

Commentaires sur le Livre

Le Regard Intérieur

Dans

Le Message de Silo ¹

Mónica Brocco
Centre d'Etude et de Réflexion du Parc Attigliano
9 mars 2014

¹ Le Message donné par Silo en juillet 2002 est composé de trois parties : Le livre, l'Expérience et le Chemin. Le Livre est connu depuis longtemps comme « Le Regard Intérieur », L'expérience est proposée sous l'aspect de neuf cérémonies, Le Chemin est un ensemble de réflexions et de suggestions. Le Message de Silo circule de façon imprimée et par réseaux informatiques.
Mario L. Rodriguez Cobos, Silo. Le Message de Silo, deuxième compilation. 2007. Edition Edaf. Madrid, Avril 2008. [www.silo.net]

A Salva, qui m'amena au mythe.

Innombrables sont les manifestations de la volonté divine ;
Innombrables aussi les événements qu'ils accomplissent contre notre attente.

Ceux que nous attendions ne se réalisent pas ;
Ceux qu'on n'attendait pas, un dieu leur fraye la voie.

Euripide, Les Bacchantes

Zeus règle bien des affaires dans l'Olympe,
Les dieux accomplissent bien des choses imprévues,

Ce qu'on attendait n'arrive pas,
À ce qu'on n'attendait pas, un dieu trouve la voie.

Euripide, Médée

Et que Silo avait l'habitude de paraphraser ainsi :
“Malgré les chemins fermés un dieu trouve toujours la sortie”

INTRODUCTION

A la fin du mois de décembre 2012, au parc d'Etude et de réflexion d'Attigliano en Italie, je participais à la retraite sur la Force, dont le texte se trouve dans le Manuel de Thèmes Formatifs et de Pratiques pour les Messagers.²

Pendant la rencontre, en plus de travailler systématiquement avec la Force dans un contexte adéquat, on étudie divers passages du Message de Silo, et en particulier *Le Regard Intérieur*, un livre que je connais et que je lis depuis plus de 30 ans. C'est l'écrit le plus important de Silo, lui-même a déclaré qu'avec son premier message public *La Guérison de la souffrance*, ces deux textes contiennent toute sa doctrine et tout ce qu'il a écrit postérieurement peut être considéré comme un ensemble de notes amplificatrices. Je participais à cette rencontre avec le dessein de générer de bonnes conditions internes pour le nouvel an et de m'approcher de cet écrit comme si c'était la première fois. Pendant l'échange d'idées et d'expériences avec les autres participants surgirent de nouveaux points de vues, à partir desquels je me suis dédiée à la lecture d'une façon différente de celles que j'avais eu jusqu'à présent, lisant un chapitre par-ci un autre par-là, ou tout d'un seul trait mais, jamais comme le Maître l'avait indiqué explicitement : c'est-à-dire de méditer chaque point « soigneusement » et dans une « humble recherche ».

C'est ainsi que je le fis cette fois et ce fût une merveilleuse surprise.

Je reproduis ici, paragraphe par paragraphe, les compréhensions, les perplexités, les conclusions qui surgirent en essayant de répondre à chaque fois à la question : *Que me propose de faire le Maître ?*

Evidemment, ces commentaires sont le fruit d'une interprétation personnelle et donc en aucun cas ils ne prétendent avoir la valeur de la vérité. Ils reflètent simplement ce que j'ai cru comprendre pendant cette première approche plus attentive, humble et réflexive.

J'ai aussi inclus des commentaires et des écrits de Silo qui me furent d'une grande aide pour éclaircir certains points du texte qui me semblaient obscurs ou qui à mon sens complétaient le sens du chapitre.

Au fur et à mesure que j'avançais dans l'étude et la réflexion sur ce qui se dit dans ces pages, il me sembla découvrir une clé fondamentale pour la lecture de l'enseignement de Silo, un concept récurrent qui imprègne tout l'écrit : **le processus, le chemin, le futur.**

Il n'y a pas de but final à atteindre, ni ultime signifiant à comprendre. On peut aller toujours plus loin, on peut toujours approfondir. Il n'y a pas de limite.

La clé est la direction.

Mais comme c'est une œuvre vivante, qui livre ses signifiants lentement, surprenant le lecteur chaque fois que les deux se rencontrent, je sais que m'attendent encore de nombreux moments de sublime compréhension.

NOTE

Ces commentaires naissent comme un exercice de réflexion personnelle, mais en voulant les partager j'ai senti la nécessité de considérer leur aspect formel. De plus, j'ai pris en compte, qu'ils parviendraient à des amis qui ne sont pas familiarisés avec la signification de certains termes ici utilisés, il me parut opportun d'inclure ici certaines définitions.

Par conséquent, afin de faciliter la lecture on-line, j'ai utilisé des caractères et des couleurs différentes. Le texte original reste en noir. Mes considérations sont en bleu dans une typographie différente et plus petite. Les commentaires et écrits de Silo extraits d'autres documents sont en cursive bleue. Les notes de pied de page sont en vert.

Les notes de pied de page et les textes entre crochets sont tous de moi.

Je remercie, Ago, Irene, Isabel, Manù, Pietro et Sandro pour leur lecture attentive du manuscrit original en Italien et leurs précieuses suggestions.

² Karen Rohn et Marcos Pampillón, *Manuel de Thèmes Formatifs et Pratique pour les Messagers*. Edition interne, Madrid, juillet 2014 [<http://silosmessage.net/materials/?lang=es>]

LE REGARD INTERIEUR

Il me sembla nécessaire de citer ici les commentaires que l'auteur lui-même a fait sur le titre de l'œuvre.

“... Pourquoi le Livre porte-t-il comme titre "Le Regard Intérieur" ? L'organe de la vue n'est-il pas positionné là pour entrevoir le monde extérieur, comme s'il s'agissait d'une fenêtre, ou plutôt deux si nous étions dans ce cas-là ; n'est-il pas là pour s'ouvrir chaque jour au réveil de la conscience ? Le fond de l'œil reçoit les impacts du monde extérieur. Mais parfois, lorsque je ferme les yeux, je me souviens du monde externe, ou je l'imagine, ou j'en fais des rêveries, ou je le rêve. Je vois ce monde par un œil intérieur qui regarde également sur un écran, mais qui ne correspond pas au monde extérieur.

*Mentionner un "regard intérieur", cela implique que **quelqu'un** regarde et que quelque chose est regardée. C'est de cela dont traite le Livre et son titre souligne de façon évidente et inattendue cette mise en confrontation avec ce qui est admis de manière ingénue. Le titre du Livre résume ces idées : « Il y a d'autres choses qui se voient avec d'autres yeux et il y a un observateur qui peut se placer autrement que de la façon habituelle. » Nous devons maintenant faire une petite distinction.*

Lorsque je dis que « je vois quelque chose », j'annonce que je suis en attitude passive par rapport à un phénomène qui s'imprime sur mes yeux. Lorsque, en revanche, je dis que je « regarde quelque chose », j'annonce que j'oriente mes yeux dans une direction déterminée. Presque dans le même sens, je peux parler de « voir intérieurement », d'assister à des visions intérieures comme le sont celles de la divagation ou celles du rêve, en distinguant ce phénomène du "regarder intérieur" en tant que direction active de ma conscience. De cette façon, je peux même me souvenir de mes rêves ou de ma vie passée ou de mes fantaisies et les regarder activement, les éclairer dans leur apparente absurdité, en cherchant à les doter de sens. Le regard intérieur est une direction active de la conscience. C'est une direction qui cherche signification et sens dans le monde intérieur apparemment confus et chaotique. Cette direction est même antérieure à ce regard car c'est elle qui l'impulse. Cette direction permet l'activité qu'est le regarder intérieur. Et si l'on arrive à comprendre que le regard intérieur est nécessaire pour révéler le sens qui l'impulse, on comprendra qu'à un moment ou un autre, celui qui regarde devra se voir lui-même. Ce "soi-même" n'est pas le regard ni même la conscience. Ce "soi-même" est ce qui donne sens au regard et aux opérations de la conscience. Il précède et transcende la conscience elle-même. De façon très large, nous appellerons ce "soi-même" : "mental", et nous ne ferons pas la confusion avec les opérations de la conscience, ni avec la conscience elle-même. Mais lorsqu'on prétend saisir le Mental comme s'il était un phénomène de plus de la conscience, celui-ci nous échappe car il n'admet ni représentation ni compréhension.

Le regard intérieur devra parvenir à entrer en collision avec le sens que pose le Mental dans tout phénomène, y compris de la propre conscience et de la propre vie et la collision avec ce sens illuminera la conscience et la vie. C'est de cela dont traite le Livre dans son noyau le plus profond...”

