'après ; réussir sa vie c'est, en quelque sorte, réussir sa mort, c'est-à-dire le passage dans la dimension globale de la vie.

Le sens de la vie pour l'être humain originel est de vivre les choses sur le plan sensible, de faire l'expérience sensible de la vie, et à travers cela enrichir sa conscience. Pour l'être humain aliéné par l'ego, ce qui est notre cas à tous, ce n'est pas que cela lui soit impossible mais la domination de l'ego est telle que quasiment toute son énergie peut être monopolisée par ce combat de libération. Le sens de la vie devient donc cette démarche de libération. Cependant, cette démarche n'est pas incompatible avec le vécu sensible, si tant est que sa conception soit juste. Ainsi, par exemple, vivre la vie de façon sensible n'a rien à voir avec ce qui est familièrement appelé être « bon vivant » ; la confusion est très

répandue. Le vécu sensible est de l'ordre d'une sorte de sentiment de joie qui n'est pas du contentement, une sorte de joie irrationnelle, une sorte de jouissance des formes de la vie qui s'éprouve au niveau du cœur.

Cette phase transitoire qu'est notre vie terrestre est notre seule occasion de pouvoir changer quelque chose à ce que nous sommes, c'est à dire à notre personnalité égotique ; c'est notre seule opportunité d'agir cette démarche de libération. Après la mort physique, il est trop tard ; tout se fige, nous ne pouvons plus agir. Lors du moment essentiel de notre vie, cette fraction de seconde qui précède la mort, où notre conscience s'ouvre totalement, la plupart prend enfin conscience, mais trop tard, que sa vie a été inutile, qu'il n'a pas voulu voir plus tôt ce pour quoi il était en vie et donc rien agi en ce sens. C'est une immense souffrance qui est alors ressentie, la dernière, mais éternelle puisqu'alors tout se fige et qu'il n'est plus possible d'y changer quoi que ce soit.

Un Certain était venu nous dire qu'au royaume des aveugles, les borgnes sont rois et qu'il est de la place pour tous dans la

Maison de son Père. Puissiez-vous avoir perdu votre cécité avant de revenir à la Maison.

Vivez utile.

Préambule	3
01. l'Infini	5
02. l'ego	9
03. manifestations ordinaires de l'ego (1)	12
04. son œuvre	14
05. numérologie	15
06. croissance	22
07. la vigilance	29
08. la genèse	31
09. sauver la planète	37
10. identité – identification	39
11. je est un autre	44
12. manifestations ordinaires de l'ego (2)	45
13. évolution(s)	47
14. vivre sur Terre	52
15. être impeccable	57
16. c'est allé trop vite	61
17. la force de la faiblesse	65
18. manifestations ordinaires de l'ego (3)	67
19. l'amour	70
20. énergie et éternité	75
21. les faits, rien que les faits !	77
22. maîtriser l'ego	84
23. chamanisme toltèque : l'incomplétude	86
24. chamanisme toltèque : l'incomplétude (2)	95
25. voter ?	99
26. l'acceptation	105
27. voyant et guerrier	111
28. un oiseau solitaire	115
29. la complétude	118
30. une vie	121
31. l'âme	144
32. se libérer de l'ego	148
33. vivre autrement	152
Postambule	160
Le secret ?	168
Dernier message	170

## **Le secret ?**

L'ego n'est pas une idée, une notion, un concept. L'ego est très concret.

Il vaudrait mieux dire les egos puisqu'il s'agit d'êtres vivants, d'une communauté d'êtres comme l'humanité est la communauté des êtres humains.

Cette expression, l'ego, n'est qu'une facilité de langage créant une passerelle plus accessible à tout un chacun pour désigner ceux qui, pour les gnostiques du début de l'ère chrétienne par exemple, étaient considérés comme des dieux subalternes - subalternes en rapport au Dieu véritable, celui de Christ, l'Infini - et considéré(s) comme le(s) dieu(x) créateur(s) de ce monde-ci, ce en quoi ils voyaient juste puisque c'est bien cette communauté d'êtres qui en limitant et fixant la conscience des humains crée cette réalité relativement illusoire qu'est notre monde ordinaire.



Dieux, oui, d'une certaine façon, du fait de leur puissance supérieure à la nôtre, lorsque nous nous laissons dominés par eux et restons ainsi contenus dans les limites qu'ils nous ont fixées. Et pourtant d'une puissance inférieure à celle présente dans le monde divin, monde qui nous demeure accessible dès lors que nous parvenons à exprimer pleinement l'étincelle divine qui est en nous, en nous libérant de l'ego.

Prenons pleinement conscience que nous n'avons pas affaire à une idée abstraite qui formerait ainsi une prison définitive mais à des êtres vivants, autres, dont il nous est possible de nous défaire. Cette conscience rend alors plus aisé non pas le combat contre l'ego puisqu'il est essentiel de ne pas être dans un rapport conflictuel mais notre acte de libération en détachant de nous tous les points d'accroche que l'ego, que ces êtres ont créés peu à peu en nous depuis notre venue au monde en aliénant notre esprit.

## **Dernier message**

Aux rares qui sont enfin dans la pleine conscience, dans la connaissance de la Connaissance, qui découvrent qu'ils sont toujours, en même temps, dans cette réalité physique, matérielle, où l'ego continue ses tentatives invasives – particulièrement par « les autres », ce qui nécessite désormais un mode de vie d'ermite – et qui ainsi se demandent quel peut être le sens de ce nouveau temps pour eux :

Seule la mort, physique, libère totalement et définitivement.

En attendant la mort, sans attente, ce laps de temps va vous faire vivre un peu plus chaque jour le rien, la transparence, le non-faire, l'être.

A bientôt dans le réel.

**Stelo MARINA**

# **Conversations avec X**

## SOMMAIRE

La quête spirituelle	173
Vivre utile	183
Le secret	189
La faille	198
La démarche	209
Le rien	230
Transmettre	236

## La quête spirituelle

X : Lors d'une conférence qu'il avait donné il y a quelques années, Eckart Tolle parlait de la démarche spirituelle telle qu'elle est menée par l'ego, lorsque nous laissons notre ego s'emparer aussi de cela, de ces démarches en « 12 étapes », et il disait un peu ironiquement que celui qui arrivait à la 13<sup>ème</sup> étape devenait le chef du groupe...

SM : Il avait raison de fustiger ironiquement ces méthodes, plus précisément le fait que beaucoup de gens se lancent dans une quête spirituelle sans se rendre compte que c'est leur ego qui, là aussi, mène la danse ; le plus néfaste c'est que la plupart continue pendant très longtemps, parfois toujours, sans en prendre conscience ; et certains, beaucoup trop, s'auto-proclament guide spirituel sans s'être jamais rendu compte qu'en fait ils n'ont jamais vraiment avancé, puisque commencer à avancer c'est commencer à avoir un peu de maîtrise sur son ego. Souvent, les gens ont l'impression

d'avancer alors qu'ils ne font que tourner en rond ; effectivement ils avancent, mais en rond, toujours autour de leur nombril.

X : C'est comme tous ceux qui après avoir fait une formation de ceci ou cela, thérapeute énergétique par exemple, certains osent même s'appeler psycho-énergéticien alors qu'ils n'ont aucun véritable savoir en psychologie et encore moins une véritable sensibilité pour la psychologie humaine, donc ils ont fait un stage durant une année à raison d'un week-end par mois ou quelque chose du même ordre, et ils s'auto-proclament thérapeute-énergéticien, une plaque devant la maison, quelques conférences... et le tour est joué. Et ce sont souvent ceux-là qui ont le plus de clientèle.

SM : Dans la masse, il y en a qui ont un vrai don, un talent de Dieu dirait Paulo Coelho. Ceux-là n'ont généralement pas besoin de faire une formation. Le don se révèle un jour et ils mettent ce talent divin au service des autres. Même s'ils n'ont pas fait un vrai travail sur leur ego, ils se mettent dans la position de serviteur de

l'Infini et j'observe que ce positionnement d'esprit leur apporte automatiquement, involontairement, une maîtrise au moins partielle de leur ego ; ils se positionnent sur une fréquence de conscience où l'énergie divine peut les traverser en prenant toute la place, ce qui n'en laisse plus pour l'ego ; cela fonctionne au moins tant qu'ils sont dans une expression désintéressée de leur don. C'est exactement comme quand l'amour-infini nous traverse.

X : Et la clientèle des auto-proclamés ?

SM : C'est la loi d'attraction - d'ailleurs souvent très mal comprise, nous en reparlerons plus loin - en l'occurrence, les egos attirent les egos ; ces clients ne viennent pas chercher une guérison mais une confortation de leur ego ; ce qui tombe très bien puisque c'est à peu près tout ce que peut leur apporter ce genre de thérapeute, parfois une sensation passagère de bien-être... Ce soi-disant thérapeute n'est allé dans cette démarche que pour conforter une image égotique ; même s'il a suivi un enseignement de valeur, il est peu probable qu'il puisse en transmettre la

valeur et son effet ; mais il en aura toutes les apparences ; une question d'image, toujours, pour lui comme pour le client.

Mais de nombreuses pratiques thérapeutiques peuvent s'exercer efficacement sans que le thérapeute ait déjà atteint une grande maîtrise de son ego. La réflexologie, par exemple ; d'autant qu'il est plus facile, moins impliquant, de se faire masser les pieds que de s'engager dans une démarche de profonde remise en question ; bien sûr cela ne se limite pas à un simple massage ; mais cette pratique, comme beaucoup d'autres, est comparable à la médecine traditionnelle en cela qu'elle ne traite que le symptôme et non la source ; le plus par rapport à la médecine allopathique c'est qu'elle traite sur des aspects méconnus de la médecine traditionnelle, ici les cristallisations d'énergie, ce qui peut avoir des effets bénéfiques beaucoup plus profonds et sans les effets secondaires de l'allopathie. Cependant, l'aspect néfaste de ce genre d'acte thérapeutique, c'est que, comme nous ne pouvons transmettre aux autres, au mieux, que le degré de qualité d'énergie que nous avons, ce thérapeute, en l'absence d'un travail suffisant sur son ego,



est encore lourd de ses fonctionnements excessivement égotiques, ses névroses notamment, et en même temps qu'il tente de transmettre l'effet-guérison de sa pratique, il transmet aussi une énergie encore sombre et pesante ; ce dont ne se rendront même pas compte les patients portant une énergie au moins aussi sombre et lourde, ce qui ne sera pas le cas des autres...

X : Nous avons l'air de critiquer, comme ça...

SM : Oui, ça en a toutes les apparences ; pour quelqu'un encore très soumis à son ego, donc encore beaucoup dans le jugement, nos propos vont paraître des critiques ; alors qu'en fait il n'y a aucun jugement sur les personnes ; ce ne sont que des observations neutres des personnalités égotiques ; il s'agit de montrer diverses facettes d'expression de l'ego. C'est se mettre dans la même position que lors d'une véritable quête spirituelle ; cela commence par prendre conscience qu'une part de nous-même nous regarde vivre, c'est la sentir légèrement en retrait de nous,

en train de nous observer, sans jugement, juste observer, l'observateur neutre. Au début c'est assez déstabilisant. Puis plus tard nous nous rendons compte que nous pouvons nous servir de cette part de nous-même ; c'est elle qui va pouvoir nous dire objectivement comment nous fonctionnons au quotidien, dans les moindres détails ; objectivement car elle le fait sans jugement ; et dans les moindres détails car elle le fait sans complaisance ; mais combien osent écouter cette partie de soi ?

X : Et cette quête en 12 étapes dont parlait Eckhart Tolle...

SM : J'imagine que Tolle voulait montrer le ridicule de l'ego qui voudrait laisser croire qu'une quête spirituelle peut se mener comme avec une méthode d'apprentissage de langue étrangère. Cependant, son approche réduit la dimension spirituelle de l'être humain à vivre l'instant présent ; et sur le plan de l'absolu il a raison ; et probablement nous pourrions, totalement libérés de l'ego, ne vivre que dans l'instant présent perpétuel. Sauf que nous vivons également sur le plan du relatif, dans la

réalité ordinaire, avec cet ego qui est là, très présent, très pesant ; et la démarche spirituelle - je n'apprécie pas spécialement cette expression mais par facilité de langage, en occident, je continue à l'employer - est une lutte incessante avec lui, avec des avancées et des régressions ; et pourtant, dans la durée, nous constatons bien qu'à certains moments nous franchissons des paliers, des caps où un acquis s'est intégré en profondeur, sans risque de retour au fonctionnement antérieur, ce qui ne veut pas dire qu'il n'y aura plus jamais retour des situations correspondantes ; je veux dire par là que quelque chose dans un dysfonctionnement intérieur s'est transformé, voire parfois la globalité du dysfonctionnement, ce qui veut dire que devant les mêmes situations, la façon de penser, parler, agir, aura changé définitivement ; pourtant, ces situations réapparaîtront, généralement à des moments où ne nous y attendrons pas, et nous aurons parfois l'impression de ne pas avoir avancé car les émotions anciennes réapparaîtront en même temps, parfois encore plus fortes ; tout simplement parce que notre ego aura réussi à générer tout cela en nous à un

moment inattendu ; l'occasion de prendre conscience de nos acquis ; le nouveau comportement, même s'il met alors un peu plus de temps que nous le voudrions, sous l'effet de surprise, se mettra automatiquement en place. Ces avancées se font par palier, parfois de petits paliers, parfois de plus grands ; dans cette lutte avec notre ego pour en acquérir sa maîtrise, nous avançons progressivement ; et ces paliers peuvent donner l'impression qu'il y a comme des étapes ; cependant, la pleine conscience nous fait nous rendre compte qu'elle est la réelle première étape, que tout commence réellement là, que tout ce que nous avons vécu auparavant dans la démarche n'était qu'une préparation ; et comme ce sera la seule, finalement il n'y en a pas.

