

# Manuel de thèmes formatifs et de pratiques pour les Messagers

## Thèmes formatifs et pratiques pour les Messagers

Bibliographie de base recommandée : Le Message de Silo et Commentaires au Message de Silo.

Les thèmes formatifs. Ils sont articulés en groupe de conférences et de petits développements. Parmi eux, on souligne : “La guérison de la souffrance”, “L'échec”, “La réconciliation”, “La foi”, “La religion”, “La transcendance”, “Unité et contradiction”, “L'action valable”, “Les principes d'action valable et la Règle d'or”. Cette liste n'est pas exhaustive et d'autres thèmes de la bibliographie recommandée peuvent être travaillés.

Les pratiques suggérées. Elles ont été regroupées sur la base de séminaires et de retraites. On relève parmi elles : “La configuration du guide intérieur”, “La Force (I)”, “La Force (II)”, “La réconciliation”, “Le changement profond et essentiel”, “La direction et les aphorismes”, “La Demande”, “La Règle d'Or et les actions transformatrices”.

Pratiques et thèmes formatifs ont été pensés pour être développés dans les Centres de Travail des Parcs d'étude et de réflexion. Lorsqu'il n'existe pas de Parc à proximité, les Salles ou petites salles des communautés sont les lieux adéquats à ces activités.

Karen Rohn - Marcos Pampillón.

Auteurs de cette sélection et suggestion de thèmes formatifs et de pratiques.

Traduction en français du présent matériel : Claudie Baudoin

Centre d'Études de Punta de Vacas. 15/03/2008

## **Documents du Manuel de thèmes formatifs et de pratiques pour les Messagers**

### **Première partie - Thèmes formatifs**

1. La guérison de la souffrance
2. L'échec
3. La réconciliation
4. La foi
5. La religion
6. La transcendance
7. Unité et contradiction
8. L'action valable
9. Les principes d'action valable
10. Commentaires sur la Règle d'or

### **Deuxième partie - Séminaires et retraites<sup>1</sup>**

1. Séminaire sur la configuration du Guide Intérieur
2. Séminaire sur la Force I
3. Séminaire sur la réconciliation
4. Séminaire sur le changement profond et essentiel
5. Séminaire sur la direction et les aphorismes
6. Séminaire sur la demande
7. Séminaire sur la Règle d'Or et les actions transformatrices
8. Retraite de la Force II

---

<sup>1</sup> Les séminaires sont d'une durée d'une journée, tandis que les retraites durent plusieurs jours.

# Première partie - Thèmes formatifs

## Thème formatif N°1

### La guérison de la souffrance

Silo - Punta de Vacas, Mendoza, Argentine 4 mai 1969

Si tu es venu écouter un homme supposé transmettre la sagesse, tu t'es trompé de chemin car la réelle sagesse ne se transmet ni par les livres, ni par les discours ; la réelle sagesse est au fond de ta conscience comme l'amour véritable est au fond de ton cœur.

Si tu es venu, poussé par les calomnieux et les hypocrites, écouter cet homme pour utiliser ce que tu écoutes comme argument contre lui, tu t'es trompé de chemin ; en effet, cet homme n'est pas ici pour te demander quoi que ce soit, ni pour t'utiliser car il n'a pas besoin de toi.

Tu écoutes un homme qui ne connaît ni les lois qui régissent l'Univers, ni celles de l'Histoire et qui ignore les relations régissant les peuples. Très loin des villes et de leurs ambitions malsaines, cet homme s'adresse à ta conscience. Là-bas, dans les villes où chaque jour est une aspiration arrêtée par la mort, où la haine succède à l'amour, où la vengeance succède au pardon, là-bas, dans les villes des hommes riches et pauvres, dans les immenses espaces des hommes, s'est posé un voile de souffrance et de tristesse. Tu souffres quand la douleur mord ton corps.

Tu souffres quand la faim s'en empare. Mais tu ne souffres pas seulement à cause de la faim ou de la douleur immédiate de ton corps, tu souffres aussi des conséquences des maladies de ton corps.

Tu dois distinguer deux types de souffrance : l'une est produite en toi par la maladie (elle peut reculer grâce au progrès de la science, de même que la faim peut reculer grâce au triomphe de la justice) ; l'autre ne dépend pas de la maladie de ton corps mais en découle : si tu es infirme, si tu ne peux pas voir ou ne peux pas entendre, tu souffres ; mais, même si cette souffrance découle de ton corps ou de ses maladies, elle est celle de ton mental.

Il y a une autre souffrance qui ne peut reculer ni avec le progrès de la science, ni avec celui de la justice. Cette souffrance, strictement liée à ton mental, recule devant la foi, devant la joie de vivre, devant l'amour. Tu dois savoir que cette souffrance est toujours basée sur la violence qui se niche dans ta conscience. Tu souffres par crainte de perdre ce que tu as ou à cause de ce que tu as déjà perdu ou pour ce que tu désespères d'atteindre. Tu souffres de ne pas avoir ou par peur en général... Voilà les grands ennemis de l'homme : la peur de la maladie, la peur de la pauvreté, la peur de la mort, la peur de la solitude. Toutes ces souffrances sont propres à ton mental. Toutes révèlent la violence intérieure, la violence présente dans ton mental. Remarque comment cette violence découle toujours du désir. Plus un homme est violent, plus ses désirs sont grossiers.

Je voudrais te raconter une histoire qui arriva il y a très longtemps.

Il était une fois un voyageur qui devait parcourir un très long chemin en un temps limité. Il attela donc son animal à un chariot et entreprit un long périple vers une destination lointaine. Il appela l'animal Nécessité, le chariot Désir, l'une des deux roues Plaisir et l'autre Douleur. Et le voyageur menait ainsi son chariot, tantôt à droite, tantôt à gauche, mais toujours vers sa destination. Plus le chariot allait vite, plus les roues du Plaisir et de la Douleur reliées par le même essieu et portant le chariot du Désir tournaient rapidement. Comme le voyage était très long, notre voyageur s'ennuyait. Il décida alors de décorer son chariot en le parant de beaux atours, et c'est ce qu'il fit. Mais plus il embellissait le chariot du Désir, plus celui-ci devenait lourd pour la Nécessité. Dans les virages et les pentes raides, le pauvre animal défaillait, ne pouvant plus traîner le chariot du Désir. Sur les chemins sablonneux, les roues du Plaisir et de la Souffrance s'enfonçaient dans le sol. Un jour, le voyageur désespéra car le chemin était très long et sa destination encore très lointaine. Cette nuit-là, il décida de méditer sur ce problème, et ce faisant, il entendit le hennissement de son vieil ami. Comprenant le message, il défit dès le lendemain matin les ornements du chariot, l'allégeant de tout son poids. Il remit alors son animal au trot, avançant vers sa destination. Il avait perdu néanmoins un temps irrécupérable. La nuit suivante, il médita encore une fois et comprit, grâce à un nouvel avertissement de son ami, qu'il devait entreprendre une tâche deux fois plus difficile qui signifiait "se détacher". À l'aube, il sacrifia le chariot du Désir. Il est vrai que, ce faisant, il perdit la roue du Plaisir, mais avec elle, il perdit aussi la roue de la Souffrance. Il monta sur le dos de l'animal Nécessité et commença à galoper par les vertes prairies jusqu'à destination.

Vois comme le désir peut te piéger. Il y a des désirs de différentes qualités. Certains désirs sont grossiers, d'autres plus élevés. Élève le désir ! Dépasse le désir ! Purifie le désir ! Tu devras alors certainement sacrifier la roue du plaisir, mais tu perdras aussi celle de la souffrance.

Chez l'homme, la violence mue par les désirs ne reste pas seulement dans sa conscience, comme une maladie, mais elle agit aussi dans le monde des hommes ; elle s'exerce sur les autres personnes. Lorsque je parle de violence, ne crois pas que je me réfère uniquement à la guerre et aux armes avec lesquelles les

hommes détruisent d'autres hommes ; ceci est une forme de violence physique. Mais il y a aussi une violence économique qui te fait exploiter l'autre : elle apparaît quand tu voles l'autre, quand tu n'es plus son frère, mais plutôt un rapace pour lui. Il existe aussi une violence raciale : crois-tu ne pas l'exercer quand tu persécutes quelqu'un d'une race différente de la tienne ? Crois-tu ne pas l'exercer quand tu le diffames car il est d'une race différente de la tienne ? Il existe une violence religieuse : crois-tu ne pas l'exercer quand tu ne donnes pas de travail à quelqu'un, que tu lui fermes les portes ou le licencies parce qu'il n'est pas de la même religion que toi ? Crois-tu ne pas être violent lorsque tu enfermes en le diffamant celui qui ne communit pas avec tes principes ? Et lorsque tu l'enfermes dans sa famille ou parmi ceux qui lui sont chers parce qu'il ne partage pas ta religion, crois-tu ne pas être violent ?

Il existe d'autres formes de violence comme celles imposées par la morale des philistins : tu veux imposer ta manière de vivre à l'autre, lui imposer ta vocation... Mais qui t'a dit que tu es un exemple à suivre ? Qui t'a dit que tu peux imposer une façon de vivre parce qu'elle te plaît ? Où est le moule, où est le modèle pour que tu l'imposes ?... Ceci est une autre forme de violence. C'est uniquement par la foi intérieure et la méditation intérieure que tu peux en finir avec la violence en toi, chez les autres et dans le monde qui t'entoure. Les fausses solutions ne peuvent mettre un terme à la violence. Ce monde est sur le point d'exploser et il n'y a pas moyen de mettre un terme à la violence. Ne cherche pas de fausses solutions ! Il n'existe pas de politique capable de résoudre cette folle angoisse de la violence. Il n'existe ni parti, ni mouvement sur la planète qui puisse mettre un terme à la violence. Il n'existe pas de fausses solutions à la violence dans le monde... On me dit que les jeunes, sous différentes latitudes, cherchent de fausses solutions pour sortir de la violence et de la souffrance intérieure et qu'ils se tournent vers la drogue. Ne cherche pas de fausses solutions pour en finir avec la violence.

Mon frère ! Suis des règles simples comme sont simples ces pierres, cette neige et ce soleil qui nous bénit. Porte la paix en toi et porte-la aux autres. Mon frère ! Là, dans l'Histoire, l'être humain porte le visage de la souffrance. Regarde ce visage plein de souffrance... Mais rappelle-toi qu'il est nécessaire d'aller de l'avant, nécessaire d'apprendre à rire et nécessaire d'apprendre à aimer.

À toi, mon frère, je lance cet espoir, cet espoir de joie, cet espoir d'amour afin que tu élèves ton cœur et ton esprit et afin que tu n'oublies pas d'élever ton corps.

### **Bibliographie**

\* Silo, *Propos, Harangue de la guérison de la souffrance*, Éditions Références, Paris, 1999. À paraître prochainement sous le titre *Silo Parle*. (Voir aussi *Silo à ciel ouvert*, Éditions Références, Paris, 2007.)

\* Vidéo *Commentaires de Silo - Chapitre 3 : Le Message* - [www.silo.net](http://www.silo.net) & [www.editionsreferences.com](http://www.editionsreferences.com)

## Thème formatif N°2

### L'échec

« *Au long des jours, je découvris ce grand paradoxe : ceux qui portèrent l'échec en leur cœur purent illuminer l'ultime triomphe ; ceux qui s'étaient sentis triomphateurs restèrent sur le chemin tels des végétaux à la vie diffuse et éteinte.* »

Le Regard Intérieur (Chap. III, le non sens)

### De Psychologie I, Notes de Psychologie

Face au monde, la conscience tend à compenser celui-ci structurellement par le biais d'un système complexe de réponses. Certaines réponses parviennent au monde objectal directement (exprimées à travers les centres), mais d'autres demeurent dans la conscience et parviennent au monde indirectement, par une quelconque manifestation de conduite. Ces compensations de la conscience tendent à équilibrer le milieu interne en fonction du milieu externe. Un tel lien s'établit en raison d'exigences lorsque l'individu est amené à répondre rapidement à un monde complexe : naturel, humain, social, culturel, technique, etc. Alors surgissent le "noyau de rêverie" comme réponse compensatrice importante et les "rêveries secondaires" comme réponses particulières à ces exigences. Les rêveries sont visualisables en tant qu'images, différemment du noyau, qui est perçu comme un climat allusif au fur et à mesure qu'il se configure dans le temps et qu'il gagne en pouvoir de diriger les tendances et les aspirations personnelles. C'est au moment du déclin du noyau de rêverie, lorsqu'il cesse de diriger le psychisme, que l'on peut observer les formes et les images qu'il avait adoptées. C'est pourquoi il est plus facile de percevoir le noyau au début et à la fin de son processus, mais pas dans son étape intermédiaire, pendant laquelle il dirige le plus l'activité psychique. Le paradoxe est que l'être humain ne perçoit pas ce qui détermine le plus sa conduite, le noyau opérant en tant que tréfonds qui répond de façon totalisante aux multiples exigences de la vie quotidienne.

Le noyau de rêverie régit les aspirations, les idéaux et les illusions, celles-ci changeant à chaque étape vitale. Suite à ces changements ou variations dans le noyau, l'existence s'oriente vers d'autres directions et des changements concomitants se produisent dans la personnalité. Ce noyau s'use sur le plan individuel, tout comme s'épuisent les rêveries de l'époque qui dirigent l'activité de toute une société. Tandis que, d'un côté, le noyau donne une réponse générale aux exigences du milieu, de l'autre, il compense les déficiences et les carences de base de la personnalité, en imprimant une direction déterminée à la conduite. Cette direction peut être pondérée selon qu'elle conduit ou pas à l'adaptation croissante. Les rêveries et le noyau imprègnent la conscience de suggestibilité en produisant ce blocage caractéristique de la critique et de l'autocritique propres aux niveaux inférieurs à la veille. C'est pourquoi toute confrontation ou opposition directe à la suggestion du noyau de rêverie est inutile, puisque celui-ci finit par renforcer sa compulsion. La possibilité de produire un changement de direction vers une ligne évolutive réside dans la réalisation de modifications graduelles. Le noyau peut régresser ou se fixer. Dans le premier cas, le psychisme retourne aux étapes antérieures, augmentant les désaccords entre processus et situation dans le milieu. Dans le deuxième cas, quand le noyau se fixe, il coupe l'individu de son milieu, en créant une conduite qui ne s'ajuste pas à la dynamique des événements.

Le noyau de rêverie assujettit l'être humain à la persécution de mirages qui, ne pouvant pas se réaliser, produisent des états douloureux (des-illusions), tandis que les réalisations partielles produisent des situations de plaisir. Ainsi nous découvrons que dans la racine de la souffrance psychologique se trouvent les rêveries et leur noyau.

**C'est lors de grands échecs, lorsque tombent les attentes et que s'évanouissent les mirages, que surgit la possibilité d'une nouvelle direction de vie.** Dans cette situation, ce "nœud de douleur" est mis à nu, ce nœud biographique dont la conscience a si longtemps souffert.

-----  
Ce moment crucial dans la vie et particulièrement dans le travail évolutif d'une personne est décrit à l'aide d'allégories dans le chapitre XIX *Les états intérieurs* du livre *Le Regard Intérieur*.

*D'échec en échec, tu peux arriver au prochain palier, celui que l'on appelle "demeure de la déviation". Attention aux deux voies que tu as maintenant devant toi : ou tu prends le chemin de la résolution, qui te mène à la génération, ou tu prends celui du ressentiment, qui te fait redescendre vers la régression.*

*Tu es là, placé face au dilemme : ou bien tu te décides pour le labyrinthe de la vie consciente (et tu le fais avec résolution), ou bien tu retournes plein de ressentiment à ta vie précédente. Nombreux sont ceux qui, n'étant pas parvenus à se dépasser, coupent là leurs possibilités.*

-----  
Depuis une autre perspective, dans son intervention du 04 mai 2004 à Punta de Vacas, Silo introduisit le thème de l'échec dans sa projection vers le travail de transformation sociale.

*Nous avons échoué... mais nous insistons !*

*Nous avons échoué mais nous insistons dans notre projet d'humanisation du monde.*

*Nous avons échoué et nous continuerons d'échouer mille et une fois encore car nous chevauchons les ailes d'un oiseau appelé "tentative" qui vole par dessus les frustrations, les faiblesses et les petites choses.*

*C'est la foi en notre destin, c'est la foi en la justice de notre action, c'est la foi en nous-mêmes, c'est la foi en l'être humain, la force qui anime notre vol.*

*Car ce n'est pas la fin de l'Histoire, ni la fin des idées, ni la fin de l'homme ; c'est parce que ce n'est pas non plus le triomphe définitif de la méchanceté et de la manipulation que nous pouvons toujours tenter de changer les choses et de nous changer nous-mêmes.*

### **Bibliographie**

\* Silo, *Le Regard Intérieur. Humaniser la terre*, Éditions Références, Paris, 1999.

\* Silo, *Notes de Psychologie, Psychologie I*. (À paraître prochainement en français.)

\* *Discours de Silo* à l'occasion de la première célébration annuelle du Message de Silo, Punta de Vacas, 4 mai 2004. [www.silo.net](http://www.silo.net) & [www.editions-references.com](http://www.editions-references.com) (Voir aussi *Silo à ciel ouvert*, Éditions Références, Paris, 2007.)

## Thème formatif N°3

### La Réconciliation

#### 1. Extrait de la harangue de Silo lors des journées d'inspiration spirituelle à Punta de Vacas, les 3, 4 et 5 mai 2007

Nous avons fait ce pèlerinage jusqu'à ce paysage désolé cherchant la Force qui alimente notre vie, cherchant la Joie dans l'action et cherchant la Paix mentale nécessaire pour progresser dans ce monde altéré et violent. Durant ces Journées, nous révisons nos vies, nos espérances et aussi nos échecs, afin de purifier le mental de toute fausseté et de toute contradiction. Avoir l'opportunité de réviser aspirations et frustrations est une pratique que devrait effectuer, ne serait-ce qu'une fois dans sa vie, toute personne qui cherche à avancer dans son développement personnel et dans son action dans le monde. Ce sont des journées d'inspiration et de réflexion. Ce sont des journées de Réconciliation. Réconciliation sincère avec nous-mêmes et avec ceux qui nous ont blessés. Dans ces relations douloureuses que nous avons subies, nous ne sommes pas en train d'essayer de pardonner ni d'être pardonnés. Pardonner exige que l'un se place depuis une hauteur morale supérieure et que l'autre s'humilie face à celui qui pardonne. Il est clair que le pardon est un pas plus avancé que celui de la vengeance, mais il ne l'est pas autant que celui de la réconciliation.

Nous ne sommes pas non plus en train d'essayer d'oublier les offenses qui ont eu lieu. Il ne s'agit pas d'essayer de falsifier la mémoire. Il s'agit d'essayer de comprendre ce qui s'est passé pour passer au pas supérieur de la réconciliation. On n'arrive à rien de bon personnellement et socialement par l'oubli ou par le pardon. Ni oubli, ni pardon ! Car le mental doit rester alerte et attentif, sans dissimulations ni falsifications. Ce que nous considérons maintenant est le point le plus important de la Réconciliation qui n'admet pas d'adultérations. Si ce que nous cherchons, c'est la réconciliation sincère avec nous-mêmes et avec ceux qui nous ont blessés profondément, c'est parce que nous voulons transformer notre vie en profondeur. Une transformation qui nous sorte du ressentiment dans lequel, en définitive, personne ne se réconcilie avec personne, encore moins avec soi-même. Quand nous parvenons à comprendre que ce n'est pas un ennemi qui habite à l'intérieur de nous, mais un être empli d'espérances et d'échecs, un être dans lequel nous voyons, dans une courte succession d'images, de beaux moments de plénitude et des moments de frustrations et de ressentiment ; quand nous parvenons à comprendre que notre ennemi est un être qui a vécu aussi des espérances et des échecs, un être dans lequel il y eut de beaux moments de plénitude et des moments de frustration et de ressentiment, nous posons alors un regard humanisateur sur la peau de la monstruosité.

Ce chemin vers la réconciliation ne surgit pas spontanément, de même que ne surgit pas spontanément le chemin vers la non-violence, car tous deux requièrent une grande compréhension et la formation d'une répugnance physique de la violence.

Ce ne sera pas nous qui jugerons les erreurs, ni les nôtres ni celles des autres. Pour cela il y aura la rétribution humaine et la justice humaine et ce sera la stature des époques qui exercera son emprise, car je ne veux ni me juger ni juger... Je veux comprendre en profondeur pour purifier mon mental de tout ressentiment.

Se réconcilier n'est pas oublier ni pardonner, c'est reconnaître tout ce qui s'est passé et c'est se proposer de sortir du cercle du ressentiment. C'est promener son regard en reconnaissant les erreurs en soi et dans les autres. Se réconcilier en soi-même, c'est se proposer de ne pas passer deux fois par le même chemin, mais être disposé à réparer doublement les dommages produits. Mais il est clair que nous ne pouvons pas demander à ceux qui nous ont offensés de réparer doublement les dommages qu'ils nous ont occasionnés. Cependant, c'est une noble tâche que de leur faire voir la chaîne de préjudices qu'ils entraînent dans leur vie. Faire cela nous réconcilie avec celui que nous ressentions auparavant comme un ennemi, même si cela n'aboutit pas à ce que l'autre se réconcilie avec nous, mais cela fait déjà partie du destin de ses actions, sur lesquelles nous n'avons pas pouvoir de décision.

Nous sommes en train de dire que la réconciliation n'est pas réciproque entre les personnes et que la réconciliation avec soi-même n'a pas pour conséquence que les autres sortent de leur cercle vicieux, quand bien même les bénéfices sociaux d'une telle posture individuelle sont indéniables.

Dans nos journées, le thème de la réconciliation a été central mais nous serons certainement parvenus à d'autres avancées en réalisant physiquement ce pèlerinage dans un paysage inconnu qui aura réveillé des paysages profonds. Et cela sera toujours possible si le Dessein qui nous meut pour faire ce pèlerinage est une disposition vers la rénovation, ou mieux encore, une disposition vers la transformation de sa propre vie.

Nous avons passé en revue ces jours-ci les situations que nous considérons les plus importantes de notre vie. Si nous avons repéré ces moments et que nous y avons promené la réconciliation, balayant les ressentiments qui nous attachent au passé, nous aurons fait un bon pèlerinage à la source de la rénovation et de la transformation.

## 2. Extrait du discours de Silo lors de l'acte public de Madrid, 1981.

*Comment l'être humain vaincra-t-il son ombre ? En la fuyant ? En l'affrontant dans une lutte incohérente ? Si le moteur de l'Histoire est la révolte contre la mort, révolte-toi maintenant contre la frustration et la vengeance.*

*Arrête, pour la première fois dans l'histoire, de chercher des coupables. Les uns et les autres sont responsables de ce qu'ils ont fait, mais personne n'est coupable de ce qui est arrivé. Souhaitons que l'on puisse déclarer dans ce jugement universel : " Il n'y a pas de coupables " et que l'obligation soit établie pour tout être humain de se réconcilier avec son propre passé.*

*Cela commencera ici en toi et en moi, et nous serons responsables que cela se poursuive parmi ceux qui nous entourent et ce, jusqu'à parvenir au dernier recoin de la Terre.*

*Si la direction de ta vie n'a pas encore changé, tu as besoin de le faire ; mais si ta vie a déjà changé, tu as besoin de renforcer cette direction.*

*Pour que tout cela soit possible, accompagne-moi dans un acte libre, courageux et profond qui soit aussi un engagement.*

*Levons-nous. Et face à notre propre futur, demandons-nous.*

*Est-il nécessaire pour moi et pour les autres que la direction de ma vie change ou se renforce ? Alors que jaillissent en moi la force et la lumière de la vie.*

*Aujourd'hui, et pas demain, va vers la réconciliation, embrasse ton couple et ton enfant, ta mère et ton père, embrasse ton ami et ton ennemi, et dis-leur le cœur ouvert : " Quelque chose de grand et de nouveau s'est produit aujourd'hui en moi ", puis explique-leur ce qui s'est produit afin qu'eux aussi puissent apporter ce Message.*

*Pour tous, Paix, Force et Joie !*

### **Bibliographie**

\* *Journées d'Inspiration Spirituelle* à Punta de Vacas - 3, 4 et 5 mai 2007 - [www.silo.net](http://www.silo.net) & [www.editions-references.com](http://www.editions-references.com) (Voir aussi *Silo à ciel ouvert*, Éditions Références, Paris, 2007.)