**Silo. Commentaires du Message de Silo.
Centre d'Etude et de Réflexion, Parc de Punta de Vacas.
Punta de Vacas, 03/03/2009³**

3 Silo. *Commentaires du Message de Silo*. Edition interne, Madrid, juillet 2014
[<http://www.silo.net/es/message/commentaries>]

I. La méditation

La condition

Méditer, chercher, étudier, réfléchir

1. Ici l'on raconte comment le non-sens de la vie se convertit en sens et plénitude.

Tu peux transformer ta vie, tu peux donner sens, une plénitude à ta vie. (Que me dit-il, que ma vie est incomplète et qu'elle n'a pas de direction ?)

2. Ici il y a joie, amour du corps, de la nature, de l'humanité et de l'esprit.

Ici on ne glorifie pas la souffrance. Ici on n'oppose pas le corps à l'esprit, ici on n'oppose pas l'humanité à la nature. Aime ton corps, la nature l'humanité et l'esprit.

3. Ici l'on renie les sacrifices, le sentiment de culpabilité et les menaces d'outre-tombe.

Tu peux te rebeller à l'idée de devoir te sacrifier, de devoir te sentir coupable, à croire dans les menaces d'outre-tombe.

4. Ici on n'oppose pas le terrestre à l'éternel.

On n'oppose pas le terrestre à l'éternel. Le terrestre et l'éternel sont profondément liés. (Configureraient-ils une même et unique structure ?)

5. Ici l'on parle de la révélation intérieure à laquelle parvient celui qui soigneusement médite dans une humble recherche.

L'intérêt de cet écrit est de décrire un chemin, un processus qui amène à la révélation intérieure d'une grande vérité. Si c'est aussi ton intérêt, médite dans une humble et attentive recherche.

Commence par le principal dès le début, c'est-à-dire laisse de côté les préjugés et les superstitions. Ne crois pas, et ne présume pas savoir ce qui est expliqué ici.

Après avoir annoncé l'intérêt de l'écrit, c'est-à-dire, montrer un chemin pour découvrir le sens de la vie, l'auteur implicitement fait référence à différentes positions et voies prise par d'autres traditions face à cette même question, les soumettant à discussion : l'acceptation et la valorisation de la souffrance et des sacrifices, les concepts de péché et de faute, de chantage, la menace d'horreurs infernales, la dégradation de la vie sur terre, le dénigrement de l'être humain, la négation et le mépris du corps ou la répression de certaines de ces fonctions, l'opposition radicale entre le vrai et le faux, le bien et le mal, le terrestre et l'éternel.

4. **humble**: du latin: [humi] en terre, dérivant de [humus] terre. En sanscrit [bhumi] signifie terre, et la créature de la terre est [bhuman], de là [humain]. Contraire: orgueilleux [super bios] croître sur; supposer : poser dessus.

II. Disposition pour comprendre

La condition

La disposition interne pour comprendre

1. Je sais ce que tu ressens car je peux me rendre compte de ton état, mais tu ne sais pas comment faire l'expérience de ce que je dis. Si, par la suite, je te parle de façon désintéressée de ce qui rend l'être humain heureux et libre, il vaudra la peine que tu essaies de comprendre.

L'auteur parle avec l'autorité que lui octroie l'expérience. Fais un effort pour comprendre ce qui est dit ici. Que tu le fasses ou pas, pour l'auteur ça lui est indifférent, par contre pour toi ça vaut la peine.

2. Ne pense pas que c'est en discutant avec moi que tu vas comprendre. Si tu crois que contredire cela facilitera ta compréhension, tu peux le faire, mais ce n'est pas la voie à suivre dans ce cas.

Ta pensée ne s'éclaircira pas en polémiquant.

3. Si tu me demandes quelle est l'attitude appropriée, je te dirai que c'est de méditer en profondeur et sans hâte ce que je t'explique ici.

4. Si tu rétorques avoir des choses plus urgentes à faire, je te répondrai que si ton désir est de dormir ou de mourir, je ne ferai rien pour m'y opposer.

Ce qui est expliqué ici : que ne pas dédier du temps à méditer en profondeur est équivalent à dormir ou mourir. (Quelle notion si audacieuse !)

5. N'allègue pas non plus que ma façon de présenter les choses te déplaît car tu ne dis pas cela de l'écorce d'un fruit lorsque sa chair te plaît.

Ne t'arrête pas à l'aspect formel de cet écrit, l'important est son contenu.

6. Je m'exprime de la façon qu'il me semble convenir et non comme le souhaiteraient ceux dont les aspirations sont éloignées de la vérité intérieure.

Là, il parle pour ceux qui aspire à la vérité intérieure et non pas pour celui qui en ce moment cherche autre chose dans la vie.

Et qui aspire à la vérité intérieure ?

III. Le non-sens

La relativité ⁵ de la vie

Au long des jours, je découvris ce grand paradoxe : ceux qui éprouvèrent l'échec dans 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. Au long des jours, je parvins à la lumière depuis les obscurités les plus épaisses, guidé non pas par l'enseignement mais par la méditation.

Tout ce que l'on entreprend dans cette vie est destiné à l'échec ("se termine avec la mort"). Celui qui reconnaît cette terrible vérité, reconnaît ses propres échecs, il peut se réconcilier avec eux et reste libre pour continuer son chemin. Croire aux triomphes temporaires signifie s'arrêter et vivre une situation peu lucide et de manque de sincérité interne. La méditation nous permet de parvenir à la lumière, nous permet de voir plus clair et il est nécessaire d'y dédier du temps.

De plus, l'auteur affirme qu'on ne parvient à des compréhensions profondes en écoutant ou en lisant ce que disent les maîtres, mais par la méditation et l'expérience.

L'auteur commence à raconter les découvertes et les conclusions de sa longue et attentive méditation qu'il décrira en dix "jours".

Je me suis dit le premier jour :

1. Il n'y a pas de sens à la vie si tout se termine avec la mort.

On ne part pas de croyances ou de théorie ; **on part de l'existence** – condition de base irréfutable. On part d'une expérience vivante d'une conscience qui en considérant sa propre existence se trouve immédiatement face à **l'unique fait certain de son propre futur** et au futur de tout être vivant, nous mourons.

J'ai commencé à mourir à partir du moment précis où je suis née. Et tout ce que j'entreprends dans cette vie est destiné à finir, à échouer, à mourir en commençant par mon corps. La mort impose une limite à mon futur à ma direction aux différents signifiants que j'essaie de donner à ma vie. ⁶

2. Toute justification des actions, qu'elles soient méprisables ou excellentes, est toujours un nouveau rêve qui laisse face au vide.

Dans cette forme d'existence, les actions - qu'importe qu'elles soient méprisables ou excellentes - ne trouvent pas de justification en elles car elles ne sont pas le résultat d'un choix libre et conscient, elles sont le résultat des conditionnements, ce sont des actes mécaniquement compensatoires, elles sont des rêves.

N'essaie pas de justifier tes actions, elles ne sont pas le résultat d'un choix conscient. Lorsque tu les as entreprises, ton niveau de conscience était similaire au sommeil.

3. Dieu est quelque chose d'incertain.

Dans le niveau de conscience ordinaire, il n'y a pas d'expérience du divin. A propos du divin, on a des croyances et non des certitudes.

4. La Foi est aussi variable que la raison ou le rêve.

Aujourd'hui tu crois en une chose et demain en une autre chose. Tu ne peux donner de crédit à tes croyances ! Avec le temps, tes croyances, tes raisonnements et tes rêves changent.

5. "ce qu'il faut faire" peut être entièrement discuté et il n'est rien qui vienne appuyer définitivement les explications.

Ce qui doit être fait, la morale, la justice, changent aussi avec le temps. Il n'y a pas de morale ni de justice là où il n'y a pas de liberté de choix.

⁵ **relatif**: qui est en relation avec autre chose; qui est soumis à des limites ou des conditions.

6 Le terme "sens" note tant un concept significatif qu'une direction.

6. "La responsabilité" de celui qui prend un engagement n'est pas plus grande que la responsabilité de celui qui n'en prend pas.

Il n'y a pas de responsabilité où il n'y a pas de liberté de choix.

7. J'agis selon mes intérêts et cela ne fait pas de moi un lâche, pas plus qu'un héros. Nous agissons pour survivre en suivant les nécessités du corps et les nécessités imposées par le milieu social, par l'esprit des temps, par le paradigme en cours. Et rien de plus.

8. "Mes intérêts" ne justifient ni ne discréditent rien.

9. "Mes raisons" ne sont ni meilleures ni pires que celles des autres.

Tes intérêts et tes raisons sont comparables au rêve parce qu'elles ne sont pas le résultat d'un choix conscient.

Tes intérêts et tes raisons changent avec le temps. Tu ne peux les invoquer pour justifier ou discréditer rien car sur ces bases là on peut affirmer tout et son contraire. Les plus abjectes monstruosité ont découlé de l'affirmation d'intérêts et des raisons propres tant d'individus que de peuples entiers.