X : Pour en revenir à ce que je rapportais d'Eckart Tolle, il ajoutait « ... et alors vous ne serez que celui qui un jour a fait une grande expérience... »

SM : Oui, en effet, cela m'avait questionné, à l'époque, à propos de cette « grande expérience » que je relatais tout à l'heure,

faite en 1997 et à laquelle je n'ai longtemps rien compris. Mais en fait, Eckart Tolle a raison lorsqu'il ajoute cela à propos de celui qui continue à mener sa pseudo-spiritualité avec son ego ; son ego ne fait qu'essayer de donner de lui l'image de quelqu'un de merveilleux qui un jour a fait une grande expérience qui ne lui sert qu'à se mettre en avant ou sur un piédestal. La nuance peut paraître subtile mais au fond elle est essentielle. Si cette grande expérience vous a appris à ce moment-là que la vie telle que vous la meniez n'était peut-être pas la plus exacte et si ensuite elle vous a permis de lui donner une nouvelle direction beaucoup plus juste pour vous et plus en accord avec le courant naturel de la vie, et si vous avez entamé une vraie démarche d'humilité, cette grande expérience devient alors un point de référence, ce sur quoi vous pouvez vous appuyer dans les moments de grands doutes et ce que vous pouvez montrer à d'autres pour les inciter éventuellement à aller en faire l'expérience par eux-mêmes.

X : Et cette expérience, aujourd'hui, comment elle vous parle ?

SM : Récemment, quelqu'un m'en disait « ... mais c'est parce que c'était un grand amour... alors dans un beau paysage ça fait ça... ». J'ai cru m'être mal exprimé ; mais en fait, tant que l'on n'a pas vécu cette expérience, il est probablement impossible de comprendre ce que c'est ; c'est un ressenti tellement peu ordinaire ; d'ailleurs j'ai beaucoup de difficulté à mettre des mots dessus.

Bien sûr que la qualité d'amour que j'avais avec ma compagne, qui était présente ce jour-là, m'a préparé à vivre cet instant ; mais j'ai connu d'autres personnes ayant fait une expérience similaire dans des circonstances très différentes.

C'est l'expérience de l'infini par un ressenti de tout son corps, par tout le corps énergétique qui est alors vécu comme indifférencié de tout le reste de l'univers en même temps que la conscience est toujours ressentie comme distincte, singulière. Nous sommes chacun unique et en même temps faisant partie du Tout, relié au Tout. Avec en plus, la sensation de sérénité et de puissance tranquille. Voilà quelques mots pour tenter de donner une approche de ce qu'est cette expérience.

## Vivre utile

X : Dans « Vivre Utile », vous dites que ce livre n'est pas un exposé de ce qu'est la vie, la mort, l'être humain... et en même temps certains passages en sont clairement un.

SM : Certains passages sont effectivement des bribes d'exposés apparemment théoriques, comme des repères jalonnant le récit. Cela me fait penser à ces moments, dans la quête, où l'on franchit une sorte de palier. A ces moments nous semblons côtoyer la folie car des pans entiers de notre monde ordinaire s'effondrent d'un seul coup en nous. C'est très déstabilisant les premières fois ; et puis on s'habitue à ces effondrements, aux peurs qui surviennent alors. Et ce qu'il reste tout de suite après c'est la compréhension claire qui vient d'apparaître, cette bribe de vérité survenue comme une évidence. Une pièce du puzzle, en quelque sorte. Les pièces s'amoncellent au fil du temps ; et ce n'est qu'à la venue de la pleine conscience, lorsque toutes ces pièces se mettent en place de façon

cohérente, grâce à l'apparition simultanée des pièces manquantes, que tout devient clair. Le doute qui avait été omniprésent durant des années et des années n'existe plus.

C'est ce tout que je n'expose pas tel quel dans le livre ; juste quelques bribes, Et tous les autres passages qui semblent tomber comme des cheveux sur la soupe sont des sortes de liens de transition qui ont diverses fonctions. Certains présentent simplement des faits de la vie ordinaire, quelques exemples destinés à soulever du questionnement en soi. D'autres ne sont que des sortes de demi-vérités ; bien qu'il n'existe pas de demi-vérité dans l'absolu ; il y a vérité ou non ; cependant, dans le monde du relatif, elles apparaissent comme des vérités ; et comme je le précise dans le préambule du livre, à l'origine je destinais celui-ci à tous ces milliers de gens rencontrés intimement – c'est-à-dire d'âme à âme – durant tant d'années et dont je voyais bien que malgré la justesse de leur intention de départ ils s'étaient laissés perdre par l'ego sur des voies de garage.



X : Vous voulez dire qu'ils étaient persuadés d'être toujours dans leur quête spirituelle.

SM : Oui, persuadés par l'ego. Et comme d'une certaine manière ils étaient en mouvement, cela leur donnait l'illusion d'avancer. Mais ils avançaient en rond, convaincus que les pseudo-savoirs engrangés étaient leurs planches de salut.

X : Alors que ce n'était que des barreaux supplémentaires de leur prison ?

SM : Exactement. Je prends notamment l'exemple de la numérologie dès le début du livre. M'adressant à des gens persuadés de se trouver eux-mêmes grâce à elle, je ne peux pas les aborder de front, ce qui ne ferait que provoquer l'ego en eux. Pourtant j'ai passé toutes ces années à les fréquenter en ne faisant quasiment qu'une seule chose : provoquer l'ego en eux ; ceci n'avait qu'un but, leur donner ainsi une opportunité de le voir, l'entrevoir, l'apercevoir fonctionner en eux, au moins au moment où il se manifeste de façon flagrante, lors d'une provocation. Même si

je sais d'expérience que la probabilité de réussite est infime.

X : Ce qui est en contradiction avec ce que vous disiez juste avant...

SM : En apparence seulement. Lors d'une rencontre « physique » avec l'autre, la provocation est gérable ; il est toujours possible de voir la réaction, l'enchaînement des réactions, apporter des éclairages aux moments opportuns... Autant de choses impossibles avec un lecteur.

X : Et pour en revenir à la numérologie.

SM : Eh bien s'agissant de communiquer par le langage verbal, je me suis contenté d'essayer de faire élaguer en eux tout ce qui est excessivement égotique dans la numérologie pour ne leur laisser temporairement que ces sortes de demi-vérités qui peuvent un peu, un temps, servir de béquilles dans le monde du relatif.

X : Vous avez d'autres exemples ?

SM : J'ai fait de même dans d'autres passages. Le but étant donc de ne pas trop heurter le lecteur tout en le laissant découvrir par lui-même. Car ce livre ne peut pas être un enseignement de la vérité puisque cette vérité lorsqu'elle reste à l'état intellectuel n'a aucun pouvoir de transformation. Il ne peut être qu'une incitation, pour l'autre, à aller y voir par lui-même puisque c'est la démarche de trouver la vérité qui transforme.

X : La vérité ne transforme pas ?

SM : Elle est en quelque sorte le nouveau paysage devant l'esprit de l'être humain ; mais un paysage qui avait toujours été là ; il suffisait d'arriver à le voir. Et c'est cette démarche d'arriver à le voir qui transforme peu à peu la personne. Je dis peu à peu car dans le monde du relatif c'est l'impression que cela donne ; mais la démarche n'est qu'une sorte de travail préparatoire. Car ce n'est que lorsque le paysage est entièrement vu, de façon claire, cohérente, que la transformation est totalement opérante. On ne sait pas trop vraiment, précisément,

comment c'est arrivé ; on sait juste qu'elle est là.

## Le secret

X : Lorsque vous finissez par parler très concrètement de l'ego, vous précisez qu'il vaudrait mieux dire les egos, des êtres vivants invisibles. Vraiment ?

SM : Ah, j'attendais la grande question piège ! Difficile d'y échapper tant cela défie l'entendement. Je comprends que beaucoup puissent se dire que cela ressemble trop à de nombreux films de science fiction. Cela n'a pas l'air crédible ; c'est pourquoi j'ai longtemps hésité à en parler. C'est exactement ce en quoi il ne faut surtout pas croire mais le découvrir par soi-même.

X : Ce sont des extra-terrestres ?

SM : Pas du tout. Ou alors autant que nous. Vous me faites penser à ces scientifiques, pseudo-scientifiques, et tous ceux qui les suivent, qui cherchent une vie extra-terrestre, de la vie ailleurs que sur cette planète, des exoplanètes. Quel gaspillage d'argent ! Quel gaspillage d'énergie ! Il n'y

a rien d'extra-terrestre puisque cette planète et tout ce qui semble être autour ne sont finalement que des illusions. Il n'y a pas d'espace, ni même d'espace-temps.

X : Pourtant dans le monde de l'ego, le monde matériel, ce sont bien des réalités.

SM : Justement. Parce qu'il s'agit du monde de l'ego, ce sont ses créations illusoires.

X : Alors, cela voudrait dire que l'ego, les egos sont des êtres réels, du réel, au-dessus ou au-delà des êtres humains qui sont leur création.

SM : Vous raisonnez et du coup vous déraisonnez. Vous oubliez de voir ; et de percevoir la globalité. Les egos sont des êtres réels, comme nous ; ce qui est réel en nous, et en eux, c'est la conscience. Ce qui n'est pas réel en nous, ce qu'ils ont créé en nous, c'est l'esprit rationnel avec notamment toutes ses croyances dont celle de notre existence physique, matérielle, et l'existence du monde matériel. Lorsque nous pouvons être totalement déconnecté de

l'emprise de l'ego, ces existences n'en sont plus réellement.

X : Et qu'est ce qui n'est pas réel en eux ?

SM : Leur forme ; même si elle est inorganique, contrairement à la nôtre, et invisible à nos yeux. Encore que notre perception lorsque notre conscience peut se décrocher de sa fixation égotique peut peut-être permettre parfois de les voir ou entrevoir en donnant l'impression d'une vision des yeux.

X : Vous avez un doute à ce propos ?

SM : Parce que je n'ai pas fait cette expérience visuelle. La pleine conscience permet de voir mais il ne s'agit pas de vision ordinaire ; il s'agit du voir tel qu'en parle, par exemple, Castaneda. Ce qui serait appelé familièrement intuition, ou sixième sens peut-être. Mais là les mots deviennent trop limités pour exprimer clairement, précisément, ce qu'est le voir.

X : Alors si c'est leur forme qui n'est pas du réel, peut-on dire qu'ils sont eux-mêmes

créés illusoirement par une instance supérieure ?

SM : Voilà aussi pourquoi votre sujet de départ est une sorte de question piège. Non seulement parce que, ici, les mots deviennent trop vides pour parler de tout cela mais surtout parce que nous n'avons pas à forcer notre conscience à vouloir trouver des savoirs concernant autre chose que nous-même. Le risque de perte est immédiat ; l'ego récupère notre recherche pour nous faire tomber dans des croyances. Quant à l'instance supérieure, si elle doit être étiquetée ainsi, c'est l'Infini qui est la source de la vie, c'est-à-dire de l'énergie et de la conscience. De toute façon, notre conscience ne peut être forcée car même pleine, totalement ouverte, elle ne nous donne que la connaissance qui nous concerne en tant qu'être humain.

X : Pourtant vous parlez aussi des végétaux, des minéraux, des egos, de l'Infini...

SM : Uniquement en ce que ces consciences impactent celle de l'être humain et réciproquement. Je ne sais plus si



je vous ai déjà fait part de cette image qui vaut ce qu'elle vaut, avec ses limites, mais qui peut parler à l'entendement humain : vous vous souvenez peut-être des cadrans des anciens postes de radio gradués, en FM, environ de 98 à 107 Mhz et sur lequel nous faisions avancer ou reculer un curseur pour trouver la station recherchée. Alors imaginons très hypothétiquement que la pleine conscience des minéraux recouvre la bande 96 à 98 de la conscience globale de l'Infini, les végétaux 97 à 100, les animaux 106 à 108 et les êtres humains 101 à 107 ; la bande de l'Infini allant de 0... à l'infini. Encore une fois, ce n'est qu'une image pour donner une petite idée du fonctionnement. Eh bien, en tant qu'être humain, contentez-vous d'ouvrir votre conscience sur la totalité de la bande 101 à 107.

X : Et celle de l'ego, dans votre exemple ?

SM : Vous voyez qu'il s'arrange toujours pour essayer de ne pas vous contenter de votre 101 à 107 ! Votre pleine conscience ne vous apportera pas ce savoir puisqu'il ne vous concerne pas. La seule chose qui concerne l'être humain à ce sujet, c'est que

l'ego a fixé la conscience de l'être humain sur un point, par exemple la fréquence 106, point fixe de la conscience ordinaire qui nous maintient dans le rationnel et les croyances illusoires, et qui nous garde aussi très animal.

De là à imaginer que la bande consciente de l'ego n'est que le point 106, puisque notre esprit ordinaire n'est autre que son propre esprit implanté en nous, cela semble une forte probabilité ; pourtant ce n'est que déduction et hypothèse ; et surtout cela ne nous concerne pas.

X : Nous n'aurions donc pas de connexion de conscience avec les végétaux et les minéraux ?

SM : Votre question révèle une des limites de mon exemple car nous sommes certainement nombreux à avoir déjà vécu des connexions avec des végétaux et pas seulement avec des arbres ; et aussi avec les vibrations de certains minéraux. L'image que je vous donnais ici avait juste pour but de vous faire un peu prendre conscience de la co-existence de « bandes de fréquence » de conscience très diverses, de notre

petitesse dans l'Infini et de la nécessité d'y rester à notre place.

X : De la retrouver, déjà.

SM : Exactement.

X : Et comment les egos fonctionnent-ils en nous ?

SM : En connectant leur esprit au nôtre de la façon la plus impactante possible. Et en limitant notre esprit au mental, nous devenons eux.

X : Il y a un ego pour chaque être humain ?

SM : Là encore, la Connaissance nous dit très peu à ce sujet. Le fonctionnement de base est effectivement que chacun de nous est principalement impacté par un ego ; mais comme ils sont bien moins nombreux que tous les êtres vivants qu'ils ont créés (mis en forme serait une expression plus exacte), et n'oubliez pas tous les autres êtres autres que les humains, vous pouvez en faire une déduction vous-même. De plus, vous aurez peut-être observé que nous

sommes ponctuellement influencés par d'autres egos, ce qui nous donne une personnalité parfois très contrastée.