\* Silo, *Propos, acte publique*, Pavillon des sports, Madrid, Espagne, 27 septembre 1981, Éditions Références, Paris, 1999. À paraître prochainement sous le titre *Silo Parle*.

\* Vidéo *Sélection de conférences de Silo - Acte publique de Madrid, 1981*. [www.editionsreferences.com](http://www.editionsreferences.com)

## Thème formatif N°4

### La Foi

« Lorsque tu trouves une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sens libre et sans contradictions, remercie immédiatement en ton intérieur. Lorsque le contraire t'arrive, demande avec foi, et la reconnaissance que tu as accumulée te reviendra transformée et amplifiée en bénéfiques. »

Extrait du *Regard Intérieur*, Chap. XIII, *Les Principes*, Silo

#### 1. Chapitre XIV du *Paysage Intérieur*

1. Quand j'entends le mot "foi", un soupçon surgit en mon intérieur.
2. Chaque fois que quelqu'un parle de la "foi", je me demande à quoi sert ce qui est annoncé.
3. J'ai vu la différence entre la foi naïve (également nommée "crédulité") et cette autre foi, violente et injustifiée, qui donne lieu au fanatisme. Aucune des deux n'est acceptable étant donné que l'une ouvre la porte à l'accident alors que l'autre impose son paysage enfiévré.
4. Mais cette puissante force, capable de mobiliser la meilleure cause, doit avoir quelque chose d'important. Que la foi soit une croyance dont le fondement soit son utilité pour la vie !
5. Si l'on affirme que la foi et la science s'opposent, je répliquerai que je dois accepter la science tant que celle-ci ne s'oppose pas à la vie.
6. Rien n'empêche que la foi et la science, si elles ont la même direction, produisent le progrès ; l'enthousiasme aidera à soutenir cet effort.
7. Que celui qui veut humaniser aide à donner du courage, en montrant les possibilités du futur. La déroute anticipée du sceptique sert-elle la vie ? La science aurait-elle pu se maintenir sans la foi ?
8. Voici un type de foi qui va contre la vie ; elle affirme: « La science détruira notre monde ! ». Il serait tellement mieux de placer sa foi à humaniser chaque jour la science et d'agir pour que triomphe la direction dont elle fut dotée dès sa naissance !
9. Si une foi ouvre le futur et donne un sens à la vie en l'orientant depuis la souffrance et la contradiction vers toute action valable, alors son utilité est manifeste.
10. Cette foi, ainsi que celle placée en soi-même, dans les autres et dans le monde qui nous entoure, est utile à la vie.
11. En disant: « La foi est utile ! », tu troubleras certainement une oreille particulièrement sensible, mais cela ne doit pas te préoccuper, car ce musicien (s'il s'examine un peu) reconnaîtra à quel point la foi lui est aussi utile, même si elle provient d'un instrument différent de celui dont tu joues.
12. Si tu obtiens foi en toi-même et dans ce qu'il y a de meilleur chez ceux qui t'entourent, foi dans notre monde et dans la vie toujours ouverte vers le futur, tout problème qui t'a semblé invincible jusqu'à maintenant se réduira.

#### 2. Chapitre XIV du *Paysage Intérieur*

Ces phrases brèves que nous appelons "aphorismes" sont d'une grande aide pour développer au quotidien un type de foi utile à la vie.

Le premier dit ceci : « Les pensées produisent et attirent des actions ». Que signifie : les pensées "produisent des actions" ? Cela veut dire que j'agis dans la vie en accord avec les choses que je sens ou les choses dont je me souviens ou que j'imagine. Il est évident que toute activité que je développe sera en fonction de la façon dont je l'aurai exercée auparavant et se déroulera suivant la clarté avec laquelle j'appréhenderai ce que j'ai à faire. Si mes pensées sont confuses, il est très probable que mes actes soient confus et ainsi de suite. Quant aux pensées qui attirent des actions, il est évident que si elles ont produit des actes de confusion, il y aura de la confusion dans mes activités et chez les personnes vers lesquelles je me dirige. Par conséquent, en retour me reviendront des résultats de ce type. Si je pense avec ressentiment et que j'agis de cette manière, je provoquerai sûrement du ressentiment et j'attirerai à moi des actions de ce genre provenant d'autres personnes. Il suffit qu'une personne croie en sa malchance pour que ses actions et celles des autres finissent par lui procurer ce qu'elle croit.

L'aphorisme suivant dit ceci : « **Les pensées avec foi produisent et attirent des actions plus fortes** ». "Foi" signifie conviction, sentiment fort, certitude qu'une chose est telle qu'on la croit. Ce n'est pas la même chose de penser avec la grande force des émotions qu'avec le doute. Il suffit de voir ce qu'un sentiment fort comme l'amour est capable de mouvoir pour comprendre ce que nous disons.

Le troisième aphorisme est ainsi énoncé : « **Les pensées répétées avec foi produisent et attirent un maximum de force dans les actions** ». Plus on répète une chose, plus elle se grave dans la mémoire, plus les habitudes deviennent fortes et plus on est prédisposé à des actions futures dans cette direction. Si quelqu'un pense continuellement avec foi qu'il est malade, il finira par tomber malade avec plus de

probabilité que s'il n'y pense que d'une manière fugace ou sans conviction. C'est également valable pour les projets que l'on fait dans la vie. Ils doivent être pensés avec clarté, avec foi et doivent être considérés de façon répétée. Alors mes actions iront dans cette direction et je provoquerai des réponses de mon milieu et de mon entourage dans le sens qui m'intéresse.

### **Bibliographie**

\* Silo, *Humaniser la terre, Le paysage intérieur*, Éditions Références, Paris, 1999.

\* *Le livre de la communauté. Thèmes formatifs*, Éditions Références, Paris, 2002.

## La Religion

« Quand on parla de cités des dieux où voulurent parvenir de nombreux héros de différents peuples ; quand on parla de paradis où les dieux et les hommes vivaient ensemble dans une nature originelle transfigurée ; quand on parla de chutes et de déluges, on exprima une grande vérité intérieure. Les rédempteurs apportèrent ensuite leurs messages et vinrent à nous dans une double nature pour rétablir cette nostalgique unité perdue. On exprima aussi alors une grande vérité intérieure. Cependant, lorsqu'on parla de tout ceci en le plaçant hors du mental, on fit erreur ou on mentit. Inversement le monde extérieur, confondu avec le regard intérieur, oblige ce dernier à parcourir de nouveaux chemins. Ainsi, aujourd'hui vole vers les étoiles le héros de cet âge. Il vole à travers des régions jusqu'alors ignorées. Il vole vers l'extérieur de son monde et, sans le savoir, est lancé jusqu'au centre intérieur et lumineux. »

Extrait du *Regard Intérieur*, Chap. XX, *La réalité intérieure*, Silo

### 1. Du chapitre XII du *Paysage Humain* : *La religion*

...

3. De Dieu, on ne peut rien dire. On peut seulement dire des choses à propos de ce qui a été dit sur Dieu. Nombreuses sont les choses dites sur lui et beaucoup peut être dit sur ces dires sans pour autant avancer sur la question de Dieu, en ce qui concerne Dieu lui-même.

4. Indépendamment de ces jeux de mots, les religions ne peuvent être d'un profond intérêt que si elles prétendent montrer Dieu, et non dire des choses sur lui.

5. Mais les religions montrent ce qui existe dans leurs paysages respectifs. C'est pourquoi une religion n'est ni vraie ni fausse car sa valeur n'est pas logique. Sa valeur se fonde sur le type de registre intérieur qu'elle suscite, dans l'accord de paysages entre ce que l'on veut montrer, et ce qui est effectivement montré.

6. La littérature religieuse est en général liée à des paysages extérieurs et humains ; les caractéristiques et les attributs des dieux n'échappent pas à ces paysages. Néanmoins, même si les paysages extérieurs et humains se modifient, la littérature religieuse peut traverser les âges. Cela n'est pas étonnant puisque un autre genre de littérature (non religieuse) peut également être suivi avec intérêt et avec une vive émotion à des époques très éloignées. La permanence dans le temps d'un culte n'en dit pas beaucoup sur sa "vérité", puisque les formalités légales et les cérémonies sociales se transmettent de culture en culture et que l'on continue de les observer en ignorant, cependant, leur signification d'origine.

7. Les religions surgissent dans un paysage humain et dans un moment historique ; on dit alors que Dieu "se révèle" à l'homme. Mais quelque chose s'est passé dans le paysage intérieur de l'être humain pour qu'à ce moment historique-là une telle révélation soit acceptée. L'interprétation de ce changement s'est faite généralement du "dehors" de l'homme, situant ce changement dans le monde extérieur ou dans le monde social. Ainsi, on a gagné sous certains aspects mais on a perdu en compréhension du phénomène religieux quant au registre intérieur.

8. Les religions, elles aussi, se sont présentées comme externalité ; ainsi, elles ont préparé le terrain aux interprétations mentionnées.

9. Quand je parle de "religion extérieure", je ne me réfère pas aux images psychologiques projetées sous forme d'icônes, peintures, statues, édifices, reliques (propres à la perception visuelle). Je ne mentionne pas non plus leur projection sous forme de cantiques, prières (propres à la perception auditive), ni à leur projection sous forme de gestes, postures et orientations du corps dans des directions précises (propres aux perceptions kinesthésique et cénesthésique). Enfin, je ne dis pas non plus qu'une religion soit extérieure parce qu'elle possède des livres sacrés ou des sacrements, etc. Je ne désigne même pas une religion comme extérieure parce qu'elle ajoute une église à sa liturgie, une organisation, des dates de culte, un certain état physique ou un certain âge des croyants pour effectuer des activités déterminées. Non. Cette forme, où les partisans de telle ou telle religion luttent entre eux au niveau mondial - chaque camp attribuant à l'autre, divers degrés d'idolâtrie pour le type d'image préférée avec lequel les uns et les autres travaillent -, cette forme ne constitue pas le cœur du sujet (sauf par le fait de montrer la totale ignorance psychologique des adversaires).

10. J'appelle "religion extérieure" toute religion qui prétend dire des choses sur Dieu et sur la volonté de Dieu, au lieu de parler du religieux et du registre intime de l'être humain. Le fait de s'appuyer sur un culte extériorisé pourrait même avoir un sens si, avec de telles pratiques, les croyants éveillaient en eux-mêmes (montraient) la présence de Dieu.

11. Toutefois, le fait que les religions aient été jusqu'à présent extérieures correspond au paysage humain dans lequel elles sont nées et se sont développées. La naissance d'une religion intérieure est possible, de même que la conversion des religions à la religiosité intérieure, si, toutefois, elles survivent. Mais cela arrivera dans la mesure où le paysage intérieur sera en condition d'accepter une nouvelle révélation. Et l'on commence à l'entrevoir déjà dans les sociétés où le paysage humain fait l'expérience de

changements si sévères que le besoin de références intérieures se fait de plus en plus impérieux.

12. Rien de ce qui a été dit sur les religions ne peut aujourd'hui être maintenu, car ceux qui en ont fait l'apologie ou en furent les détracteurs, ont cessé depuis longtemps de remarquer le changement intérieur chez l'être humain. Si certains pensaient les religions comme un engourdissement de l'activité politique ou sociale, aujourd'hui ils y sont confrontés à cause de leur forte poussée dans ces domaines. Si d'autres les imaginaient imposant leur message, ils trouvent que leur message a changé. Ceux qui croyaient qu'elles allaient toujours exister, doutent aujourd'hui de leur pérennité, et ceux qui supposaient qu'elles allaient disparaître à court terme, assistent avec surprise à l'irruption de formes mystiques manifestes ou larvées.

13. Et dans ce domaine, peu nombreux sont ceux qui pressentent ce que réserve le futur, parce que rares sont ceux qui entreprennent la tâche de comprendre dans quelle direction va l'intentionnalité humaine qui, résolument, transcende l'individu humain. Si l'homme aspire à ce que quelque chose de nouveau "apparaisse", c'est bien parce que ce qui tend à "apparaître", agit déjà dans son paysage intérieur. Mais ce n'est pas en prétendant être le représentant d'un dieu que le registre intérieur de l'homme va se transformer en la demeure, ou paysage, d'un regard (d'une intention) transcendant.

## **2. De la religiosité dans le monde actuel, 6 juin 1986**

*« Voici mon avis : 1- Un nouveau type de religiosité a commencé à se développer au cours des dernières décennies. 2- Cette religiosité présente un tréfonds de rébellion diffuse. 3- En conséquence de l'impact de cette nouvelle religiosité, et bien entendu en conséquence des changements vertigineux qui se produisent dans les sociétés, il est possible que les religions traditionnelles auront à subir en leur sein des adaptations et des réajustements substantiels. 4- Il est fort probable que, sur l'ensemble de la planète, les populations connaissent des secousses psychosociales résultant en grande partie de ce nouveau type de religiosité mentionné au préalable.*

*Par ailleurs, et même si cela semble opposé à l'avis de l'ensemble des observateurs sociaux, je ne crois pas que les religions aient perdu de leur dynamique ; je ne crois pas qu'elles se soient éloignées des pouvoirs de décision politique, économique et sociale, et je ne crois pas non plus que le sentiment religieux ait cessé de toucher la conscience des peuples.*

*Il nous paraît clair que la religiosité est en progression ici, aux États-Unis, au Japon, dans le monde arabe et dans le camp socialiste, qu'il s'agisse de Cuba, de l'Afghanistan, de la Pologne ou de l'URSS. Nous nous posons plutôt la question de savoir si les religions officielles pourront adapter ce phénomène psychosocial au nouveau paysage urbain ou si, au contraire, elles seront débordées. Il se pourrait très bien qu'une religiosité diffuse se développe dans de petits groupes chaotiques sans constituer une église formelle ; il sera alors assez difficile d'appréhender la véritable envergure que pourra prendre ce phénomène. Bien que la comparaison ne soit pas vraiment légitime, je me permets de vous rappeler un précédent ancien : la Rome Impériale a vu surgir de chez ses voisins toutes sortes de cultes et de superstitions, tandis que la religion officielle perdait de sa force de conviction. L'un de ces groupes insignifiants finit par se transformer en une Église universelle... Aujourd'hui, il est clair que pour avancer, cette religiosité diffuse devra combiner le paysage et le langage de notre époque - un langage informatique, de technologie et de voyages spatiaux - avec un nouvel évangile social. »*

## **3. Du thème de Dieu, 29 octobre 1995**

*« Si Dieu n'est pas mort, les religions ont alors des responsabilités à assumer envers l'humanité. Elles ont aujourd'hui le devoir de créer une nouvelle atmosphère psychosociale, de s'adresser à leurs fidèles avec une attitude pédagogique et d'éradiquer toute trace de fanatisme et de fondamentalisme. Elles ne peuvent rester indifférentes face à la faim, à l'ignorance, à la mauvaise foi et à la violence. Elles doivent fermement contribuer à renforcer la tolérance, aller au-delà de la tolérance et développer une aptitude au dialogue avec d'autres confessions et avec tous ceux qui se sentent responsables du destin de l'humanité. Elles doivent s'ouvrir, et je vous prie de ne pas prendre ceci pour une irrévérence, aux manifestations de Dieu dans les différentes cultures. Nous espérons d'elles cette contribution à la cause commune en un moment par ailleurs difficile.*

*Au contraire, si Dieu est mort dans le cœur des religions, nous pouvons être certains qu'il renaîtra en une nouvelle demeure, comme nous l'enseigne l'histoire des origines de toutes les civilisations ; et cette nouvelle demeure sera dans le cœur de l'être humain, très loin de toute institution et de tout pouvoir. »*

### **Bibliographie**

\* Silo, *Humaniser la terre, Le paysage humain*, Éditions Références, Paris, 1999.

\* Silo, *Propos, Conférences*, Éditions Références, Paris, 1999. À paraître prochainement sous le titre *Silo Parle*.

\* Vidéo : Silo, *Sélection de conférences, La religiosité dans le monde actuel, Le thème de Dieu*, [www.silo.net](http://www.silo.net) & [www.editions-references.com](http://www.editions-references.com)

\* Vidéo : *Commentaires de Silo - Chapitre 2 : L'expérience*. [www.silo.net](http://www.silo.net) & [www.editionsreferences.com](http://www.editionsreferences.com)

## La Transcendance

« Il n'y a pas de sens à la vie si tout se termine avec la mort. » Extrait du *Regard Intérieur*, Chap. III, *Le non sens*, Silo.

### 1. Chapitre XIII du *Paysage intérieur* : les sens provisoires

1. Lorsque, mû par la compensation pendulaire, je cherche des sens qui puissent justifier mon existence, je me dirige vers ce dont j'ai besoin ou crois avoir besoin. Dans tous les cas, que je l'obtienne ou non, qu'advient-il de mon sens (en tant que mouvement dans une direction) ?

2. Ces sens provisoires, nécessaires au développement de l'activité humaine, ne sont pas le fondement de mon existence. D'autre part, si je m'affirme dans une situation particulière, qu'arrivera-t-il si un accident la désarticule ?

3. À moins qu'on ne veuille réduire l'existence à l'épuisement ou à la frustration, il sera nécessaire de découvrir un sens tel que pas même la mort (si tel était l'accident) ne puisse épuiser ou frustrer.

4. Tu ne pourras justifier l'existence si tu lui mets comme fin l'absurdité de la mort. Jusqu'à maintenant, nous avons été compagnons de lutte. Ni toi ni moi n'avons voulu plier devant aucun dieu. C'est ainsi que j'aimerais toujours me souvenir de toi. Pourquoi alors m'abandonnes-tu lorsque je vais désobéir à la mort inexorable ? Comment se peut-il que nous ayons dit : « Pas même les dieux ne se trouvent au-dessus de la vie ! » et que maintenant tu t'agenouilles devant la négation de la vie ? Toi, fais comme tu veux ; mais moi je ne baisserai la tête devant aucune idole, même si elle se présente "justifiée" par la foi dans la raison.

5. Si la raison doit être en fonction de la vie, qu'elle serve à nous faire sauter par dessus la mort. Que la raison, alors, élabore un sens exempt de toute frustration, de tout accident, de tout épuisement.

6. Je n'accepterai pas à mes côtés celui qui projette une transcendance par peur, mais celui qui s'élève en rébellion contre la fatalité de la mort.

7. C'est pour cela que j'aime les saints, qui n'ont pas peur mais aiment véritablement, et que j'aime ceux qui, par leur science et leur raison, vainquent quotidiennement la douleur et la souffrance. En vérité, je ne vois pas de différence entre le saint et celui qui encourage la vie avec sa science. Quels meilleurs exemples, quels guides supérieurs à ces guides ?

8. Un sens qui veuille aller plus loin que le provisoire n'admettra pas la mort comme la fin de la vie, mais affirmera la transcendance comme la plus grande désobéissance au Destin apparent. Et celui qui affirme que ses actions déclenchent une série d'événements qui se continuent en d'autres, a pris entre ses mains une partie du fil de l'éternité !

### 2. Fragment de *Commentaires au Message de Silo*

Dans presque toutes les cérémonies sont présentes deux réalités qui, traitées explicitement ou non, montrent leur importance par leurs profondes significations qu'elles recouvrent pour la vie. Nous connaissons ces réalités, qui admettent différentes interprétations, sous les désignations suivantes : "L'Immortalité" et "Le sacré". Le Message accorde la plus grande importance à ces thèmes et explique qu'on doit pouvoir disposer du plein droit de croire ou de ne pas croire en l'Immortalité et dans le Sacré car l'orientation de la vie d'une personne sera en fonction de la posture qu'elle assume face à cela.

Le Message assume les difficultés d'examiner ouvertement les croyances fondamentales, heurtant la censure et l'autocensure qui inhibent la pensée libre et la bonne conscience. Dans le contexte de la libre interprétation que favorise le Message, on admet que pour certaines personnes l'Immortalité se réfère aux actions réalisées dans la vie et que leurs effets continuent dans le monde physique malgré la mort physique. Pour d'autres, la mémoire conservée par les êtres chers, ou même par des groupes ou des sociétés entières, garantit la perpétuation après la mort physique. Pour d'autres encore, l'immortalité est acceptée comme perpétuation personnelle à un autre niveau, dans un autre "paysage" d'existence.

Pour continuer avec la libre interprétation :

Certains ressentent le Sacré comme le moteur de l'affection la plus profonde. Pour eux, les enfants ou les autres êtres chers représentent le Sacré et revêtent une valeur maximale qui ne doit être avilie sous aucun prétexte. Il y a ceux qui considèrent l'être humain comme Sacré, ainsi que ses droits universels. D'autres encore expérimentent la divinité comme l'essence du Sacré.

Dans les communautés qui se forment autour du Message, on considère que les différentes postures assumées face à l'Immortalité et au Sacré ne doivent pas être simplement "tolérées" mais véritablement respectées.

Le Sacré se manifeste depuis la profondeur de l'être humain, d'où l'importance de l'expérience de la Force, en tant que phénomène extraordinaire que nous pouvons faire surgir dans le monde quotidien. Sans l'expérience, tout est douteux, avec l'expérience de la Force, nous avons des évidences profondes. Nous n'avons pas besoin de la foi pour reconnaître le Sacré. On obtient la Force au cours de certaines

cérémonies comme celles de l'Office et de l'Imposition. On peut également percevoir les effets de la Force dans les cérémonies de Bien-être et d'Assistance.

Le contact avec la Force provoque une accélération et une augmentation de l'énergie psychophysique surtout si des actes cohérents sont réalisés quotidiennement, actes qui par ailleurs créent une unité intérieure orientée vers la naissance spirituelle.

### 3. Extrait de la conférence *Du sens de la vie*, 10 octobre 1980, Mexico

« Dans son développement, l'être humain rencontre des résistances ; en les rencontrant, il se fortifie ; en se fortifiant, il intègre des difficultés ; en les intégrant, il les dépasse. Donc, toute cette souffrance surgie chez l'être humain au cours de son développement l'a aussi renforcé et lui a permis d'aller au-delà de la souffrance elle-même. Ainsi, dans les étapes antérieures, la souffrance a dû contribuer au développement de l'être humain dans la mesure où elle a justement créé des conditions pour être dépassée.

Nous n'aspérons pas à la souffrance. Nous aspirons à nous réconcilier, y compris avec notre espèce qui a tant souffert et grâce à laquelle nous pouvons explorer de nouveaux horizons. La souffrance de l'homme primitif n'a pas été inutile, tout comme n'a pas été inutile la souffrance de générations et de générations limitées par toutes ces conditions. Nous remercions nos prédécesseurs malgré leur souffrance car, grâce à eux, nous pouvons envisager de nouvelles libérations.

La souffrance n'est donc pas née à l'improviste mais avec le développement et la croissance de l'homme. Évidemment, en tant qu'êtres humains, nous n'aspérons nullement à continuer de souffrir ; au contraire, nous aspirons à dépasser ces résistances, ouvrant ainsi une nouvelle voie pour notre développement.

Nous avons dit que nous trouverons la solution au problème de la souffrance grâce au sens de la vie et nous avons défini ce sens en tant que direction vers le futur ; direction qui donne cohérence à la vie, qui permet de donner un cadre à ses activités et qui justifie pleinement l'existence. Cette direction vers le futur est d'une très grande importance car, d'après nos observations, si on supprime cette voie de l'imagination, cette voie du projet, cette voie du futur, l'existence humaine perd sa direction, ce qui constitue une source de souffrance inépuisable.

Il est évident pour tous que la mort apparaît comme la plus grande souffrance liée au futur. Dans cette perspective, il est clair que la vie a un caractère provisoire. Il s'avère également, dans ce contexte, que toute construction humaine est une construction inutile vers le néant. C'est peut-être la raison pour laquelle, le fait de détourner le regard de la mort a permis de vivre la vie *comme si* la mort n'existait pas... Celui qui pense que tout finit pour lui avec la mort, pourra être réconforté par l'idée qu'on se souviendra de lui pour ses splendides actions ou que ses êtres chers - et peut-être les générations à venir - ne l'oublieront pas. Quand bien même ce serait le cas, si tout le monde s'achemine vers un néant absurde, celui-ci interromprait alors tout souvenir. On pourrait aussi penser que tout ce que l'on fait dans la vie ne sert qu'à répondre le mieux possible à des nécessités. Soit, mais comme ces besoins cesseront avec la mort, toute lutte pour sortir du règne de la nécessité aura alors perdu son sens. Enfin, on pourrait se dire que la vie d'une personne a peu d'importance au regard de la vie de l'espèce humaine et que la mort d'un individu n'est donc pas significative. Mais s'il en était ainsi, ni la vie, ni les actions personnelles n'auraient de sens. Aucune loi, aucun engagement n'aurait de justification et il n'y aurait fondamentalement aucune différence significative entre les bonnes et les mauvaises actions.