10. La cruauté me fait horreur, mais elle n'est pas, pour autant, meilleure ou pire en soi que la bonté.

Je n'ai pas choisi d'être cruelle ou bonne. Dans cette forme d'existence, dans le niveau de conscience ordinaire, mes actions et celles des autres - quelque que soit leur signe - ne sont autres que des compensations mécaniques.

11. Ce qui est dit aujourd'hui, par moi ou par d'autres n'est pas valable demain.

Ce que j'affirme, pense, crois et sens change avec le temps. Il arrive la même chose aux personnes avec qui je suis en relation.

Je ne suis pas cohérente; je ne peux prétendre que les autres le soient. Il n'y a pas de cohérence dans le non-sens.

12. Mourir n'est pas meilleur que vivre ou que de ne pas être né, mais ce n'est pas pire non plus.

Dans le niveau de conscience ordinaire dans lequel nous nous trouvons, être né ou pas est la même chose, vivre ou être mort c'est la même chose. Vivre de cette façon équivaut à ne pas vivre. Vivre comme nous vivons n'a pas de sens.

J'ai découvert non par enseignement, mais par expérience et méditation, qu'il n'y a pas de sens à la vie si tout se termine avec la mort.

Dans cette vie tout est relatif et avec le temps tout perd sa signification, il n'y a rien que je puisse affirmer de façon définitive. Il est certain que je peux continuer à vivre comme si j'étais immortelle mais, au moment où j'expérimenterai et comprendrai que je vis dans le non-sens, je me trouverai à un carrefour : là, je pourrais radicaliser encore plus ma position, jusqu'à parvenir au scepticisme le plus obscur, au plus opprimant des scepticismes - parvenir à la négation de la vie même - ou m'ouvrir à la possibilité que tout ne se termine pas avec la mort...

Le fait d'éloigner ma mort, de la nier, de ne pas vouloir y penser, m'oblige à diriger ma vie vers des activités et des objectifs qui n'auront de signifiants que temporairement car ils finiront inéluctablement dans "l'échec", c'est-à-dire, qu'après un certain temps ils perdront leur sens et me laisseront dans le vide.

Il n'y a pas de sens, de direction, de signifiant dans la vie si tout se termine avec la mort.

Par conséquent, l'unique recherche définitive est, paradoxalement, celle qui ne se termine pas, celle qui me projette encore plus au-delà de la mort. En fonction de cette intention, la reconnaissance, l'acceptation et la valorisation de la condition d'échec, intrinsèque à l'existence⁷, seront essentielles. En d'autres termes, reconnaître que les sens provisoires que nous donnons à notre vie à différents moments sont insuffisants, insatisfaisants et nous abandonnent en chemin.

A partir de cette reconnaissance intime on peut entreprendre la recherche de quelque chose véritablement nouveau.

Commentaire de Silo

"... Peut-être existe-t-il un sens qui soit indépendant, qui ne change pas avec les événements que je dois vivre. Si c'était possible cela serait très intéressant. Ce serait très intéressant parce que, si ces enfants que j'ai et que j'aime lorsqu'ils seront grands et s'en iront, j'en aurai de la peine, mais le sens de la vie ne s'arrête pas. Si un problème survient dans mes activités dans mon travail, ce sera un problème mais mon sens de la vie ne se coupera pas là, et si je perds ce grand amour, c'est une contrariété, mais ma direction de la vie ne s'arrête pas. Nous ne disons pas qu'il faut liquider tous les autres sens de la vie, nous disons qu'en plaçant un véritable sens de la vie qui ne se modifie pas, tous les autres qui sont d'intérêt peuvent mieux s'ajuster qu'avant et peuvent avoir une plus grande cohérence et s'organiser dans une même direction. Il nous intéresse d'explorer ces possibilités.

La conscience humaine ne peut fonctionner sans futur.

N'importe quelle activité de l'être humain exige obligatoirement que le futur fonctionne dans la conscience. Ainsi, de la même manière que le passé pèse dans notre tête, que la mémoire pèse, tout ce qui nous est arrivé, ce que nous avons appris, les bonnes choses et les moins bonnes, tout cela pèse dans notre tête. De même tout ce que nous pensons du futur dans notre tête pèse également et selon que nous pensions une chose ou une autre du futur ainsi sera la situation dans laquelle nous serons aujourd'hui.

Il n'est pas certain que l'être humain ne soit que du passé ; l'être humain est aussi le futur et ce que je pense ou sens ou ce dont j'ai peur dans le futur conditionne le moment actuel et la manière dans laquelle je me situe dans la réalité d'aujourd'hui que je dois vivre.

Le mental humain ne peut vivre sans futur. Et si dans le futur il y a la mort et le néant, le mental humain a des problèmes...

... Il ne s'agit pas de mortifier les gens en les persécutant avec le problème de la mort, il s'agit tout à fait du contraire : il s'agit de produire une ouverture de telle sorte que ceci ne soit pas un problème..."

**Silo. Extraits de la Conversation sur le Sens de la vie
Sao Paulo, Brésil, 1 / 1 / 1980**

Par conséquent, en plus de toutes les choses intéressantes qui peuvent être faites dans cette vie, il serait très intéressant d'aspirer à quelque chose que le temps et la mort ne peuvent désarticuler.

Ce serait très intéressant d'avoir **une expérience qui fournisse une certitude de continuité après la mort physique.**

Ceci donnerait aussi un sens profond à cette vie, parce que ce que l'on fait dans cette vie ne serait pas indifférent.

La clé réside dans la direction.

⁷ Les considérations que fait Juan Espinosa sur ce thème si urticant dans "Réflexions sur l'échec", sont très utiles. [www.parquetoledo.org/#!/monografias-parques/c1cqz]

IV. La dépendance

La relativité de la vie
Qu'est ce qui justifie mon existence ?

Le deuxième jour

1. Tout ce que je fais, ressens et pense ne dépend pas de moi.
2. Je suis changeant et dépends de l'action du milieu. Lorsque je veux changer le milieu ou mon "moi", c'est le milieu qui me change. Je cherche alors la ville ou la nature, la rédemption sociale ou une nouvelle lutte qui puisse justifier mon existence... dans chacun des cas, le milieu m'amène à prendre telle ou telle décision en faveur de telle ou telle attitude. De sorte que mes intérêts et le milieu me laissent tel quel.
3. Je dis alors que peu importe ce ou celui qui décide. Je dis dans ce cas qu'il faut que je vive puisque je suis en situation de vivre. Je dis tout cela mais rien ne le justifie. Je peux me décider, hésiter ou en rester là. De toute façon, une chose est meilleure qu'une autre à titre provisoire, mais n'est pas "meilleure" ni "pire" en définitive.
4. Si quelqu'un me dit que celui qui ne mange pas meurt, je lui répondrai qu'en effet c'est ainsi et que, aiguillonné par ses besoins, il est obligé de manger ; mais je n'ajouterai pas que sa lutte pour manger justifie son existence. Je ne dirai pas non plus que cela soit mauvais. Je dirai simplement qu'il s'agit là d'un fait individuellement ou collectivement nécessaire pour la subsistance, mais dépourvu de sens à l'instant où l'on perd la dernière bataille.
5. Je dirai en outre que je suis solidaire de la lutte du pauvre, de l'exploité et du persécuté. Je dirai que je me sens "réalisé" à travers une telle identification, mais je comprendrai que je ne justifie rien.

L'auteur m'avertit une nouvelle fois encore que, contrairement à ce que je croyais jusqu'à maintenant, mes pensées, mes sentiments et mes actions ne dépendent pas de moi⁸. Je me trouve en train de vivre une réalité qui ne justifie pas mon existence.

La "réalité" du plan quotidien, de l'espace-temps quotidien est vide de signifiant définitif.

Les actions nécessaires⁹ pour la simple survie ne justifient pas l'existence. Si tout se termine avec la mort ma vie n'aura été qu'une soif inutile.

Rien, aucune action, aucune pensée, aucun sentiment, qui n'ait pas une direction qui ne se termine pas par la mort, ne peut justifier ma vie.

Par conséquent, ce qui justifie mon existence, ce qui lui donne une signification, une direction à ma vie, ne se trouve pas dans ce mode d'existence, où tout ce que je fais, sens et pense est relatif et ne dépend pas de moi.

Dans ce mode d'existence je n'ai ni liberté de choix ni d'action.

Mes "choix" n'en sont pas, ils sont conditionnés, dépendent d'autres choses : de mon paysage de formation – c'est-à-dire, le monde auquel j'ai cru et où je me suis formée -, du moment historique que j'ai à vivre, du milieu social et ses valeurs, de ma biographie, de mes habitudes mentales, de mon corps, des hormones...

8 dépendances : impossibilité de déterminer pour soi les conditions de sa propre existence ; au sens psychologique : subordination et soumission, peut être aussi compris comme l'empire des nécessités.