Nous entendons souvent parler de cycles, cycles de vie, terminer un cycle, revivre un cycle etc... Le principe même du cycle vient non pas du fonctionnement de l'Infini qui est une sorte d'écoulement permanent en soi, du moins lorsque nous parvenons à le laisser nous traverser, mais bien du fonctionnement de l'ego, de cette communauté qui, moins nombreuse, fait qu'un ego n'est pas toujours présent en nous. Ce qui explique aussi certaines expressions courantes comme « je suis dans une bonne passe en ce moment » ou « je suis dans une mauvais passe en ce moment », « un malheur n'arrive jamais seul » etc... Le pire étant que l'absence temporaire d'un ego en nous ne signifie pas que nous vivions libre, l'Infini nous emplissant de toute sa beauté, puisque nous sommes tellement conditionnés dans le mental que nous continuons à nous comporter comme un robot programmé par l'ego ; nous pouvons juste avoir la sensation d'être relativement léger à certains moments et à d'autres moments de

crouler sous une pesanteur où toutes les pires choses semblent nous tomber dessus. Reste que le fait qu'il nous arrive de bonnes choses – apparemment bonnes - ne révèle pas forcément l'absence de l'ego puisque c'est aussi dans sa stratégie de faire survenir ce genre de pièges dans notre vie.

## La faille

X : Qu'est ce qui caractérise le plus l'ego ?

SM : C'est ce qui se manifeste primalement de l'ego en l'être humain. On pourrait croire que c'est la violence, l'esprit belliqueux ou sournois etc... mais non, c'est la stupidité.

X : C'est peut-être la dernière chose que j'aurais dite de l'ego.

SM : Pourtant, observez comment vivent les gens. Leur mode de vie est stupide, leurs comportements sont globalement stupides. Castaneda en parlait très bien, principalement à propos de cette façon que l'être humain a de vivre comme s'il était immortel. Mais en observant dans le détail comment se comporte l'être humain, c'est-à-dire l'ego à travers l'être humain, vous voyez que quasiment tout ce qu'il pense, dit ou fait est stupide.

X : Quoi par exemple ?

SM : Vous avez vraiment besoin d'exemples ? Lorsque je vous dis que quasiment tout est stupide, c'est plutôt sur le quasiment que vous pourriez avoir une interrogation. Car il arrive parfois, si rarement, à de trop rares personnes, de penser, dire ou faire, un bref instant, quelque chose qui n'est pas manipulé par l'ego, c'est-à-dire une expression de l'Infini. Et je n'en connais qu'une qui soit cela, c'est l'intention de l'Intention, l'intention de se libérer du monde de l'ego pour revenir au réel, fusionner de nouveau avec l'Infini ; ordinairement on appellerait cela une sorte d'appel de l'âme, avec un aspect crucial : une détermination indéfectible. Indéfectible ne veut pas dire ne jamais se tromper, ne jamais tomber ; on se relève toujours et on finit toujours par trouver, c'est à dire trouver la Connaissance, la pleine conscience.

X : C'est seulement en cela que l'être humain peut ne pas être stupide ?

SM : Oui. Mais si vous avez besoin d'une sorte d'encouragement, dans un élan

compassionnel, à réhabiliter l'humanité, vous pouvez élargir à d'autres instants trop brefs et trop rares où l'être humain semble se comporter en dehors de tout ego. Cela dit je rappelle que la compassion est une création de l'ego et que la question n'est pas de réhabiliter ou non l'humanité.

X : Alors c'est quoi la question ?

SM : En l'occurrence, c'est seulement d'observer de façon neutre comment fonctionne l'être humain et d'en prendre pleinement conscience. Il n'y a pas à porter de jugement et la réhabilitation suppose qu'il y en ait eu un.

X : Et la compassion, c'est mal ?

SM : Là encore il n'y a pas de jugement bien/mal à porter. Juste à prendre conscience que la compassion est une notion créée par l'ego pour piéger l'être humain dans des relations fausses qui vont générer de l'excès émotionnel, des croyances erronées, de potentielles violences, des souffrances... et le détourner



de son unique intention valable, retrouver l'Infini.

X : Et ces trop rares autres moments sans ego ?

SM : Trop brefs, surtout. Car il s'agit là d'un fonctionnement basique de l'ego qui montre à la fois sa puissance et sa stupidité.

X : Mais quels sont-ils ?

SM : Je vois combien vous sur-nourrissez l'espoir de vous sauver la face en croyant que vous êtes de ceux qui vivent ces instants. Alors je vais attiser encore un peu plus votre impatience en précisant plusieurs choses. Tout d'abord, contrairement à cette idée préconçue et trop répandue, l'espoir aussi est un piège. Alors évitez de le générer, de le nourrir, de vous y accrocher ; quel qu'en soit l'objet. Ensuite, observez en vous cet objet particulier d'espoir qu'est le besoin, supposé, de se sauver la face ; vous essayez de sauver une image de vous ; alors que la seule chose que vous ayez à sauver, c'est votre âme ; plus exactement sauver votre conscience et plus précisément ouvrir

vosre conscience ; mais surtout pas défendre une image de vous, une apparence.

X : Puis-je malgré tout tenter de connaître ces instants qui semblent sans stupidité ?

SM : C'est réellement sans stupidité dans ce trop bref instant qui précède l'intervention de l'ego consistant à récupérer le contenu vrai pour en faire quelque chose d'égotique. C'est par exemple et principalement ces instants où un être humain ressent de l'amour véritable ; je devrais dire perçoit de l'amour véritable tant l'expression ordinaire ressentir de l'amour est galvaudée, erronée. Et il ne s'agit pas forcément d'un ressenti d'amour véritable envers une autre personne.

X : Envers Dieu, par exemple ?

SM : Tout. N'importe quoi. Peu importe l'objet. C'est même l'objet en question qui permet à l'ego de récupérer l'amour infini pour en faire quelque chose à problèmes. La plus sûre probabilité que cet instant puisse être soustrait autant que possible à l'ego est que ce ressenti, cette perception, n'ait pas

d'objet ; mais la plupart des êtres humains sont si faibles et l'ego si puissant, en ceci qu'il lui est très aisé de manipuler notre esprit... C'est pourquoi il est plus juste de dire qu'en ces instants l'être humain semble se comporter sans stupidité ; dans le processus global, la récupération plus ou moins rapide par l'ego de ces instants d'Infini fait que l'être humain finit par penser, parler ou agir de façon stupide.

X : Cependant, vous disiez tout à l'heure que dans ces moments l'ego montre aussi sa stupidité.

SM : Oui, et c'est là que cela devient intéressant pour celui qui veut vraiment se libérer. Car l'esprit de l'ego est ce que l'on appelle ordinairement rationnel. Et évidemment c'est ainsi qu'il nous conditionne, comme des êtres rationnels puisqu'il ne fait que transplanter son esprit dans le nôtre. Et même si la rationalité peut sembler bien pratique dans le monde matériel, qui dit rationnel dit étroitesse et rigidité d'esprit. Et c'est là la faille de l'ego.

X : Une vraie faille ?

SM : Pas de celles qui permettraient de se libérer totalement et définitivement. Il est malgré tout trop puissant pour des êtres aussi conditionnés à son emprise. Seule la mort apporte cela et à condition d'être dans la pleine conscience.

X : Alors en quoi est ce une faille ?

SM : Un moyen de se détacher ou seulement s'éloigner de lui, même un court instant. Un moyen d'atténuer les impacts de son emprise. Ce qui est d'autant plus utile lorsque, dans la pleine conscience, nous sommes encore sujets à ses soubresauts.

X : Et comment ?

SM : Le plus souvent sans le savoir ou sans savoir vraiment pourquoi ni comment, la plupart des gens utilisent des moyens très divers pour échapper à l'ego, aux pressions de l'ego, aux souffrances et mal-être que génèrent ces pressions. Au sujet des pressions de l'ego, je fais un aparté sur le fait que la dépression est toujours mal vécue parce que vue comme une faiblesse ;

cette idée de dépression comme une tare est largement véhiculée ; vous aurez observé qu'il y a là un jugement, donc une pensée de l'ego qui nous conditionne dans cette croyance pour se protéger lui-même. Je ne reviendrai pas dans le détail du processus égotique où l'ego a besoin de créer ces pressions en nous afin de capter notre énergie. Si la dépression survient en nous c'est que nous nous sommes autorisés, consciemment ou non, à nous défaire temporairement d'un trop-plein de pression. Aussi, contrairement à l'idée reçue, la dépression est une force, un processus qu'il est bon d'accepter et de vivre comme un bienfait plutôt que le subir.

X : Et ces moyens d'échapper à l'ego ?

SM : Vous voulez dire, autres que l'ouverture de conscience, ceux que la plupart des êtres humains utilisent comme échappatoires. Vous les connaissez. Le recours à l'alcool ou aux drogues ; le blindage, se blinder comme disent souvent les gens, se faire une carapace ; le sexe défouloir ; jouer à fond le jeu de l'ego tel que celui du pouvoir etc... Et personne ne

se rend compte ou ne veut se rendre compte que toutes ces apparentes solutions sont finalement autodestructrices ; c'est la politique du court terme ; et comme tout ceci fonctionne temporairement, plus ou moins... Mais c'est un leurre puisque c'est dans le fonctionnement même de l'ego de laisser croire à l'être humain que ce dernier est libre et fort ; et puis l'ego ne peut pas (trop) scier les branches sur lesquelles il est assis. Le pire moyen octroyé par l'ego est peut-être l'idée du bonheur, l'espoir du bonheur ; alors que le bonheur est une illusion ; comme je le disais tout à l'heure, c'est dans sa stratégie : l'ego laisse à chacun d'entre nous, à certains moments, l'occasion de vivre des événements apparemment heureux, une rencontre amoureuse, un gain d'argent, un moment de gloire... Le plaisir émotionnel, la satisfaction égotique, les fantasmes associés à ces événements nous confortent dans la croyance du bonheur, dans l'espoir de le retrouver lorsqu'il a disparu. Car il disparaît toujours. La désillusion est grande. Et si seulement cela était réellement une désillusion, c'est que la conscience commencerait à s'ouvrir. Or, les gens

préfèrent sombrer dans le désespoir ou l'espérance, dans le « je veux que ça redevienne comme avant ».

X : Alors, cette faille de l'ego, comment s'en servir ?

SM : En jouant le jeu de la stupidité mais en toute conscience. C'est prendre l'ego à son propre piège. Je vais vous dire une façon dont je joue ce jeu encore aujourd'hui, surtout pour échapper aux impacts des manifestations de l'ego à travers les autres. Je joue le stupide, littéralement. Bien sûr ça demande de la subtilité dans le jeu ainsi que de s'adapter aux personnes et aux circonstances. Peu importe le jugement que ces personnes portent alors sur moi ; peu importe l'image de moi que je leur laisse, d'autant que le moi, l'image, les apparences, c'est justement ce dont je cherche à me défaire. Il est toujours préférable de paraître un peu stupide pour éviter des problèmes, des conflits, pour gagner en paix intérieure. Cela fonctionne très souvent car la plupart des gens sont prêts à penser que vous êtes stupide, ça les conforte dans leur besoin de

supériorité. Dit autrement, l'ego en eux est sinon aveuglé par sa toute-puissance, du moins contraint par les œillères de sa rationalité, et la plupart du temps il ne peut voir votre jeu. Je précise que cela n'est en rien une arrogance ou un manque de respect envers l'autre ; c'est juste la conscience du jeu de l'ego en l'autre, du risque potentiel et du moyen d'y échapper.



## La démarche

X : Vous parlez souvent de la démarche mais en quoi est ce différent de ce que vous disiez de la quête spirituelle ?

SM : C'est la même chose, bien sûr. Si vous tenez absolument à y voir une différence, vous pouvez vous dire que la quête spirituelle est l'intention, ce qui vous porte à avancer vers vos retrouvailles, et la démarche est l'ensemble des moyens que vous allez utiliser pour y parvenir. Mais c'est un tout, la même chose.

X : Et ça commence comment ?

SM : Par le premier balbutiement de l'intention qui commence à vous faire marcher vers vous-même. Il est difficile de dire quand cela a lieu exactement car votre âme vous intentionne depuis toujours mais avec le recul vous sentez le moment où quelque chose a viré en vous. C'est généralement ce moment où vous ressentez avec force que quelque chose ne tourne pas

rond dans votre vie ET que c'est cette même chose qui fait que ça ne tourne pas rond dans ce monde ET que vous posez alors un acte fort qui crée un schisme dans votre conscience ordinaire. Cet acte est généralement assez ordinaire, je veux dire de l'ordre de la vie ordinaire, sans aspect mystique, voire même relativement banal dans le monde ordinaire, comme une séparation, un divorce, par exemple. Sauf qu'avec le recul – car il peut se passer ensuite plusieurs années avant que vous ne commenciez concrètement ce qui est souvent appelé un travail sur soi – vous vous rendez compte que cela a été la prise de conscience primordiale. D'autant que, pour reprendre mon exemple, tout divorce n'amène pas à une remise en question totale de soi.

X : Et ce travail sur soi non plus ?

SM : Seulement s'il est mené au bout. Il peut prendre de nombreuses formes et, même, il est la plupart du temps multiformes tout au long de la démarche si notre intention est réelle et sincère car nous avons besoin de faire de nombreuses

expériences pour éclaircir le chemin, voir ce qui est vrai et ce qui est faux, c'est-à-dire, en fait, laisser entrer l'Infini pour percevoir des bribes de vérité.

X : Ces bribes de vérité, comment sont elles perçues comme étant vérité ?

SM : C'est un long apprentissage pour faire la distinction certaine entre la voix de l'Infini et les voix de l'ego. Les bribes de vérité arrivent comme des flashes et, surtout, sont perçues comme des évidences. C'est une connaissance immédiate, sans raisonnement, et vue comme si elle avait toujours été là.

X : Et quelles sont toutes ces formes à expérimenter ?

SM : D'une part, nous n'allons pas en faire une liste exhaustive impossible à réaliser ; lorsque notre intention est réelle, elles se présentent à nous sans avoir à les chercher. D'autre part, il ne s'agit pas d'expérimenter toutes les formes possibles ; d'ailleurs, au fil du temps, vous vous rendez compte

qu'un tri se fait et qu'à un moment il faut lâcher toutes ces béquilles.

X : Des exemples ?

SM : Eh bien, comme au début nous sommes encore très ancrés dans la conscience ordinaire, ça commence souvent par une pratique qui va opérer un premier gros nettoyage en soi. Par exemple, une psychanalyse. Je veux dire une vraie ; pas dans le sens « sur le divan » mais une qui sait prendre le temps, suffisamment longue et intense pour que la conscience ordinaire finisse par être déstabilisée et que le nettoyage du passé soit suffisamment entamé. Et puis il faut avoir rencontré un vrai psy, pas dans le sens grande notoriété et très médiatisé ; au contraire, ce sera généralement quelqu'un de relativement anonyme et d'une exceptionnelle humanité.