Rien n'a de sens si tout s'achève avec la mort. Si cela est vrai, l'unique recours possible pour transiter dans la vie, est de se donner du courage avec des sens provisoires, avec des directions provisoires auxquelles appliquer notre énergie et notre action. Et cela se passe ainsi habituellement mais, pour cela, il est nécessaire de nier la réalité de la mort, de faire *comme si* elle n'existait pas.

Si l'on interroge une personne sur le sens qu'elle donne à sa vie, elle répondra probablement que c'est sa famille, son prochain ou une cause déterminée qui, selon elle, justifie l'existence. Ce sont ces sens provisoires qui lui donneront une direction pour faire face à l'existence ; mais pour peu que naissent des problèmes avec ses proches, pour peu que la cause embrassée lui procure une désillusion, pour peu que quelque chose change par rapport au sens choisi, l'absurdité et la désorientation reviendront vers leur proie.

Finalement, voilà ce qui arrive avec les sens et les directions de vie provisoires : lorsqu'on les atteint, ils ne sont déjà plus des références et cessent alors d'être utiles pour l'avenir ; si on ne les atteint pas, ils cessent aussi d'être utiles en tant que référence. Il est vrai qu'après l'échec d'un sens provisoire, il reste toujours l'alternative d'en adopter un nouveau, peut-être opposé à celui qui a échoué. Mais, sens après sens, s'efface au fil du temps toute trace de cohérence si bien que la contradiction augmente et, avec elle, la souffrance.

La vie n'a pas de sens si tout s'achève avec la mort. Mais est-il certain que tout s'achève avec la mort ? Est-il sûr qu'on ne puisse trouver une direction définitive qui ne varie pas avec les accidents de la vie ? Comment se situe l'être humain face au problème de tout voir s'achever avec la mort ?

Nous observons cinq états liés au problème de la mort et de la transcendance. Toute personne peut se situer dans l'un de ces cinq états.

Le premier état est celui dans lequel une personne a la preuve indubitable - fournie par sa propre expérience et non par son éducation ou son environnement - que la vie est un transit et la mort tout juste un

accident.

D'autres personnes ont la croyance que l'être humain se dirige vers une quelconque transcendance. Elles ont acquis cette croyance à travers leur éducation, leur environnement. Elles l'ont acquise non par quelque chose de ressenti, d'expérimenté ou d'évident pour eux, mais plutôt par un enseignement qu'elles acceptent sans aucune expérience.

Il y a un troisième type de position par rapport au sens de la vie : celui des personnes désireuses d'avoir une foi ou une expérience. Vous avez certainement rencontré beaucoup de personnes déclarant : « Si je pouvais croire à certaines choses, ma vie serait différente. » On pourrait citer bien des exemples. Ainsi, certaines personnes ont eu beaucoup d'accidents et de malheurs qu'elles ont surmontés par la foi ou grâce au registre que ces accidents et ces malheurs - transitoires ou provisoires - n'épuisent pas la vie, mais sont une épreuve, une résistance qui fait avancer dans la connaissance, d'une façon ou d'une autre. Vous avez peut-être même rencontré des personnes qui acceptent la souffrance comme un moyen d'apprentissage. Nous ne parlons pas de celles qui la recherchent - certaines semblent l'affectionner tout particulièrement - mais de celles qui tirent le meilleur parti de ce qui leur arrive ; de celles qui ne cherchent pas la souffrance, au contraire, mais qui, dans une telle situation, l'assimilent, l'intègrent et la dépassent.

Il y a donc des personnes qui se trouvent dans cet état : elles n'ont ni foi ni croyance mais aimeraient avoir quelque chose qui leur donne du courage et une direction dans la vie. Oui, ces personnes existent.

D'autres personnes soupçonnent intellectuellement l'existence d'un futur après la mort, la possibilité d'une transcendance. Elles considèrent simplement cela comme possible, mais n'ont aucune expérience de transcendance, aucun type de foi et elles n'aspirent pas à avoir cette expérience ou cette foi. Vous connaissez certainement ce type de personnes.

Enfin, il y a celles qui nient toute possibilité de transcendance. Vous connaissez aussi ces personnes-là et, probablement, beaucoup d'entre vous pensent ainsi.

Avec ces diverses variantes, chacun peut effectivement se situer : il peut se situer parmi ceux qui ont la preuve, et pour ceux-là la transcendance est indubitable ; ou parmi ceux qui ont la foi pour l'avoir assimilée tout petit ; ou encore parmi ceux qui voudraient avoir une expérience ou une foi ; ou parmi ces autres qui considèrent la transcendance comme une possibilité intellectuelle sans se poser de grands problèmes ; ou enfin parmi ceux qui la nient.

Cependant, la question des diverses positions face au problème de la transcendance ne s'arrête pas là. Il semble exister différents niveaux de profondeur dans chacune de ces positions face à la transcendance. Ainsi, des personnes disent avoir la foi, elles l'affirment mais leurs propos ne coïncident pas avec leur expérience. Nous ne disons pas qu'elles mentent, mais qu'elles parlent de façon superficielle. Elles disent avoir la foi mais peuvent ne plus l'avoir demain.

Ainsi, dans ces cinq positions, nous observons différents degrés de profondeur liés à la mobilité ou à la fermeté des convictions de ce qui est affirmé. Nous avons connu des personnes dévotes, croyantes, mais qui, à la mort d'un parent ou d'un être cher, ont perdu la foi qu'elles disaient avoir et sont tombées dans le pire des non-sens. Cette foi était une foi de surface, une foi de façade, une foi périphérique. À l'inverse, pour d'autres qui ont vécu de grandes catastrophes et affirmé leur foi, tout s'est passé différemment.

Nous avons aussi connu des personnes convaincues de la totale inexistence de la transcendance. On meurt et on disparaît. Pour ainsi dire, ils avaient foi que tout s'achève avec la mort. Pourtant, en passant près d'un cimetière, il leur est certainement arrivé de presser le pas et de se sentir inquiètes... Comment cela est-il compatible avec la ferme conviction que tout s'achève avec la mort ? Il y a donc des gens qui, même dans la négation de la transcendance, ont une position très superficielle.

Ainsi, on peut se situer dans l'un de ces états, mais on peut aussi s'y trouver à différentes profondeurs. À certains moments de notre vie, nous avons cru une chose à propos de la transcendance, et ensuite une autre. Cela a changé, cela est variable, ce n'est pas quelque chose de statique. Cela varie non seulement avec les différents moments de notre vie, mais aussi en fonction des situations. Celles-ci changent et nos croyances sur le problème de la transcendance changent aussi. Pire, ça peut changer d'un jour à l'autre. Quelquefois, je crois une chose précise le matin, puis le soir déjà plus. Ce qui semble être de la plus grande importance - puisque cela oriente la vie humaine - est en fait quelque chose de trop variable. Et cela nous provoquera le désarroi dans la vie quotidienne.

L'être humain peut donc se trouver dans ces cinq états et à des degrés différents. Mais quel serait alors l'emplacement correct ? Existe-t-il un emplacement correct ou sommes-nous simplement en train de décrire des problèmes sans y apporter de solution ? Pouvons-nous dire quel est le bon emplacement face à ce problème ?

Certains disent que la foi est quelque chose qui existe ou n'existe pas chez les individus, qu'elle surgit ou ne surgit pas. Mais observez cet état de conscience. Quelqu'un peut ne pas avoir du tout la foi mais peut aussi, sans foi ni expérience, désirer l'obtenir ; il peut même comprendre intellectuellement qu'une telle chose peut être intéressante et que s'orienter dans cette voie peut valoir la peine. Eh bien, quand cela arrive, c'est que quelque chose se manifeste déjà dans cette direction.

Ceux qui parviennent à cette foi ou à cette expérience transcendante - même s'ils ne peuvent la définir en termes précis tout comme on ne peut définir l'amour - ceux-là contempleront la nécessité d'orienter d'autres personnes vers ce sens ; cependant, ils n'essaieront jamais d'imposer leur propre paysage à ceux

qui ne le reconnaissent pas.

Aussi, en toute cohérence avec ce qui a été énoncé, je déclare devant vous ma foi et ma certitude fondée sur l'expérience que la mort n'arrête pas le futur ; que la mort, au contraire, modifie l'état provisoire de notre existence pour la lancer vers la transcendance immortelle. Je n'impose pas ma certitude, ni ma foi et cohabite avec ceux qui ont des positions différentes à l'égard du sens. Mais par solidarité, je me sens obligé d'offrir le message qui, selon moi, rend l'être humain heureux et libre. Sous aucun prétexte, je n'élué ma responsabilité d'exprimer mes vérités, même si celles-ci sont discutables pour ceux qui éprouvent le caractère provisoire de la vie et l'absurdité de la mort.

D'autre part, je ne questionne jamais personne sur ses croyances particulières ; et même si je définis clairement ma position sur ce point, je proclame pour tout être humain la liberté de croire ou de ne pas croire en Dieu et la liberté de croire ou de ne pas croire en l'immortalité.

Parmi les milliers et les milliers de femmes et d'hommes qui travaillent solidairement, coude à coude avec nous se comptent des athées et des croyants, des personnes avec des doutes et d'autres avec des certitudes, et personne n'est interrogé sur sa foi. Tout est présenté comme une orientation pour que chacun décide par lui-même de la voie la mieux à même d'éclairer le sens de sa vie.

Il n'est pas courageux de cesser de proclamer ses propres certitudes, mais il est indigne de la véritable solidarité d'essayer de les imposer. »

### **Bibliographie**

\* Silo, *Humaniser la terre, Le paysage intérieur*, Éditions Références, Paris, 1999.

\* Silo, *Commentaires au Message*, Éditions Références, Paris, 2010.

\* Silo, *Propos, Conférences, Le sens de la vie*, Mexico, 10 octobre 1980, Éditions Références, Paris, 1999.

À paraître prochainement sous le titre *Silo Parle*.

## Thème formatif N°7

### Unité et contradiction

Presque tous les actes que nous réalisons chaque jour ont un caractère routinier et s'appuient, en grande partie, sur des habitudes acquises par la répétition de ceux-ci pendant longtemps.

Nous accomplissons aussi des actes qui, au lieu de nous laisser indifférents comme ceux que nous répétons continuellement, nous procurent une sensation de plénitude ou bien de malaise.

Il y a des actions qui nous produisent une bonne sensation et qui, lorsqu'elles sont remémorées par la suite, nous donnent envie de les répéter de nouveau. Elles ont en outre la caractéristique de n'être pas lassantes mais de donner la sensation, quand on les effectue, que l'on s'améliore et que l'on grandit intérieurement. Manger un mets agréable nous procure une sensation délicieuse, mais nous pourrions nous en lasser si nous insistions au-delà d'une certaine limite. De plus, en nous souvenant de ce mets dans un moment de faim, nous désirerions le manger encore une fois, mais chaque fois que nous y parviendrions, nous aurions une sensation de satiété mais pas d'amélioration personnelle ou de croissance intérieure. Il y a un autre type d'action qui nous procure une sensation agréable sur le moment mais qui entraîne un malaise lorsque l'on s'en souvient. Si, par exemple, pour alléger nos tensions momentanées, nous agressons quelqu'un, il est possible qu'à ce moment-là nous ressentions une libération intérieure ; mais ensuite surgira quelque chose qui ressemble au remords et nous comprendrons que ce n'est pas un acte bon à répéter ; nous nous rendrons compte aussi que cette façon de procéder ne nous fait pas croître intérieurement, ne nous améliore pas. Les actes qui donnent unité intérieure ont toujours les qualités suivantes : 1- Ils produisent une bonne sensation quand on les réalise ; 2- On aimerait les répéter ; 3- On les ressent comme une amélioration personnelle.

Si l'une de ces trois conditions requises est absente, c'est parce que nous sommes en présence d'actions habituelles, nécessaires à la vie mais assez neutres, ou bien nous sommes en présence d'actions plaisantes momentanées ou, enfin, nous sommes en présence d'actions contradictoires.

Les actes unitifs ou contradictoires sont ressentis sur le moment, on s'en souvient également d'une façon caractéristique et enfin, ils prédisposent aux conduites à venir. De sorte qu'il est extrêmement important d'éviter la contradiction et de renforcer les actes d'unité intérieure. La disposition pour obtenir une vie unitive marque le commencement d'un sens véritable et d'une nouvelle orientation dans la conduite journalière.

L'observation des principes dont *le Regard Intérieur* nous parle au chapitre XIII nous mène directement à réaliser des actes valables qui donnent unité intérieure et éloignent de la contradiction.

Par exemple, le *Principe d'accumulation des actions* dit ceci : « *Les actes unitifs et contradictoires s'accumulent en toi. Si tu répètes tes actes d'unité intérieure, rien ne pourra plus t'arrêter.* »

### Bibliographie

\* *Le livre de la Communauté. Thèmes formatifs*, Éditions Références, Paris, 2002.

## Thème formatif N°8

### L'action valable

Quelle est l'action valable ? Cette question a été l'objet de diverses réponses ou tentatives de réponse, lesquelles portaient presque toujours sur le bon ou le mauvais aspect de l'action. En fait, on a essayé de répondre en prenant comme critère le caractère valable de l'action. On a donné des réponses à partir de ce qu'on appelle depuis fort longtemps l'éthique ou la morale. Pendant de longues années, nous nous sommes efforcés de récolter des opinions sur ce qui était moral, ce qui était immoral, ce qui était bien ou mal. Mais notre intérêt était surtout de découvrir ce qui est valable dans l'action. Nous avons obtenu différents types de réponse : des réponses religieuses, des réponses juridiques, des réponses idéologiques. Toutes ces réponses affirmaient que les personnes devaient agir d'une certaine façon et éviter de faire les choses de telle autre. Il était très important pour nous d'obtenir une réponse claire sur ce point. C'était très important puisque l'être humain développe un mode de vie différent selon la direction qu'il donne à ses activités. Dans la vie humaine, tout s'ordonne selon la direction que l'on prend. Si j'ai un emplacement déterminé face au futur, mon présent s'y ajustera. Par conséquent, toutes ces questions concernant ce qui est valable, ce qui n'est pas valable, ce qui est bien, ce qui est mal, affectent non seulement l'avenir de l'être humain, mais également son présent. Elles affectent non seulement l'individu, mais aussi les ensembles humains et les peuples.

Des solutions étaient apportées par différentes positions religieuses. Ainsi, pour les croyants de diverses religions, on devait respecter certaines lois, certains préceptes inspirés par Dieu. Mais cela n'était valable que pour les croyants de ces religions. De surcroît, différentes religions proposaient des préceptes différents. Certaines religions indiquaient les actions à ne pas faire pour éviter un retournement éventuel des événements, d'autres préconisaient de ne pas faire ces mêmes actions pour éviter l'enfer. Parfois, ces religions, en principe universelles, ne s'accordaient ni sur leurs préceptes, ni sur leurs commandements. Mais le plus préoccupant était que ceci avait lieu dans des régions du monde où beaucoup de gens ne pouvaient pas respecter ces préceptes et commandements, même s'ils le voulaient en toute bonne foi, parce qu'ils ne les ressentaient pas. Si bien que les non-croyants - qui, aux yeux des religions, sont aussi des enfants de Dieu - ne pouvaient pas observer ces mandats, comme s'ils avaient été abandonnés de Dieu. Or, une religion qui se veut universelle ne l'est pas parce qu'elle occupe géographiquement le monde. Elle est fondamentalement universelle parce qu'elle occupe le cœur de l'être humain, quelle que soit sa condition ou sa latitude. Ainsi, à notre avis, les réponses éthiques des religions présentaient quelques difficultés.

Nous nous sommes alors tournés vers d'autres formateurs du comportement humain : les systèmes juridiques qui, eux aussi, forment et modèlent le comportement. En effet, les systèmes juridiques établissent ce qu'il faut faire et ne pas faire dans le comportement relationnel, dans le comportement social. Il existe des codes de tous types pour réglementer les relations. Il existe même des codes pénaux qui prévoient la punition de certains délits, à savoir les comportements considérés comme non sociaux ou asociaux ou encore antisociaux. Ainsi, les systèmes juridiques ont également tenté d'apporter leur réponse à la conduite humaine, de déterminer le bon ou le mauvais comportement. Mais, tout comme les réponses apportées par les religions ne sont valables que pour les croyants, les réponses des systèmes juridiques ne sont valables que pour un moment historique donné, pour un type d'organisation sociale donné. Mais elles n'apprennent rien à l'individu qui doit observer une conduite déterminée. Les gens raisonnables perçoivent sans doute l'intérêt d'une réglementation de la conduite sociale pour éviter un chaos total. Mais il s'agit dans ce cas, d'une technique d'organisation sociale, non pas d'une justification de la morale. Il est évident que les différentes communautés humaines, selon leur développement et leur conception, sont dotées de normes de conduite réglementées juridiquement, qui parfois s'opposent entre elles. Les systèmes juridiques n'ont pas de validité universelle. Ils sont utiles pour une époque, pour un type de structure, mais ne servent ni à tous les êtres humains, ni pour toutes les époques, ni sous toutes les latitudes ; et le plus important est qu'ils n'apprennent rien à l'individu sur ce qui est bien et ce qui est mal.

Nous avons également examiné les idéologies. Elles sont plus portées vers les développements et donnent des explications plus riches que les systèmes légaux ennuyeux, les préceptes ou bien encore les lois reçues d'en haut. Certaines doctrines expliquaient que l'être humain est une sorte d'animal rapace, un être qui doit avancer à tout prix et qui se fraie un chemin coûte que coûte, même aux dépens d'autres êtres humains. Il y a une sorte de volonté de puissance qui se cache derrière cette morale. D'une certaine manière, cette morale peut paraître romantique mais elle est néanmoins dirigée vers la réussite et elle n'apporte pas de réponse à l'individu lorsque, dans sa prétention de puissance, les choses tournent mal pour lui.

Il existe un autre type d'idéologie qui nous dit : étant donné que tout dans la nature est en évolution, que l'être humain est lui-même un produit de cette évolution et qu'il est le reflet des conditions d'un moment déterminé, son comportement est aussi le miroir de la société dans laquelle il vit. Ainsi, une classe sociale aura une morale et une classe sociale différente en aura une autre, la morale étant déterminée par les conditions objectives, par les relations sociales et par le mode de production. Cela étant dit, il n'est donc pas

nécessaire de se tracasser car, en fin de compte, on fait ce que l'on est mécaniquement poussé à faire, même si pour des raisons publicitaires, on parle de morale différente d'une classe à une autre. Si, effectivement, on se limite au simple processus mécanique, alors je fais ce que je fais parce que je suis poussé à le faire dans une direction déterminée. Mais alors, dans ce cas, où est le bien, où est le mal ? ... Ici, il y a juste le choc mécanique de particules en mouvement.

D'autres idéologies, bien singulières, nous disent les choses suivantes : la morale est une pression sociale qui sert à contenir la force des impulsions et cette contrainte crée une sorte de surmoi ; la compression exercée dans la chaudière de la conscience permet de sublimer ces impulsions de base et de leur donner une certaine direction...

Mais notre pauvre ami, qui voit défiler les uns et les autres avec leurs idéologies respectives, finit par s'asseoir sur le bord du trottoir en se disant : « Mais qu'est-ce que je dois faire ? D'une part, un ensemble social fait pression sur moi, d'autre part, j'ai des pulsions qui semblent pouvoir être sublimées, pour peu que je sois artiste. Autrement dit, je n'ai plus qu'à m'étendre sur le divan du psychanalyste si je ne veux pas finir névrosé. » La morale est en réalité une forme de contrôle de ces pressions qui néanmoins débordent parfois de la chaudière.

Une autre idéologie, tout aussi psychologique, a expliqué le bien et le mal en regard de l'adaptation. Elle propose une morale comportementale d'adaptation, permettant à l'individu de s'insérer dans un ensemble, et si l'individu ne s'insère pas dans cet ensemble, qu'il s'en détache, alors cela signifie qu'il a des problèmes. Mieux vaut donc "marcher droit" et bien s'insérer dans l'ensemble. Selon cette morale, ce qui est bien, ce qui est mal est en fonction de l'adaptation que doit réaliser l'individu, en fonction de l'insertion de l'individu dans son milieu. Et voilà, une idéologie de plus !

Mais dans les époques de grande fatigue culturelle, comme en connurent déjà régulièrement d'autres civilisations, apparaissent les réponses à court terme, immédiates, sur ce qui doit être fait ou non. Je me réfère à ce qu'on a appelé les "écoles morales de la décadence". Dans différentes cultures (au moment de leur déclin), apparaissent ces espèces de moralistes qui essaient rapidement d'adapter leur comportement du mieux qu'ils peuvent pour donner une direction à leur vie. Certains disent à peu près ceci : « La vie n'a aucun sens, et comme elle n'a aucun sens, je peux faire ce qui me plaît... si je le peux. » D'autres disent : « Comme la vie n'a pas beaucoup de sens (rires), je dois faire les choses qui me procurent satisfaction et me permettent de me sentir bien, et cela à tout prix. » Enfin, d'autres affirment : « Étant donné que je suis dans une mauvaise situation et que la vie n'est que souffrance, je dois agir en gardant certaines apparences. Je dois faire les choses de façon stoïque. » On appelle ces écoles de la décadence : les écoles stoïques. Mais ces écoles qui proposent des réponses d'urgence, ne sont pas exemptes d'idéologie. Il semble que cette idéologie se fonde sur l'idée que rien n'a plus de sens ; à cette perte de sens, on répond dans l'urgence. À l'heure actuelle par exemple, on prétend justifier l'action par une théorie de l'absurde où "l'engagement" est introduit subrepticement. Une fois que je me suis engagé dans quelque chose, je dois respecter mon engagement. Il s'agit d'une sorte de contrainte comme celle d'un crédit bancaire. Pourtant il est difficile de comprendre que je puisse m'engager, si le monde dans lequel je vis est absurde et qu'il débouche sur le néant. Par ailleurs, cela ne confère aucune capacité de conviction à celui qui proclame une telle position.

Ainsi, les religions, les systèmes juridiques, les systèmes idéologiques et les écoles morales de la décadence se sont efforcés d'apporter une réponse à ce sérieux problème qu'est la conduite humaine et d'établir une morale, une éthique. Ils ont tous souligné l'importance de justifier ou de ne pas justifier un acte.

Mais quel est donc le fondement de l'action valable ? Le fondement de l'action valable n'est donné ni par les idéologies, ni par les commandements religieux, ni par les croyances, ni par les règles sociales. Même si toutes ces choses sont très importantes, le fondement de l'action valable n'est donné par aucune d'elles, car ce fondement se trouve dans le registre interne de l'action. Il y a une différence fondamentale entre une valorisation qui semble venir de l'extérieur, et cette valorisation de l'action produite par le registre que l'être humain a de ce qu'il fait

Et quel est le registre que procure l'action valable ? Le registre de l'action valable est l'expérience d'unité, qui s'accompagne en plus d'une sensation de croissance intérieure, et que finalement l'on désire répéter car il a une "saveur" de continuité dans le temps. Nous examinerons ces aspects séparément. Voyons d'abord ce que nous entendons par registre d'unité intérieure, puis par continuité dans le temps. Dans une situation difficile, je peux répondre d'une façon ou d'une autre. Si je suis harcelé par exemple, je peux répondre violemment et, face à l'irritation produite par le stimulus extérieur, face à la tension que cela me produit, je peux chercher à me détendre en réagissant violemment et, ce faisant, éprouver une sensation de soulagement. Effectivement, je me détends. En agissant ainsi, apparemment, la première condition de l'action valable est donc réalisée : face à un stimulus irritant, je me débarrasse de lui, ce qui me détend ; en me détendant, j'éprouve un registre d'unité.

Mais une action valable ne peut se justifier par le simple fait de produire une détente temporaire, car elle n'a pas de continuité dans le temps et produit plutôt le contraire. Au moment A, je déclenche la détente en réagissant de la façon mentionnée plus haut ; au moment B, je ne suis plus du tout en accord avec ce que j'ai fait. Cela crée en moi contradiction. Dans ce cas, cette détente n'est pas unitive, car le moment suivant contredit le précédent. Pour qu'une action soit valable, il est nécessaire que la sensation d'unité soit continue dans le temps, sans interruption, sans contradiction. Nous pourrions donner de nombreux

exemples où l'action est valable un instant et ne l'est plus l'instant d'après et où le sujet ne peut maintenir cette attitude puisqu'il n'éprouve pas d'unité mais plutôt de la contradiction.