9 nécessité : condition dans laquelle l'on ne peut agir différemment ; exigence absolue : par exemple le besoin de se nourrir qui est indispensable.

Si rien de ce que je choisis de faire dans cette vie - aussi noble cela soit-il - ne justifie mon existence, je peux parvenir à deux conclusions : cette vie n'a pas de sens ou cette vie a un sens que je dois encore découvrir.

Découvrir ce sens, justifiera-t-il mon existence ?

V. Le soupçon du sens

Expériences associées et signifiants non provisoires.

Le troisième jour.

1. Parfois j'ai anticipé des faits qui se sont produits par la suite.
2. Parfois j'ai saisi une pensée lointaine.
3. Parfois j'ai décrit des lieux que je n'avais jamais visités.
4. Parfois j'ai rapporté avec précision ce qui s'était passé en mon absence.
5. Parfois une joie immense m'a ravi.
6. Parfois une compréhension totale m'a envahi.
7. Parfois une communion parfaite avec le tout m'a mis en extase.
8. Parfois j'ai brisé mes rêveries et j'ai vu la réalité sous un jour nouveau.
9. Parfois j'ai reconnu comme les ayant déjà vues des choses que je voyais pour la première fois.

... Et tout ceci m'a donné à penser. Je suis bien conscient que sans ces expériences, je ne serais pas sorti du non-sens.

Ces expériences ont permis à l'auteur d'avoir l'intuition de l'existence d'une réalité au-delà de la dimension spatio-temporelle que nous connaissons.

Il y a des expériences qui nous font soupçonner que la vie n'est pas comme elle paraît ou que la vie va au-delà de ce que normalement nos sens perçoivent. Ce sont des expériences qui nous donnent l'intuition d'un autre type de réalité, différente de la réalité ordinaire, quotidienne. De fait, ce sont des expériences extraordinaires qui pour un instant nous ont portés vers des états internes immenses, nous ont fait vivre "l'impossible" nous ont permis de soupçonner une manière d'être sans limite et sans temps. Des expériences qui peuvent être considérées comme des signaux d'une autre réalité.

Par conséquent, il sera important de donner du poids à ces expériences hors du commun afin de sortir de la relativité du quotidien, de trajectoires tronquées, d'une réalité qui ressemble au sommeil.

Mais entretemps : que fais-je de la réalité de tous les jours, où je suis conditionnée, où ma vie ne trouve pas de justification, où tout, y compris moi-même, est relatif, change avec le temps et se termine avec la mort ?

VI. Sommeil et éveil.

D'où partir pour sortir de la relativité ?

Un point ferme.

Le Quatrième jour

1. Je ne peux considérer comme réel ce que je vois dans mes rêves, ni ce que je vois dans un demi-sommeil ; pas plus que ce que je vois éveillé mais plongé dans la rêverie.

Ne considère pas réel ce que tu vois, ce que tu vis, dans les niveaux de conscience par lesquels tu transites mécaniquement pendant la journée, c'est-à-dire le sommeil, le demi-sommeil ou le songe et la veille ordinaire (peuplée de rêves les yeux ouverts, parfois de véritables hallucinations).

2. Je peux considérer comme réel ce que je vois éveillé et sans rêveries. Cela ne se réfère pas à ce qu'enregistrent mes sens mais aux activités de mon mental quand elles se rapportent à des "données" pensées. Car les données naïves et douteuses sont fournies par les sens externes et internes, et aussi par la mémoire. Il est certain que mon mental le sait quand il est éveillé et il le croit lorsqu'il est endormi. Les rares fois où je perçois le réel sous un jour nouveau, je comprends que ce que l'on voit normalement ressemble au sommeil ou au demi-sommeil.

Tu peux seulement considérer réel ce que tu vis ou vois quand tu es éveillé et sans fantasmes, c'est-à-dire lorsque tu es en **conscience de soi**¹⁰ parce que dans ce niveau de conscience - un peu plus haut que la veille ordinaire - tu peux observer **les opérations que fait ton mental** avec les données qui arrivent des sens et de la mémoire.

Depuis ce nouveau niveau de conscience tu peux aussi observer que les sens (internes et externes) et la mémoire non seulement commettent de nombreuses erreurs et donc apportent des données douteuses mais qu'en plus ils s'interposent entre ton regard et l'objet / ou la situation que tu considères, qu'il ou qu'elle soit externe ou interne. Tu peux observer que tu fais constamment une interprétation de la réalité.

Par contre, dans l'état de conscience ordinaire, tu ne vois pas tes opérations mentales et tu crois que les interprétions que tu fais des choses sur la base de tes souvenirs et des données perçues par les sens sont la réalité même.

C'est la raison pour laquelle rien ne te semble nouveau : tu regardes toujours tes contenus, tes schémas internes, tes souvenirs superposés à tes perceptions et non ce qu'il y a véritablement.

Il y a une façon réelle d'être éveillé : c'est celle qui m'a amené à méditer profondément sur ce qui a été dit jusqu'ici et qui, en outre, m'a ouvert la porte pour découvrir le sens de tout ce qui existe.

Il serait intéressant d'aspirer à atteindre et maintenir un niveau de conscience qui me permette d'être véritablement réveillée, qui me permette de méditer en profondeur et de comprendre chaque fois plus.

Il serait intéressant que j'aspire à me réveiller de cette vie-sommeil et de découvrir le sens (la signification, la direction) non seulement de mon existence mais aussi de tout ce qui existe.

Comment faire ?

10 Conscience de soi : *Un niveau de conscience dans lequel ma conscience est consciente d'elle-même, non seulement de ses propres contenus mais aussi et surtout de ses propres actes. Une façon différente d'être dans le monde plus attentive, plus présente à moi-même d'où je peux observer les situations -externes et internes, depuis un point d'observation plus interne que celui d'où regardent mes yeux habituellement.*

VII. Présence de la Force

Découverte de la force.

Le cinquième jour

1. Quand j'étais réellement éveillé, je m'élevais de compréhension en compréhension. Le fait même de se trouver dans un niveau de conscience plus haut que celui habituel amène vers de nouvelles expériences et compréhensions de qualité supérieure.

2. Quand j'étais réellement éveillé et que la vigueur me manquait pour continuer l'ascension, je pouvais extraire la Force de moi-même. Elle était dans tout mon corps. Toute l'énergie se trouvait jusque dans les plus petites cellules de mon corps. Cette énergie circulait et était plus rapide et plus intense que le sang.

Lorsque je suis en conscience de soi la direction de mes actes - internes et dans le monde - est ascendante. Cela ne peut être d'une autre façon. L'énergie est toujours disponible.

3. Je découvris que l'énergie se concentrait dans des points de mon corps lorsqu'ils s'activaient ; lorsqu'ils cessaient d'agir, elle s'en absentait.

L'énergie circule naturellement dans le corps et c'est grâce à elle que nous pouvons penser, sentir et agir.

4. Pendant les maladies, l'énergie manquait ou s'accumulait exactement dans les points affectés. Mais si je parvenais à rétablir son passage normal, de nombreuses maladies commençaient à régresser.

La santé dépend en grande partie de la circulation normale de l'énergie.

Certains peuples en eurent connaissance et agirent de manière à rétablir l'énergie au moyen de divers procédés qui aujourd'hui nous semblent étranges.

Certains peuples en eurent connaissance et agirent en communiquant cette énergie à d'autres. Alors, des "illuminations" de compréhension eurent lieu, allant jusqu'à des "miracles" physiques.

Il est possible de transmettre la Force.

Pour progresser dans, sur le chemin évolutif, en partant toujours de la condition d'éveil, on a besoin d'énergie. L'énergie circule spontanément dans le corps. Nous disposons d'une énergie dynamique et à laquelle nous pouvons donner une direction : vers l'intérieur nous pouvons harmoniser sa circulation, vers l'extérieur nous pouvons la projeter.

L'énergie consciente est la Force.

Voir et regarder, énergie et Force, la différence réside dans l'intentionnalité, dans la direction, le dessein de l'opérateur.

VIII. Contrôle de la Force

Il est possible de donner une direction à la Force et de la concentrer.