X : J'imagine que le nettoyage du passé dont vous parlez n'est pas exactement celui d'une psychanalyse classique.

SM : Oui et non. La pratique reste classique, au moins les premières années,

mais il se passe quelque chose au-delà de la simple remontée à la conscience des souvenirs névrotiquement enfouis ; même si la corporation psy est choquée par cette formule apparemment lapidaire. Car ceci ne nous apparaît que bien plus tard, au moment où nous prenons conscience que la psychanalyse, qui est la pratique ordinaire la moins superficielle, reste cependant relativement en superficie des réalités ordinaires, trop en dehors de la conscience du réel. Et pourtant une pratique psychanalytique, avec un « vrai psy », lorsqu'elle est menée par l'intention, même si vous n'avez pas encore conscience que c'est le cas, opère un nettoyage du passé identique à ce que Castaneda appelait la récapitulation.

X : C'est-à-dire ?

SM : Je vous laisserai aller voir par vous-même les détails dans ce que nous a laissé Castaneda à ce sujet. Je me contenterai ici de vous dire que la pratique psychanalytique peut être ce même nettoyage de tout l'émotionnel de notre passé, cet allègement complet de notre

histoire personnelle, du moins en être un véritable début. Un début, d'une part parce que nous nous rendons compte avec le temps qu'il est souvent nécessaire de revenir sur du même passé où subsiste encore des traces, d'autre part parce que notre présent perpétuel nous crée sans cesse du passé nouveau où il y aura des choses à nettoyer.

X : Il appelait cela la récapitulation ?

SM : Je comprends votre insistance. Au risque de le trahir – et c'est pourquoi je vous incite à aller directement aux témoignages de Castaneda pour en faire votre propre expérience – il s'agit de faire remonter des événements trop chargés émotionnellement afin de vous en alléger et récupérer l'énergie qui y était liée. A ce propos, j'ajoute qu'il est toujours préférable de ne pas forcer ces remontées. Je repense à ces gens affirmant qu'ils avaient fait leur récapitulation : ils y avaient passé toute la nuit, disaient-ils fièrement ! Alors que c'est le travail de toute une vie ; même après la pleine conscience, ça continue. Cela me fait aussi penser à ces personnes qui disent

avoir fait une psychanalyse et, sans insister, on se rend compte qu'en fait leur psychothérapie n'a duré que six mois à raison d'une séance mensuelle... mais elles sont persuadées d'avoir fait une psychanalyse.

X : Alors comment faire si l'on ne cherche pas volontairement à faire remonter ce passé ?

SM : Là encore c'est l'intention qui opère en nous. Il faut y mettre le moins de volonté possible. Je ne reviendrai pas en détail sur le fait que l'intention n'est pas la volonté même si elle en a les apparences ; tout ce qui est volontaire en nous est de l'ordre de l'ego. Tout au plus pouvons nous parfois mettre en place les conditions pour faire remonter le passé, comme revenir sur des lieux particuliers. Mais l'effort mental de remémoration, le listage chronologique de nos souvenirs, ce n'est pas le meilleur procédé, loin de là. Surtout lorsque vous avez fait évoluer votre mode de vie vers plus de solitude, de silence, de moments de latence, de torpeur... ce passé va remonter convulsivement ; il suffit juste d'être prêt à

le recevoir afin de le revivre en toute conscience et en laissant se dissoudre toute émotion qui y était liée.

X : Juste d'être prêt ?!

SM : La formule vous semble provocante ? Pourtant, lorsque vous avez déjà suffisamment ouvert votre conscience, vous avez aussi suffisamment transformé en vous votre façon de voir les choses, de les aborder, et ce processus vous est alors assez naturel. J'en profite pour ajouter quelque chose : ne vous enfermez pas dans la forme que Castaneda préconise pour pratiquer la récapitulation ; utilisez la au début si cela vous aide à vivre les prémices du processus ; mais lâchez tout ce folklore au plus vite. Récapituler doit devenir quelque chose d'aussi naturel que respirer. De même que les adeptes de la méditation sont attachés à leur forme de méditation sans se rendre compte que c'est ce qui les emprisonne ; en fait, méditer réellement est comme respirer, c'est quelque chose qui s'opère naturellement et quasiment en permanence dans votre vie ordinaire. J'ai vu tant de gens se perdre dans la forme, les



formes, de leur soi-disant méditation, parfois même dans des détails ridicules. Même la forme la plus basique de méditation doit être lâchée à un moment pour que méditer devienne réel, un contact simple et direct avec l'Infini, en dehors de toute conscience volontaire, c'est-à-dire en dehors de la conscience ordinaire.

X : Donc, la psychanalyse, c'est le début, du moins un début possible. Mais après ?

SM : Eh bien imaginez que dans les dernières années de votre psychanalyse, vous rencontrez des gens qui pratiquent le bouddhisme, un bouddhisme parmi tant d'autres, juste au moment où cela commence à vous parler ; c'est la transition idéale. Dans la démarche globale, c'est la première démarche connotée spirituelle ; alors vous allez y rester un peu longtemps, disons cinq ou six années, le temps de vous imprégner de ce que peut être un enseignement spirituel, un enseignement religieux autre que celui que vous avez peut être connu, enfant, si vous avez fréquenté les écoles catholiques. Ici, la remise en question n'est plus seulement dans la façon

de voir votre passé et nettoyer votre histoire personnelle ; c'est la façon de voir globalement la vie, la mort, l'être humain qui commence à être profondément bouleversée.

X : C'est la véritable démarche spirituelle ?

SM : Non. La véritable démarche spirituelle a déjà commencé depuis des années, sans que vous en ayez conscience. Ce n'est que la suite de la démarche globale, ici dans le vécu d'un enseignement spirituel jusqu'alors inconnu dans le détail et, surtout, dans la rencontre de celles et ceux qui sont, ou disent être, dans la même démarche que vous. Et là vous allez de découverte en découverte. Vous découvrez un enseignement que vous mettez en perspective avec ce que les catholiques vous avaient raconté, avec ce que la psychanalyse vous avait appris et avec ce que vous vivez au quotidien à la lumière de tout cela. Et c'est sur ce dernier point que se révèle le plus grand choc. Car non seulement vous vous observez en vous-même mais vous ne pouvez faire autrement que d'observer les autres et

particulièrement vos co-disciples ; et vous prenez conscience de l'immense fossé qu'il y a entre ce qu'ils disent dans leur pratique du bouddhisme et ce qu'ils vivent, font dans leur vie quotidienne. C'est la première fois que vous allez prendre conscience que l'immense majorité de ceux qui disent être dans une démarche spirituelle n'y sont pas, n'y ont jamais fait le moindre réel premier pas. Vous allez voir ceux qui viennent y chercher une nouvelle famille ou simplement ne pas se sentir seul, ceux qui ont besoin de donner l'image de sortir de la norme, ceux qui en toute bonne foi veulent sortir de leur misère mais n'ont pas le courage de faire ce qu'il faut pour cela ou bien ne se sont pas rendus compte que l'ego les avaient très vite détournés de leur intention. Je pense par exemple à ces personnes qui se tournent vers le bouddhisme par réaction contre l'enseignement catholique qu'ils ont mal vécu ; ils ne font que remplacer une prison par une autre.

X : Et comment vit-on cette prise de conscience ?

SM : Au début, le doute est omniprésent, donc on a tendance à penser que l'on se trompe, que notre propre pratique n'est pas correcte... et puis le doute s'estompe un peu devant les faits, devant les réalités, avec la conscience qui s'ouvre. Mais c'est seulement bien plus tard, lorsque ces observations se répéteront dans d'autres milieux, avec de très nombreuses autres personnes, qu'il deviendra clair que quelque chose empêche la démarche spirituelle de se faire, empêche l'ouverture de conscience.

X : Et pourtant certains s'en sortent.

SM : C'est excessivement rare. L'ego est puissant à distiller le doute et enfoncer le clou des croyances dans le carcan de la rationalité. Rationaliser l'irrationnel, c'est un piège imparable pour qui est faible. La force est dans l'intention originelle. Alors arrive un moment où l'on sent que cela fait déjà trop longtemps que l'on tourne en rond dans ce mouvement bouddhiste. De nouvelles rencontres se font et là les choses s'accélèrent. C'est la découverte de très nombreux enseignements et pratiques de toutes sortes, comme tout ce qui gravite

autour de ce qui est appelé le new age où le pire côtoie du vrai. Inutile de lister tout ceci, comme la numérologie déjà évoquée, ou des choses quasi inconnues si ce n'est d'initiés ou encore des écoles hindouistes beaucoup plus connues. Peu importe ; globalement elles n'ont pas plus ou moins de valeur que le bouddhisme préalablement pratiqué. Ce qui compte c'est l'ouverture de conscience qu'elles peuvent parfois favoriser. Vous vous trouvez dans une sorte de boulimie de nouveautés, avec un risque d'avidité qui vous fait pressentir qu'il faudra en lâcher beaucoup, très vite.

X : Et vous les lâchez ?

SM : Dans cette période, finalement assez courte sur la longueur totale de la démarche, vous vivez des expériences intenses, des expansions de conscience, tout un tas de choses sortant de l'ordinaire, tout ceci à haute fréquence, et vous ne savez qu'en faire. Seule certitude : ces connexions avec l'Infini qui sont arrivées plus fréquemment qu'autrefois, c'est-à-dire des bribes de vérité que vous sentez en rapport

avec ce vécu du réel que vous avez eu quelques années auparavant.

X : Et ça se termine comme cela ?

SM : D'une certaine manière, oui, il y a quelque chose qui se termine là. Car à ce stade, en général, survient dans votre vie ordinaire un évènement apparemment grave qui vient freiner cette course folle. Si on en a conscience et que l'on accepte le fait, des choses commencent à se mettre en place plus clairement dans notre esprit et notre vie ordinaire connaît une sorte de pause.

X : Donc vous n'avancez plus.

SM : La pause concerne la vie ordinaire, une sortie temporaire du monde du travail par exemple. L'ego est désarçonné, aussi l'esprit est plus clair. Et là, devant tous les possibles à expérimenter, quelques rares voies s'ouvrent plus ou moins successivement ou parallèlement. L'esprit plus clair va faire un meilleur tri. Certaines vont être lâchées très vite, d'autres vécues plus longuement. Vous sentez que vous approchez de ce qui porte le plus la vérité.

X : Vous approchez de la fin de la démarche ?

SM : Vous pouvez même parfois croire qu'elle est déjà finie et parfois que vous n'arriverez jamais à la fin comme s'il n'y avait pas de fin, jamais. Ce qui est surprenant, avec le recul, c'est que bien plus tard vous voyez qu'à cette période vous avez confié vos doutes et votre quête entre les mains de personnes alors que vous étiez auprès de ces personnes pour leur apporter de la lumière car, même sans être encore dans la pleine conscience, vous aviez déjà la capacité à éclairer certaines de ces personnes passant pour des sortes de maîtres mais qui en réalité agitaient une ombre.

X : Et elle est finie ?

SM : Non ! Vous avez intégré de si nombreuses bribes de vérité que vous pouvez croire être arrivé. Mais votre âme vous fait sentir qu'il y a quelque chose de fort à agir dans ce monde, dans votre vie. Au début c'est vague et puis vous pensez à

cet énigmatique saut dans le vide dont parle Castaneda, d'autant que votre vie ordinaire devient excessivement oppressante ; vous sentez bien qu'il faut provoquer un immense changement ; alors vous sautez dans le vide.

X : Comment ça ?

SM : Cela peut prendre bien des formes selon chacun. Par exemple, vous quittez tout, vous vous séparez de tous vos biens, vous partez à dix mille kilomètres de chez vous, sur un autre continent où l'on ne parle pas votre langue, de préférence en traversant tout un océan pour bien sentir la rupture.

X : Et qu'est ce qu'il se passe ?

SM : Pas ce que vous aviez imaginé avant de sauter, même en vous étant préparé à ne rien attendre de particulier. Là encore ce sera différent selon chacun, dans la forme. Vous pouvez rester sur ce continent et voir ce qu'il va vous arriver. Ou bien prendre conscience plus ou moins rapidement que l'essentiel n'était pas d'être sur ce continent



et y faire de nouvelles choses mais de vivre pleinement la rupture. Et alors vous pouvez revenir sur votre lieu de départ. Là, les paysages et les gens n'ont pas vraiment changé mais en vous rien n'est plus pareil. Alors vous n'allez plus rien vivre de la même façon. Déjà vous ressentez le besoin de vous éloigner de ceux que vous fréquentiez avant ; et puis votre vie ordinaire va devenir encore plus oppressante qu'avant votre départ, ce qui génère du doute en vous ; et pourtant ce doute s'évanouit immédiatement. Vous savez que vous êtes dans le juste même si vous n'êtes pas capable de l'expliquer clairement. Malgré tout, le quotidien est de plus en plus difficile à vivre ; c'est l'ego qui utilise les autres pour vous opprimer au maximum mais vous n'avez pas encore conscience de toute la subtilité de la situation ; et après plusieurs mois, survient un énième schisme dans votre vie, une pause dans l'ordinaire, sauf que cette fois-ci, ce sera l'opportunité de la pleine conscience. Vous ne savez dater précisément sa venue ni comment c'est venu mais vous voyez que c'est là. Avec un peu de recul, vous vous dites que c'est

arrivé à telle période, que ça semble s'être fait progressivement sur un laps de temps plus ou moins court ; mais peut-être que ça a été là d'un seul coup et que votre conscience ordinaire l'a perçu progressivement. En tout cas, c'est là, vous voyez tout différemment ; c'est un peu familier parce que c'est aussi fait de toutes ces bribes de vérité bien connues depuis longtemps ; mais il devait manquer des pièces dans le puzzle ; lesquelles ? Difficile à dire car désormais c'est devenu un tout, clair et cohérent. Vous comprenez, vous voyez ce qu'est réellement la vie, la mort, l'être humain, ce monde, pourquoi et comment ça dysfonctionne, comment on peut en sortir. Et il fallait faire ce saut dans le vide pour permettre cela.

X : Alors, c'est bien là la fin de la démarche ou, comme vous le suggériez tout à l'heure, il n'y a jamais de fin ?