Il y a un autre point à prendre en considération : le registre de sensation de croissance intérieure. Nous effectuons tous dans la journée de nombreuses actions qui nous amènent à détendre certaines tensions. Ces actions ne sont pas liées à la morale. Nous les réalisons, nous nous détendons, nous éprouvons un certain plaisir, et on en reste là. Si une tension surgissait à nouveau, nous la déchargerions à nouveau, comme dans un condensateur, où une charge augmente en puissance jusqu'à une limite, puis se décharge. Cependant, cet effet de condensateur, avec ses accumulations et ses décharges, nous donne l'impression d'être placés dans une roue d'éternelles répétitions. Certes, au moment où se produit cette décharge de tensions, nous éprouvons une sensation agréable, mais il nous reste aussi un étrange arrière-goût car si la vie n'était que cela - une roue de répétitions, de plaisirs et de douleurs - elle ne serait on ne peut plus absurde. Aujourd'hui, face à cette tension, je produis cette décharge ; demain, il en sera de même... et ainsi, la roue des actions tourne sans cesse, comme le jour et la nuit, indépendamment de toute intention humaine, indépendamment de tout choix humain.

Mais il existe d'autres actions que nous n'avons probablement réalisées que rarement dans notre vie. Ce sont des actions qui nous procurent sur le moment une grande unité. Elles nous donnent en plus, après les avoir accomplies, le registre que quelque chose s'est amélioré en nous. Enfin, ces actions nous offrent aussi une proposition de futur en ce sens que, si nous pouvions les répéter, quelque chose grandirait et s'améliorerait encore en nous. Ce sont des actions qui procurent une unité, une sensation de croissance intérieure et de continuité dans le temps. Voilà les registres de l'action valable.

Nous n'avons jamais dit que cela était meilleur ou pire ou devait être fait de manière coercitive. Nous avons seulement proposé et donné les systèmes de registres correspondant à ces propositions. Nous avons parlé de ces actions qui créent l'unité ou, au contraire, la contradiction. Enfin, nous avons parlé de la manière de perfectionner l'action valable par la répétition de ces actes. Et pour clore ce système de registres d'action valable, nous avons dit : « *Si tu répètes tes actes d'unité intérieure, rien ne pourra plus t'arrêter* ». Ceci ne se réfère pas seulement aux registres d'unité, de sensation de croissance et de continuité dans le temps, mais aussi au perfectionnement de l'action valable. Car bien évidemment, toutes nos tentatives ne réussissent pas. Nous essayons souvent de faire des choses intéressantes mais elles ne réussissent pas forcément si bien que ça. Alors nous nous rendons compte que nous pouvons les améliorer. De même, l'action valable peut être perfectionnée. C'est la répétition des actes procurant unité, croissance et continuité dans le temps, qui permet le perfectionnement de l'action valable. Cette amélioration est possible.

Nous avons décrit les registres de l'action valable de manière générale. Il existe cependant un principe plus important, connu comme "La règle d'or". Ce principe dit : « *Traite les autres comme tu veux qu'ils te traitent*. » Ce principe n'est pas nouveau, il est millénaire. Il a traversé le temps, dans différentes régions, dans différentes cultures. C'est un principe universellement valable. Il a été formulé de différentes façons ; par exemple sous cette forme négative : « Ne fais pas aux autres ce que tu ne voudrais pas que l'on te fasse à toi-même. » C'est la même idée, mais vue sous un autre angle. On a dit aussi : « Aime ton prochain comme toi-même. » C'est une autre façon de voir. Évidemment, ce n'est pas exactement la même chose que de dire : « *Traite les autres comme tu veux qu'ils te traitent*. » Et c'est très bien, et depuis l'Antiquité on parle de ce principe. C'est le plus grand des principes moraux. C'est le plus grand principe de l'action valable. Mais comment est-ce que je veux être traité ? Si l'on admet qu'il est bon de traiter les autres comme on voudrait être traité soi-même, il convient que je me demande : comment est-ce que je veux être traité ? À cette interrogation, je devrai répondre : « Si on me traite de telle façon, on me fait du mal ; si on me traite d'une autre, on me fait du bien. » Je devrai répondre sur ce qui est bien et ce qui est mal. Je devrai donc une fois de plus retourner à cette roue éternelle et définir l'action valable, selon une théorie ou une autre, selon une religion ou une autre. Mais une chose qui sera bonne pour moi, ne le sera pas nécessairement pour une autre personne. Et il ne manquera pas non plus celui qui, appliquant ce même principe, traitera mal un autre prétendant qu'il lui plaît d'être mal traité.

Par conséquent, ce principe de traiter l'autre selon ce qui est bon pour soi, est très bien. Mais mieux vaut savoir ce qui est bon pour soi. Il est donc intéressant de pénétrer au cœur de l'action valable, qui se trouve dans le registre que cette action nous procure.

Si je me dis : « Je dois traiter les autres comme je veux qu'ils me traitent. », je me demande immédiatement : « Pourquoi ? » Y aurait-il en nous un processus, une sorte de fonctionnement de l'esprit qui nous crée des problèmes lorsque nous maltraitons les autres ? Et quel peut être ce fonctionnement ? Si je vois quelqu'un qui va mal, ou quelqu'un qui, tout à coup, se coupe ou se blesse, quelque chose résonne en moi. Comment se fait-il que résonne en moi quelque chose qui arrive à autrui ? C'est presque magique ! Quelqu'un a un accident et j'éprouve presque physiquement le registre de l'accident de l'autre ! Vous qui étudiez ces phénomènes, vous savez bien qu'à toute perception correspond une image, et que certaines images peuvent provoquer une tension dans certains points (du corps), alors que d'autres peuvent les détendre. À toute perception correspond donc une représentation, dont on a aussi un registre, c'est-à-dire une nouvelle sensation. Sachant cela, il n'est pas difficile de comprendre qu'en percevant un phénomène auquel correspond une image intérieure (lorsque cette image opère), j'obtiens comme résultat dans différentes parties de mon corps ou de l'intra-corps, une sensation modifiée par l'action de l'image

précédente. Je m'identifie à la personne qui se blesse car à la perception visuelle d'un tel phénomène correspond le surgissement d'une image visuelle et, en corrélation, un jaillissement d'images cénesthésiques et tactiles, desquelles j'ai une nouvelle sensation, sensation qui produit finalement en moi le registre de la blessure de l'autre. Alors, il ne sera pas bon que je maltraite les autres, car en ayant ce type d'action, j'en aurai le registre correspondant. Nous allons employer un langage presque technique. Nous allons simuler le fonctionnement des circuits pas à pas tout en sachant que la structure de la conscience opère comme une totalité. Il y a un premier circuit qui correspond aux phénomènes de perception, représentation, reprise de la représentation et sensation interne. Mais il existe aussi un deuxième circuit lié à l'action et qui signifie à peu près ceci : J'ai également un registre interne de toute action que je lance vers le monde. Ce mécanisme de réalimentation me permet, par exemple, d'apprendre de ce que je fais. Si je ne disposais pas de ce mécanisme de réalimentation, en ce qui concerne les mouvements par exemple, je ne pourrais jamais les perfectionner. J'apprends à taper à la machine par répétition ; mes actes se gravent par réussite-échec. Mais je ne peux enregistrer d'actes que si je les effectue. C'est donc à partir du "faire" que j'obtiens un registre. Permettez-moi cette digression : il existe un grand préjugé qui a souvent envahi le champ de la pédagogie et qui consiste à croire que l'on apprend en pensant plutôt qu'en faisant. Certes, on apprend parce qu'on reçoit des données, mais celles-ci ne restent pas simplement mémorisées. Elles correspondent toujours à une image qui impulse à son tour une nouvelle activité : elle compare, elle rejette, etc. Cela montre la continuelle activité de la conscience et non sa prétendue passivité, selon laquelle elle emmagasinerait simplement les données. C'est ce mécanisme de rétro-alimentation qui nous permet de dire : « Je me suis trompé de touche. » C'est grâce à lui que j'ai le registre de réussite et d'échec, que je perfectionne le registre de réussite, que j'acquiers plus de fluidité dans mes mouvements et que l'action d'écrire correctement à la machine devient automatique. Nous parlons ici du second circuit. Le premier se réfère au registre que j'ai en moi de la douleur de l'autre. Le deuxième circuit se réfère au registre de l'action que j'accomplis.

Vous connaissez les différences entre les actes dits cathartiques et les actes transférentiels. Les actes cathartiques ont trait fondamentalement à la décharge de tensions et ils ne vont pas plus loin. Les actes transférentiels permettent, quant à eux, de transférer des charges internes, d'intégrer des contenus et de faciliter le bon fonctionnement du psychisme. Nous savons que la conscience rencontre des difficultés là où se trouvent des "îlots" de contenus mentaux qui ne communiquent pas entre eux. Par exemple, si l'on pense dans une certaine direction, que l'on sent dans une autre direction pour finalement agir dans une autre encore, nous comprenons que tout cela ne fonctionne pas et que le registre de nous-mêmes ne peut être de plénitude. Il semble que c'est uniquement lorsque nous tendons des ponts entre les contenus internes que le fonctionnement psychique est intégré et qu'il nous permet d'avancer. Il existe des techniques transférentielles très utiles qui donnent de la mobilité aux images problématiques et permettent de les transformer. Nous présentons un exemple de ces techniques sous forme littéraire dans les *Expériences guidées*. Mais nous savons aussi que l'action - et pas seulement le travail avec les images - est capable de produire des phénomènes transférentiels et des phénomènes auto-transférentiels. Mais une action n'en vaut pas une autre. Certaines actions permettent d'intégrer des contenus internes ; d'autres, au contraire, sont terriblement "désintégratrices". Certaines actions produisent chez l'être humain une telle oppression, un tel repentir, une telle division intérieure et une si profonde inquiétude que celui qui les réalise ne voudrait en aucune façon les répéter. Mais, malheureusement, ces actions restent fortement ancrées dans le passé. Et même si de telles actions ne sont plus répétées dans le futur, elles continuent néanmoins de faire pression depuis le passé, sans être résolues, sans être intégrées, empêchant la conscience de déplacer, de transférer, d'intégrer ses contenus et empêchant donc le sujet d'éprouver la sensation de croissance intérieure mentionnée plus haut.

L'action que nous réalisons dans le monde n'est pas sans incidence. Certaines actions nous procurent un registre d'unité, d'autres nous donnent un registre de contradiction, de désintégration. Si on étudie soigneusement ce phénomène, à la lumière de ce que l'on sait en matière de catharsis et de transferts, ce thème (l'action dans le monde du point de vue de l'intégration des contenus et de leur développement) deviendra beaucoup plus clair. Mais bien sûr, tout ce travail de simulation des circuits permettant de comprendre le sens de l'action valable est un sujet complexe. Et pendant ce temps, notre pauvre ami continue de se demander : « Et moi, qu'est-ce que je fais ? » Pour nous, le fait d'apporter à une personne abattue et sans référence dans la vie, des éléments que nous connaissons assez bien, et cela au travers de paroles et d'actes simples, est une expérience unitive et valable. Si personne ne fait cela pour lui, nous, nous le ferons (comme tant d'autres choses qui permettent de vaincre la douleur et la souffrance). En agissant ainsi, nous travaillerons aussi pour nous-mêmes.

Las Palmas Grandes Canarias. 29/09/78  
Révisé par l'auteur le 10/10/96

## Thème formatif N°9

### Les Principes d'Action Valable

Extraits du livre *Le Regard Intérieur*, Chapitre XIII, *Les Principes*, et du *Livre de la Communauté*.

#### Introduction

Comme le montrent nos témoignages historiques les plus anciens, il semble qu'il y ait toujours eu un intérêt vital à distinguer réussite et erreur, bien et mal, pensée et conduite correctes et incorrectes. En quelques mots, toute culture a mis beaucoup de soin à définir pour ses membres ce qu'elle considérait être le code moral correct. Les codes moraux ne sont pas un sujet réservé aux philosophes. Ils sont quelque chose de vital pour notre existence. Notre point de vue sur le bien et le mal a non seulement un impact direct sur la situation que nous vivons mais il influence également la direction de notre vie.

Pour nous, ces règles sont **Les Principes**. Les Principes nous aident à choisir l'attitude et l'action les plus adéquates face aux situations diverses que nous réserve la vie, afin de nous améliorer personnellement, en améliorant nos relations quotidiennes et en construisant un monde en accord avec nos aspirations les plus profondes.

#### Développement

Différente est l'attitude face à la vie et aux choses lorsque la révélation intérieure frappe comme la foudre. En suivant les pas lentement, en méditant sur ce qui a été dit et sur ce qui est encore à dire, tu peux transformer le non-sens en sens. Ce que tu fais de ta vie n'est pas indifférent. Ta vie, soumise à des lois, a devant elle des possibilités de choix. Je ne te parle pas de liberté. Je te parle de libération, de mouvement, de processus. Je ne te parle pas de liberté comme de quelque chose d'immobile : je te parle de se libérer pas à pas, tout comme celui qui arrive aux abords de sa ville se libère du chemin qu'il avait à parcourir. Alors, "ce qu'il faut faire" ne dépend pas d'une morale lointaine, incompréhensible et conventionnelle, mais de lois : lois de vie, de lumière, d'évolution.

Voici lesdits "Principes" qui peuvent aider à la recherche de l'unité intérieure.

1. Aller contre l'évolution des choses, c'est aller contre soi-même.
2. Quand tu forces quelque chose vers un but, tu produis le contraire.
3. Ne t'oppose pas à une grande force. Recule jusqu'à ce qu'elle s'affaiblisse ; alors, avance avec résolution.
4. Les choses sont bien lorsqu'elles marchent ensemble et non isolément.
5. Si pour toi le jour et la nuit, l'été et l'hiver sont bien, tu as dépassé les contradictions.
6. Si tu poursuis le plaisir, tu t'enchaînes à la souffrance. Mais, tant que tu ne nuis pas à ta santé, jouis sans inhibition quand l'opportunité s'en présente.
7. Si tu poursuis un but, tu t'enchaînes. Si tout ce que tu fais, tu l'accomplis comme un but en soi, tu te libères.
8. Tu feras disparaître tes conflits lorsque tu les comprendras dans leur ultime racine et non lorsque tu voudras les résoudre.
9. Lorsque tu portes préjudice aux autres, tu restes enchaîné. Mais si tu ne portes pas préjudice à d'autres, tu peux faire ce que tu veux avec liberté.
10. Lorsque tu traites les autres comme tu veux qu'ils te traitent, tu te libères.
11. Peu importe dans quel camp t'ont placé les événements : ce qui importe, c'est que tu comprennes que tu n'as choisi aucun camp.
12. Les actes contradictoires ou unitifs s'accumulent en toi. Si tu répètes tes actes d'unité intérieure, rien ne pourra plus t'arrêter.

Tu seras semblable à une force de la Nature qui ne trouve aucune résistance sur son passage. Apprends à distinguer ce qui est difficulté, problème ou inconfort de ce qui est contradiction. Si les premiers te poussent ou t'incitent, cette dernière t'immobilise dans un cercle fermé. Lorsque tu trouves une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sens libre et sans contradictions, remercie immédiatement en ton intérieur. Lorsque le contraire t'arrive, demande avec foi, et la reconnaissance que tu as accumulée te reviendra transformée et amplifiée en bénéfices.

#### Recommandation pour travailler avec les Principes

On suggère de lire l'introduction et de prendre d'abord connaissance de tous les Principes. Ensuite, les aborder un à un et les méditer durant un certain temps (une semaine au minimum). Il va de soi que l'échange avec d'autres personnes revêt une importance fondamentale.

#### Exemples de réflexion

1. En examinant des moments de la vie dans lesquels nous n'avons pas connaissance de ce Principe et avons de ce fait agi à l'inverse, nous aurons une illustration juste de la signification de ce Principe.

2. Il sera plus intéressant encore de réfléchir sur le moment que nous vivons et d'étudier les conséquences de souffrance, pour nous et pour les personnes les plus proches, lorsque nous ne tenons pas compte du Principe.

3. Lorsqu'un Principe a été travaillé, par exemple durant la réunion hebdomadaire, essayer d'y réfléchir quelques minutes par jour, avant de dormir. Penser aux difficultés rencontrées durant la journée et essayer d'établir des relations avec le Principe travaillé dans ce moment. C'est de cette façon que l'on s'en souviendra dans des situations postérieures faisant apparaître le même problème, qui sera ainsi dépassé de façon plus efficace. De même, penser aux éléments positifs de la journée et voir s'ils sont en relation avec la mise en pratique de l'un des Principes.

4. À mesure que l'on avance dans la compréhension des Principes, on pourrait prendre une situation déterminée et y réfléchir à la lumière de tous les Principes, en s'arrêtant sur ceux qui éclairent le mieux ladite situation.

### **1° Le Principe d'adaptation**

**« Aller contre l'évolution des choses, c'est aller contre soi-même. »**

Ce Principe montre que lorsque l'on connaît à l'avance le dénouement d'un événement, l'attitude correcte est de l'accepter avec la plus grande profondeur possible, en essayant de tirer avantage même de ce qui est défavorable. Nous expliquons que les choses auxquelles nous ne devons pas nous opposer sont celles qui ont un caractère inévitable. Si l'être humain avait cru, par exemple, que les maladies étaient inévitables, la médecine n'aurait jamais progressé. Grâce à la nécessité de résoudre les problèmes et à la possibilité de le faire, **l'humanité progresse**. Si une personne reste seule dans le désert, est-il inévitable qu'elle meure ? Cette personne s'efforcera de trouver des issues à sa situation et, en effet, elle trouvera une oasis, ou bien elle sera elle-même retrouvée plus facilement si elle a utilisé tous les moyens possibles pour être vue à distance. Ce Principe, pour pouvoir être correctement expliqué, se réfère donc à la situation qui est inévitable.

### **2° Le Principe d'action et réaction**

**« Quand tu forces quelque chose vers un but, tu produis le contraire. »**

Ce Principe montre que les personnes et les choses ont des comportements déterminés qui opposent des résistances ou qui facilitent nos projets si nous agissons comme il convient. Lorsque, mus par des impulsions irrationnelles, nous forçons quelque chose contre son propre comportement, nous pouvons observer que celle-ci cède devant nos exigences, mais la conséquence, à plus ou moins longue échéance, se traduira par des effets différents de ceux que nous voulions obtenir.

L'être humain est forger d'événements, il donne une direction aux choses, il tend à planifier et à accomplir des projets. En somme, il se dirige vers des buts. La question est, cependant : comment s'achemine-t-il vers ses buts ? Quel moyen adopte-t-il pour faire comprendre à une autre personne la solution au problème qu'elle lui pose : la force ou la persuasion ? S'il la force, tôt ou tard il y aura une réaction ; s'il la persuade, tôt ou tard les forces s'additionneront.

Bien des personnes pensent que « la fin justifie les moyens » et elles agissent en forçant tout ce qui les entoure, obtenant souvent des résultats probants. Dans ce cas, la difficulté vient ensuite. Le but a été atteint mais on ne peut pas le maintenir longtemps.

Le Principe que nous commentons fait allusion à deux situations différentes. Dans l'une le but recherché est atteint mais les conséquences sont opposées à ce qui est attendu. Dans l'autre, l'action de forcer des situations provoque un "rebond" défavorable.

### **3° Le Principe de l'action opportune**

**« Ne t'oppose pas à une grande force. Recule jusqu'à ce qu'elle s'affaiblisse ; alors, avance avec résolution. »**

Ce principe ne recommande pas de reculer devant les petits inconvénients ou devant les problèmes sur lesquels nous butons quotidiennement. On recule seulement, comme l'explique le Principe, devant des forces irrésistibles, celles qui, sans aucun doute, nous surpassent si nous les affrontons. Reculer devant de petites difficultés affaiblit les gens, les rend pusillanimes et craintifs. Ne pas reculer devant les grandes forces rend les gens enclins à toutes sortes d'échecs et d'accidents.

Le problème apparaît lorsque l'on ne sait pas à l'avance qui, de soi ou de la difficulté, a le plus de force. Cela devra être vérifié au moyen d'"échantillon", en effectuant de petites confrontations qui ne compromettent pas complètement la situation et qui laissent une marge pour changer de position si celle-ci s'avérait insoutenable. Autrefois, on parlait de "prudence", c'était une idée très proche de celle que nous

expliquons.

Mais il y a un autre point : quand faut-il avancer ? À quel moment l'inconvénient a-t-il une force plus réduite, ou bien à quel moment avons-nous gagné de la force nous-mêmes ? Cette même idée de prendre de temps en temps des échantillons est valable, en faisant de petites tentatives qui n'aient pas un caractère définitif.

Lorsque la force joue en notre faveur et que l'inconvénient s'est affaibli, l'avancée doit être totale. Garder des réserves dans une telle situation, c'est compromettre le triomphe car on n'avancerait pas alors avec toute l'énergie disponible.

#### **4° Le Principe de proportion**

**« Les choses sont bien lorsqu'elles marchent ensemble, non isolément. »**

Cela signifie que si, poussés par un objectif, nous dérégulons toute notre vie, l'obtention du résultat recherché sera soumise à de nombreux accidents, et même s'il est effectivement obtenu, il aura des conséquences amères.

Si pour obtenir de l'argent ou du prestige, nous dérégulons notre santé, nous sacrifions les personnes qui nous sont chères, nous délaissions d'autres valeurs, etc., il est possible que les accidents qui surgissent soient tels que nous n'obtenions pas le résultat recherché. Dans d'autres cas, il se peut que nous obtenions le résultat recherché mais nous n'aurons plus la santé pour en jouir, ni d'être chers avec qui le partager, ni d'autres valeurs qui nous donnent du sens.

« Les choses sont bien lorsqu'elles marchent ensemble », et il en est ainsi parce que notre vie est un ensemble qui requiert un équilibre et un développement approprié, non partiel.

Encore qu'il y ait des choses plus importantes que d'autres, chaque personne devrait avoir une véritable échelle de valeurs afin que ce qui est primaire, secondaire, tertiaire, puisse être accompli suivant la proportion. La force appliquée à chaque chose, selon l'importance fixée, les ferait toutes marcher en un ensemble véritable.

#### **5° Le Principe de l'accord**

**« Si pour toi le jour et la nuit, l'été et l'hiver sont bien, tu as surpassé les contradictions. »**

Ce principe met en relief de façon figurée l'opposition des situations. Cette opposition pourra cependant être conciliée si le point de vue par rapport au problème est modifié. La chaleur excessive de l'été fait penser au froid de l'hiver de manière compensatoire, et vice et versa. Toute situation difficile fait évoquer ou imaginer celle qui lui est antagonique ; mais, une fois que l'on se trouve dans cette dernière, le désaccord renaît. Alors, la compensation nous porte à son point opposé. Là où la souffrance apparaîtra, la compensation se mettra en marche mais la souffrance elle-même ne sera pas vaincue pour autant.

Celui qui est orienté par un sens de vie défini a un point de vue et un comportement très différents face aux difficultés. Si quelqu'un croit que sa vie a un sens et que tout ce qui lui arrive lui sert à apprendre et à se perfectionner dans cette direction, il n'aura pas tendance à éluder de manière compensatoire les problèmes qui se poseront à lui, mais les assumera en leur découvrant aussi une certaine utilité. Le froid de l'hiver sera profitable, de même que la chaleur de l'été et, lorsque chacun d'eux se présentera, cette personne dira : « En quoi ces deux saisons s'opposent-elles, si toutes deux me servent ? »

#### **6° Le Principe du plaisir**

**« Si tu poursuis le plaisir, tu t'enchaînes à la souffrance. Mais tant que tu ne nuis pas à ta santé, jouis sans inhibition quand l'occasion s'en présente. »**

Ce Principe peut paraître choquant lors d'une première lecture car on peut croire qu'il y est dit : « jouis, même si tu portes préjudice à d'autres, puisque le seul frein est ta santé personnelle. » Mais ce n'est pas ce qui est dit. Il est en réalité expliqué qu'il est absurde de détériorer sa santé par l'exercice de plaisirs exagérés ou directement nocifs. Mais il est en outre souligné que la négation du plaisir, par préjugé, provoque la souffrance ; ou que l'exercice du plaisir avec des problèmes de conscience, est aussi préjudiciable. Enfin, l'idée principale est qu'il ne faut pas poursuivre le plaisir mais l'exercer simplement lorsqu'il se présente car le rechercher lorsque l'objet plaisant n'est pas présent ou le nier lorsqu'il apparaît, constituent des faits qui s'accompagnent toujours de souffrance.