Le Sixième jour :

1. Il y a une façon de diriger et de concentrer la Force qui circule dans le corps.
2. Il existe des points de contrôle dans le corps. C'est d'eux que dépend ce que nous appelons mouvements, émotions et idées. Quand l'énergie agit sur ces points, des manifestations motrices, émotive et intellectuelles se produisent.
L'énergie se concentre dans certains "points" de contrôle du corps, appelés aussi "centres de réponses"¹¹ (centre végétatif-sexuel, c. moteur, c. émotif, c. intellectuel,...) et elle circule entre eux.
3. Selon que l'énergie agit sur le corps en surface ou plus ou moins à l'intérieur, surviennent le sommeil profond, le demi-sommeil ou l'état de d'éveil... Les auréoles entourant le corps ou la tête des saints (ou des grands éveillés) dans les tableaux des différentes religions, font sûrement allusion à ce phénomène d'énergie qui parfois se manifeste plus extérieurement.
L'énergie agit aussi de façon plus interne ou plus superficiellement dans le corps et parfois au-delà du corps physique en fonction des différents niveaux de conscience : le sommeil, le demi-sommeil, la veille et d'autres niveaux encore.
4. Il y a un point de contrôle du véritable état-d'éveil et il y a un moyen d'amener la Force jusqu'à celui-ci.
5. Lorsque l'énergie est amenée à cet endroit, tous les autres points de contrôle se mettent en mouvement de manière altérée.
Lorsque la Force est amenée jusqu'à ce point supérieur du véritable état d'éveil, et qu'on la concentre là, les autres points de contrôle cessent de fonctionner comme ils le font d'habitude : on ne pense pas, on ne sent pas et on ne bouge pas comme d'habitude.

Lorsque j'eus compris cela et lancé la force vers ce point supérieur, tout mon corps sentit l'impact d'une énorme énergie qui frappa ma conscience avec force et je m'élevais de compréhension en compréhension. Mais j'observais aussi que je pouvais descendre vers les profondeurs du mental si je perdais le contrôle de l'énergie. Je me souvins alors des légendes au sujet des "cieux" et des "enfers" et je vis la ligne de partage entre ces deux états mentaux.

L'énergie se meut spontanément et naturellement de deux façons :

- entre les centres de réponse (ou points de contrôle) donnant l'origine à la motricité, à l'émotivité et à l'intellectuel ;
- plus interne ou plus superficielle en correspondance avec les différents niveaux de conscience.

11 centres de réponse. Abstraction ou synthèse conceptuelle se référant aux diverses activités possibles de l'être humain et dans laquelle on englobe le travail de différents points physiques parfois très séparés entre eux. Ils coordonnent la sortie de la réponse vers le monde. Du Vocabulaire d'Autolibération de Luis A. Amman. Autolibération. Edition Références, France, Paris 2004.

[<http://www.editions-references.com>]

La Force est dirigeable

Selon la direction que l'on imprime à la Force, on parviendra à différents états mentaux. Si la direction est ascendante, il y a une accélération énergétique, le mental s'illumine-on se trouve plus lucide mentalement- et il y a de nouvelles compréhensions. Si la direction est descendante, on perd le contrôle de la Force et l'on sombre dans les niveaux inférieurs de la conscience, le mental s'obscurcit et "l'abîme s'ouvre". Traditionnellement ces deux états mentaux ont été allégorisés comme les "cieux" ou les "enfers".

Par conséquent, il sera décisif de développer la capacité de maintenir un état élevé de conscience qui nous permette de contrôler la direction de la Force.

(Paradoxalement plus on dirige la Force vers "les autres", plus interne se fait la sensation. Par exemple : tomber amoureux, la compassion).

L'auteur annonce qu'il y a **un point de contrôle du véritable état d'éveil et il y a une façon d'y amener la Force**. De cela on en parle avec plus de détails dans Chapitre XII, Les Découvertes.

Quant à contrôler la Force cela signifie, au minimum, d'essayer de maintenir la direction ascendante de celle-ci. Par exemple : la peur, la rage (sans qu'importe ce qui s'est passé ou ce que l'autre fait), le laisser-aller à ses propres tendances défavorables (habitudes comportementales peu utiles) et, en général, n'importe quel acte qui me laisse la saveur de violence interne, sont des indicateurs de la perte de contrôle de la Force, qui en définitive n'est autre chose que la perte de *l'état de conscience de soi*.

IX. Manifestation de l'énergie

L'auteur encadre l'expérience décisive

Il est possible de contrôler la direction de la Force et de la projeter.

Le septième jour :

1. Cette énergie en mouvement pouvait "se rendre indépendante" du corps en gardant son unité.

On peut séparer l'aspect mécanique, autonome de cette énergie d'un autre aspect qu'on pourrait nommer intentionnel : c'est-à-dire, alors que le corps continue d'utiliser une partie de l'énergie pour ses fonctions, une autre part peut répondre à l'intentionnalité de l'opérateur et "se séparer" du corps tout en se maintenant unie.

2. Cette énergie unie était une sorte de "double", qui correspondait à la représentation cénesthésique que l'on a de son propre corps à l'intérieur de l'espace de représentation. Les sciences traitant des phénomènes mentaux ne donnaient d'informations suffisantes ni sur l'existence de cet espace ni sur les représentations correspondant aux sensations internes du corps.

L'énergie unie et indépendante qui correspond à l'intentionnalité de l'opérateur – en d'autres termes le double énergétique – est l'énergie associée à la représentation cénesthésique¹² du corps à l'intérieur de l'espace de représentation ¹³.

L'auteur fait une distinction entre la sensation/ perception cénesthésique du corps et la représentation de la sensation interne du corps.

12 cénesthésie (du latin [*ceno-*] en commun et du grec [$\alpha\iota\sigma\theta\eta\sigma\iota\varsigma$, *aisthesis*] sensation) : sensation générale qui correspond aux viscères et à leur activité végétative.

13 espace de représentation. Sorte "d'écran mental" où les images formées à partir de stimuli sensoriels, de stimuli de mémoire et de l'activité de la conscience (l'imagination par exemple) se projettent ; en plus de servir d'écran de projection, il est formé de l'ensemble des représentations internes du sens cénesthésique. Par conséquent, il correspond exactement aux signaux du corps physique et, le registre que l'on a de lui est la somme de ces signaux, une sorte de second corps de représentation intérieure. En plus de la hauteur de la largeur, l'espace de représentation a un volume et une profondeur qui permettent de situer, selon l'emplacement de l'image, si les phénomènes proviennent du monde externe ou du monde intérieur. On peut parfois avoir l'illusion que la représentation est extérieure à l'espace de représentation (espace qui est toujours interne). A mesure que l'on descend dans les niveaux de conscience, la profondeur et le volume de cet espace augmentent en même temps qu'augmente le registre de l'intra-corps. Par contre, à mesure que le niveau de conscience s'approche du niveau de veille, l'espace de représentation tend à s'aplanir. En général, nous disons qu'il assume différentes caractéristiques en fonction du niveau de conscience. Il n'y a pas d'espace de représentation vide de contenu et c'est grâce aux représentations qui s'y forment que l'on accède aux registres de ses activités.

La fonction de l'espace de représentation est de permettre la connexion entre les productions de la conscience et le corps. Cette intermédiation est nécessaire pour que le corps fonctionne dans une direction, car lorsqu'un système d'impulsions lui parvient - des sens de la mémoire ou de l'imagination - celui-ci est transformé en image. Cette image se traduit en un certain point et profondeur et cette image agit sur les centres de réponse. Le type de centre qui se mettra en action - et par conséquent le type de réponse - dépend précisément de l'emplacement de l'image dans l'espace de représentation.

Du Vocabulaire d'Autolibération. L.A. Amman, *Autolibération*, Edition Références Paris 2004. [<http://www.editions-references.com>]

Par exemple : je me souviens de la fenêtre de ma chambre, le visage d'une personne aimée, un parfum ; j'imagine une vis ; je ferme les yeux et je me représente mes poumons ; j'effectue une opération mathématique ; je joue d'un instrument, j'écoute une sirène dans la rue, etc. **toutes ces opérations ont lieu, se déroulent et ont un effet sur moi, je les vis, elles me produisent une sensation interne précise que je registre, que je "situe" dans un certain lieu, plus interne ou plus superficiellement, dans cet "espace de représentation".**

Une chose est la sensation interne de soi-même, de son propre intracorps, et une autre chose est la représentation qui lui correspond. Ici il nous intéresse de rendre conscient et de maintenir le registre¹⁴ de cette représentation.

3. L'énergie dé-doublée (c'est-à-dire imaginée "à l'extérieur" du corps, ou "séparée" de la base matérielle) soit se dissolvait en tant que qu'image, soit était représentée correctement, en fonction de l'unité intérieure de celui qui opérait.

L'image, la représentation, avec laquelle on opère est du type cénesthésique.

Pour maintenir, pour soutenir le registre de la représentation qui correspond à la sensation de l'intracorps hors du corps, l'opérateur a besoin d'énergie. L'unique moyen de compter avec l'énergie suffisante est de ne pas la disperser, c'est-à-dire d'éviter ou de dépasser la désagrégation interne à priori.

4. Je pus constater que "l'extériorisation" de cette énergie, qui représentait le propre corps comme "en dehors" du corps, se produisait déjà depuis les niveaux les plus bas du mental. Dans ce cas, il arrivait qu'une atteinte à l'encontre de l'unité la plus primaire de la vie provoquât cette réponse en sauvegarde de ce qui était menacé. C'est pourquoi, dans les trances de certains médiums dont le niveau de conscience était bas et l'unité intérieure en péril, ces réponses étaient involontaires ; elles n'étaient pas reconnues comme produites par eux-mêmes, mais attribuées à d'autres entités.