SM : Non, il n'y a pas de fin si vous vous positionnez dans l'absolu puisque seule la mort, la mort physique, libère totalement et définitivement. Mais la mort physique est une libération uniquement pour ceux qui

sont dans la pleine conscience. Les autres, leur conscience, restent coincés dans le monde de l'ego. Cependant, dans le relatif, il y a bien une fin à la démarche, c'est la pleine conscience.

X : Pourquoi insistez vous sur physique, la mort physique ?

SM : Pour deux aspects. D'une part, parce que même en pleine conscience vous restez prisonnier de votre corps physique, du monde matériel. D'autre part, parce que beaucoup de gens qui ne sont pas physiquement morts sont pourtant déjà morts et ils ne le savent pas ; ils ont tant laissé l'ego les envahir en permanence que leur âme est morte, de façon irrémédiable puisqu'ils ne pourront plus entendre sa voix qui tentait de les intentionner ; ils sont désormais totalement mus par l'ego, la seule vie en eux.

X : Donc la pleine conscience est la fin de la démarche.

SM : Oui, puisqu'il n'y a alors plus de quête, de recherche ; il n'y a plus rien à

découvrir du réel, de la Connaissance. La pleine conscience apporte toute la vérité. Je rappelle qu'il s'agit de la seule vérité qui concerne l'être humain quant à sa vraie place dans l'Infini. C'est la seule vérité que nous ayons à trouver. Rechercher plus de connaissance, par exemple sur ce qu'est l'Infini dans sa totalité, sur ce qu'est précisément la source de vie, même sur ce qu'est la vérité d'un végétal ou d'un minéral, serait non seulement un gaspillage d'énergie mais le risque de se perdre, la preuve que c'est l'ego qui dirige votre quête. Rechercher toute la vérité sur nous-même est tout ce qui justifie notre vie et cela suffit amplement à y consacrer tout ce qu'il nous reste à vivre - d'autant que notre réelle place dans l'Infini, cet état d'être unique, est ce que nous appellerions paradisiaque dans le monde ordinaire, avec une dimension impossible à faire concevoir à qui ne l'a pas encore vécu - pour ne pas aller en plus chercher ailleurs.

X : Et le temps de la pleine conscience avant la mort physique ?

SM : Il n'y a plus de quête mais il reste à vivre ce temps ; et ce qui apparaît alors de plus en plus clairement est d'aller vers le rien, avec encore du nettoyage du passé ; cela peut avoir les apparences de ce que nous vivions durant la quête mais, dans la pleine conscience, c'est dans un état d'être inconcevable pour autrui.

## Le rien

X : Dans votre « dernier message » vous parlez de vivre le rien, la transparence, l'être. C'est quoi précisément ce rien, en quoi est ce l'être ?

SM : Première précision pour éviter toute confusion, il ne s'agit pas du rien dans l'absolu mais dans le monde ordinaire, du rien de personnalité égotique. C'est exactement la même chose que se vider de l'ego, s'en libérer. Aussi tout au long de notre démarche nous avons à chercher à devenir transparent ; y compris vis-à-vis des autres ; nous avons alors de plus en plus conscience de devenir très souvent transparent à leur égard, ce qui est un peu déstabilisant au début car nous avons tellement l'habitude de les intéresser ou de chercher à les intéresser ; mais c'est signe que nous nous détachons de l'ego. A une époque, comme quasiment tout ce que nous faisons prend forme dans la vie ordinaire puisque l'ego cherche toujours à récupérer nos intentions d'Infini, j'étais devenu

transparent aux cellules photoélectriques des portes automatiques ; c'est presque anecdotique mais cela vous parle peut-être plus facilement ; eh bien c'est la même chose, la transparence, plus généralement, dans le monde ordinaire. Et cela change tout votre relationnel jusqu'à ce que lui aussi devienne rien.

X : Et le rapport avec l'être ?

SM : Devenir rien, rien d'ego, c'est retrouver sa vraie place dans l'Infini, l'être que nous sommes originellement en dehors de tout ego.

X : C'est « L'être et le néant » de Sartre ?

SM : C'en est assez loin. Sartre, existentialiste, part d'une vraie inspiration d'âme par la conscience d'une existence en dehors des apparences. Mais comme l'ego récupère tout, le discours de Sartre mêle quelques bribes de vérité au milieu de trop nombreuses choses erronées qui rendent son message et ses conclusions globalement faux. D'ailleurs, j'en profite pour attirer votre attention sur un point qui n'est peut-

être pas très clair dans ce que je transmets : animaux, végétaux, minéraux ont une conscience d'eux-mêmes ; ce sont aussi des créations de l'ego comme tout le monde matériel et l'ego les investit aussi, de façons différentes, y compris différentes de la façon dont il investit l'être humain.

Sur un autre exemple relevé chez Sartre : une table n'est justement pas réellement dans « l'espace, à côté de la fenêtre », si ce n'est comme réalité illusoire dans le monde matériel créé par l'ego, réalité qui se dissout dès que nous ne sommes plus du tout sous l'emprise de l'ego ; mais elle est dans la conscience, plus précisément dans le mental, cette part de notre esprit investie par l'ego ; ainsi, notre conscience bloquée sur la latitude du mental croit fausement à l'existence réelle de la table.

X : Et les bribes de vérité chez Sartre ?

SM : Oui, l'homme est une passion inutile puisque la passion est une création de l'ego. Et, oui, l'être est soi et non un rapport à soi ; sauf que ce n'est pas en dehors de toute conscience mais par la pleine conscience ; son erreur vient d'une



conception de la conscience limitée à la conscience ordinaire, celle limitée par l'ego. C'est comme pour tout, l'intellectualisation nous éloigne toujours de notre libération car c'est un processus mental où, donc, l'ego manipule tout ce qui pourrait être perçu du réel.

X : Justement, dans votre « dernier message », vous dîtes que c'est ce qu'il reste à vivre après la pleine conscience.

SM : Cela a déjà commencé à être vécu bien avant, lorsqu'on a pris conscience du besoin de chercher à devenir transparent. Cette transparence passe aussi par l'anonymat, la recherche de l'anonymat complet, du moins autant qu'il l'est possible tant que nous avons un pied dans la réalité ordinaire. Mais une fois dans la pleine conscience, il n'y a plus à chercher la vérité, à connaître le réel ; là où il y avait profusion de doutes, il n'y a plus qu'évidences, un « sans aucun doute ». Il ne reste donc plus qu'à s'éloigner toujours plus de l'ego des autres et se détacher toujours plus de son ego. Donc aller vers le rien, sentir venir ce rien, le ressentir dans

divers vécus où l'ego nous impactait encore.

X : Par exemple ?

SM : Ces vécus vont être différents pour chacun de nous. Ce qui va nous être commun c'est le besoin d'ermitage, s'éloigner des autres pour préserver ce qu'il nous reste d'énergie. Notre démarche assidue durant toutes ces années a largement fait fondre notre capital d'énergie matérielle – je dis matérielle même si elle ne l'est pas au sens commun car il s'agit du capital énergie dont nous sommes dotés lors de notre constitution physique, en rapport avec le centre énergétique chez Castaneda, le tantien du tao, le hara de la tradition spirituelle japonaise crus à tort comme centre de l'énergie essentielle, universelle, de l'être – et comme nous ne sommes évidemment plus dans un relationnel de captation de l'énergie de l'autre, que celle prise dans le ressourcement à la nature est maintenant pleinement conçue comme un subterfuge témoin de notre restant de faiblesse et comme nous ne pourrons pas avant notre mort vivre pleinement de

l'énergie réelle, de l'Infini, nous n'avons plus qu'à nous éloigner de tout ce qui peut venir nous affaiblir exagérément. L'ermitage nous fait alors vivre des prises de conscience de lâcher-prise avec la sensation de nous détacher de plus en plus de ce qu'est la vie ordinaire, de ce qu'est le monde matériel, de ce qu'a été notre histoire personnelle, notre passé, mais aussi notre présent, ce qui est parfois assez désagréable, la sensation de vide, de ne plus avoir envie de rien, alors que justement nous avons envie du rien. Nous sentons que nous ne sommes plus du tout à notre place dans ce monde et, surtout, ce qui semble très étrange sur le coup, que nous n'y avons jamais été à notre place, que toute cette vie, cette forme de vie, a été une erreur, et là c'est une sorte de joie inconnue que nous éprouvons.

## Transmettre

X : « Vivre utile » est un livre de transmission.

SM : De la Connaissance, en partie. Mais il s'agit surtout de transmettre l'incitation de l'intention. Pour ce qui est de la Connaissance, la quasi-totalité des œuvres qui peuvent se trouver dans une librairie dédiée à la spiritualité est à jeter. Ce sont surtout des vecteurs de perdition.

X : Alors, à qui se fier ?

SM : Uniquement à soi-même. Mais il faut bien reconnaître qu'avant d'être suffisamment dans la sûreté de son intuition, il y a souvent besoin d'en passer par des tiers. Et déjà là c'est compliqué car comment une intuition encore mal maîtrisée peut nous faire trouver les bons vecteurs ?

X : En tâtonnant ?

SM : C'est inévitable. Le tout étant de ne pas rester collé à ceux qui maintiennent dans le cercle où l'on tourne en rond. C'est là aussi une des pistes d'apprentissage de l'ouverture de conscience.

Par exemple, de nombreuses personnes croient que le dalai lama est un maître spirituel, alors que ce n'est qu'un chef d'Etat en exil. Evidemment il reflète une apparence de sagesse ; il a été retiré très tôt du quotidien du monde ordinaire pour être placé dans une posture surprotégée et conditionné dans cette image de guide spirituel. Cet être a-t-il vécu du quotidien ordinaire, habité en HLM, travaillé en usine ou au bureau avec des chefs hyper-névrosés, connu le stress d'être parent... ? Comment transmettre avec justesse lorsque l'accès à la Connaissance n'est pas passé par les prises de conscience réelles de la vanité de tous ces modes de vie ?

X : Certains sages des anciens temps ont-ils vécus en HLM ?

SM : Derrière l'ironie de votre question se cachent bien des choses intéressantes à observer sur la manière dont l'ego en l'être

humain essaie d'habiller les images de nos croyances. Par exemple, en ce qui concerne les « temps très anciens » pour lesquels même les historiens ne peuvent que se battre pour imposer leurs points de vue devant l'absence de preuves matérielles, c'est un régal pour l'ego d'inventer des mythes, des légendes, même des légendes modernes à l'apparence scientifique comme celle du personnage fictif composite.

X : Vous pensez à quelqu'un en particulier ?

SM : Lao Tseu, par exemple. Pourtant, l'être physique qui a écrit le livre du tao ne descendait pas de son OVNI pour offrir la Vérité au peuple terrestre. Le discours hermétique du premier abord pourrait le laisser croire ; ce serait si romantique. Pourtant son vécu ordinaire quel qu'ait été son type d'HLM l'a amené à nous transmettre ce livre puis à se retirer du monde ordinaire.

X : C'est le seul qui trouve grâce à vos yeux ?

SM : Il ne s'agit pas de trouver grâce, ni même de grâce. La pleine conscience fait que l'on voit qui a perçu ou non la vérité. L'exemple de Carlos Castaneda est assez éclairant sur ce point. Il a été très décrié ; même des gens dits très savants, de « grands intellectuels très reconnus » n'ont pu avoir une opinion certaine sur ce qu'il nous a transmis. Déjà parce qu'il ne peut s'agir d'opinion ; seule la conscience permet de voir. J'ai toujours observé parmi ceux que j'ai connus et qui se réclamaient de Castaneda qu'ils ne comprenaient pas l'essence de son message ; ils étaient généralement dans le mimétisme, ils jouaient à Don Juan sans s'en rendre compte ; ce qui ne les empêchait pas de toucher parfois du doigt le réel. Mais il est nécessaire d'avoir vécu le réel et connaître pour voir que ce dont parlait Castaneda ne pouvait être inventé ; il avait connu lui aussi et vécu le réel ; même si certaines choses lui ont échappées et que, jusqu'à sa mort, il a maintenu certaines erreurs ; d'ailleurs, dans les dernières années de sa vie, il « flottait » ; et sa dernière contribution, les passes magiques, reflète ce flottement ; alors que ses œuvres

antérieures peuvent en éclairer plus d'un malgré la forme parfois déroutante qu'il avait choisi pour transmettre le message ; et à ce propos il peut sembler en contradiction avec que je disais tout à l'heure sur le personnage fictif composite, car Don Juan en est un ; mais c'est Castaneda qui a choisi de le créer tel pour le besoin de la cause, ce que l'on appellerait aujourd'hui un docu-fiction.

X : Vous n'en dites pas plus sur ces erreurs, les choses qui lui ont échappées ?

SM : Non, car là aussi c'est à chacun de les découvrir au besoin ; ça fait partie du processus. Je n'en citerai qu'une car elle est primordiale et empêche beaucoup de gens d'avancer. Il faisait dire à Don Juan que le suicide est la pire façon de mourir. Il oubliait une précision essentielle : mourir avant d'être dans la pleine conscience fait de la vie perdue une vie vraiment perdue, qui aura été inutile. Une fois dans la pleine conscience, seule la mort physique libère totalement et définitivement. Les catholiques tiennent le même discours sur le suicide, sans subtilité. Ils ne font que



relayer le discours de l'ego dont c'est l'intérêt. L'être originel, en dehors de sa personnalité égotique, est libre de se donner la mort.

X : Et connaissez vous des transmetteurs entièrement fiables ?

SM : Ceux dont je viens de parler sont suffisamment intègres pour être entendus. Il y en a certainement bien d'autres mais qui ont préféré l'anonymat, ce qui est la meilleure façon de rejoindre l'Infini. Je pense notamment à ceux appelés gnostiques au début de l'ère chrétienne et qui au milieu de propos trop hermétiques ou fumeux nous ont transmis des vérités essentielles sur ce que Jésus est réellement venu nous dire.

X : Et le retour du Messie ?

SM : Si vous attendez un retour similaire à ce qui s'est passé alors, vous allez être déçu. « Son » retour est permanent. Par exemple, ce qu'a fait quelqu'un comme Krishnamurti peut être étiqueté comme tel, si vous avez absolument besoin d'étiquette ! Ce qu'il nous a transmis est

d'une pure justesse. La seule chose qui m'interroge, c'est la tendance de ses propos des dernières années de sa vie, parfois en contradiction complète avec le discours transmis durant des décennies, comme s'il avait accédé à la Connaissance trop tôt, sans être passé suffisamment par l'enfer du monde de l'ego, comme si sur la fin de sa vie l'ego avait réussi à le faire douter. Etrange !