Ce Principe (de même que les autres) ne doit pas être isolé de l'ensemble, ou bien interprété de sorte qu'il s'oppose aux autres. C'est ainsi qu'un autre Principe dit: « Lorsque tu traites les autres comme tu veux qu'ils te traitent, tu te libères. » Par conséquent, le sens change lorsque l'ensemble des Principes est pratiqué et non pas un Principe isolé.

#### **7° Le Principe de l'action immédiate**

**« Si tu poursuis un but, tu t'enchaînes. Si tout ce que tu fais tu l'accomplis comme un but en soi, tu te libères. »**

Ce Principe apprend à tirer bénéfice de toute situation intermédiaire qui nous mène à atteindre un objectif. Il ne dit pas que les buts ne doivent pas exister, car la planification de toute activité se réalise à partir de buts. Il y est expliqué que tous les pas menant vers un but donné, quel qu'il soit, doivent être considérés de la façon la plus positive possible. Autrement, toute activité antérieure à l'obtention du but provoque de la souffrance et dans le cas où le but est atteint, il perd son sens à cause du coût vital que représente la souffrance investie dans les pas.

### **8° Le Principe de l'action comprise**

***« Tu feras disparaître tes conflits lorsque tu les comprendras jusque dans leur ultime racine et non pas lorsque tu voudras les résoudre. »***

Ce Principe invite à éviter l'improvisation issue d'impulsions irrationnelles. Il ne dit pas qu'il ne faille rien faire face à un problème donné mais que, simultanément à l'action, il doit y avoir compréhension. Face à un conflit, presque toutes les personnes poussées par leur anxiété se lancent à le résoudre sans en comprendre la racine. De cette façon, le problème se complique encore davantage et en engendre un autre dans une chaîne inépuisable.

### **9° Le Principe de liberté**

***« Lorsque tu portes préjudice aux autres tu demeures enchaîné. Mais si tu ne portes pas préjudice à autrui, tu peux faire ce que tu veux avec liberté. »***

D'entrée, ce Principe explique que si l'on crée des problèmes aux autres, les autres nous en créent à nous. Il dit, en outre, qu'il n'y a pas de raison de cesser de faire ce que l'on veut si personne n'en subit de préjudice.

### **10° Le Principe de solidarité**

***« Lorsque tu traites les autres comme tu veux qu'ils te traitent tu te libères. »***

Ce Principe a de grandes conséquences parce qu'il amène à une ouverture, à une communication positive avec les autres êtres humains. Nous savons que le renfermement sur soi crée des problèmes plus ou moins graves. Ce qui est appelé "égoïsme" peut se réduire précisément à un problème de renfermement et de manque de communication. Le Principe accorde de l'importance au fait d'aller positivement vers les autres. Il est complémentaire du Principe antérieur qui recommande: « ne porte pas préjudice à autrui », mais la différence entre ces deux Principes est grande.

### **11° Le Principe de négation des contraires**

***« Peu importe le clan dans lequel t'ont placé les événements ; l'important est que tu comprennes que tu n'as choisi aucun clan. »***

Ici, il n'est pas expliqué qu'il faille abandonner tout clan. Ici, il est suggéré de considérer la position dans laquelle chacun se trouve comme étant le résultat de facteurs indépendants de son propre choix, facteurs d'éducation, de milieu, etc. Cette attitude fait reculer le fanatisme en même temps qu'elle permet de comprendre les clans ou les positions que d'autres personnes assument. Évidemment, cette façon de considérer le problème des clans contribue à la liberté du mental et tend un pont fraternel en direction des autres, même lorsque leurs idées ne coïncident pas avec les miennes ou lorsque, apparemment, ils s'opposent à mes idées.

Ce Principe, tout en reconnaissant le manque de liberté dans les situations que l'on n'a pas construites soi-même, affirme la liberté de nier les oppositions si celles-ci font partie de ces mêmes situations. En d'autres termes : je n'ai pas décidé d'être grand ou petit, gros ou mince, et si cette condition est accompagnée d'oppositions à l'égard d'autres personnes qui n'ont pas non plus choisi leur clan, j'ai la liberté de nier cette opposition. Je n'ai inventé ni les grands, ni les petits, ni les gros, ni les minces et je nie, de ce fait, toute opposition responsable.

### **12° Le Principe de l'accumulation des actions**

***« Les actes contradictoires ou unitifs s'accumulent en toi. Si tu répètes tes actes d'unité intérieure, rien ne pourra plus t'arrêter. »***

Ce Principe veut dire que tout acte qui est réalisé demeure enregistré dans la mémoire et que, à partir de là, il influence les autres voies. C'est pourquoi, la répétition d'actes qui donnent unité intérieure ou qui engendrent la contradiction, forme peu à peu une conduite qui conditionne les actions postérieures dans l'un de ces deux sens.

Répéter les actes d'unité intérieure signifie exercer les Principes dans la vie quotidienne. Cela laisse

aussi entendre qu'il ne s'agit pas de la répétition d'un acte (ou d'un Principe isolé), mais d'un ensemble d'actes d'unité intérieure.

Sans aucun doute, en exerçant tous les Principes, nous trouvons une discipline intégrale, capable de transformer progressivement notre condition souffrante en un nouveau mode de vie ayant une unité intérieure croissante et, donc, un bonheur croissant.

Parfois, la vie d'une personne ou d'un ensemble humain se construit en additionnant des actes contradictoires. Il arrive aussi que, pendant un certain temps, de nombreux résultats favorables soient obtenus ; mais, tôt ou tard, la catastrophe se produira, parce que la base de toute cette vie est fautive. Bien des gens ne voient que les anecdotes réussies mais ne parviennent pas à comprendre le processus de cette vie là, et, surtout, son absurde finalité.

## Thème formatif N°10

### Commentaires sur la Règle d'Or

Ces derniers temps, la phrase « *traite les autres comme tu veux être traité* » a favorisé une bonne communication avec un grand nombre de personnes, perdues dans leurs contradictions, qui augmentent de plus en permanence la contradiction dans leur entourage. Les comportements deviennent de plus en plus erratiques et personne ne sait à quoi s'attendre de la part des autres, de même que les autres ne savent pas non plus qu'attendre de nous.

Nous avons quelquefois fait allusion à la "morale". Aujourd'hui un tel mot sonne faux tout comme beaucoup d'autres termes qui ont été manipulés et utilisés dans les pires intentions. Qu'est ce que la "morale" aujourd'hui si ce n'est une grande chose obsolète à laquelle plus personne ne croit ? Notre morale n'a rien à voir avec une farce institutionnalisée. Nous nous appuyons sur un grand principe de comportement qui a été appelé "la Règle d'Or". Il est clair que pour ceux qui connaissent la pensée humaniste, la Règle d'Or ne présente aucune difficulté. Elle coïncide parfaitement avec la vision que nous avons de l'être humain. Cependant, quelques commentaires peuvent aider à diffuser un comportement dans lequel l'effort pour éradiquer la douleur et la souffrance dans la société dans laquelle nous vivons est affirmé et est justifié. Lorsque nous parlons de non-discrimination, de respect pour la diversité et de choix des conditions de vie auxquelles nous aspirons pour nous-mêmes et pour les autres, c'est cette morale qui résonne ! Dans le *Vocabulaire Humaniste*, la Règle d'Or est définie de la manière suivante : « *Principe moral très répandu chez divers peuples, révélateur de l'attitude humaniste* ». Donnons ensuite quelques exemples. Rabbin Hillel : « Ce que tu ne veux pas pour toi, ne le fais pas à ton prochain. » Platon : « Qu'il me soit donné de faire aux autres ce que j'aimerais qu'ils me fassent. » Confucius : « Ne fais pas à autrui ce qu'il ne te plairait pas qu'on te fasse. » Maxime jainiste : « L'homme doit s'efforcer de traiter toutes les créatures comme il lui plairait d'être traité. » Dans le Christianisme : « Toutes les choses que vous voudriez que les hommes vous fassent, faites-en de même avec eux. » Chez les sikhs : « Traite les autres comme tu aimerais qu'ils te traitent. » L'existence de la Règle d'Or a été constatée par Hérodote chez différents peuples de l'antiquité.

Dans l'Humanisme, il est dit : « *Traite les autres, comme tu veux qu'ils te traitent.* » Dans le Mouvement Humaniste, beaucoup de personnes comprennent, pratiquent et/ou essaient de pratiquer ce principe de conduite. Elles partent d'une sensibilité et d'une vision de l'autre différente de celle qui s'est imposée jusqu'à présent, dans cette époque de déstructuration des relations humaines. La compréhension exacte de ce principe part de la compréhension de la structure de la vie humaine dans sa totalité. Cette compréhension est différente de celle qui est habituelle. Dans le Mouvement, nous n'avons pas confiance dans la sincérité de certains quand ils disent qu'ils partagent ce principe, car leur vision de l'être humain est souvent opposée à celle de l'Humanisme. Si, habituellement, on ne traite pas son voisin selon ce principe, que peut-il rester à ceux qui parlent du changement de la société et du monde? Quel est le véritable fondement de leur lutte pour améliorer les conditions de vie de l'être humain?

Voyons les difficultés. « *Traites les autres comme tu veux qu'ils te traitent.* » Dans cette relation de conduites, il y a deux termes : le traitement que l'on demande aux autres et le traitement que l'on est disposé à donner aux autres.

#### A) Le traitement que l'on demande aux autres.

En général, on aspire à recevoir un traitement sans violence et de l'aide pour améliorer sa propre existence. C'est aussi valable pour les plus grands violents et exploiters qui réclament la collaboration des autres pour maintenir un ordre social injuste. Le traitement requis est indépendant de celui que l'on est disposé à donner aux autres.

#### B) Le traitement que l'on est disposé à donner aux autres.

On a l'habitude de traiter les autres de façon utilitaire, comme on le fait avec les objets, avec les plantes et avec les animaux. Nous ne parlons pas du cas extrême, le traitement cruel car, après tout, on ne détruit pas les objets que l'on désire utiliser. En tout cas, on a tendance à prendre soin d'eux dans la mesure où leur conservation récompense ou rentabilise une quelconque utilité présente ou future. Il existe, toutefois, certains "autres", un tantinet perturbateurs : ce sont ceux que l'on appelle les "êtres chers", puisque leur souffrance ou leur joie nous produit de fortes émotions. Nous reconnaissons en eux quelque chose de nous-mêmes et nous avons tendance à les traiter de la façon dont nous aimerions être traités. Il y a donc un gouffre entre les êtres chers et ces autres dans lesquels nous ne nous reconnaissons pas.

#### C) Les exceptions.

On a tendance à donner aux "êtres chers" un traitement d'aide et de coopération. Cela arrive aussi avec les personnes étrangères dans lesquelles nous reconnaissons quelque chose de nous-mêmes, parce que la

situation dans laquelle elles se trouvent nous fait nous souvenir de notre propre situation, ou parce que nous anticipons une situation future dans laquelle l'autre pourrait devenir un facteur d'aide pour nous. Dans tous ces cas, il s'agit de situations ponctuelles qui sont différentes de celles des "êtres chers" et qui ne s'étendent pas à toutes les personnes étrangères.

#### **D) Des paroles sans fondement.**

On désire recevoir de l'aide, mais pourquoi la donner aux autres ? Des mots tels que "solidarité" ou "justice" ne sont pas suffisants. Ils sont prononcés sans conviction et on les sent faux. Ce sont des mots tactiques qui sont habituellement utilisés pour susciter la collaboration des autres, mais sans la donner aux autres. Cela peut être le cas également pour d'autres mots tactiques tels que "amour", "bonté", etc. Pourquoi devrait-on aimer quelqu'un qui n'est pas un être cher ? La phrase « j'aime celui que je n'aime pas » est contradictoire, et il est redondant de dire : « j'aime celui que j'aime. » D'autre part, les mots qui semblent exprimer ces sentiments se modifient de façon continue et je peux constater que j'aime plus ou que j'aime moins le même être cher. Enfin, les degrés de cet amour sont divers et complexes ; on le voit clairement dans des phrases telles que : « j'aime X, mais je ne le supporte pas quand il ne fait pas ce que je veux. »

#### **E) L'application de la règle d'or à partir d'autres positions.**

Si l'on dit : « aime ton prochain comme toi même pour l'amour de Dieu », au moins deux difficultés se présentent : 1) Nous devons supposer que l'on peut aimer Dieu et admettre que cet "amour" est humain, ce mot n'est alors pas adéquat. Ou bien nous aimons Dieu d'un amour qui n'est pas humain, et dans ce cas, le mot ne convient pas non plus. 2) On n'aime pas son prochain, si ce n'est indirectement par l'intermédiaire de l'amour de Dieu. Un double problème se présente : nous sommes censés traduire ce mot, qui ne représente pas bien la relation avec Dieu, en des sentiments humains.

D'autres positions disent les choses suivantes : « on lutte par solidarité de classe », « on lutte par solidarité avec l'être humain », « on lutte contre l'injustice pour libérer l'être humain. » Ici, c'est encore le même manque de fondement : pourquoi devrions-nous lutter par solidarité ou pour libérer les autres ? Si la solidarité est une nécessité, alors ce n'est pas quelque chose que nous pouvons choisir. Dans ce cas, peu importe que je le fasse ou pas, puisque cela ne dépend pas de mon choix. Si par contre, s'il s'agit d'un choix, pourquoi choisir cette option-là ?

D'autres disent des choses encore plus extraordinaires, comme par exemple : « nous nous réalisons dans l'amour envers notre prochain », ou bien « l'amour envers le prochain sublime les instincts de mort. » Que peut-on penser de cela, alors que le sens du mot "se réaliser" n'est pas clairement défini et que son objectif n'est pas posé, alors que les mots "instinct" et "sublimation" sont des métaphores d'une psychologie mécaniciste, aujourd'hui insuffisante ?

Les plus brutaux prédisent : « Vous ne pouvez pas œuvrer en dehors de la justice établie car elle est faite pour que nous nous protégeions mutuellement. » Dans ce cas, on ne peut réclamer de cette "justice" aucune attitude morale qui la surpasse.

Enfin, il reste ceux qui parlent d'une Morale Naturelle zoologique, et d'autres qui, en définissant l'être humain comme un "animal rationnel", prétendent que la morale dérive du fonctionnement de la raison de ce même animal.

**Pour tous les cas précédemment mentionnés, la Règle d'Or ne cadre pas bien. Nous ne pouvons pas être d'accord avec eux, même quand ils nous disent que nous parlons de la même chose mais en employant d'autres mots. Il est clair que nous ne sommes pas en train de parler de la même chose.**

Mais qu'ont bien pu sentir, dans les différents peuples et les différents moments historiques, tous ceux qui ont fait de la Règle d'Or le principe moral par excellence? Cette formule simple, à partir de laquelle peut dériver une morale complète, **jaillit de la profondeur humaine, humble et sincère.** Grâce à elle, nous nous dévoilons nous-mêmes à travers les autres. **La Règle d'Or n'impose pas une conduite, elle offre un idéal, un modèle à suivre. Simultanément, elle nous permet d'avancer dans la connaissance de notre propre vie.** La Règle d'Or ne peut pas non plus devenir un nouvel instrument de la petite morale hypocrite qui n'est utile que pour mesurer le comportement des autres. Lorsqu'une échelle "morale" sert à contrôler au lieu d'aider, à opprimer au lieu de libérer, elle doit être supprimée. **Au-delà de toute table morale, au-delà des valeurs du "bien" et du "mal", il y a l'être humain et son destin toujours inachevé et toujours croissant.**

Silo, Mendoza, 17/12/95.

# Deuxième partie - Séminaires et retraites

## 1. Séminaire sur la configuration du Guide Intérieur

*Ce séminaire dure toute la journée. Les participants arrivent le matin.*

### Office d'ouverture

**Encadrement du travail** : objectifs, formes de travail, attitude, pratiques.

L'objectif de notre travail est d'aborder le thème du Guide Intérieur et, dans le meilleur des cas, configurer le Guide Intérieur et approfondir la relation avec notre guide si celle-ci existe déjà. Nous travaillerons avec les techniques de relaxation de base, expériences guidées, échanges en groupe et réflexion personnelle.

L'attitude qui convient est, comme toujours, de maintenir une relation d'amitié entre nous avec une emphase particulière mise sur la communication. Ce travail dure toute la journée. Le mieux est donc de se détendre, d'oublier tous les autres thèmes et de nous ouvrir au sujet de ce séminaire.

### Introduction

Nous savons tous que nous sommes en train de vivre une grande crise dans un monde en grand changement qui se dirige vers un avenir très différent de ce que nous avons connu. Nous l'expérimentons dans nos propres vies et dans la vie des personnes qui nous sont proches. Dans cette situation de grande nécessité, tout le monde cherche l'orientation de véritables guides et le Message de Silo nous conduit à regarder à l'intérieur de nous-mêmes. C'est pour cela que le travail de configuration du Guide Intérieur est un travail personnel important qui peut nous aider à approfondir et à avancer vers nos aspirations à une vie cohérente et qui ait du sens, dans l'intégration et l'expansion du meilleur des qualités humaines : sagesse, bonté et force.

*Le 07 mai 2005, Silo dit :*

*« Éloigner la contradiction de soi-même, c'est dépasser la haine, le ressentiment et le désir de vengeance. Éloigner la contradiction, c'est cultiver le désir de réconciliation avec d'autres et avecsoi-même. Éloigner la contradiction, c'est pardonner et réparer deux fois tout mal que tu aurais pu infliger à d'autres.*

*Ça, c'est l'attitude qu'il convient de cultiver. Alors, à mesure que le temps passe, tu comprendras que le plus important est d'atteindre une vie d'unité intérieure qui fructifiera quand ce que tu penses, ce que tu sens et ce que tu fais, ira dans la même direction. La vie croît par son unité intérieure et se désintègre par la contradiction. Et il se trouve que ce que tu fais ne reste pas seulement en toi mais parvient aussi aux autres. C'est pourquoi, quand tu aides les autres à dépasser la douleur et la souffrance, tu fais grandir ta vie et tu fais un apport au monde. Inversement, quand tu augmentes la souffrance des autres, tu désintègres ta vie et tu envenimes le monde. Et qui dois-tu aider ? D'abord, ceux qui sont les plus proches. Mais ton action ne s'arrêtera pas à eux. »*

Nous savons que nos qualités ne restent pas seulement à l'intérieur de nous, dans notre propre paysage intérieur. Ces qualités se transmettent à tous ceux qui nous entourent au travers de nos actions, de nos idées et de nos sentiments. Dit autrement, l'expression de notre monde intérieur se manifeste dans le paysage humain, touchant les autres. Le paysage humain est un mélange continu d'influences mutuelles des paysages internes de chacun. Très souvent, nous sentons l'impact de la violence et de l'incohérence à l'intérieur de nous et de ceux qui nous entourent. Comment pouvons-nous avancer dans un monde que nous n'avons pas choisi mais dont nous avons hérité ? Nous reconnaissons la nécessité d'orientation, nous reconnaissons notre désir d'aider les autres et nous aspirons à ce que notre influence dans le monde soit positive. Pour tout ceci, la relation avec notre Guide intérieur est un grand recours pour pouvoir développer cette aspiration.

### Premier travail par groupes

Lecture de différents textes à propos du Guide Intérieur :

#### 1. Le paysage intérieur, Humaniser la Terre, Œuvres complètes I, Chapitres XVI et XVII

Ces textes permettent d'éclaircir la différence entre le guide Intérieur et les "modèles" profonds qui agissent à l'intérieur de nous. Le guide est "configurable" et perfectible, et nous allons travailler ce sujet.

## **XVI. Les modèles de vie**

1. Dans ton paysage intérieur, il y a une femme ou un homme idéal que tu cherches dans le paysage extérieur à travers maintes et maintes relations, sans jamais pouvoir l'atteindre. Hors de la courte période où l'amour complet éblouit de son étincelle, ces pierres à feu n'ont plus de point de rencontre.

2. Chacun à sa façon élance sa vie vers le paysage extérieur en cherchant à compléter ses modèles cachés.

3. Mais le paysage extérieur impose ses propres lois et, après un temps, ce qui fut le rêve le plus caressé est devenu une image envers laquelle on éprouve maintenant de la honte ou du moins un vague souvenir. Néanmoins, il existe de profonds modèles qui dorment à l'intérieur de l'espèce humaine, attendant leur moment opportun. Ces modèles sont la traduction des impulsions que le corps humain fournit à l'espace de représentation.

4. Nous ne discuterons pas maintenant de l'origine, ni de la consistance de tels modèles ; nous ne parlerons pas non plus de la complexité du monde dans lequel ils se trouvent. Nous devons seulement noter leur existence, en remarquant que leur fonction est de compenser des besoins et des aspirations qui, à leur tour, motivent l'activité vers le paysage extérieur.

5. Les cultures et les peuples donnent leur propre réponse au paysage extérieur, une réponse qui a toujours été teintée par des modèles intérieurs que le corps humain et l'histoire ont défini au cours du temps.

6. Celui qui connaît ses modèles profonds est sage ; plus sage encore est celui qui peut les mettre au service des meilleures causes.

## **XVII. Le Guide Intérieur**

1. Qui admires-tu au point que tu aurais voulu être cette personne ?

2. Je demanderai avec plus de douceur : qui est assez exemplaire à tes yeux pour que tu désires intégrer en toi certaines de ses vertus personnelles ?

3. Une fois peut-être, dans la peine ou dans la confusion, as-tu fait appel au souvenir de quelqu'un qui, existant ou non, est venu sous la forme d'une image réconfortante ?

4. Je suis en train de parler de modèles particuliers que nous pouvons appeler "guides" intérieurs et qui parfois correspondent à des personnes extérieures.

5. Ces modèles que tu as voulu suivre dès l'enfance ont progressivement changé seulement dans la couche la plus superficielle de ton "sentir" quotidien.

6. J'ai vu comment les enfants jouent et parlent avec leurs compagnons imaginaires et avec leurs guides. J'ai vu aussi des gens (de différents âges) se mettre en contact avec ceux-ci dans des prières accompagnées d'une onction sincère.

7. Plus forts étaient ces appels, de plus loin sont venus ces guides, apportant les meilleures indications. C'est ainsi que j'ai su que les guides les plus profonds sont les plus puissants. Cependant, seule une grande nécessité peut les réveiller de leur léthargie millénaire.

8. Un modèle de ce type "possède" trois attributs importants : la force, la sagesse et la bonté.

9. Si tu veux en savoir plus sur toi-même, observe quelles caractéristiques ont ces hommes et ces femmes que tu admires. Et remarque en quoi les qualités que tu apprécies le plus chez eux agissent dans la configuration de tes guides intérieurs. Considère que, bien que ta référence initiale ait disparu avec le temps, il reste dans ton intérieur une "empreinte" qui continuera à te motiver vers le paysage extérieur.

10. Et si tu veux savoir comment les cultures s'interpénètrent, étudie, en plus du mode de production des objets, le mode de diffusion des modèles.

11. Il est donc important que tu portes l'attention aux meilleures qualités des autres personnes, car tu impulseras vers le monde ce que tu auras fini de configurer en toi.

Pause

## **Second travail - La condition**

Méditation brève, prises de notes sans échanges.

Condition interne pour chercher et trouver le Guide : la **nécessité** d'entrer en contact avec un guide qui se traduise non pas comme une tension ou compulsions, mais dans une reconnaissance de ses propres limites ; la **sincérité** de la recherche, ouverte, sans hâte, en respectant le travail ; une certaine **foi** ou **confiance** dans le fait que chacun puisse prendre contact avec son Guide Intérieur.

## **Exercice : Réflexion**

Précision des registres de Nécessité, Sincérité et Foi

Je me demande en Silence...

*Pourquoi ai-je besoin du Guide Intérieur ? Quelle est l'attitude qui guidera cette recherche ? Où est ma foi dans le fait que mon guide puisse se révéler ?*

Répéter les questions.

Notes personnelles.

### **Troisième travail : les trois qualités**

Méditation brève, prise de notes et échanges

#### **Pratique : réflexion personnelle.**

(Marquer des temps d'arrêts lors des points de suspension pour laisser le temps aux participants de se connecter et de sentir les paroles prononcées.)