Les "fantômes" ou "esprits" de certains peuples ou certains devins n'étaient autres que les propres "doubles" (les propres représentations) des personnes qui se sentaient saisies par eux. Etant donné l'obscurcissement de leur état mental (en transe) par la perte du contrôle de la Force, ils se sentaient manipulés par des êtres étranges qui, parfois, produisaient des phénomènes remarquables. Il ne fait pas de doute que de nombreux "possédés" subirent de tels effets. Le contrôle de la Force était donc décisif.

L'extériorisation spontanée de cette énergie (l'énergie associée à la représentation cénesthésique de l'intracorps) peut être vérifiée déjà dans un bas niveau de conscience. Cela arrive aux enfants, aux animaux, aux personnes en état de transe et aussi dans des situations où la vie se trouve en danger. Si ceci n'est pas connu, ceux qui expérimentent ce phénomène, habituellement l'interprètent comme possession par des entités décrites de différentes façons.

Par contre, lorsque l'intention est mise sur l'extériorisation, il est déterminant de maintenir un niveau de conscience haut pour comprendre ce qui se passe et contrôler la direction de la Force, autrement la "chute" est inévitable.

Reprendre ici

Ceci modifiait complètement aussi bien ma conception de la vie courante que celle de la vie après la mort. Par ces pensées et ces expériences, je perdais de plus en plus foi en la mort et, depuis lors, je n'y crois pas, de même que je ne crois pas au non-sens de la vie.

Cette expérience fondamentale marque un avant et un après. L'auteur témoigne de sa conversion par rapport aux croyances sur la vie et la mort. ¹⁵

14 registre : vécu, sensation interne qui correspond à une action (qu'on fait ou reçoit), un sentiment, une pensée, une image. Toute impulsion qui parvient à la conscience produit un registre. Par exemple : lorsque je maltraite quelqu'un ou lorsque je me maltraite j'ai une sensation interne précise, un certain registre ; lorsqu'il se passe le contraire, la différence de registre est évidente. A la haine, à l'envie à l'affection, à la compassion correspondent des registres très clairs dans mon intérieur. J'ai le registre d'une opération mathématique et ceci me permet de comprendre si j'ai fait une erreur par exemple. Les images associées aux cinq sens externes et aux deux sens internes, cénesthésie et kinesthésie, produisent des registres.

15 Dans Le Sens de la Vie, échange d'opinions avec un groupe d'étudiant, Mexico, 10/10/198, l'auteur associe explicitement le sens de la vie avec l'expérience de la transcendance et signale que la posture la plus utile serait d'aspirer à avoir cette expérience. Dans Silo Parle. Œuvres complètes. Madrid 1999.

Alors, si je pouvais expérimenter que quelque chose que je reconnais et que je registre comme “mon être”, “mon essence” subsiste se passant du corps physique, je parviendrais à la conclusion que “être” ne dépend pas du fait d’avoir un corps, j’aurais alors la certitude de pouvoir me passer du corps et continuer d’exister. Si ce corps et l’énergie psychophysique qui l’anime dans cette vie me permet d’avoir cette expérience, alors la signification de la vie dans ce plan de l’existence devient évidente.

On peut naître, vivre et mourir. Ou on peut naître, vivre, mourir et continuer d’évoluer.

Arriver là : être né n’est pas la même chose que de n’être pas né. Être né implique une grandissime possibilité évolutive. ¹⁶

16 Il reste toujours une question sans réponse - du moins pour moi et vue depuis le plan quotidien. Pourquoi l’être humain doit arriver dans un monde si contradictoire, si violent, si paradoxal, un monde où, par exemple, pour survivre on doit tuer d’autres formes de vie organique, pourquoi une vie dont la signification profonde et dont les possibilités sont si difficiles à capter ? En échangeant des opinions sur cette interrogation surgit un point de vue intéressant : cette situation correspond à la hauteur historique dans laquelle nous nous trouvons, au niveau actuel de l’évolution de l’espèce humaine. Tout est en évolution, tout évolue vers l’amour et la compassion mais les êtres humains ont la capacité d’accélérer ce processus naturel. Ça ne répond pas complètement à la question, mais cela au moins me rend contente d’être née humaine.

X. Evidence du Sens

Que sommes-nous venus faire ici ?

Huitième jour :

1. L'importance réelle de la vie éveillée m'apparut de façon évidente.
2. L'importance réelle de détruire les contradictions internes me convainquit.
3. L'importance réelle de manier la Force pour atteindre unité et continuité m'emplit d'un sens joyeux.

Alors, que sommes-nous venus faire dans ce monde ? C'est ici que les sens, le pourquoi de la vie est devenu évident.

Acquérir et consolider un niveau de conscience plus haut, un niveau de conscience éveillée d'où l'on puisse :

- reconnaître les situations de contradiction interne pour les dépasser ou les éviter.
- contrôler la direction de la Force - et avoir l'intention que la direction soit ascendante -, afin d'accumuler des actes unitifs et continuer d'évoluer encore après la mort physique.

Ce sont les trois aspects fondamentaux qui vont ensemble : La conscience de soi ; la cohérence ; la cohésion interne, le contrôle de la Force.

Là, l'être humain a une véritable alternative, son droit de naissance, sa prérogative : la possibilité d'accéder à un niveau d'attention plus élevé que celui du quotidien, qui lui permette d'éviter ou de dépasser et de ne pas répéter des situations qui le divisent intérieurement, économisant ainsi son énergie qu'il peut maintenant concentrer et, à laquelle il peut donner la direction d'un chemin ascendant.

J'ai là, la condition nécessaire pour que se produise l'expérience. Une expérience qui donne l'évidence de continuité au-delà de la trajectoire biographique, une expérience de transcendance.

Jusqu'à présent, on a parlé de pas préparatoires qui restent circonscrits dans l'enceinte psychologique mais qui annoncent **la possibilité de transcender l'illusoire dualité monde interne/monde externe** et de se diriger vers le profond.¹⁷ Depuis là, on entre davantage dans une enceinte que l'auteur a définie comme Trans-psychologique.

17 En Occident nous sommes habitués à associer "le profond" à un "inconscient" fantasmagorique, une espèce d'océan obscur et inquiétant, une boîte de Pandore, où nous avons relégué les pulsions les plus dangereuses qui sont à l'origine de notre souffrance. Mais ici, le signifiant du "profond" est tout autre chose. Dans Notes de Psychologie, dans les derniers paragraphes de Psychologie III, Silo écrit :

"[...] la conscience est capable de s'internaliser jusqu'au "profond" de l'espace de représentation. "Le profond", (appelé aussi "soi-même" dans certains courants psychologiques contemporains), n'est pas exactement un contenu de conscience. La conscience peut parvenir au "profond" par un travail spécial d'internalisation. Dans cette internalisation fait irruption ce qui toujours était caché, couvert par le "bruit" de la conscience. C'est dans le "profond" que se trouvent les expériences des espaces et des temps sacrés."

Silo, Notes de Psychologie, Editions Références, Paris.
http://www.silo.net/es/collected_works/psychology_notes

XI. Le centre lumineux

Approche (ou l'activation) du centre lumineux.

Le neuvième jour:

1. Dans la Force était la "lumière" qui provenait d'un "centre".
2. Dans la dissolution de l'énergie, il y avait un éloignement du centre et dans son unification et son évolution, un fonctionnement correspondant du centre lumineux.

Je ne fus pas étonné de trouver la dévotion au dieu-soleil chez certain peuples anciens et je vis que, si certains adorèrent l'astre parce qu'il donnait vie à la terre et à la nature, d'autres virent dans ce corps majestueux le symbole d'une réalité majeure.

Certains allèrent encore plus loin et reçurent de ce centre d'innombrables dons, qui "descendirent" tantôt sous forme de langues de feu au-dessus des inspirés, tantôt sous forme de sphères lumineuses, tantôt sous forme de buissons ardents qui apparaissaient devant le croyant effrayé.

Le ton du texte a changé.

L'auteur parle de "lumière" sans la définir. Il nous dit que la "lumière circule en nous et qu'il est possible d'entrer en contact et interagir avec un "centre lumineux". Et que ceci dépendra de l'unité interne de l'opérateur. L'activation de (ou l'interaction avec) ce "centre" est facilitée par un état de conscience inspirée ou par une grande foi. L'histoire raconte que de nombreux inspirés ou croyants ont eu accès à ces expériences.