Un peu comme Rimbaud, toute proportion gardée, faisant l'expérience du réel, encore adolescent, nous la transmettant dans ses « illuminations » ainsi que par contraste dans la « Saison en enfer » inévitable après ce genre d'expérience ; puis ne sachant ensuite quoi faire de tout cela et perdant le reste de sa vie.

*Décembre 2016*

# **Addendum**

## **Prendre conscience du sens de la vie**

C'est quoi la conscience ? Comme une parabole cherchant à capter un signal venant d'un proche satellite ou d'un astre lointain... Proche ou lointaine, la vérité ? Ce qui fait la différence est l'ouverture de la conscience. Plus elle est ouverte, plus elle perçoit la vérité sur le sens de la vie...

## **La Violence (1)**

La violence est ordinairement conçue comme un rapport moralisé entre un supposé bourreau et une supposée victime et ceci dans un évènement, en quelque sorte, figé.

En réalité, comment fonctionne la violence ?

La situation n'étant pas figée mais intervenant dans un processus toujours en mouvement, tentons de prendre un point de départ quelconque dans le processus ; le plus illustrant pour la compréhension est peut-être celui de la violence dite "gratuite". Un individu émet une violence à l'égard d'un autre individu sans aucune cause, du moins apparente, entre les deux. Celle-ci est reçue par la "victime" ; qu'est ce que cette dernière en fait ? Sans être trop

schématique, elle peut, soit la garder en soi voire la retourner contre elle-même, soit la renvoyer sur une autre personne.

Dans le premier cas, cette énergie négative va agir sous diverses formes et à divers degrés comme une perturbation désagréable, un traumatisme, un suicide, un processus pathologique tel un cancer etc...

Dans le deuxième cas, la "victime" originelle peut renvoyer cette violence sur une tierce personne, pouvant être une nouvelle violence "gratuite" ou s'insérant dans un processus de violence déjà existant entre la "victime" originelle et cette tierce personne ; elle peut aussi la renvoyer à l'individu qui lui a fait subir cette violence. Dans ce dernier cas de figure, la "victime" originelle va être ordinairement considérée, dans l'évènement figé qu'est ce renvoi de violence, comme "bourreau", jugée moralement comme violente etc... etc...

Parfois le lien de cause à effet est si flagrant qu'il sera question de légitime défense.

Souvent le lien est si peu perceptible ou si subjectif, si sujet à interprétation, que le jugement moral (et sa médiatisation, le cas échéant) sera "à côté de la plaque" avec tout son cortège de conséquences néfastes...

Un exemple : X et Y sont conjoints ; durant un temps plus ou moins long, Y reçoit de X une succession de violences verbales, psychologiques, plus ou moins ordinaires, qui finissent par s'accumuler en Y de façon incontrôlable ; un jour d'une violence verbale de trop, Y émet une violence physique à l'égard de X. Nous connaissons tous des exemples médiatisés de ce type et nous savons comment cela est traité, jugé. Mais qui a réellement compris l'ensemble du processus de violence ?

Bien sûr, ce court exposé d'un fonctionnement de l'être humain peut paraître trop schématique ; les réalités relèvent de subtilités qui viennent habiller les événements de violence et leur compréhension devient plus ardue. Pourtant il est nécessaire d'avoir conscience du processus basique pour éclaircir la compréhension de ces événements.

## **La Violence (2)**

Un jour, quelqu'un vous maltraite, même seulement verbalement ; comment réagissez-vous ?

Vous vous sentez meurtri, vous ressentez de la colère, vous voulez vous venger... Même

s'il n'y a pas de passage à l'acte, même si c'est le plus souvent inconscient, c'est la réaction ordinaire d'au moins 99% des êtres humains.

Vous voulez changer cela, ne plus être pris dans ce fonctionnement ? Comment faire ?

La plupart ira voir un psy, un conseiller conjugal... et cela peut aider, superficiellement.

Vous sentez que ce fonctionnement est trop ancré pour pouvoir en être vraiment libéré et même qu'il traduit quelque chose de plus global qui vous dépasse ? Vous avez envie de vous en sortir ?

Au commencement est l'intention.

« Avoir envie de » et « avoir l'intention de » sont assez proches, ordinairement. Mais ici, ce mot n'a pas son sens ordinaire. En réalité, l'intention est une force ; c'est la force qui est une des caractéristiques de l'énergie qui est celle de l'infini dont notre conscience est issue, conscience qui est notre essence, ce qui est potentiellement éternel en nous, à la différence de notre personnalité égotique.

Un aparté sur le « connais toi toi-même » de Socrate qui est si mal compris. Le « toi-même » qui est à connaître n'est pas notre

personnalité égotique mais notre essence d'être.

Alors, comment connaître notre essence d'être ?

En ouvrant notre conscience. Et comment ouvrir notre conscience ?

Avec l'intention, cette force venant de l'infini et que nous pouvons laisser nous traverser.

C'est cette force qui va nous porter à chaque étape de notre démarche d'ouverture de conscience, de connaissance de soi-même.

Mais comment se laisser traverser par cette force ?

Par l'intention.

« trouver l'intention grâce à l'intention » peut paraître stupide au premier abord mais cette force qu'est l'intention de l'infini semble répondre à une sorte d'appel.

Oubliez les « je me suis senti appelé » ou « je me suis senti une vocation » ; non pas parce que cela correspond systématiquement à des leurre mais parce que l'ego, si ce n'est lui qui en est à l'origine, s'en empare immédiatement pour nous aiguiller sur des voies de garage.



Cette sorte d'appel que vous allez ressentir comme évident et comme présent depuis toujours peut n'être qu'une vague étincelle résurgente de votre pré-emprisonnement dans la matière ; vos expériences successives pour vous appuyer sur cette force vont vous la faire découvrir de plus en plus sûrement ; un jour, vous n'aurez plus besoin de faire l'effort de la conscientiser ; cela sera devenu comme respirer.

### **Aimer les chevaux**

J'entends souvent des gens qui disent aimer les chevaux... et puis je les vois monter dessus, s'en servir pour assouvir leur plaisir personnel... Cela interroge.

De même, celles et ceux qui disent aimer les animaux... notamment parmi les « amoureux » de la nature, parfois militants écologistes et/ou actifs dans une association de protection des animaux... et je les vois capturer des animaux, les manipuler, les baguer... Et j'ai envie de leur demander : « vous aimeriez qu'on vous capture, qu'on vous manipule comme des objets ? Avez-vous conscience du stress, de la souffrance que vous leur faites subir ? ».

Bien sûr ils trouveront tout un argumentaire pour justifier ceci au nom du bien-être animal ; l'être humain se donne toujours de « bonnes » raisons pour justifier ses actes et donner de lui une bonne image.

Si vous aimez les chevaux, si vous aimez les animaux, si vous aimez la nature, le seul « acte » que vous puissiez vous accorder est de les observer, de loin, et pas trop longtemps.

Évidemment, il y aura toujours des exceptions, des situations où vous ne pourrez faire autrement que d'aller au-delà de cette attitude (qui ne doit jamais être une posture idéologique).

Simplement, dans tous vos rapports à la nature, aux animaux, demandez-vous si vous êtes réellement juste.

### **Fils de l'Infini**

Dès l'enfance, il m'a été essentiel d'entamer très tôt et peu à peu cette immersion douloureuse dans le monde ordinaire.

Ce qui est en quelque sorte naturel et sans alternative pour tout un chacun m'a été une nécessité, malgré la souffrance, en

considération de ce que je suis réellement, une "apparence d'être humain".

Je n'en ai eu conscience que tardivement : il m'était nécessaire de jouer le jeu d'être humain, de mener sa vie ordinaire et bien au-delà de ce qu'en vit la plupart.

Les notions de jeu et de jouer n'ont ici rien de leurs acceptions ordinaires, même si c'est bien l'ego qui joue son jeu en chacun de ces êtres. Car en fait de jeu, j'ai vécu tous ces événements de vie humaine d'une façon on ne peut plus authentique et sans avoir, durant très longtemps, conscience que j'étais tout autre et que ce que je vivais était autant de champs d'expériences à vivre pleinement, en ressentant comme tout être humain les émotions, les sensations, les sentiments, les souffrances que sont les leurs.

Je ne savais pas encore qu'il était essentiel que je vive tout cela pour connaître au plus profond de ma chair et au plus profond de mon âme ce qu'est une vie d'être humain en ce monde, de quoi elle est faite, comment elle est ressentie et, ce, sur un éventail d'expériences aussi vaste que possible.

Cela était nécessaire afin de pouvoir les entendre au plus juste dans ce qu'ils disent

de leur vie et cela était nécessaire afin de pouvoir, en toute connaissance de ce qu'est une vie d'être humain, leur transmettre au plus juste la vérité sur le réel et les vérités sur ce monde illusoire.

Dans leur immense majorité, celles et ceux qui m'ont connu – qui ont cru me connaître – ne m'ont vu que comme un être humain ordinaire, se sont faits une image de moi en conséquence et m'ont jugé comme tel. Quelques rares ont entrevu ce que je suis réellement et cela a totalement changé leur vie, leur mort.

### **Mon cœur**

« Comment ça va, mon cœur ? », « maman pense à toi, mon cœur »...

Nous entendons cette expression à toutes les sauces et la plupart d'entre-nous ont tellement intégré le sens superficiel du « mon cœur » qu'ils n'ont pas conscience d'où cela les amène : à leur propre disparition.

Notre cœur ne peut être qu'en nous. A partir du moment où nous l'extériorisons, le projetons sur des tiers, le donnons à de nombreux tiers et renforçons cette exfiltration à longueur de temps,

qu'advient-il ? Que devenons-nous lorsque notre cœur n'est plus en nous ? Notre véritable existence (pas celle de notre personnalité égotique) disparaît.

Il en est ainsi de tout ce que notre langage nous engage dans l'intention, même et surtout inconsciemment.

Comme le « petit ». « Tu veux un petit café ? » ; vous voulez vraiment tout vivre en « petit » ?

Comme le « trop ». « Oh ça c'est trop bon ! » ; alors pourquoi le prendre si c'est « trop » ?

Parce que « ça déchire grave » ? Pourquoi voudriez-vous déchirer ce que vous aimez ? Et pourquoi ce serait grave, ce que vous aimez ?

Etc... etc...

## **Féminisme**

Un homme, une femme... ♪♪♪ chabadabada  
♪♪♪

Les discours féministes se répandent de nouveau, en tous sens, harcelants et culpabilisants...

Dans quelle intention, à votre avis ? Quelle est l'intention de l'ego lorsqu'il cherche à opposer certains êtres à d'autres, même (et

surtout) en utilisant notamment certains faits légitimes ?

L'être humain, dans son obsession identitaire, s'étiquette et se revendique femme ou homme et, surtout, femme contre les hommes ou homme contre les femmes... gaspillant ainsi beaucoup de son énergie dans des combats de vanité.

Nous ne sommes pas des hommes ou des femmes mais des êtres qui sont en eux féminin et masculin.

L'égalité homme/femme revendiquée par les féministes devrait être en réalité une égalité, un équilibre, entre notre féminin et notre masculin en chacun de nous.

## **La réussite**

Comment réagissez-vous à ce modèle de réussite dont nous sommes conditionnés depuis la naissance et abreuvés dans les films, séries tv, média... ? Gravir l'échelle sociale, s'afficher avec une belle femme ou un homme bien sous tout rapport, des enfants merveilleux et avoir l'air d'être si heureux etc...

Autrefois, j'ai rencontré un coach de développement personnel qui ne cessait de répéter son expression favorite : « Réussir

sa vie ET réussir dans la vie ». Bien sûr, par « réussir dans la vie » (par distinction à « réussir sa vie » c'est-à-dire sa vie spirituelle) il parlait de ce modèle de réussite dont il était question plus haut. Seulement, il n'avait pas pris conscience qu'ayant débuté sa vie professionnelle d'agriculteur par trois faillites, cela était devenu une obsession de « réussir dans la vie » ; aussi projetait-il son obsession sur ses « disciples » en développement personnel.

Cette réussite en ce monde est un leurre ; il est même préférable de s'éloigner autant que possible de ce modèle et de se contenter matériellement du minimum vital ; pas nécessairement le dépouillement total mais juste la simplicité et la sobriété pour pouvoir vivre sans être ni dans les affres de trop de pauvreté ni pris dans les liens toxiques de la recherche de la « réussite » ; nous pouvons alors mettre l'essentiel de notre énergie à nous libérer de l'ego.

## **Les saisons**

Nous sommes un 24 novembre et j'en entends beaucoup qui n'osent pas parler

d'hiver ou s'en reprennent pour dire "automne"...

Les occidentaux croient que les solstices et les équinoxes sont le début d'une nouvelle saison alors qu'ils en sont en réalité le paroxysme ; les saisons commencent environ 1 mois et demi avant le solstice (ou l'équinoxe) et finissent environ 1 mois et demi après. Ainsi, cet hiver a débuté il y a déjà une quinzaine de jours et se terminera vers début/mi février prochain. Bien sûr cela n'est pas aussi tranché et n'est pas au jour près ; d'autant que cela dépend des années, de l'évolution du climat et des régions ; car il est de nombreuses régions de par le monde qui ne connaissent que l'été et l'hiver et dont les périodes d'équinoxe sont de plus ou moins longues périodes de transition.

Vous me demandez : "Mais quel rapport avec la spiritualité ?". L'ouverture de conscience, évidemment, qui permet avec l'observation de connaître ce genre de choses par soi-même et de se libérer des croyances et des routines ; et la discipline (pas celle qui consiste à obéir aux injonctions de l'autre) qui conduit l'ouverture de conscience sans se perdre de



droite et de gauche aux moindres sollicitations de l'ego.

### **La médecine**

Dans le cadre de nos soirées « la science, l'opium du peuple », nous parlerons ici, non pas comment au fil des siècles la science est venue supplanter la religion, mais de ce domaine particulier qu'est la médecine et plus particulièrement de ces médecins imbus de leur savoir au point de se présenter comme une sorte de clergé scientifique ayant tout pouvoir pour donner l'absolution lorsque, inconscients des limites de leur savoir, ils renvoient les misérables patients que nous sommes à expier nos maladies, sans reconnaître leur impuissance à justifier leurs honoraires libres exorbitants.