*Qu'est-ce que pour moi la force, la bonté et la sagesse ? Se connecter intérieurement à chacun de ces mots, l'un après l'autre.*

*Qu'est-ce que pour moi la force ?... Est-ce la force immense des dieux... la force de l'eau qui polit la pierre ?... À quelle force est-ce que j'aspire exactement ? Qui d'entre ceux ou celles que je connais possède cette qualité ?*

*Qui est vraiment sage ?... Comment s'exprime cette sagesse ?*

*Qu'est-ce que la bonté pour moi ?... Qui m'a déjà traité avec bonté ?...*

Chacun prend note de ses commentaires personnels.

#### **Échanges en ensemble**

#### **Déjeuner**

### **Quatrième travail : configuration du Guide intérieur (2 heures)**

#### **Le Guide Intérieur en tant qu'image de synthèse**

Dans notre travail de configuration du Guide, nous découvrons que nous utilisons notre mémoire pour trouver des références antérieures aux attributs que nous sommes en train de chercher ; les images traduites de nos sens pour donner forme à ces attributs (présence cénesthésique, sons, images visuelles...) et notre imagination fonctionnent. Tout cela se combine en une nouvelle forme. Le Guide est une nouvelle synthèse d'une multitude de registres éparpillés dans nos "archives internes". Nous assemblons tout cela en une image extraordinairement significative, dont le potentiel augmente à mesure que notre relation avec cette image s'approfondit, grâce à la communication répétée avec elle.

Nous savons que les images intérieures peuvent se configurer sous formes de signes, de symboles ou d'allégories. Suivant ce qui est affirmé dans l'ouvrage *Psychologie II* à propos du mode allégorique : « *les allégories sont l'agglutination de divers contenus en une seule représentation... ce sont des narrations transformées dans lesquelles se fixe la diversité... dans lesquelles se concrétise l'abstrait...* » Nous pouvons avancer qu'un Guide Intérieur bien configuré est une allégorie que la conscience a fabriquée, concrétisant ainsi certains attributs spécifiques : bonté, sagesse et force. Même si chacun configure son guide avec son propre paysage intime, il y a des éléments communs à une image bien configurée : c'est une image qui a "sa vie propre", qui garde mouvement et mobilité, précision et brillance, qui a de la profondeur et qui apparaît toujours sous la même forme. Le contact avec cette image produit une "adhésion émotive", une sorte de commotion positive à l'intérieur de chacun, pour qui elle a également une signification psychique. Ceci dit, il n'est pas important que cette image soit seulement visuelle, ou sonore, ou qu'elle ne se manifeste que sous forme d'une présence... Ce qui est important est que la relation avec mon guide grandisse, que je ressente (en tant que registres) l'impact de ses attributs dans mon développement personnel, que je ressente de la protection, de l'orientation et une cohérence croissante dans mon implication et expression dans le monde.

#### **Pratique : Expérience de Paix et Configuration du Guide Interne**

Ces deux expériences doivent être lues lentement et sans interruption entre les deux.

#### **Expérience de Paix**

*1. Relâche pleinement ton corps et tranquillise le mental. Imagine alors une sphère transparente et lumineuse qui descendant vers toi finit par se loger en ton cœur. Tu reconnaîtras à ce moment-là que la sphère commence à se transformer en une sensation expansive à l'intérieur de ton corps.*

*2. Observe comment la sensation de la sphère s'étend lentement de ton cœur jusqu'au dehors de ton*

*corps en même temps que ta respiration s'amplifie et s'approfondit. Lorsque la sensation aura atteint les limites de ton corps, tu peux arrêter là toute opération et enregistrer l'expérience de paix intérieure. Tu peux rester dans cette expérience le temps que tu jugeras opportun. Tu feras ensuite revenir cette expansion (revenant vers le cœur) pour te détacher de ta sphère et conclure l'exercice calme et réconforté.*

### **Expérience guidée : Configuration du Guide Intérieur**

*Je me trouve dans un paysage lumineux où j'ai déjà ressenti un grand bonheur.\**

Je parviens à voir le soleil qui grandit. Je l'observe sans être gêné. Deux rayons s'en détachent nettement et touchent ma tête et mon cœur. Je commence à me sentir très léger et à remarquer que je suis attiré par cet astre. Ainsi, suivant les rayons lumineux, je me dirige vers lui. Je reçois une chaleur douce et bienfaisante du disque énorme qui devient une sphère gigantesque.

Déjà, à l'intérieur du soleil, j'inspire et j'expire amplement et profondément. La lumière qui m'entoure pénètre dans mon corps au rythme de la respiration, me donnant chaque fois plus d'énergie. Je me sens serein et rayonnant.

*Alors je demande avec mes meilleurs sentiments que le guide intérieur se présente devant moi et qu'il le fasse de la manière la plus propice.\**

*Il me dit qu'il représente ma Force intérieure, mon énergie et que si je sais m'en servir, j'aurai une orientation dans la vie, j'aurai de l'inspiration et j'aurai de la protection. Mais il faut que je m'efforce de bien le voir et de sentir sa présence avec intensité.\**

*Je demande au Guide de poser ses mains sur mon front et de les maintenir ainsi quelques instants.\**

*Je commence à sentir que du centre de ma poitrine grandit une sphère transparente qui finit par nous englober tous les deux.\**

*Je dis au Guide de faire naître en moi un amour profond pour tout ce qui existe et de m'accompagner dans la vie en me donnant joie et paix.\**

*Je l'interroge sur le sens de la vie et j'attends sa réponse.\**

*Je l'interroge sur ce qu'est réellement la mort et j'attends sa réponse.\**

*Je l'interroge sur la valeur de ma vie et j'attends sa réponse.\**

*Je l'interroge, après réflexion, sur une situation spéciale de ma vie et j'attends sa réponse.\**

*Je demande au Guide de rester toujours à mes côtés dans les moments de doute et d'inquiétude et qu'il m'accompagne aussi dans les moments de joie.*

*Le Guide se sépare de moi et se transforme en une grande fleur aux pétales ouverts qui contraste par ses couleurs avec le fond lumineux du soleil. Puis la fleur commence à changer de formes et de tons tel un harmonieux kaléidoscope. Alors je comprends qu'il satisfera mes demandes.*

*Je commence à m'éloigner du brillant soleil plein de force et de vie. Et je descends vers le beau paysage par deux rayons lumineux, reconnaissant en moi-même une grande bonté qui cherche à s'exprimer dans le monde de mes semblables.*

### **Prise de notes personnelles**

#### **Échanges par groupes de 3 à 4 personnes**

**Échange final entre tous les participants, commentaires et/ou témoignages de différentes expériences avec le guide intérieur.**

#### **Clôture avec la cérémonie d'Office**

Agape d'amitié

Rangement du lieu

### **Bibliographie**

\* Silo, *Le Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

\* Silo, *Notes de Psychologie. Psychologie II*. À paraître prochainement en français.

## 2. Séminaire sur la Force I

Ce séminaire dure toute la journée, les participants arrivent le matin.

### Cérémonie : Office

#### Encadrement

L'expérience de la Force est le pilier central de l'*Expérience du Message*. C'est le thème central dans les descriptions du *Regard Intérieur*, et le phénomène de la Force peut être expérimenté dans les Cérémonies d'Expérience de l'*Office*, de l'*Imposition*, du *Bien-être* et de l'*Assistance*. Le thème de la Force mérite étude et réflexion, en mettant en relation sa propre expérience avec les différentes explications et descriptions qu'on trouve dans les écrits de Silo. C'est une activité très recommandée, qui se réalise avec calme quand la nécessité de comprendre surgit en soi.

Un séminaire d'une journée dédié à la Force pose des limites quant à la profondeur de l'étude de ce thème. Néanmoins, en une journée, nous pouvons sûrement approfondir notre expérience, avancer dans notre compréhension et probablement augmenter également nos questions. L'intérêt de ce séminaire n'est pas de parvenir à une conclusion technique, mais plutôt

1) de placer notre expérience interne dans le champ de l'inspiration et de l'expérimentation personnelle et  
2) d'augmenter notre contexte de compréhension de la Force par le biais d'extraits choisis des œuvres de Silo.

S'il est vrai que nous pouvons étudier le phénomène de la Force selon différents intérêts, nous suivrons ce qui est mentionné dans la page d'introduction du Message de Silo :

« *L'expérience est proposée à travers huit cérémonies capables de produire inspiration spirituelle et changements positifs dans la vie quotidienne.* »

Nous ferons différentes cérémonies d'Expérience et nous étudierons et échangerons également sur les textes du *Message de Silo* qui sont en relation avec la Force et les principes d'action valable.

Nous savons que la libre interprétation est l'un des principaux piliers du *Message* et cela doit guider notre travail. La communication ouverte et fluide entre nous, en exprimant librement notre expérience avec l'opportunité d'écouter les autres, est ce qui enrichit notre compréhension en tant qu'ensemble.

#### Première partie - La Force et le Regard Intérieur (2 heures)

*Le Regard Intérieur* traite de la conversion du non-sens en sens. Il est divisé en 20 chapitres parmi lesquels 11 sont directement en relation avec les descriptions de la Force. Les premiers chapitres traitent de l'attitude correcte dans cette recherche et des descriptions du non-sens. Dans le chapitre V, on commence avec le *Soupçon du Sens*, et dans le Chapitre VII est décrit le phénomène de la Force avec la *Présence de la Force*, suivi du *Contrôle de la Force*, des *Manifestations de l'énergie*, et l'on arrive, dans le chapitre X, à l'affirmation de l'*Évidence du Sens*, et dans le Chapitre XI au *Centre Lumineux*. Dans le Chapitre XII, *les Découvertes*, un changement se produit et l'on décrit ici la circulation de l'énergie, la nature de la Force et son évidente relation historique au sacré. Les chapitres suivants considèrent les procédés, la projection et les différentes actions de la Force, et l'on poursuit avec les différentes situations mentales décrites dans le *Guide du Chemin Intérieur*, *Les Principes*, *Les États Intérieurs* et *La Réalité Intérieure*. C'est évidemment dans les descriptions, réflexions et dans l'orientation que nous trouvons dans *le Regard Intérieur* que nous référons notre expérience de la Force. Son style de prose poétique nous permet de trouver l'attitude interne appropriée en relation avec le thème de l'évolution intérieure.

Nous étudierons le chapitre XV, *L'Expérience de la Paix* et *Le Passage de la Force* et le Chapitre XVII, *Action et Réaction de la Force*.

Dans le Chapitre XV, *L'Expérience de la Paix* et *Le Passage de la Force*, nous trouverons des descriptions de différents procédés. L'expérience n'est pas présentée ici sous le format de cérémonie auquel nous sommes familiarisés.

#### Lecture et réflexions de chaque partie (par groupes)

- Paragraphes 1 et 2 : Expérience de Paix.
- Paragraphes 3 et 7 : Expérience de la Force.
- Paragraphe 8 : Considérations générales.
- Paragraphe 9. Mise en relation de l'expérience de Force avec la vie quotidienne.

Chaque groupe fait un résumé de ses réflexions suite à cette lecture.

#### Lecture en ensemble des écrits de chaque groupe. Échanges

## Situation Interne

Pour commencer, on doit considérer, ici comme en toutes choses, la situation interne préalable à l'expérience de la Force. Nous prendrons contact avec la Force par le biais des Cérémonies, et c'est ainsi qu'une "attitude cérémonielle" peut surgir en nous, attitude vitale pour l'Expérience. Nous ne sommes pas ici pour faire une définition précise de ce qu'est "l'attitude cérémonielle", mais nous savons que nous "célébrons" des cérémonies, et "célébrer" revêt la connotation de quelque chose de spécial, quelque chose d'inspirateur, d'ouvert et de bénéfique, d'un événement positif, que ce soit pour nous ou pour les autres. On en trouve une bonne description dans ce premier paragraphe du chapitre XIV :

*« Si tu as compris ce qui a été expliqué jusqu'ici, tu peux faire l'expérience de la manifestation de la Force par un simple travail.*

*Néanmoins, l'expérience ne sera pas la même selon que tu observes une position mentale plus ou moins correcte (comme s'il s'agissait d'une disposition pour une activité technique) ou que tu adoptes un ton et une ouverture émotive proche de celle qu'inspirent les poèmes. »*

Nous célébrons nos Cérémonies avec les autres et notre relation avec "ces autres" est fondamentale pour l'expérience. Nous savons que les relations positives et affectueuses, comme celles qui existent entre les amis, les membres de la famille et les êtres chers, donnent du potentiel à la Force. Il n'est pas difficile de comprendre pourquoi ces relations de chaleur humaine établissent une situation interne appropriée à l'ouverture intérieure et au bien-être. Il n'est pas difficile non plus de sentir et de projeter cette connexion avec tous les autres qui partagent avec soi la célébration de n'importe quelle cérémonie, ce qui, de fait, est le sentiment majeur qui se trouve dans la cérémonie de l'Imposition.

## Office

### Déjeuner (1 heure)

### Relation entre la Force et l'unité intérieure (2 heures)

Voyons quelques exemples du *Regard Intérieur* où l'unité intérieure est mise en relation avec l'expérience du Passage de la Force. Dans le chapitre X, *Évidence du Sens*, il est dit :

*« L'importance réelle de la vie éveillée m'apparut de façon manifeste..*

*L'importance réelle de détruire les contradictions internes me convainquit.*

*L'importance réelle de manier la Force pour atteindre unité et continuité m'emplit d'un sens joyeux. »*

Et plus loin, dans le dernier paragraphe du Chapitre XV :

*« Si tu as travaillé en observant ces recommandations, il peut arriver, néanmoins, que tu n'aies pas réussi le passage. Ceci ne doit pas devenir le centre de tes préoccupations mais simplement l'indicateur d'un manque de "lâcher" intérieur, ce qui pourrait refléter une grande tension, des problèmes dans la dynamique d'image et en somme une fragmentation dans le comportement émotif... Ce qui, du reste, sera présent dans ta vie quotidienne. »*

Nous profitons de l'occasion qui nous est donnée aujourd'hui pour investiguer l'expérience de la Force, pour échanger et réfléchir ensemble sur notre conduite dans la vie quotidienne (avec nous-mêmes et avec les autres) et sa relation possible avec l'expérience que nous avons de la Force. Pour cela, nous étudions dans le Chapitre XIII, *Les Principes*, qui « peuvent aider à la recherche de l'unité intérieure. »

### Lecture du Chapitre XIII, *Les Principes* et échanges par groupes de trois.

### Échanges en ensemble au sujet des réflexions faites.

Pause

## Commentaires

Dans le chapitre XVIII, *Action et Réaction de la Force*, on explique un autre procédé : celui du "remerciement". Nous sommes familiarisés avec la Demande, avec le contact avec notre guide intérieur, avec notre dieu intérieur ou une image inspiratrice quand nous avons besoin d'orientation ou de protection. Mais il y a aussi des moments où nous éprouvons la nécessité de diriger et d'exprimer l'expérience de notre remerciement et de la conscience de notre "chance".

### Lecture du Chapitre XVIII et échanges entre tous.

### Cérémonie de clôture : Imposition

**Commentaires généraux et conclusions avec tout le groupe.**

**Agape d'amitié**

**Bibliographie**

\* Silo, *Le Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

### **3. Séminaire sur la réconciliation**

Ce séminaire dure toute la journée, les participants arrivent le matin.

#### **Office.**

#### **A. Introduction.**

Ce séminaire vise d'abord, c'est-à-dire avant de penser à se réconcilier, à méditer sur cette expérience, en essayant d'aller au-delà du plan psychologique pour situer cette expérience sur un plan spirituel profond. Il s'agit d'un défi majeur car cela définit la condition nécessaire à un emplacement mental correct pour réaliser ensuite un bon travail de réconciliation. De plus, ce séminaire propose la création d'un aphorisme personnel qui puisse concentrer une grande charge émotive pour faciliter le processus de réconciliation progressive.

On introduit le séminaire par la projection de la vidéo du Discours de Silo à Punta de Vacas le 5 mai 2007. Les participants prennent des notes des parties de la harangue qu'ils considèrent de plus grande importance.

*Note : La durée du travail de cette journée sera de 6 à 7 heures, selon le nombre de participants. L'idéal est de ne pas fixer de temps à ces travaux mais qu'ils soient plutôt régulés selon les nécessités de chacun.*

#### **Exercice 1 - Travail en groupe**

On forme des groupes de trois pour lire et étudier le discours de Silo du 5 mai 2007 à Punta de Vacas.

#### **Exercice 2 - Travail individuel**

Résumé et synthèse du discours par écrit.

#### **B. Emplacement concernant la réconciliation en tant qu'expérience spirituelle profonde**

Nous proposons d'abord de méditer sur la réconciliation comme expérience spirituelle profonde. Ceci doit comprendre une disposition interne qui émeuve fortement tout notre être, qui connecte avec ces aspirations et ces nécessités les plus senties pour la liberté intérieure et la grande cohérence qu'elles impliquent. Autrement dit, cette réflexion devrait se faire depuis et pour le plus profond du cœur, avec un esprit élevé d'ouverture intérieure sans réserves, pour pouvoir atteindre la profondeur intérieure adéquate, afin de ne pas générer de possibles résistances qui, provenant peut-être du ressentiment occulté ou de rationalismes sceptiques, peuvent relativiser celle-ci ou tout autre expérience spirituelle profonde.

#### **Exercice 3 - Travail individuel**

Réflexion sur la dimension de la réconciliation en tant qu'expérience spirituelle profonde, en connectant à l'intériorité la plus émouvante. Prendre note.

#### **Exercice 4 - Travail en ensemble de pratique guidée**

*Je m'assois confortablement et je détends la musculature externe, essayant de dissoudre toute tension locale ou généralisée... je continue avec l'intérieur du corps, en me laissant aller, en relâchant tout type de tensions... depuis la gorge jusqu'à la base du tronc, en passant par tous mes organes... ensuite, je relâche progressivement ma tête, depuis le plus extérieur jusqu'au plus intérieur de ma tête, plusieurs fois...*

*Maintenant j'essaie de sentir ma réconciliation comme si elle était un oiseau migrateur parcourant des milliers de kilomètres, inlassablement, en sachant parfaitement où il veut arriver, où il doit arriver... C'est la rébellion contre la souffrance qui me guide...*

#### **Exercice 5 - Travail Individuel**

Établir des relations de registres, de vécus entre l'exercice 3 et l'exercice 4. Prendre note.

#### **Exercice 6 - Travail par groupes**

Échanges sur les expériences des exercices 3 et 4. Prendre note des conclusions de chaque groupe.

#### **Exercice 7 - Travail en ensemble**

Échanges sur les conclusions des groupes

### **C. Encadrement sur l'aphorisme personnel de la réconciliation.**

Nous souhaiterions nous proposer de définir intérieurement un aphorisme qui nous aide à développer un travail progressif de réconciliation, un travail qui nous aide, pour transformer nos vies, à nous détacher de la racine de tout ressentiment.

#### **Exercice 8 - Travail individuel**

Réflexion sur les images positives mobilisatrices qui peuvent générer un aphorisme. Travailler en faisant une liste d'espoirs possibles, de certitudes, ou d'idées- force puissantes jusqu'à obtenir un ajustement final avec un mot ou une brève prière. Nous pouvons également nous appuyer sur une image qui nous émeuve fortement.

Pour construire cet aphorisme, il est nécessaire de considérer que notre réconciliation doit être fondée sur une aspiration ayant une charge émotive positive et émouvante, qui pourrait être, par exemple, un désir profond de bonté envers nous-mêmes et les autres. C'est seulement de cette façon, semble-t-il, que se réconcilier pourrait se transformer en une expérience spirituelle profonde. Prendre note.

D. Avec quoi voulons-nous nous réconcilier ?

La réconciliation que nous cherchons peut être par exemple : accepter les frustrations vécues, admettre les échecs, reconnaître les erreurs, les faiblesses, les manques ou les carences. Ça peut aussi être en rapport avec les actions incohérentes que nous avons faites en provoquant de la souffrance chez les autres, également avec le mauvais traitement reçu de la part d'autres et qui nous a profondément blessés. De même, cela peut nous permettre de réfléchir sur des états d'âmes de désespoir liés à la gravité de la situation mondiale si chargée de violence et d'intolérance, afin de changer notre regard, en pariant sur le processus d'humanisation de la Terre et de la libération de l'esprit.

#### **Exercice 9 - Travail individuel**

*Je m'assois confortablement et je détends la musculature externe, essayant de dissoudre toute tension locale ou généralisée... je continue avec l'intérieur du corps, en me laissant aller, en relâchant tout type de tensions... depuis la gorge jusqu'à la base du tronc, en passant par tous mes organes... ensuite, je relâche progressivement ma tête, depuis le plus extérieur jusqu'au plus intérieur de ma tête, plusieurs fois...*

*Maintenant je recherche ce regard compréhensif... ce regard qui reconnaît dans les grandes erreurs la somme d'une série de facteurs qui ont dépassé ma capacité de réponse... et j'essaie d'admettre que mon ignorance..., mon incapacité... et la force des circonstances... m'ont difficilement permis de dépasser ce jeu de forces adverses qui ont déchaîné des situations de souffrance. Par ailleurs, il est décisif de remercier en mon intérieur l'enseignement que j'ai tiré de tout ceci.*

*À présent, j'essaie de reconnaître en moi les courageux moments d'espoir, de réussite, de cohérence... j'essaie de reconnaître dans ces moments les états de plénitude et de liberté intérieure que j'ai expérimentés... ainsi, je cherche à équilibrer la balance de ma vie pour la doter du sens lumineux auquel j'aspire... et ainsi transformer le milieu dans lequel je vis...*

#### **Exercice 10 - Travail par groupes**

Échange sur ce travail individuel (par groupes de trois). Prendre note.

#### **Exercice 11 - Résumé et synthèse individuelle.**

Résumer et synthétiser par écrit tout le travail personnel réalisé.

#### **Exercice 12 - Échanges en ensemble**

Libre échange en ensemble sur tout le travail de la journée.

#### **Clôture** (De préférence dans la Salle)

Remerciement pour les compréhensions obtenues et demandes de réconciliation progressive.

#### **Agape d'amitié**

**Bibliographie**

\* Silo, vidéo et texte sur *la Réconciliation*, Punta de Vacas. 05 Mai 2007. [www.silo.net](http://www.silo.net) & [www.editions-references.com](http://www.editions-references.com) (Voir aussi Voir aussi *Silo à ciel ouvert*, Éditions Références, Paris, 2007.)

#### 4. Séminaire sur le changement profond et essentiel

Ce séminaire dure toute la journée, les participants arrivent le matin.

##### Cérémonie d'Office

##### Encadrement

Ce travail est basé sur les questions fondées sur les idées principales de la lettre de réponse de Silo à David Roberts qui a circulé en janvier 2008 et vise à créer une condition permettant la réflexion personnelle et l'échange en groupes sur le sujet du changement profond et essentiel. On peut répondre à de pareilles questions depuis la compréhension ou par intuition. On prétend par ailleurs, formuler un Dessein personnel, en méditant et en prenant pour référence commune le thème des *Cinq états du sens de la vie*, fragment de la Note 4 de l'ancien *Livre de la Communauté*.

*On joint ici ces lettres et Note afin que tous les participants puissent en disposer sous forme de photocopies durant le séminaire. Il est suggéré de ne pas fixer de durée aux différentes parties du travail à réaliser et que tout s'autorégule selon la participation.*

##### Exercice 1 - Travail individuel par écrit

**Le changement profond et essentiel - le changement des conditions mentales<sup>2</sup> - est possible par intention de la conscience humaine.**

1. Qu'est-ce que je comprends ou pressens par changement profond et essentiel ?
2. Qu'est-ce qui ne serait pas un changement profond et essentiel ou bien qu'est-ce qui pourrait être déguisé en changement essentiel ?
3. Qu'est-ce que je comprends ou pressens par changement des conditions mentales ?
4. Qu'est-ce qui ne serait pas un changement des conditions mentales ?

**Le changement essentiel n'est pas possible sans une direction claire dans ce sens.**

5. Qu'est-ce que je comprends ou pressens par intention de la conscience humaine sur elle-même ?
6. Qu'est-ce que je comprends ou pressens par direction claire dans ce sens ?

**Transformer ma vie conformément à un changement mental profond**

7. Quelle signification a pour moi « transformer ma vie conformément à un changement mental profond » ?
8. Qu'est-ce que je comprends ou pressens par « me décider par nécessité à transformer ma vie dans cette direction ? »

##### Exercice 2 - Travail en groupe de trois

Échanges sur le travail individuel. Prendre note.

##### Exercice 3 - Travail en ensemble

Échange ouvert sur le thème et sur le travail réalisé individuellement et en groupe. Prendre note.