Commentaire de Silo

"Ce centre lumineux est allégorisé. Il n'existe pas d'une autre façon qui ne soit allégorique. Ce n'est pas pareil de travailler sur des allégories internes qui ont leurs lois et leurs significations, que travailler sur un phénomène en supposant qu'il est strictement comme on le décrit. C'est très différent de considérer cette cité ¹⁸ comme une allégorisation de processus mentaux. Le fait qu'il s'agisse d'allégorisations de phénomènes internes ne disqualifie pas pour autant de tels phénomènes, ceci les situe dans un plan des allégorisations qui ont leur façon de s'exprimer avec leurs lois. [Ces phénomènes] ont leur réalité psychologique et allégorique. Prétendre leur donner une autre explication est une sérieuse erreur de point de vue".

*Extrait de **Drummond III, Intervention dans un groupe d'étude.**
Drummond, Mendoza, Argentina, 31 mars, 1 y 2 avril, 2000*

¹⁸ Il se réfère à la "cité cachée" qui sera mentionnée plus loin dans le chapitre XIV, Le Guide du chemin intérieur.

Commentaire de Silo

... "Revenons maintenant aux chapitres en relation avec la Force, nous disons que les thèmes relatifs à la Force, le centre lumineux, la lumière intérieure, le double et la projection de la force, admettent deux interprétations différentes.

1. Les considérer comme des phénomènes de l'expérience personnelle et donc assez difficiles à communiquer aux personnes qui n'en ont jamais eu le registre, les limitant dans le meilleur des cas à des descriptions plus ou moins subjectives.

2. Les considérer à l'intérieur d'une théorie majeure qui les explique clairement sans faire appel à la preuve de l'expérience subjective.

Si l'on procède en accord avec **la première posture**, les expériences de ce type peuvent être mises en relation avec celles que décrivent d'autres personnes ; dans ce cas les explications qui sont données ne peuvent avoir un caractère de système rationnel. Depuis cette position par exemple :

La Force est l'énergie vitale du corps qui agit dans une continuelle dynamique. Elle met en marche les différentes fonctions. D'elle dérivent l'action, l'émotion, les idées et la perception d'une réalité supérieure. Cette énergie est capable de s'extérioriser du propre corps, produisant des phénomènes d'action sur le monde physique, de la même manière qu'elle le fait en animant le corps. Lorsque survient la mort, la Force se dissout ou continue son développement hors du corps dans des niveaux chaque fois supérieurs jusqu'à configurer une entité également supérieure. Cette disparition par désintégration ou cette continuité par concentration, dépend de la somme des actes contradictoires ou unitifs que l'être humain réalise dans sa vie. La Force peut être mise en relation avec ce que, dans les religions, on a appelé l'âme. La Force capable de se concentrer et transcender dans une direction évolutive peut être mise en relation avec ce que les religions ont appelé "l'esprit".

Le Double n'est autre que la force externalisée pendant la vie ou après la mort, dans la mesure où il reçoit et produit des effets dans le monde quotidien bien qu'avec une autre mécanique qui lui est particulière, en modifiant généralement les caractéristiques acceptées de l'espace et du temps.

La Lumière Intérieure est l'expérience qui se produit quand la Force se concentre dans une quelconque zone du cerveau humain, l'énergisant et permettant qu'il travaille dans un niveau plus élevé de sa conscience mécanique. Elle apparaît également comme expérience au moment de la mort si son degré de concentration est adéquat.

Le Centre Lumineux se réfère à un certain point du système nerveux activé par la Force et difficile à préciser, mais c'est aussi un phénomène externe duquel provient toute la force des êtres vivants et vers lequel le double s'oriente s'il atteint l'unité au moment de la mort.

Conséquences pratiques de cette posture : Logiquement, celui qui reconnaît des expériences dans ces cas, ou une foi ferme et sans aucun doute. Et quel autre type de conséquences ? L'une sera que la vie aura un sens au-delà de la mort. Une autre qu'en ayant ce sens, les actions que l'on réalise ne seront pas indifférentes car quelques-unes s'éloigneront de la possibilité de survie et d'autres la garantiront. Dans un tel sens, surgira une morale, une attitude face à la vie et une position face au monde. Cette posture, nous pouvons l'appeler mystique et elle sera animée par un fort sentiment religieux, dirigé vers la transcendance même si l'idée ou la croyance à propos d'un dieu n'apparaît pas définie dans ce contexte.

Deuxième posture : Comme nous l'avons dit, elle ne se fonde pas sur des expériences internes intransmissibles mais sur un système majeur qui les expliquent.

Par exemple :

La Force est une abréaction motrice qui se produit cathartiquement dans certaines conditions expérimentales comme dans le cas du grand passage. Des gens sans connaissance de sa mécanique ont pu libérer la Force de façon empirique, attribuant ses manifestations à des entités dont l'existence ne peut être prouvée. On admet le phénomène mais non l'interprétation, que cette posture qualifie d'indémontrable, dans le cas de l'interprétation mystique.

Quant au double, il ne s'agit pas de l'extériorisation de l'âme des anciens, mais de l'espace de représentation qui se configure dans l'addition des impulsions cénesthésiques et qui duplique comme représentation, la perception du corps lui-même. Pour ce qui est de prouver l'existence de phénomènes paranormaux, il ne s'agira pas de la projection du double au sens mystique, mais de phénomènes de perception, d'action à distance, produits par la variation dans le temps et dans l'espace, de l'espace de représentation.¹⁹

La Lumière intérieure, à son tour, accompagne les objets mentaux placés dans les espaces de représentation hauts, comme l'obscurité correspond aux espaces de représentation bas. Ceci est dû au moins à trois facteurs : 1- la proximité ou l'éloignement de la zone de l'espace qui correspond par dédoublement avec les centres de vision oculaire. 2- Aux phénomènes de mémoire associés à la lumière vers le haut et à l'obscurité vers le bas. 3- À la surcharge de contenus fixés qui, en se libérant par un processus transférentiel, réoriente l'énergie psychique dans la direction des espaces hauts proches des centres oculaires, produisant un phénomène mécanique de lumière et de nombreuses concomitances de réaccommodation psychique.

Conséquences pratiques de cette deuxième posture : la théorie d'opérative qui permet de traiter avec son mode caractéristique les thèmes que nous venons de toucher, est de toute façon beaucoup plus ample et offre un panorama assez complet sur la connaissance, la pratique des processus mentaux et leur direction.

Une telle théorie nous amène nécessairement à nous poser des questions sur le sens de la vie du point de vue de son unité quotidienne. Cette position peut amener à concevoir une orientation transcendante de la vie, non pas du point de vue de la foi, mais de son utilité pour l'équilibre et le développement de la vie psychique et de la vie en général.

Les deux postures que nous avons considérées, peuvent dériver de façon identique de l'étude du Regard Intérieur et se compléter à la lumière d'autres travaux, comme ceux exposés dans opérative du livre Autolibération.²⁰

Parvenant à ce point d'équivalence, il est légitime que quelqu'un se demande, finalement : quelle est la posture de l'auteur d'un tel écrit ? L'auteur peut donc déclarer sans détour : lui, personnellement, adhère à la posture mystique mais comme une telle posture est intransférable, il ajuste ses explications au langage de la théorie psychologique, laissant ainsi les portes ouvertes à la transcendance.

Ainsi, si quelques-uns ont la foi ou l'expérience et que d'autres raisonnent avec justesse, ils arriveront de toutes manières à la conclusion que la transcendance est utile parce qu'elle donne sens à la vie, ouvre le futur que la mort fermerait définitivement dans l'absurde.

**Extrait des Séminaires d'Espagne
Madrid, 3 / 11 / 1980**

¹⁹ Exemple du chapitre V, Soupçon du sens.

²⁰ L.A. Amman, *Autolibération*, Editions Références. Paris 2004.

XII. Les découvertes

L'auteur fait une synthèse des expériences et compréhensions qu'il a eues pendant sa longue et attentive méditation.

Dixième jour

Peu nombreuses mais importantes furent mes découvertes, que je résume ainsi.

1. La Force circule dans le corps involontairement mais peut être orientée par un effort conscient. Obtenir un changement dirigé du niveau de conscience permet à l'être humain d'entrevoir d'importants indices de libération des conditions "naturelles" qui semblent s'imposer à la conscience.

J'ai passé une grande partie de ma vie avec la conviction que la souffrance intérieure que j'expérimentais ne dépendait pas de moi, mais elle était le résultat "naturel" et inévitable des circonstances qu'il m'était données de vivre.

L'équation que décrit Silo : **Contradiction interne > souffrance mentale > violence interne > violence envers le monde** fut pour moi une découverte révolutionnaire : dépasser les contradictions internes est possible, ce qui signifie que l'être humain, n'est pas condamné à souffrir ! Toute l'énergie que, jusqu'à présent, j'avais dispersé me représentant comme la victime des situations, m'offensant, ruminant ce que j'avais perdu, me lamentant sur les blessures, me préoccupant de l'avenir et ainsi de suite, maintenant je peux l'investir dans l'élévation de mon niveau de conscience. Ceci me permettra de rompre le premier anneau de la chaîne. Les répercussions de cette nouvelle attitude seront illimitées et se propageront dans d'infinies directions.