Mais pourquoi les études de médecine ont été rallongées de 7 à 9 ans si c'est pour autant subir la stupidité de ces médecins ?

« Au-delà de cette limite votre ticket n'est plus valable » alertait autrefois Romain Gary, il est vrai dans un tout autre domaine mais l'extrapolation ne serait-elle pas ici légitime ?

Les médecins susnommés, ne sachant ou ne voulant pas percevoir les limites de leur savoir, croient que leur ticket est valable en tout ; de là à se prendre pour Dieu, le Tout...

Il y a quelques années, je consultais un de ces médecins dits spécialistes qui, malgré des examens plus ou moins douloureux (pour le patient), concluait très laconiquement : « Je n'ai rien trouvé... Tout ça c'est dans votre tête ».

Pourquoi avoir attendu autant d'années pour consulter en étant certain de la réalité des symptômes et, surtout, comment faire entendre à cette conscience aussi fermée que, de toute façon, tout est toujours d'abord dans la tête.

En la consultant, je demandais juste à cette spécialiste qu'elle trouve comment « ce qui est dans la tête » avait réussi à matérialiser son plan dans le corps, le mien en l'occurrence ; après tout, le corps c'est le champ du savoir médical. Mais elle n'avait rien trouvé... Un peu plus d'honnêteté aurait dû lui faire dire qu'elle n'avait rien trouvé à partir de son seul savoir universitaire... et peut-être de sa longue pratique de la médecine ; mais de toute

évidence cette longue pratique avait trop peu remis en question ce en quoi l'université l'avait formatée, là où l'expérience a besoin de remise en question et d'élargissement de l'esprit.

Il ne sera pas non plus ici question de l'éternel débat entre médecine traditionnelle et médecines alternatives. Et pourtant, un médecin traditionnel qui cherche à aller au-delà de la limite où son petit ticket n'est plus valable aurait trouvé quelque chose et ne se serait pas contenté d'asséner comme un couperet : « tout ça c'est dans votre tête ».

Chère madame médecin, et si vous essayiez d'observer ce qui se passe dans votre tête lorsque vous dites cela ; vous arriveriez peut-être un jour à percevoir que l'ego vous manipule, vous aussi.

### **Les sachants**

J'eus autrefois un « responsable hiérarchique » qui aimait rien tant que clamer à qui voulait l'entendre – et même à celui qui ne le voulait pas particulièrement mais se trouvait dans son espace audible – qu'il était un « sachant ».

Les sachants, cette pseudo-caste d'élite, se disaient être ceux qui savaient. Qui savaient quoi ? En tout cas pas la Vérité. Mais cet état dont ils se revendiquaient s'établissait au regard de cette population d'exécutants grouillant autour d'eux dans le but d'exécuter tout et n'importe quoi de cette vanité dont est fait ce monde, notamment dans les milieux professionnels, et par là-même, souvent sans en avoir conscience, de renforcer l'état de « sachant » de leurs supérieurs.

Bien sûr, certains cherchaient à se translater d'exécutant en « sachant » comme un certain vizir cherchait à devenir calife. Rien de nouveau sous ce soleil !

Mais alors, qu'advient-il de ces « sachants » à l'instant de leur mort, a fortiori s'ils n'ont pas profité de leur longue période de retraite pour prendre conscience de la vanité de leur prétention d'ancien actif ?

## **L'eau**

L'été dernier, lors de ces périodes caniculaires de plus en plus fréquentes et de plus en plus intenses, j'observais dans mes campagnes, non pas mugir les féroces

soldats, mais se comporter nombre d'exploiteurs agricoles déversant des tonnes d'eau sur leurs cultures même au plus chaud de la journée.

Encore aujourd'hui, les agriculteurs, dans leur immense majorité, considèrent l'eau comme leur bien personnel au moins autant qu'ils sont attachés à leurs terres – comme si la planète leur appartenait – y compris pour continuer à exploiter certaines cultures dont il est dit depuis des décennies, du fait de leur trop grand besoin en eau, qu'elles ne sont pas adaptées à nos latitudes.

Ce sont ces mêmes qui se disent les nourriciers du pays alors que depuis les années 1950 plusieurs générations ont surtout empoisonné le sol et la population... et maintenant continuent à gaspiller le peu d'eau qu'il nous reste pour survivre.

Un de ces jours d'été, je marchais sur un sentier de randonnée de ma commune lorsque j'aperçus des trombes d'eau tomber à même le bitume déjà surchauffé de la petite route vicinale bordant un champ de maïs. Non seulement l'agriculteur bravait les arrêtés préfectoraux en vigueur mais une infime partie de cette eau arrivait sur le

maïs. Je rebroussais rapidement chemin pour ne pas être trempé et me rendais alors en mairie pour parler de cette situation sans indiquer le lieu précis du champ ; en l'absence d'élus, je m'attendais à ce que les agents municipaux me demandent cette précision pour en informer le maire ; mais non ; à la place, tout un discours cherchant à disculper éventuellement l'agriculteur – ou à ne pas s'embarrasser d'un problème supplémentaire ? – le tout me semblant ne pas les intéresser ; en dernier lieu, ne me proposent t'ils pas de contacter moi-même la police de l'eau (dont je découvre l'existence). Les représentants locaux, élus ou fonctionnaires, ne devraient-ils pas s'emparer sans délai de ce genre de situation ? Peut-être attendent-ils que l'eau cesse de couler à leur robinet.

### **L'observateur neutre**

Le seul sens de notre vie est de quitter au plus tôt ce monde en nous libérant définitivement de l'ego, en pleine conscience.

La seule manière de le réaliser est l'observation de soi-même, tout observer ce qui se passe en soi, afin de manifester des

prises de conscience. Cette observation passe par l'observateur neutre. Cet observateur est comme une tierce personne qui serait positionnée juste derrière soi, un peu en hauteur, et comme « étrangère » à soi. Neutre car son observation doit être sans jugement et sans complaisance. C'est s'observer comme on regarderait un paysage, avec suffisamment de recul pour pouvoir voir ce qui se passe en soi tel que cela se passe réellement.

Et c'est l'accumulation de ces prises de conscience qui amène à voir qui nous sommes vraiment, qui est réellement l'être humain, quel est ce monde, comment il fonctionne vraiment, ce qu'est réellement la vie, la mort...

## **Judas**

Judas est traditionnellement considéré comme le « traître », celui qui a dénoncé Jésus aux autorités qui voulaient l'arrêter.

En réalité, il a été le seul apôtre à participer activement à la manifestation du message que Jésus était venu transmettre, c'est-à-dire que la mort peut libérer et nous ramener à notre vie essentielle.

En fait, Judas s'est sacrifié pour permettre à Jésus de mourir et ainsi montrer cette libération et cette résurrection dans l'Infini. Malgré tout, encore aujourd'hui Judas continue à être considéré comme le modèle du traître ; l'ego fait ainsi son office dans l'esprit d'une grande partie de l'humanité.

## **Changer**

Vous entendez probablement dire souvent : « les gens ne changent pas ».

Ce n'est pas parce que cela est très majoritairement le cas que c'est impossible. Alors autant aller vers ce possible.

Bien sûr, la plupart croit que changer c'est changer sa personnalité, ce qui reviendrait à vouloir changer l'ego ; mais nous ne pouvons pas changer l'ego. Le changement en question consiste simplement à s'éloigner autant que possible de l'ego pour laisser place à qui nous sommes réellement ; et qui nous sommes vraiment n'a rien à voir avec ce qu'est notre personnalité. Cet éloignement jusqu'à la libération ne peut se faire que par l'observation (neutre) et la prise de conscience jusqu'à la pleine conscience (et la pleine conscience n'a rien à voir avec ce



que vous vantent certain(e)s dans leurs stages de « pleine conscience »). C'est une démarche solitaire « intérieure » et longue.

Vous entendez aussi : « on ne peut pas changer les autres ». Et c'est le cas ; on ne peut changer que soi-même (c'est pourquoi, notamment, il est préférable d'éviter ceux qui veulent changer le monde, sauver la planète, faire un monde meilleur etc...).

Cependant, il est possible d'éclairer l'autre sur ce dont on a fait soi-même l'expérience ; sous certaines conditions :

- Ne pas chercher à ~~changer~~ éclairer ceux qui ne le veulent pas.
- Pour ceux qui cherchent à changer, éclairer de façon subtile, délicate et surtout sans insistance.
- Etre conscient que parmi ceux qui en sont demandeurs, la plupart refuseront d'entendre vos propos et même beaucoup deviendront plus ou moins agressifs à votre égard.

Et, comme d'habitude, surtout ne me croyez pas ; faites-en vous-même l'expérience.

## **Les pensées**

Le fameux cogito – je pense donc je suis – est souvent conçu dans l'idée que notre existence vient de notre faculté à penser. Pourtant Descartes partait d'une juste observation dans son propos : « il y a un je ne sais quel trompeur très puissant et très rusé, qui emploie toute son industrie à me tromper toujours. Il n'y a donc point de doute que je suis, s'il me trompe... » ; de là à affirmer que l'Homme est un être pensant... Il aurait fallu une suffisante remise en question pour observer que c'était sa pensée (trompeuse) qui lui dictait cela.

En réalité, nos pensées ne sont pas NOS pensées ; ce sont celles de l'ego, ce flot ininterrompu de pensées que l'ego distille dans notre mental, cette voix incessante dans notre tête.

L'observation (neutre) du phénomène fait prendre conscience de cette réalité. Elle permet aussi d'interrompre ce flot, au moins temporairement ; libérés de cette voix nous nous libérons de l'ego... temporairement, le temps de « voir » que notre existence ne tient qu'à notre capacité de conscience, cette parcelle de la Conscience de l'Infini que nous sommes.

## **La vie après la mort**

Je ne reviendrai pas sur tout ce que j'en ai déjà dit dans « Vivre Utile » ; je (re)préciserai juste que : Nous sommes des consciences issues de l'Infini que l'ego a emprisonné dans la matière ; plus ou moins rapidement il a empli nos consciences de son esprit egotique afin de nous faire croire en la réalité de ce monde matériel et créer tout un système de croyances qui nous pousse dans les excès émotionnels dont il se nourrit. Nous devons donc en libérer notre conscience afin qu'à l'instant de notre mort nous puissions rejoindre l'Infini et ne pas rester emprisonnés, et désormais figés, dans le monde de l'ego.

## **Résister**

Une base pour « vivre utile » est de ne pas gaspiller notre énergie.

Résister est un gaspillage d'énergie. Nous sommes toujours perdant dans une confrontation même lorsque l'issue est une apparente victoire ; ne serait-ce que parce que nous y avons laissé beaucoup trop d'énergie.

Le fonctionnement de l'ego est cyclique. Les cycles peuvent parfois être longs mais

cela finit toujours par revenir « à la normale ».

Au risque d'en choquer plus d'un, la « résistance » de la seconde guerre mondiale sans cesse vantée comme héroïque et fait majeur de la libération était une immense stupidité. Je ne parle pas de ceux qui anonymement ont œuvré modestement à sauver quelques vies de juifs (ou autres persécutés par la psychose du petit Adolf). Je parle, par exemple, de ces imbéciles qui ont tué un officier allemand dans une rue de Nantes et dont la stupidité a causé la mort d'une cinquantaine d'innocents ; et sans rien changer de fondamental à la situation sinon la haine accrue chez l'adversaire ; et il en est encore à s'indigner dans une incompréhension de ce qui est arrivé plus tard à Oradour-sur-Glane !

Comme dans n'importe quelle situation de la vie, face à l'adversité, résister ne fait qu'entretenir la situation un peu plus longtemps et, surtout, perdre une précieuse énergie pouvant être utilisée de façon efficiente. Comment ? Par l'évitement. L'évitement peut prendre bien des formes. Il peut ressembler à la fuite, celle ayant une

connotation négative ; pourtant, autrefois, Henri Laborit en faisait l'éloge dans un livre qui aurait pu s'intituler « éloge de l'évitement ».

Au moment où la situation adverse est déjà manifestée, l'évitement consiste souvent à contourner l'obstacle ; là encore, cela peut prendre bien des formes. Une forme peut-être inattendue et hélas sujette à discussion est de laisser passer, laisser filer, porter le moins possible attention à l'obstacle (et si vous avez déjà ouvert suffisamment votre conscience, vous savez que « ne pas porter attention à... » fait disparaître l'obstacle plus ou moins rapidement, un peu comme par enchantement).

Vous pouvez aussi anticiper afin de limiter autant que possible la survenue d'obstacles en vous construisant un mode de vie qui laisse peu d'aspérité susceptible à l'ego d'y accrocher une quelconque adversité. Cela vous semblera peut-être trop mystérieux ; alors, pour découvrir ce qu'il en est, ouvrez votre conscience...

## **Rimbaud**

Vu récemment un documentaire consacré à Arthur Rimbaud où d'éminents rimbaldiens

étaient force informations factuelles sur le poète maudit, en dressant ainsi un portrait emphatique mais réduit à leur vision ordinaire, comme si l'on pouvait découvrir la vérité sur Rimbaud (comme sur n'importe qui ou quoi) sans voir derrière les apparences. Ce film se concluait brièvement par « le grand mystère qu'est Rimbaud », les éminents spécialistes finissant par reconnaître sous cape que l'on ne pouvait finalement pas comprendre ce cher Arthur...

« On n'est pas sérieux quand on a dix-sept ans » disait Rimbaud qui fit l'expérience de l'Infini très précocement, lors de sa période des « illuminations », expérience qui trouve sa plus juste interprétation dans son poème « Aube ». Cependant, ayant peu compris ce qui lui était arrivé, il en émit son fameux postulat du « dérèglement de tous les sens », ce en quoi il n'avait pas tout à fait tort puisque lorsque l'on fait l'expérience de l'Infini tous nos sens terrestres sont déconnectés, sauf que cette déconnexion des sens est un effet et non la cause de la perception de l'Infini ; il pouvait donc essayer tant qu'il voulait de dérégler ses sens, il n'a jamais pu renouveler cette

perception « illuminante ». Aussi, toutes ses tentatives, principalement avec Verlaine, n'ont pu générer que cette « saison en enfer » que les éminents spécialistes ne voient que comme le récit factuel de ces entreprises et de leurs conséquences ordinaires alors que la vérité est dans le désespoir de ne pouvoir revivre l'Infini et la prise de conscience de l'erreur de son postulat sans pour autant mieux comprendre ce qu'il fallait faire de cette expérience d'avoir « embrassé l'aube d'été ».