##### Exercice 4 - Formulation de Desseins personnels

Il s'agit tout d'abord de méditer sur le point suivant : d'où, depuis quel "endroit" intérieur pourrait-on se formuler des desseins de changement profond et essentiel, s'ils n'étaient pas clairs ? En ce sens, il faut considérer que les aspirations les plus profondes qui inspirent cette Conversion ne naissent pas de compensations illusoire qui pourraient nous conditionner de façon subtile et inaperçue. Prendre note.

Dans un deuxième temps, il est recommandé d'étudier la note 4 (ci-jointe) de l'ancien *Livre de la Communauté* pour réfléchir et s'éclaircir davantage sur l'état intérieur actuel dans lequel on peut se trouver par rapport au sens de la vie. Prendre note.

##### Exercice 5 - Travail en groupe de trois

Échange sur le travail individuel.

---

<sup>2</sup> Une façon de s'approcher de la compréhension des conditions mentales est de réfléchir sur la direction principale de son existence. C'est comme se demander : quelles sont les choses qui m'intéressent le plus et auxquelles je dédie le plus d'énergie ? On peut également approfondir le sujet en observant ses propres habitudes mentales, c'est-à-dire : dans quelles choses je suis le plus occupé physiquement et psychologiquement ?

## Exercice 6 - Travail en ensemble

Échanger sur les compréhensions obtenues dans le travail individuel et en ensemble.

## Exercice 7 - Résumé et synthèse individuels

Résumer et synthétiser par écrit tout le travail personnel réalisé.

## Clôture (De préférence dans la Salle)

Remerciements pour les compréhensions obtenues et demandes pour la concrétisation des aspirations les plus profondes.

On termine le séminaire par une agape d'amitié.

## Fragment de la Note 4 de l'ancien Livre de la Communauté

...7°- La reconnaissance que tout ne se termine pas avec la mort ou, ce qui revient au même, de la transcendance au-delà de la mort, admet les postures suivantes : a) L'évidence indubitable (bien qu'elle ne soit ni démontrable ni ne puisse être transmise aux autres) ; b) La simple croyance octroyée par l'éducation ou par l'environnement comme si c'était une donnée indubitable de la réalité ; c) Le désir d'avoir cette croyance ou cette expérience ; d) Le soupçon intellectuel de la possibilité de survie, sans expérience, sans croyance ni même désir de les avoir.

8°- Ces 4 postures et une cinquième qui nie toute possibilité de transcendance, sont appelées "les cinq états du sens de la vie". Chaque état admet, à son tour, différents degrés de profondeur ou de définition. Les états comme les degrés peuvent varier, mais à un certain moment de la vie, ils permettent de définir la cohérence ou la contradiction de sa propre existence et bien entendu le niveau de liberté ou de soumission à la souffrance. Il s'agit en outre d'un point pratique car l'on peut examiner n'importe quel moment de sa vie passée en le situant depuis l'état qui lui correspond, vérifiant ainsi comment sa vie s'est organisée en fonction de cet état. En toute logique, cet examen est très valable pour comprendre son moment actuel.

9°- Quels que soient l'état et le degré dans lesquels se trouve une personne, elle peut avancer ou approfondir, par le biais d'un travail soutenu dans la direction proposée par la Doctrine. Pour résumer : La Doctrine de la Communauté explique que le véritable sens de la vie est en relation avec l'affirmation de la transcendance au-delà de la mort, que la découverte de ce sens transforme la vie en influençant les trois voies de la souffrance et que toute personne peut parvenir à ce sens ou le perfectionner, quels que soient l'état et le degré de foi dans laquelle elle se trouve par rapport à lui.

## Correspondances David et Negro

*Hello Negro,*

*Je t'écris aujourd'hui car quelque chose me perturbe à propos de certains commentaires que tu aurais faits il y a une dizaine de jours. Comme à ma connaissance aucun éclaircissement à ce sujet n'a circulé, j'ai pensé t'interroger directement.*

*C'est au sujet d'une certaine conversation que tu as eue avec quelques personnes - je crois au cours d'un dîner à Manantiales - où tu disais que l'être humain ne peut pas (vraiment) changer. Et tu faisais état de ce qui nie la possibilité d'un véritable changement chez l'être humain. Je l'ai entendu comme si tu étais parvenu à une NOUVELLE conclusion qui te fait dire maintenant que l'Être Humain n'est pas capable d'un changement essentiel ou profond. Penser cela est tellement différent ! Et très loin de ce qui a été notre courant de pensée.*

*Je suppose que tu as effectivement dit ce qui a été rapporté mais je me demande EST-CE CE QUE TU VOULAIS DIRE ? Et comment dois-je (devons-nous) le comprendre ?*

*En y pensant, je me disais que si je dois faire face au fait - si c'est un fait - que les humains ne sont pas capables du changement véritablement humanisant (de la transformation), situation pour la propagation de laquelle nous avons tous travaillé pendant des années... alors ceci me fait m'arrêter... et chercher et me demander ce que je suis en train de faire alors (pour les autres) et en quoi puis-je avoir foi ?*

*Depuis que j'ai entendu ceci et que j'y ai réfléchi, j'ai mis tous mes projets en attente, y compris ma série "siloïsmes" jusqu'à ce que je puisse COMPRENDRE. Nous avons tous profondément confiance en ta pensée et en ton jugement donc je dois te demander si toute l'histoire a été changée (?).*

*Merci de prendre mes questions en considération ... je veux juste te dire une fois de plus que tu es toujours dans mes pensées.*

*A big hug,  
David*

Salut David,

Oui, il y a à peu près 10 jours, de beaux dîners ont eu lieu à Manantiales et au cours de l'un d'entre eux, nous avons abordé ce thème, lequel me semble être important à considérer.

Un changement profond et essentiel chez l'être humain est-il possible ? Oui, je le crois, mais je fais la différence entre ce changement indéniable mais lent qui s'est mis en marche avec les premiers humanoïdes, et la possibilité de changement essentiel non pas du fait d'une simple mécanique évolutive, ni d'accidents "naturels" mais due à une direction, à une intention de la conscience humaine à son propre sujet.

Le point, c'est que ces changements périphériques font penser à beaucoup de gens que ce sont à ces changements-là auxquels l'on doit aspirer. Il faut aller au-delà de la Science et de la Justice pour comprendre ce changement. En effet, comme nous l'avons souligné à de nombreuses occasions, ceux qui travaillent à l'avancée de la Science et de la Justice produisent les meilleurs efforts pour surpasser la douleur et la souffrance, facilitant ainsi les conditions du changement. Mais il est clair que tant que la Justice et la Science seront entraînées dans une parabole accélérée dans laquelle la recherche de changement est orientée vers les objets, le plus important du changement essentiel restera ignoré. Cet oubli de soi, cette méconnaissance du dépassement de la mécanique mentale, nous amènent à nous questionner sur les possibilités de changement...

Nous parvenons ainsi au moment de cette soirée inquiétante mais salubre, au cours de laquelle nous avons pu exprimer : le changement essentiel n'est pas possible sans une direction très claire dans ce sens. Et l'époque actuelle ferme l'horizon de cette direction mentale.

Ceux qui ont suivi notre trajectoire depuis plusieurs années ont vérifié que nos travaux se sont orientés vers "le changement simultané", et dans l'Humanisme ceci a pris une grande importance. Pourtant cet effort réalisé vers le changement des conditions mentales a parfois été faible et parfois intermittent.

Je pose les arguments de manière un peu brutale : tout ce qui a été réalisé jusqu'à aujourd'hui a beaucoup de sens mais ne sera pas suffisant tant que les gens (même les personnes de grande bonté ou les plus aimables) ne se décideront pas à CONVERTIR leur vie, convaincus de la nécessité d'un changement mental profond. C'est de cela dont traite notre travail dans sa dernière phase, c'est de cela dont parle le Message.

Je crois que dans la situation actuelle dans laquelle se trouve l'humanité (et bien entendu dans laquelle nous vivons nous aussi), si nous ne travaillons pas à surpasser toute censure et toute autocensure en nous lançant dans les significations et dans les travaux du Message, le changement essentiel ne sera pas possible. La direction doit être celle du Profond de la conscience afin de connecter avec les significations qui ont lentement poussé l'humanité dans son évolution. Maintenant il y a urgence et nous ne savons plus par quel moyen faire connaître cette impulsion.

Lorsque nous avons parlé au cours de ce repas des difficultés qu'affronte le mental humain, le découragement a soufflé comme un vent glacé parmi les convives. La sensation qui en est restée, c'est que, submergés dans notre humanité comme nous le sommes, nous n'entrons pas dans le Profond et de ce fait, le Changement n'est pas possible. Ceci fut la partie la plus triste de notre discussion à laquelle certains répondirent avec un certain stoïcisme : « Ce que tu dis n'est pas très encourageant ! »

Malgré tout, au-delà de l'anecdote, je crois que nous pouvons compter sur une certaine connexion interne que nous pouvons communiquer, et ceci est rendu possible parce qu'en chacun de nous existe cette source insondable du Profond, à laquelle nous devons nous abreuver.

Mon cher David, je crois que beaucoup percevront la gravité du moment actuel et ta lettre est un reflet de ce qui s'est passé (durant ce repas) et qui a commencé à circuler partout.

Je t'embrasse affectueusement,

Negro.

## 5. Séminaire sur la Direction et les Aphorismes

Ce séminaire dure toute la journée, les participants arrivent le matin.

### Cérémonie d'Office

#### Première partie : introduction (1 heure)

Plan de travail. Nous travaillons avec le texte sur les aphorismes du *Livre de la Communauté* et avec quelques réflexions guidées. Ce travail est organisé pour nous aider à expérimenter chacun des aphorismes et, depuis notre expérience personnelle, en comprendre les différences entre eux. Nous allons également nous concentrer sur un aphorisme personnel qui corresponde à la direction fondamentale de notre vie. La meilleure façon de travailler ensemble consiste à être relaxé, en thème et à nous dédier au travail que nous faisons. L'attitude adéquate est celle d'un "chercheur" essayant de comprendre, prêtant attention et sans expectative. Il s'agit d'un travail simple qui se réalise avec plaisir.

Que sont "les aphorismes" et pourquoi allons-nous travailler avec eux ? Nous savons que lorsque nous allons faire quelque chose d'important pour nous, il est nécessaire d'être clair dans nos pensées et nos images, d'avoir foi et conviction en ce que nous sommes en train de faire, de croire que cela se passera bien et donc nous avons besoin de réaliser les tâches qui sont nécessaires pour obtenir ce que nous voulons. Ce "quelque chose" peut être très interne, cela peut être la recherche d'un travail, cela peut être aider une autre personne, cela peut être un projet qui concerne d'autres personnes, comme la mise en marche d'une nouvelle communauté du Message, cela peut être la construction générale de ma vie. Quoi qu'il en soit, nous avons besoin d'un maximum de cohérence entre nos pensées, nos sentiments et nos actions. Les aphorismes travaillent précisément sur ces points.

Nos aphorismes se formulent en trois niveaux de profondeur :

1. Les pensées produisent et attirent des actions.
2. Les pensées réalisées avec foi produisent et attirent des actions plus fortes.
3. Les pensées répétées avec foi produisent et attirent un maximum de force dans les actions.

Un aphorisme personnel est une phrase, une image, une construction mentale simple qui dirige mes pensées, mes sentiments et mes actions dans une direction donnée. C'est exactement la fonction et la puissance d'un aphorisme : clarifier et transformer mes idées et mes sentiments en actions conscientes et intentionnelles. Cela crée de l'énergie et cela crée le futur. Un aphorisme peut être personnel ou collectif. Dans tous les cas, les indicateurs qu'il est bien construit et qu'il correspond à une vérité interne sont l'ouverture du futur et la croissance de la cohérence personnelle. Dans ce sens, le travail interne avec les aphorismes peut être considéré comme une étape vers une compréhension plus claire de notre fonctionnement interne.

Évidemment, un aphorisme peut être plus immédiat et il n'est pas nécessairement un travail portant uniquement sur la partie centrale de sa vie. Ici, nous sommes en train d'explorer et d'apprendre les aphorismes et nous avons pris la direction de notre vie comme objet d'étude. Si nous nous engageons dans ce travail, alors nous aurons certainement appris un nouvel outil personnel qui sera utile dans de nombreuses situations et peut-être un outil fondamental pour la construction de la vie à laquelle nous aspirons.

### La Direction

Plus un aphorisme personnel est proche de la direction centrale (le sens) de ma vie, plus son potentiel énergétique positif est important. Ceci est important : si mes actions quotidiennes coïncident (ou ne coïncident pas) avec ma direction mentale, alors la cohérence (ou l'assouffrance) de ma vie ainsi que celles de ceux qui m'entourent augmenteront. À l'intérieur de moi-même, il y a une direction qui me pousse vers l'avant ou qui me guide d'une certaine manière (peu importe le résultat qu'on aura obtenu). Ceci, on peut le sentir comme une sorte d'aimant qui m'attire vers le futur ou comme un moteur interne qui me donne une impulsion... de différentes manières mais qui est de toute façon en train d'opérer.

Il doit y avoir une raison pour que nos vies nous aient conduits à être ensemble ici aujourd'hui. Même si les détails de nos vies sont très différents, il y a quelque chose en commun dans cette direction. Chacun de nous peut sentir ce "quelque chose" de façon différente, l'exprimer de façon différente, mais quelle que soit la forme, les aspirations du Message de Silo coïncident avec nos propres aspirations pour nos vies propres et ce que nous souhaitons pour les autres. Il y a une image interne qui opère ici et qui a des caractéristiques communes : d'une part, une recherche qui nous pousse vers le Profond et vers le Sacré en nous-mêmes, et aussi une direction centrifuge qui va vers les autres ; un intérêt qui ouvre la communication et qui dépasse la discrimination et la violence. Il y a le soupçon ou la certitude que la vie a un sens, que tout ne se termine pas avec la mort, et ceci détermine comment je construis ma vie. Il existe le désir de dépasser la souffrance qu'il

y a en moi et dans les autres. Cette direction est ce qui est important pour nous et peut être considérée comme le gouvernail de l'embarcation. On ne voit pas le gouvernail mais c'est ce qui permet à l'embarcation d'arriver à sa destination. Sans gouvernail, le bateau tourne en rond et est à la merci des marées et des courants, des forces extérieures. Notre intérêt est de connaître ce gouvernail, de le rendre explicite et qu'il se manifeste dans nos vies.

## Les Aspirations

Comment pouvons-nous savoir quelles sont nos réelles aspirations ? Il est certain que nous voulons, souhaitons et avons besoin de beaucoup de choses différentes et que cela agit en même temps, des choses les plus mondaines (terre à terre) jusqu'aux plus élevées. Certaines nous emportent dans la bonne direction et les autres nous mènent à la souffrance. La clé pour découvrir nos aspirations profondes a à voir avec le choc émotif positif que l'on sent quand nous prenons contact avec elles. Il y a beaucoup de choses que nous voulons ou que nous aimerions qui arrivent, mais sans cette connexion émotive, ce sont de simples divagations, de bonnes idées mais elles n'ont pas la profondeur de quelque chose d'important pour nos vies.

Au fur et à mesure que je sens que ma cohérence et mon unité interne augmentent, que ma vie prend une signification valable (au moins pour moi), alors je sais que je suis sur le chemin de la profondeur et de la vérité avec moi-même. Il y a une expérience de reconnaissance dans le contact avec cette aspiration profonde qui opère même si elle n'est pas si claire, manifeste ou explicite.

Notre intérêt dans ce travail avec les aphorismes est d'essayer de nous rapprocher de cette aspiration interne qui est comme un courant souterrain qui opère en moi, guidant ma vie dans une certaine direction, pour qu'ensuite je puisse guider mes actions quotidiennes avec une plus grande cohérence.

### Premier travail - Aphorisme personnel (1 heure)

**A. Réflexion :** *Relaxation externe et interne guidée... Je cherche les images qui ont le registre de ce à quoi j'aspire... Des idées ou des images de personnes et de situations qui me mobilisent... Je cherche des significations... Qu'est-ce que je ressens lorsque je prends contact avec cette aspiration ? ... Est-ce que je peux sentir que cela grandit sans limites ? ... Est-ce que je peux reconnaître ce sentiment dans d'autres moments de ma vie ? ... Dans différentes situations de ma vie ? ... Je parcours les différents moments et situations de ma vie avec ce registre, guidé par ce sentiment...*

Conclusions écrites (sans échanges) Écrire sa propre expérience. Si on ne sent pas que l'on prend contact avec cette émotion, travailler avec le registre inspirateur.

**B. Réflexion :** *Je me relâche... Je reprends ce sentiment... Avec ce sentiment, je réfléchis sur mes pensées et actions... J'observe au cours de ma vie à quels moments ce sentiment s'est manifesté... À quels moments ce sentiment était absent... Je me rappelle les pensées et les actions de ces moments de ma vie quand ce sentiment était absent... Je reprends le sentiment de mon aspiration... Je me rappelle les pensées et les actions qui étaient en relation avec ce sentiment dans ces moments... Je vois mon futur.*

Écrire ses propres conclusions.

**C. Méditer intérieurement** et commencer à construire un Aphorisme personnel qui exprime cette aspiration dans ma propre vie. Cet aphorisme personnel peut être une phrase, une image, une façon de s'exprimer à soi-même ce sentiment. Ceci est comme une affirmation interne, créée d'une manière intuitive plus que d'une manière logique. Il se peut que cela ne reflète pas exactement la propre aspiration mais cela peut s'en approcher. L'important est qu'on puisse sentir la force de ce sentiment lorsqu'on prend contact avec cette phrase ou cette image.

**D. Réflexion :** *Je relâche mes tensions... Je sens mon aphorisme qui opère... Il prend vie en moi... Il prend vie en moi...*

### Échange en groupe de 3 (1 heure)

Pause - Déjeuner (1 heure)

### Seconde partie : les aphorismes (du Livre de la Communauté) (2 heures)

#### **1 - « Les pensées produisent et attirent des actions. »**

Que signifie la phrase : les pensées produisent des actions ? Cela signifie que j'agis dans la vie en accord avec les choses que je sens ou les choses dont je me souviens ou que j'imagine. Il est évident que toute activité que je développe sera fonction de la façon dont je l'aurai exercée auparavant et se déroulera suivant la clarté avec laquelle j'appréhenderai ce que j'ai à faire. Si mes pensées sont confuses, il est très

probable que mes actes soient confus, et ainsi de suite. Quant aux pensées qui "attirent" des actions, il est évident que si elles ont produit des actes de confusion, il y aura de la confusion dans mes activités et vis-à-vis des personnes auxquelles je m'adresse. Par conséquent, en retour me reviendront des résultats de ce type. Si je pense avec ressentiment et que j'agis de cette manière, je provoquerai sûrement du ressentiment et j'attirerai à moi des actions de ce genre provenant d'autres personnes. Il suffit qu'une personne croie en sa "malchance" pour que ses actions et celles des autres finissent par lui procurer ce qu'elle croit.

**Réflexion** : Je relâche mes tensions... Je me connecte avec mon aphorisme personnel... Je sens mon aphorisme... Je vois les images qui apparaissent... Où suis-je dans les images ?... Quelles sont mes pensées ?... Quelles sont mes actions ?... Où se terminent mes actions?

Écrire les pensées et les actions. Quelles actions se sont produites et quelles actions ont été attirées? Considérer les conséquences de ces actions.

## **2 - « Les pensées avec foi produisent et attirent des actions plus fortes. »**

*"Foi" signifie conviction, sentiment fort, certitude qu'une chose est telle qu'on la croit. Ce n'est pas la même chose de penser avec la grande force des émotions qu'avec le doute. Il suffit de voir ce qu'un sentiment fort comme l'amour est capable de mouvoir pour comprendre ce que nous disons.*

**Réflexion** : Je relâche mes tensions... Je respire profondément... Maintenant je reprends les mêmes images... les mêmes sentiments... Je les vois clairement... mes sentiments... mes actions... Je sens cette émotion en moi... J'augmente ce sentiment... Je l'approfondis... Je mets de la foi et de la certitude dans ce sentiment... Comment sont mes sentiments... Comment sont mes actions... Je continue à augmenter ma foi en mon aphorisme...

Écrire l'expérience. Quelles différences avec les pensées du 1<sup>er</sup> aphorisme ? Quelles étaient mes actions et quelles furent leurs conséquences ?

## **3 - "Les pensées répétées avec foi, produisent et attirent un maximum de force dans les actions"**

*Plus on répète une action ou une pensée, plus elle se grave dans la mémoire, plus les habitudes deviennent fortes et plus on est prédisposé à des actions futures dans cette direction. Si quelqu'un pense continuellement avec foi qu'il est malade, il finira par tomber malade avec plus de probabilité que s'il n'y pense que d'une manière fugace. C'est également valable pour les projets que l'on fait dans la vie. Ils doivent être pensés avec clarté, avec foi et doivent être considérés de façon répétée. Alors mes actions iront dans cette direction et je provoquerai des réponses de mon milieu et des personnes qui m'entourent dans le sens qui m'intéresse.*

Comment je répète avec foi mon aphorisme ? Avec la méditation quotidienne, avec intention, en l'abordant comme thème central chaque jour. Si j'ai un guide interne, je peux travailler en demandant au guide de m'aider à fortifier mon aphorisme.

*Le Guide et la Demande* : Si j'ai un guide interne, alors le mieux sera d'incorporer mon guide (avec sa force, sa sagesse et sa bonté) à mon travail avec l'aphorisme. Je peux demander à mon guide qu'il m'accompagne, qu'il renforce et guide mon aphorisme, pour lui demander comment avancer dans les différentes situations. De cette manière, je distille à mon aphorisme les attributs du guide, j'incorpore la force de la Demande dans mes pensées et mes actions.

**Réflexion**: Je reprends les mêmes images avec foi... Je me vois dans la vie quotidienne : mes activités... mes pensées... Je continue en répétant intérieurement le contact avec mon aphorisme... en me connectant plus profondément avec cette vérité interne... J'observe mes pensées... la force de mes actions... Je vois les conséquences de mes actions...

Écrire les images, les pensées, les actions et les conséquences.

### **Échange sur les expériences par groupes de trois.**

Écrire conclusions et synthèse personnelles. Échange final en ensemble

### **Office**

### **Agape d'amitié**

### **Bibliographie**

\* *Le livre de la communauté. Thèmes formatifs*, Éditions Références, Paris, 2002.

## 6. Séminaire sur la demande

Ce séminaire dure toute la journée, les participants arrivent le matin.

### Cérémonie d'Office

#### Encadrement

Ce séminaire est consacré au travail sur la Demande, en le complétant de réflexion personnelle, d'étude et d'échanges en groupe ; de plus, nous célébrerons des cérémonies.

#### Première partie - Réflexion personnelle et échange (Une heure et demie)

Notre première réflexion sera à caractère personnel sur notre croissance intérieure face aux difficultés de la vie rencontrées ces temps-ci. Nous prendrons quelques minutes pour méditer sur ces moments et nous échangerons ensuite par groupes de trois personnes.

#### Deuxième partie - Étude (une heure et demie)

#### Cérémonie de Bien-être - Commentaires de Silo

#### Étude en groupes, écrire ses propres réflexions et compréhensions.

*Une troisième cérémonie, connue comme la "Bien-être", se réalise également à la demande des assistants. Sans doute, il s'agit d'une position mentale dans laquelle une ou plusieurs personnes sont évoquées en essayant de se souvenir, de la façon la plus vivace possible, de leur présence et de leurs tons affectifs les plus caractéristiques. On cherche à comprendre, de manière la plus intense possible, les difficultés que peuvent être en train de vivre à ce moment-là les personnes évoquées. De là, on passe à considérer une amélioration de la situation de manière à pouvoir expérimenter le registre de soulagement correspondant.*

*Cette cérémonie rend manifeste un mécanisme déterminé de "bons souhaits" ou de "bonnes intentions" que nous exprimons presque spontanément et très souvent. Nous disons : « Bonne journée ! » ; « Je te souhaite de nombreuses et merveilleuses années ! » ; « Que ton examen se passe bien ! » ; « Tu vas y arriver ! », etc. Il est clair que dans cette cérémonie, les "Demandes" sont réalisées depuis une bonne disposition mentale dans laquelle on met l'accent sur les registres affectifs intenses. La "Demande" de bienfaits pour d'autres, réalisée dans les meilleures conditions, nous place dans une posture mentale dans laquelle nous nous prédisposons à apporter l'aide nécessaire. Celle-ci en outre améliore nos directions mentales en renforçant en nous les possibilités de communication avec les autres.*

Un point très important à considérer avec les "Demandes" est de les effectuer afin que les autres puissent dépasser leurs difficultés et rétablir leurs meilleures possibilités. Sur ce point, il ne doit pas y avoir de confusion. Prenons un cas. On pourrait supposer que la Demande pour le rétablissement de quelqu'un en train de mourir est le plus adéquat, puisqu'on tente de soustraire la personne affectée à la douleur et à la souffrance. Mais en envisageant cette Demande, nous devons être prudents car il ne s'agit pas de demander le meilleur pour nous-mêmes qui voudrions maintenir la personne souffrante en bonne santé et près de nous. La demande correcte devrait viser le meilleur qui soit pour ce mourant et non le meilleur pour nous-mêmes. Dans cette situation, dans laquelle nous sommes liés par une affection à cette personne mourante, nous devrions peut-être considérer que cette personne pourrait souhaiter sortir de sa situation en étant réconciliée et en paix avec elle-même. Dans ce cas, la demande est dirigée vers "le mieux pour la personne affectée" et non le mieux pour moi qui voudrais retenir l'autre à tout prix. Ainsi donc la Demande pour l'autre doit prendre en considération ce qui est le mieux pour l'autre et non pour soi.

Cette cérémonie se conclut, pour ceux qui le désirent, en faisant sentir la présence de ces êtres très chers qui, « bien qu'ils ne soient pas ici, dans notre temps, dans notre espace », se mettent en relation ou se sont mis en relation avec nous dans l'expérience de l'amour, de la paix et de la joie chaleureuse. Enfin, on prétend créer au travers de cette cérémonie un courant de bien-être pour toutes les personnes présentes qui sont orientées dans une même direction.

#### Lecture des écrits de chaque groupe et échanges.

Brève pause.

#### Cérémonie d'Office Cérémonie de Bien-être

#### Déjeuner (une heure)

### Troisième partie - La Demande (deux heures)

Pour nous, la Demande est une attitude transformatrice et aussi un procédé par lequel nous pouvons éclaircir nos nécessités et concentrer notre énergie à l'accomplissement de nos aspirations. Évidemment "mes nécessités" ne sont pas uniquement réservées à ma seule situation personnelle, mais aussi à mon "monde" qui inclut mes êtres chers et les autres, tous ceux dont la présence existe à l'intérieur de moi et qui contribuent à la formation de mon monde intérieur.

Il y a beaucoup d'occasions dans nos Cérémonies dans lesquelles nous demandons explicitement, comme c'est le cas dans les Cérémonies de *Bien-être*, de *Protection*, dans *l'Office*, dans *l'Imposition* et dans d'autres Cérémonies, nos meilleurs souhaits pour la réalisation des aspirations d'autres sont implicites : dans *l'Assistance*, *le Mariage*, *la Reconnaissance* et *la Mort*.

La Demande implique deux moments, un moment dans lequel nous méditons sur ce dont nous avons réellement besoin, et un autre dans lequel nous réalisons une Demande pour son accomplissement.

C'est au premier moment, en relation avec cette brève méditation, que Silo se réfère dans son discours d'inauguration du 7 mai à la Reja :

*« Comme nous sommes aujourd'hui dans une célébration - et que dans certaines célébrations les gens échangent des présents - je voudrais te faire un cadeau et, bien sûr, c'est toi qui verras s'il mérite d'être accepté. Il s'agit, en réalité, de la recommandation la plus facile et la plus pratique que je sois capable d'offrir. C'est presque une recette de cuisine, mais j'ai confiance dans le fait que tu iras au-delà de ce qu'indiquent les mots... À un moment donné du jour ou de la nuit, inspire une bouffée d'air et imagine que tu amènes cet air à ton cœur. Alors, demande avec force pour toi et pour tes êtres les plus chers. Demande avec force, pour t'éloigner de tout ce qui t'apporte confusion et contradiction ; demande, afin que ta vie ait de l'unité. Ne dédie pas beaucoup de temps à cette brève oraison, à cette brève demande, parce qu'il te suffira d'interrompre un seul instant le cours de ta vie pour que, dans le contact avec ton intérieur, s'éclaircissent tes sentiments et tes idées. Éloigner la contradiction de soi-même, c'est dépasser la haine, le ressentiment, le désir de vengeance. Éloigner la contradiction, c'est cultiver le désir de réconciliation avec d'autres et avec soi-même. Éloigner la contradiction, c'est pardonner et réparer deux fois tout mal que tu aurais pu infliger à d'autres. Ça, c'est l'attitude qu'il convient de cultiver. Alors, à mesure que le temps passe, tu comprendras que **le plus important est d'atteindre une vie d'unité intérieure** qui fructifiera quand ce que tu penses, ce que tu sens et ce que tu fais, ira dans la même direction. La vie croît par son unité intérieure et se désintègre par la contradiction. Et il se trouve que ce que tu fais ne reste pas seulement en toi mais parvient aussi aux autres. C'est pourquoi, quand tu aides les autres à dépasser la douleur et la souffrance, tu fais grandir ta vie et tu apportes au monde. Inversement, quand tu augmentes la souffrance des autres, tu désintègres ta vie et tu envenimes le monde. Et qui dois-tu aider ? D'abord, ceux qui te sont les plus proches. Mais ton action ne s'arrêtera pas à eux. Avec cette "recette", l'apprentissage ne s'achève pas mais c'est plutôt là qu'il commence. Dans cette "recette-là", il est dit qu'il faut demander. Mais à qui demande-t-on ? Selon ce que tu crois, ce sera soit à ton dieu intérieur, soit à ton guide, soit à une image inspiratrice et reconfortante. Enfin, si tu n'as personne à qui demander, tu n'auras personne non plus à qui donner, et donc mon cadeau ne méritera pas d'être accepté. »*

### Échanges sur le texte par groupes de 3 personnes.

#### Échanges en ensemble.

Pause

#### Réflexion Personnelle

En silence, chacun médite intérieurement sur ce dont il a réellement besoin. Ce n'est pas la même chose "ce que je veux" et "ce qu'il me plairait qu'il arrive" que "ce dont j'ai réellement besoin".

Ici, le contexte de la question "ce dont j'ai réellement besoin" est très clair et aussi à qui demander, et chacun va formuler cette Demande à sa manière.

Le "procédé" de la Demande est lié au fait de concentrer ce souhait dans nos cœurs. C'est là, dans nos cœurs, que nous sommes connectés avec notre Force. Ici, se trouve l'énergie produite par les sentiments forts qui sont intimement liés à nos nécessités réelles, énergie capable d'impulser son accomplissement. C'est dans notre cœur que nous pouvons trouver la Force capable de satisfaire nos réelles nécessités.

Citons de nouveau le texte :

*« ... À un certain moment du jour ou de la nuit, inspire une bouffée d'air et imagine que tu apportes cet air à ton cœur. »* Comment est-ce que j'apporte cela à mon cœur ? Je prends une bouffée d'air, profondément, en concentrant et en pressant cet air "à l'intérieur du cœur". Je peux accompagner cela en appuyant la main sur mon cœur, en sentant mon cœur. Et là, je concentre ma Demande en la répétant avec ma "voix intérieure" ou à haute voix, en étant concentré dans mon cœur. Il convient que ce soit bref et avec Force.

## **Pratique**

*Prendre quelques moments pour que chacun puisse méditer sur ce dont il a réellement besoin.*

Ensuite, tout le monde se lève... Mon mental est inquiet (l'ensemble répète)... mon cœur est agité (l'ensemble répète)... mon corps est tendu (l'ensemble répète)... Je relâche mon corps, mon cœur et mon mental...

*Inspire profondément une bouffée d'air et apporte-la à ton cœur... Presse cet air à l'intérieur de ton cœur... Presse ta main sur ton cœur... Prends contact avec ton Guide et demande avec force. Demande avec force ce dont tu as réellement besoin. Demande avec force avec ta voix intérieure ou à haute voix. Demande ce dont tu as réellement besoin...*

Répéter la Demande 3-4 fois, sans s'arrêter entre temps.

Pause

**Clôture de la journée : cérémonie d'Office**

**Agape d'amitié**

## **Bibliographie**

\* Silo, *Le Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

\* Silo, *Discours d'Inauguration du Parc de La Reja*, 7 mai 2005. *Silo à ciel ouvert*, Éditions Références, Paris, 2007.

\* Silo, *Commentaires au Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

## 7. Séminaire sur la Règle d'Or et les actions transformatrices

Ce séminaire dure toute la journée, les participants arrivent le matin.

### Cérémonie d'Office

#### Encadrement

Cette journée de travail est dédiée à l'étude, à la réflexion et à l'échange sur la Règle d'Or, les actions transformatrices dans le monde, qui se répercutent sur les gens proches et en nous-mêmes dont l'influence est interminable. Nous investiguerons aujourd'hui par le biais de notre propre expérience, de l'étude, de la réflexion et de l'échange sur la Règle d'Or dans notre vie personnelle et également sur la façon dont ce Principe d'Action Valable se traduit en orientation de notre action sociale avec le Message de Silo. Pour ce travail, nous ferons quelques cérémonies d'Expérience et nous étudierons le thème formatif *La Règle d'Or*.

#### Premier Travail

Lecture et échange par groupes : Thème formatif *La Règle d'Or*.

Pause

#### Second Travail

##### La Règle d'Or

Notre principe guide pour les actions est celui qui dit : « *Traite les autres comme tu veux qu'ils te traitent* ». Il n'existe pas, pour nous, de principe plus élevé qui puisse guider la conduite humaine. Quand nous l'appliquons consciemment, nous nous positionnons immédiatement comme pair de l'autre, ni au-dessus, ni en dessous. C'est cet emplacement mental qui permet la véritable solidarité et la véritable égalité pour co-exister. "Moi", je ne suis pas le centre du monde, "nous" existons et la conduite violente, sous toutes ses formes, prendra difficilement racine dans cette atmosphère mentale. Ce principe oriente notre aspiration de cohérence personnelle, en unissant nos pensées, nos sentiments et nos actions. Il nous permet de dépasser nos contradictions personnelles et donne lieu à de nouvelles pensées, de nouvelles émotions et de nouvelles actions, que ce soit dans le domaine des relations personnelles ou dans le domaine social. Il s'agit d'une posture morale face à la vie et sa justification universelle est le registre d'unité interne dont toutes les personnes font l'expérience quand leurs actions sont véritablement orientées par cette compréhension.

Dans *le Message*, nous avons l'opportunité d'approfondir notre expérience intérieure par les cérémonies, par la libre interprétation et l'échange avec d'autres sur les différents sujets, tels que la mort, l'immortalité, le sacré et le sens de la vie, entre autres. Ces expériences semblent former une sorte "d'atmosphère interne", une nouvelle façon de faire l'expérience de soi-même et de la vie en général ; c'est depuis notre propre monde intérieur que nos actions s'étendent et s'achèvent en d'autres. Certaines de nos Cérémonies, comme celle de *l'Office* et de *l'Imposition*, sont relatives à l'expérience intérieure. D'autres, comme la *Bien-être*, la *Protection*, le *Mariage*, *l'Assistance* ou la *Mort* sont également sociales et sont liées à notre façon de traiter les autres. À son tour, la cérémonie de *Reconnaissance* consiste en une expérience personnelle de déclaration de principes, mais cette déclaration est, elle aussi, liée à un engagement social pour le monde auquel on aspire.

La Règle d'Or est une orientation claire de notre relation avec les autres et si ce sont *les actions transformatrices* qui nous intéressent, alors nous devons prendre en considération le fait que tous les actes dirigés vers les autres se configurent à l'intérieur de notre monde interne, qui est teinté par notre atmosphère mentale. Ainsi, mes actions prendront forme selon ce que sont mes pensées et mes sentiments, et elles s'exprimeront d'une certaine manière dans le monde, en exerçant leur influence sur ceux qui sont les "récepteurs" de ces actions. Ma façon de traiter les autres aboutit en eux, que ce leur soit bénéfique ou pas, et leurs actions aboutiront en d'autres encore, et ainsi de suite. Il semblerait que nous ayons tous une influence sur d'autres et que nous sommes tous influencés par les autres, chose très importante à prendre en considération. La façon de mener nos vies n'est pas indifférente du fait que nos actions ne se terminent pas en nous-même mais se perpétuent en d'autres.

Ceci est très clair dans la cérémonie de la *Mort*. Là, la vie de l'être cher a cessé d'agir dans ce corps. Ce corps ne réalisera plus d'actions et cependant, nous pouvons sentir et reconnaître l'influence vivante de ses actions en nous-mêmes. Essayons d'imaginer cette situation.

#### Expérience

Fermons les yeux. Souvenons-nous d'un être cher qui est parti.

Lire le texte de la Cérémonie de *la Mort*.

On favorise l'expression des commentaires de ceux qui veulent témoigner.

## **Commentaires**

Ici, nous pouvons observer comment les actions de l'autre nous ont changés et continuent d'agir en nous, en transformant nos actions vers les autres. D'une certaine façon, nous pouvons observer comment l'Histoire, le grand accumulateur et transformateur des actions réalisées par ceux qui nous ont précédés, continue aujourd'hui en nous. Le fait de comprendre cela peut réveiller en nous une nouvelle compassion et une nouvelle tolérance. Et comprendre aussi que "personne" n'est coupable du malheur actuel, si répandu ; chaque personne assumera ou pas, en tant que responsabilité personnelle, le fait de contribuer à transformer les processus destructifs en forces favorables à la vie.

## **Cérémonie de Bien-Etre**

**Déjeuner** (60 mn)

## **Troisième Travail**

Nous avons vu le Principe de Solidarité ou la Règle d'Or qui dit : « *Traite les autres comme tu veux qu'ils te traitent.* » Nous avons vu comment le thème des actions est un monde complexe et que leur influence n'a pas de fin mais continue dans le paysage humain en constante transformation. Nous avons vu également comment certaines actions profitent aux autres au meilleur sens du terme, et que certaines autres pas. Dans *le Message de Silo*, ce Principe est traduit et élevé en une affirmation partagée d'expérience, d'idéaux, d'attitude et de procédés. Ceci s'observe dans la Cérémonie de Reconnaissance, et étant donné notre sujet d'étude, il est très approprié de l'étudier.

## **Étude et échanges en groupes : Cérémonie de Reconnaissance**

**Prise de notes.**

**Lecture et échanges en ensemble.**

Pause

**Cérémonie d'Office**

**Cérémonie de Reconnaissance**

Agape d'amitié.

## **Bibliographie**

\* Silo, *Le Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

\* *Le livre de la Communauté. Thèmes formatifs, La Règle d'or*, Éditions Références, Paris, 2002.

## 8. Retraite de la Force II

Durée : trois jours. Arrivée au Centre de Travail la veille du jour 1.

### Dans la soirée

Arrivée et bienvenue. Installation. Dîner.

### Encadrement

Le sens de cette retraite est d'essayer d'avoir l'expérience intérieure profonde avec le travail de la Force et d'étudier, de réfléchir et d'échanger sur *le Regard Intérieur* et sur le document *Commentaires au Message de Silo*.

### Recommandations sur l'emplacement

L'unique sujet ici est notre travail personnel. L'attitude adéquate est l'amabilité, la bonne humeur et la sincérité intérieure. Étant donné qu'il s'agit d'une retraite sur la Force, les relations entre nous sont très importantes : légères, sans tensions et ouvertes. L'important est de prendre contact avec soi-même et de vouloir apprendre des autres.

### Cercle mental

Le cercle mental est notre forme pour créer un "espace mental" différent, dans lequel nous pouvons travailler. Le cercle opère en produisant une limite dans l'espace et dans le temps. Cette limite concentre et élève le niveau d'attention. C'est seulement avec plus d'attention que nous pouvons apprendre d'avantage sur nous-mêmes et sur les autres.

### Explications de fonctionnement durant la retraite

Dans cette retraite, tous les participants sont dans les mêmes conditions. Il y a seulement deux rôles, celui de participant et celui de directeur. On recommande d'être ponctuel à toutes les activités, ainsi qu'au réveil et au coucher. Le temps libre peut être utilisé pour se promener, échanger, réviser ou terminer ses travaux, mais il n'implique pas une sortie du cercle ou des horsthèmes. Nous insistons sur le fait que si le travail est bien concentré, il y aura suffisamment de temps pour faire tout avec profondeur et sans hâte. Il est important de bien se centrer dans chacun des travaux, de les développer comme il est indiqué, d'échanger avec les autres, de faire des observations et de tirer des conclusions.

### Révision des horaires

Pause

### Lecture en ensemble

Sur la base de "*Le Message de Silo*" et "*Commentaires au message de Silo*"  
Première partie de "*Commentaires au Message de Silo*" jusqu'au chapitre II.

Pause

### Office

Temps libre

01:00 : fin de la journée

### Jour 1

09:00 Réveil

10:00 Petit-déjeuner

### 11:00 Explications concernant l'objectif et recommandations pour le travail de la retraite

Dans cette retraite, nous essaierons d'approfondir d'une part, notre expérience personnelle et d'autre part, la compréhension du *Message de Silo*. Nous nous concentrerons pour cela sur deux thèmes : Le premier sera l'Expérience de la Force à l'intérieur du contexte cérémoniel de *l'Office* et *l'Imposition des mains*. L'autre sujet sera la réflexion sur certains chapitres choisis du *Message de Silo* et sur les *Commentaires*. Nous comprenons que ceci n'est qu'une approche très partielle et particulière, du fait qu'elle se réfère au *Message de Silo*. Mais c'est ainsi que nous développerons ce travail ces jours-ci.

Du fait que nous sommes en situation de "retraite" dans un centre de Travail, nous avons les meilleures conditions pour approfondir en nous-mêmes. Ici, nous sommes loin des routines et obligations quotidiennes, nous ne sommes pas pressés, n'avons aucune obligation à remplir et l'efficacité ne nous intéresse pas. Ce sont les conditions idéales pour le travail intérieur.

## La Force

Pour prendre contact avec la Force, une certaine condition mentale et une prédisposition affective correspondent à ce travail et le facilitent. Le contexte cérémoniel de *l'Office* et *l'Imposition des Mains* nous éloigne de tout ce qui est technique et nous invite à une ouverture intérieure plus poétique avec nous-mêmes. S'il est vrai que ceci se manifeste en chacun de nous de manière très personnelle, nous y avons en commun un grand intérêt inspiré et nous aimons faire cela. Le fait que nous le fassions entre amis augmente cette atmosphère mentale.

Dans cette retraite, nous travaillerons de façon répétée avec la Force et ceci offrira l'occasion à chacun de nous de prendre des notes et de réfléchir à l'expérience. Nous y apprendrons peut-être davantage sur nous-mêmes : comment nous nous positionnons lorsque nous entrons dans ce travail, nos facilités et difficultés pour suivre les indications qui sont données. Il ne s'agit pas de mettre une optique technique sur le travail cérémoniel. Mais le fait de se concentrer et de répéter les expériences est une opportunité peu fréquente qui nous permet d'approfondir, d'apprendre et de nous familiariser encore plus avec la Force. Chacun de nous a de l'énergie et de la Force et notre intérêt est de prendre contact avec l'Expérience de la Force.

Ce que nous avons peut-être en commun, est que chaque fois que nous faisons un *Office*, notre expérience de la Force est différente. Et ceci est dû au fait que nous-mêmes sommes en perpétuel changement. Certaines fois, nous sommes très inspirés, d'autres fois nous sommes fatigués ou plein de bruits internes, parfois tout se meut en un ensemble harmonieux, d'autres fois non. Quoi qu'il en soit, si nous pouvions entrer avec humilité dans chaque expérience et sans expectation (en sachant que ce sera toujours différent), en nous connectant intérieurement et en suivant les phrases qui sont lues, nous sortirions de l'expérience changés et renforcés.

## Étude, réflexion et échange

Nous étudierons et échangerons sur *le Message de Silo* : sur la première partie, les chapitres d'introduction du *Regard Intérieur* et les chapitres qui sont sur la Force, ainsi que sur la deuxième partie qui rassemble les cérémonies d'Expérience. Nous commencerons avec les textes, en les complétant des observations que Silo fait dans le document *Commentaires* et nous échangerons entre nous. Les réflexions sélectionnées pour *l'Office* seront celles du Chemin. Durant les repas, on fera des lectures de *Mythes-racines universels*. En plus de ces textes, cette retraite est une excellente opportunité pour la réflexion personnelle sur tous les textes du *Message de Silo* et des *Commentaires*. Nous savons que *le Message* se fonde sur le principe de la libre interprétation, ce qui nous invite à respecter les autres et à apprendre d'eux.

11:30 Café

12:00 Lecture et échange : Le Regard Intérieur, chapitres VI et VII

## Office

Prises de notes personnelles

14:00 Déjeuner

Temps libre

15:30 Échanges sur le travail du matin

## Dans les *Commentaires*, l'orientation sur l'expérience de la Force est la suivante :

« Les thèmes de la Force, du Centre Lumineux, de la Lumière intérieure, du Double et de la projection de l'Énergie, admettent deux visions différentes. La première : les considérer comme des phénomènes d'expérience personnelle et bien entendu les maintenir dans une relative non communication aux personnes qui ne les ont pas expérimentés, en les limitant dans le meilleur des cas à des descriptions plus ou moins subjectives. La deuxième : les considérer à l'intérieur d'une théorie majeure qui les explique, sans faire appel à la preuve de l'expérience subjective. Une telle théorie majeure, que nous pourrions considérer comme étant issue d'une Psychologie Transcendantale, est d'une complexité et d'une profondeur impossible à exposer dans ces simples "Commentaires sur le Message de Silo". »

Lecture et échange : Le Regard Intérieur, chapitres VIII, IX et X

## Office

Notes personnelles

Pause

Échanges

17:00 Café

17:30 Étude en groupes : Matériels : *Commentaires sur Le Message de Silo, Le Message*

Groupe 1 Chapitre II, III et IV

Groupe 2 Chapitre V et VI

Groupe 3 Chapitre XIII

Chaque groupe étudie, échange et écrit ses réflexions.

Lecture en ensemble des écrits de chaque groupe

Temps libre

21:30 Dîner avec lecture (Mythe à choisir du livre *Mythes-racines universels*)

22:30 Dans le texte de l'Office, nous trouvons ces phrases :

« Relâche pleinement ton corps et tranquillise le mental...

Imagine alors une sphère transparente et lumineuse qui, en descendant vers toi, finit par se loger dans ton cœur...

Tu reconnaîtras que la sphère commence à se transformer en une sensation expansive à l'intérieur de ta poitrine... »

Ici l'image visuelle de la sphère descend à l'intérieur de notre cœur et commence à se transformer d'image visuelle en image cénesthésique en **sensation** qui s'étend. Cette transformation d'un sens en un autre est importante et c'est ce que nous suivrons avec attention : cette **sensation expansive**.

**Lecture et échange : Le Regard Intérieur, chapitres XI et XII**

## Office

Notes personnelles

23:30 Café et échanges

01:00 Fin de la journée

## Jour 2

08:30 Réveil

09:30 Petit-déjeuner

10:00 Échanges sur le travail de la veille.

11:00 Café

11:30 Étude : Lecture et échange en ensemble

Matériel : *Commentaires au Message de Silo*

Deuxième partie, Introduction

Pause

**Lecture et échange : Le Regard Intérieur, chapitres XV et XVI**

## Office

Notes personnelles

14:00 Déjeuner

Repos

15:30 Échange sur l'expérience et les empêchements avec la Force

Pause

Lecture et échange : *Le Regard Intérieur*, chapitre XVII

### **Office**

Notes personnelles

18:00 Café

Temps libre

21:00 Repas avec lecture (Mythe à choisir du livre *Mythes-racines universels*)

23:00 **Lecture et échange** : *Le regard intérieur*, chapitre XVIII

### **Office avec remerciement**

Notes personnels

01:00 Fin de la journée

### **Jour 3**

09:00 Réveil

10:00 Petit-déjeuner

11:00 Travail personnel : synthèse de la retraite (découvertes, compréhensions et réflexions)  
J'incorpore les questions : « Qui suis-je ? », « Vers où vais-je ? ».

12:00 Échange libre en ensemble des synthèses personnelles

Pause

14:00 Lecture : *Le Regard Intérieur*, chapitre XX

### **Office et imposition**

15:00 Déjeuner d'amitié.

Fin du cercle mental

Rangement du lieu et départ

### **Bibliographie**

\* Silo, *Le Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

\* Silo, *Commentaires au Message*, Éditions Références, Paris, nouvelle édition 2010.

\* Silo, *Mythes-racines universels*, Éditions Références, Paris, 2005.