D'où la fuite et la réitération de ses perditions.

## **Vivant**

Vous souvenez-vous de cette chanson où Goldman disait : « la maison si nette qu'elle en est suspecte, comme tous ces endroits où l'on ne vit pas » ? Une maison bien rangée est suspecte d'absence de vie ! Dans le même esprit, il est généralement pensé qu'une ville ou une rue pleine « d'animation » est vivante et qu'en l'absence de bruit et de trépidation elle est dite morte. Quelques exemples typiques de préjugés et croyances erronées. Car en réalité cette « animation » n'est que

l'extériorisation de l'ego qui pousse les gens à s'agiter en tous sens et faire du bruit pour se donner l'illusion de leur existence.

La vie ne se trouve pas à l'extérieur de nous-même ; notre existence ne se révèle pas dans notre agitation, bien au contraire. Un être qui passerait son temps calmement, dans une sorte de méditation par exemple, serait bien plus « en vie », plus proche de son existence réelle, que ces gens qui s'agitent, se sentent obligés de « faire », d'acter quelque chose en permanence, de vouloir laisser une trace de leur « existence » après leur mort...

### **Côté sombre**

Il est une autre voie qui apporte une sorte de paix intérieure, du moins superficiellement ; c'est ce que nombreux font semi-inconsciemment ; « semi » car s'ils le font volontairement, s'ils le décident, c'est sans avoir conscience que l'ego n'est pas une part d'eux-mêmes mais une entité distincte qui les manipule.

Ce qu'ils décident, c'est de basculer totalement dans ce qu'ils appellent leur côté sombre.



Et il est vrai que cela a quelque chose de jouissif et même d'apaisant de manipuler les autres, ces autres qui essaient, vainement, d'être quelqu'un de bien, ou d'en avoir l'air ; cette impression de leur être supérieur, de mener le monde...

Qu'en est-il alors à l'instant de vérité, l'instant de vérité inévitable qu'est l'instant de la mort, si tant est que la conscience ou même seulement une pré-conscience de la vérité n'est pas venue plus tôt ? Qu'en est-il de cette sorte de paix intérieure ?

### **La foi, la prière**

Il est très répandu, notamment dans le milieu catholique, que la foi sauve et que la prière est exaucée.

La foi est une confiance absolue, en l'occurrence – dans le domaine spirituel – une croyance aveugle. Et c'est justement de toute croyance que nous devons nous libérer. La Connaissance ne peut se découvrir que par soi-même en ouvrant sa conscience. Une croyance, même absolue, est fragile car elle ne repose pas sur un vécu de notre conscience ouverte qui nous fait découvrir une vérité, une évidence qui fait que le doute disparaît réellement. Et c'est

évidemment l'intérêt de l'ego de créer et maintenir ces croyances, y compris en la croyance de ce qu'est censé être la foi, a fortiori une confiance aveugle ; c'est l'intérêt de l'ego d'aveugler l'être humain sur ce qu'est Dieu.

La prière est une demande fervente envers une instance supérieure. Mais de quelle instance s'agit-il réellement ? La plupart croient qu'il s'agit de Dieu la source de vie. En réalité, sans le savoir, en toute mystification, leur prière est adressée à l'ego. Si celle-ci est exaucée, la personne croit que c'est Dieu qui l'a entendue et reconnue comme juste ; en réalité, l'ego n'a fait cela que pour renforcer la croyance et, souvent, sous les apparences d'une bénédiction, pour en tirer une sorte de piège à venir (en priant Dieu, donc en fait l'ego, la personne attire l'attention de l'ego sur le problème que l'ego utilisera alors pour la piéger le moment venu ; c'est tout le paradoxe de cette croyance en la prière et de l'ignorance de qui est réellement Dieu). Cela, seule l'ouverture de conscience permet de le déceler, de le découvrir, de déjouer ces pièges.

### **Aimez-vous les uns les autres**

Cette parole, qui n'a probablement pas été prononcée ainsi de façon laconique, n'a pas été comprise par les rédacteurs des évangiles et ceux qui depuis cherchent à la transmettre.

Entendue ordinairement, elle laisse croire qu'il s'agit d'aimer l'autre tel qu'il est ordinairement, c'est-à-dire dans sa personnalité égotique ; ce qui revient à aimer la manifestation de l'ego en l'autre ; ce qui ne fait que renforcer l'autre dans son laxisme à se soumettre à l'ego encore et encore.

Cette parole serait plus à rapprocher du « aimez vos ennemis ». Mais là encore, sans conscience, cela amène à croire qu'il faut aimer son ennemi dans sa personnalité égotique. Pourtant elle laisse mieux, ici, entrevoir comment considérer un ennemi ordinaire comme une sorte d'ami.

Une ouverture de conscience suffisante permet de voir avec évidence que l'autre, a fortiori en ennemi, est là pour nous faire avancer vers le rien, vers notre libération. Bien sûr cet ennemi ne devient pas un ami au sens ordinaire ; cet autre est aussi cet être plus ou moins empreint d'ego avec tout

ce que cela traduit de désagréable pour nous ; parvenir à l'aimer plutôt que de se laisser aller à son égard à tous ces sentiments négatifs, légitimes d'une certaine manière mais qui nous poussent dans une impasse, c'est voir l'autre au-delà de sa personnalité égotique et comme le vecteur de notre dépassement, de notre avancée vers notre libération.

Il va sans dire que cette démarche ne revêt aucune obligation à devenir proche de cet autre, ennemi ; il est rarement utile d'essayer de s'en faire un ami (ordinaire) ; il est même souvent préférable de garder une distance. La démarche est "intérieure", dans ce changement de regard sur l'autre, dans le changement de paradigme en soi à travers le basculement de sentiment à son égard.

### **Cordialement**

Cette expression, soi-disant de politesse, s'est répandue un peu partout ces derniers temps.

Qu'en dit le Littré : Bienveillance ouverte et sincère, franche.

Or, si vous êtes vraiment observateur, vous avez pris conscience que son utilisation ne

correspond presque jamais à cette définition.

Utilisé comme un passe-partout, le terme « cordialement » dévoile au mieux une indifférence et souvent une certaine mise à distance de l'Autre.

Ce qui se révèle plus globalement de cette façon de s'adresser à l'Autre c'est que ça ne vient pas du cœur, qu'il n'y a pas de réelle sincérité.

Cela me rappelle la fameuse expression « mi casa es tu casa » que j'ai longuement expérimentée au Mexique où j'ai pu prendre conscience combien il ne s'agissait en fait que d'une posture culturelle (bien sûr largement inconsciente) où l'individu (son ego, évidemment) cherche à se donner une belle image de lui-même alors qu'au fond, vis à vis de l'Autre, il n'y a pas réellement de sincérité.

Si vous n'avez pas encore conscience de ces phénomènes, observez au-delà des apparences afin d'aiguiser votre perception, votre capacité d'observation.

### **Abstraire**

Dans « Vivre Utile » je disais ne pas pouvoir en dire beaucoup plus sur ce que je

nommais « le rien » tant les mots deviennent vides de sens dans la pleine conscience. Je vais cependant apporter une précision utile.

Abstraire est ici faire abstraction de toutes ces situations de notre quotidien qui nous dérangent, nous polluent (les nuisances d'un voisin, le harcèlement d'un collègue, les reproches incessants d'un conjoint etc...), c'est-à-dire tout ce que l'ego crée pour nous amener dans un excès émotionnel dont il peut se nourrir.

Même si nous ne devons pas nous interdire la fuite (quitter un quartier, un travail, un conjoint...) lorsque la situation est devenue excessive au regard de notre capacité du moment à la vivre, la première attitude est d'utiliser cette situation pour développer l'observation neutre et prendre conscience de ce qu'il y a derrière les apparences ; ceci peut nous amener à abstraire la situation jusqu'à être comme si celle-ci n'existait pas.

Par exemple, commencer par entendre de façon excédée les aboiements récurrents du chien d'un voisin puis observer en soi comment l'ego nous pousse à en être excédé et prendre aussi conscience que

l'ego du voisin et celui du chien ont mis en place cette situation pour créer autour d'eux les réactions émotionnelles excessives dont ils se nourriront.

Bien sûr cela demande du temps ; la persévérance de cette pratique fait s'alléger la réaction émotionnelle jusqu'à, un jour, ne plus entendre les aboiements du chien. La situation est devenue abstraite.

Attention, il ne s'agit pas de refoulement ou de déni, surtout pas ; sinon cela se retournerait contre nous un jour ou l'autre. Il s'agit de prise de conscience de la réalité derrière l'apparence de la situation ; celle-ci n'est pas effacée ou refoulée, elle est abstraite.

Pour qui est encore dans une démarche d'ouverture de conscience, cette pratique d'abstraction permet aussi de développer la capacité d'observation et, bien sûr, l'ouverture de conscience. Pour qui est dans la pleine conscience, puisque l'ego continue à tenter, il n'y a plus de conscience à ouvrir davantage mais l'observation neutre est devenue naturelle et facilite ainsi l'abstraction... sans être simple pour autant ; ceci amène au « rien », le rien d'ego.

## **Les excès**

Longtemps l'être humain s'est comporté sans attention à l'égard de son environnement et au moment où la conscience écologique prit son essor il poussa, ne serait-ce qu'idéologiquement, dans l'extrême sa volonté de « sauver la Terre », parfois jusqu'à l'absurde, l'être humain ne pouvant s'empêcher de tomber d'un extrême dans l'autre. L'ego met ainsi l'être humain dans des situations où il va pouvoir se nourrir de l'énergie de ses excès émotionnels.

Longtemps les hommes ont soumis les femmes et au moment où le féminisme prit son essor les femmes, parlant d'égalité, ont commencé à acter leur suprématie, l'être humain ne pouvant s'empêcher de tomber d'un extrême dans l'autre. Comme toujours, l'ego met l'être humain dans des situations où il va pouvoir se nourrir de l'énergie de ses excès émotionnels.

Longtemps vous avez vécu sans que la question du sens de la vie ou même seulement du sens de votre vie vous traverse l'esprit ; et un jour elle vous surprend et vous vous tournez vers une religion ou un stage de reiki ou un salon du



bien-être ou plein d'autres choses du même genre, avec avidité, en croyant que tout ceci va vous apporter les réponses... Et encore et encore, l'ego vous met dans des situations où il va pouvoir se nourrir de l'énergie de vos excès émotionnels...

### **L'Enfant-Roi**

Succédant à une longue ère où les parents avaient quasiment le droit de vie ou de mort sur leurs enfants, à la fin des années 60 / début des années 70 est apparu le culte de l'Enfant-Roi : il faut laisser l'enfant faire tout ce qu'il veut et ne lui imposer aucune limite. Idée absurde de favoriser l'entière liberté de l'ego en l'être humain dès la petite enfance qui se cantonnait alors dans les milieux qui aujourd'hui seraient dits alternatifs ; mais dès la fin des années 70, cette culture a commencé à se répandre dans la population.

Et ces enfants sont devenus parents. Qu'ont-ils pu transmettre ? Nous avons pu observer qu'ils ont abandonné cela à une Education Nationale totalement dépassée par une tâche censée relever d'une relation de confiance parents/enfants.

Leurs enfants n'ayant reçu aucune véritable éducation, nous pouvons voir leur incapacité à concevoir l'attention à l'Autre, le respect de l'Autre... La vie en commun est devenue encore plus difficile avec ces deuxièmes générations. Et certain(e)s vont devenir parents...

L'Ego-Roi toujours plus roi en son royaume !

### **L'ego créa ce monde**

et les minéraux en captant des consciences dans l'Infini et en les enfermant dans la matière ; les minéraux sont dotés de conscience.

Ne se sentant pas assez nourri de l'énergie des minéraux, l'ego créa les végétaux, de la même manière.

Ne s'est-il encore pas suffisamment rassasié de l'énergie des végétaux ? L'ego créa les animaux en enfermant dans la matière des consciences captées dans l'Infini, l'animal créé dans le système proie/prédateur afin de générer plus d'excès émotionnels.

Mais en voulant toujours plus, l'ego créa de la même manière l'être humain ; l'humain est homme à l'origine et l'ego créa sa variante femme afin d'être sa plus forte

tentation tout en lui permettant de se reproduire à l'infini.

Comment se libérer de l'ego et retrouver l'Infini ?

### **Nous ne devons**

laisser aucune trace de notre passage en ce monde.

Nous devons laisser le moins possible de traces de notre passage en ce monde.

Chaque trace que nous laissons peut nous retenir ici après notre mort, d'autant plus que la trace est intense, d'autant plus que la trace est publique.

Ce pouvoir de rétention dépend en partie de ceux qui restent et dépend surtout de l'Infini, de la force qui nous relie à l'Infini.

### **Mais, surtout,**

ne me croyez pas ; découvrez tout cela par vous-même. L'approche intellectuelle et la croyance n'apporteront aucun réel changement en vous ; seule la démarche d'ouverture de conscience apporte ce changement. Toutes les paroles que je vous ai données ne sont là que pour vous inciter à entrer dans cette démarche.

Alors ouvrez votre conscience, trouvez en vous l'intention pure, regardez au-delà des apparences, utilisez l'observateur neutre, percevez la voix de l'Infini et découvrez les vérités par vous-même.

Stelo Marina

*Vivre utile, se libérer de l'ego*

*« ...je me sentais comme dans un brouillard où je voyais parfaitement clair, je ne voyais plus avec mes yeux mais avec tout mon corps, le champ, les arbres, le ciel, tout était comme le prolongement de mon corps, corps que je ne sentais plus, du moins je ne le sentais plus comme différencié du reste ; le temps s'était comme arrêté... »*

Au sein de l'Infini, le monde matériel est une création de l'ego, un leurre. L'ego en est le créateur, considéré à tort comme Dieu. Seul l'Infini est réel et peut être vu « comme Dieu ». Vivre utile c'est retrouver l'Infini en nous libérant de l'ego et ainsi être, enfin ! Comment ? En ouvrant notre conscience, jusqu'à la Connaissance, la vérité. Cela demande juste détermination, courage et persévérance car jusqu'au bout l'ego tentera de nous manipuler. Alors seule la mort physique nous libérera définitivement.