2. Il existe dans le corps des points de contrôle de ses diverses activités.

3. Il y a des différences entre l'état d'éveil-véritable et les autres niveaux de conscience.

4. La Force peut être conduite au point du réel éveil (La "Force" étant l'énergie mentale qui accompagne certaines images et le "point", le positionnement d'une image en un "lieu" de l'espace de représentation).

Ces conclusions m'amènèrent à reconnaître dans les prières des peuples anciens le germe d'une grande vérité qui s'obscurcissait dans les rites et les pratiques extérieures qui, réalisées avec perfection, met l'homme en contact avec sa source lumineuse. Je me suis finalement rendu compte que mes "découvertes" n'en étaient pas, mais qu'elles étaient dues à la révélation intérieure à laquelle parvient celui qui, sans contradiction, cherche la lumière dans son propre cœur.

Ces "découvertes" **sont accessibles à tous les êtres humains** qui se disposent à entrer en contact avec leur propre "source lumineuse" à condition qu'ils essaient en même temps de mener en avant une vie sans contradiction interne.

L'unité intérieure est une condition nécessaire pour que le "Profond", la Source "se manifeste.

Commentaire de Silo

"On explique que la Force peut être orientée par un effort conscient. On peut conduire la Force au point de réel éveil. Par "point" on comprend la position d'une image dans un lieu spécifique de l'espace de représentation et non pas dans n'importe quel lieu.

Il faudra placer correctement les images car nous savons déjà, que si les images sont mal placées dans l'espace de représentation, elles n'agiront pas, mais si elles sont correctement placées dans la profondeur qui leur correspond, elles frapperont et donneront leurs résultats. L'image "traceuse" [celle qui trace la direction], soit l'image visuelle, n'est pas celle qui bouge le corps. En général les images qui correspondent aux sens externes ne peuvent pas bouger le corps. L'image visuelle, l'image olfactive, l'image auditive, l'image tactile ou gustative ne peuvent faire bouger le corps. Les images internes qui peuvent uniquement faire bouger le corps sont celles qui sont connectées aux viscères, sont connectées avec les nerfs, les muscles, c'est-à-dire profondément cénesthésiques et kinesthésiques ; c'est depuis là que la machine se bouge"

*Extrait de **Drummond III, Intervention dans un groupe d'étude.**
Drummond, Mendoza, Argentina, 31 mars, 1 y 2 avril, 2000*

Commentaire de Silo

En 1, il est dit : qu'il est possible d'obtenir un changement dirigé (non spontané, ni "naturel") dans le niveau de conscience grâce à un type d'effort intérieur. [...]

En 2, il est dit : qu'il y a des plexus dans différentes parties du corps depuis où on contrôle différentes activités. Les plexus contrôlent de telles activités (car elles sont en relations avec les "centres" de réponse) même si on ne les manie pas nécessairement de manière volontaire, c'est le cas du végétatif (dont l'activité est quasi totalement involontaire et le sexuel (dont l'activité est en partie involontaire et en partie volontaire).

Les plexus, moteur, émotif et intellectuel, répondent dans une grande partie à des impulsions volontaires. Le plexus supérieur n'existe pas comme terminaison nerveuse, son appareil est le système nerveux central, nous pourrions dire le cerveau, mais il ne s'agit pas de paquets de nerfs, mais de la masse encéphalique. Cependant, il existe un "centre" supérieur que l'on peut "réveiller" volontairement (c'est à ça que tend notre travail). Pour comprendre mieux ce point nous pensons que ce plexus supérieur n'est pas un ensemble nerveux mais un niveau de travail du système neuroendocrinien qui libère des substances capables de faciliter une importante augmentation de la conductivité des impulsions neuronales, entre autres choses. Nous savons qu'en plus d'augmenter la conductivité, il y a des substances qui produisent un changement métabolique dans le cerveau en général. Ainsi, de même que lors du passage du sommeil à la veille se produit un "incendie" du cortex, lors du passage de la veille à la conscience de soi (et petit à petit à la conscience supérieure), il se produit alors un "incendie", une "explosion" des fonctions perceptuelles et des centres émotif et intellectuel.

En 3, il est dit : qu'il y a des différences entre la veille normale, le demi-sommeil et le sommeil. De même il est dit qu'il y a une différence entre la veille normale et la conscience de soi (des pas nécessaires) pour incorporer "la supra-conscience" diraient les bouddhistes).

En 4, il est dit : que l'on peut conduire la Force [...] jusqu'à parvenir au centre du cerveau que nous énergétisons au maximum provoquant un changement métabolique important, avec des indicateurs que nous appelons "de circulation de la lumière" et qui frappe tous les centres par concomitance [...].

Le point du " Réel-éveil" est le centre du cerveau, derrière les yeux d'où, toute l'énergie psychophysique concentrée là, commence à se déployer (non pas parce qu'ici il existe un plexus nerveux ou un supposé "chakra", mais parce que là commence la variation métabolique qui compromet tout le système nerveux). Pour bien faire le travail on doit obtenir l'énergie maximale possible et placer une image (cénesthésique et non une autre) dans le niveau adéquat de l'espace de représentation (au centre du cerveau et derrière les yeux).

Plus bas il est dit : "... le travail interne qui, réalisé à la perfection, met l'homme (l'être humain) en contact avec sa source lumineuse".

Communication personnelle à GP

XIII. Les Principes

Comment vivre en unité intérieure.

Comment reconnaître que l'on est dans une situation de contradiction interne.

L'attitude face à la vie et aux choses est différente lorsque la révélation intérieure frappe comme la foudre.

Lorsqu'on a l'évidence de la continuité - évidence donnée par l'expérience interne - la vie et les choses de cette vie sont regardées depuis une autre perspective.

En suivant pas à pas, en méditant sur ce qui a été dit et sur ce qui est encore à dire, tu peux transformer le non-sens en sens.

Par rapport à ce qui a été annoncé dans la première phrase du livre, l'auteur déclare que ce qui est décrit ici est accessible à tous, il suffit de le suivre attentivement et sans hâte : tu peux transformer ta vie parce que maintenant tu peux lui donner une pleine signification, un futur inextinguible.

Ce que tu fais de ta vie n'est pas indifférent. Ta vie, soumise à des lois, a devant elle des possibilités de choix.

Avant tes choix n'en étaient pas, maintenant tu peux choisir consciemment. Et déjà ce que tu fais de ta vie n'est pas indifférent. Ce que tu fais peut faire accroître ou éloigner ta possibilité de transcendance, de continuer ton évolution ici et au-delà de ta mort physique.

Quand je te parle de liberté, il ne s'agit pas 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 a dû parcourir. Alors "ce qu'il faut faire", ne dépend pas d'une morale lointaine, incompréhensible et conventionnelle, mais des lois de vie, de lumière, d'évolution.

Avant, tu étais prisonnière, tu vivais dans une situation d'enferment mais tu ne le savais pas ; maintenant tu le sais et avec ça se sont ouvertes les portes. Maintenant tu es en condition de te libérer de la souffrance, du poids des contradictions internes, conditions nécessaires pour avancer dans une direction ascendante, dans un processus évolutif ouvert. Pour ça tu as besoin de ton énergie. Ainsi, **vivre en unité intérieure** - c'est reconnaître et comprendre les situations de contradictions internes pour les éviter, les dépasser et ne pas les répéter - **ceci s'est converti en une nécessité vitale.**

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

Ces principes ne sont pas arbitraires. L'auteur affirme qu'ils proviennent de lois de vie, de lumière, d'évolution. Ce ne sont pas des commandements, ils n'ont rien à voir avec une morale coercitive. Mais c'est plutôt une description de comment fonctionnent les choses dans cette vie. Il offre des critères qui nous guident dans un processus d'adaptation croissante, et d'une auto libération des conditionnements auxquels nous sommes soumis.

Si l'on entend par unité intérieure l'état de distension, de plénitude et de joie que je registre lorsque ce que je pense coïncide avec ce que je sens et ce que je fais, ces principes méritent sans aucun doute d'être considérés avec attention.

Commentaire de Silo

Ces principes sont notre morale, notre conduite dans la vie, qui, sous la forme de suggestion et jamais avec un caractère d'obligation, sont exposés à ceux qui désirent mener en avant une vie cohérente, fondée sur deux registres internes de base ; celui d'unité et celui de contradiction. Ainsi la justification de cette morale se trouve dans les registres qu'elle produit et non dans des idées ou des croyances relatives à un lieu, à un temps ou à un modèle culturel.

Le registre d'unité intérieure est accompagné de quelques indicateurs à prendre en compte.

1.- [l'action me laisse] une sensation de croissance intérieure ; 2.-[la validité de l'action a] une continuité dans le temps et 3.- l'affirmation de sa répétition dans le futur [il me reste la certitude de vouloir répéter l'action et d'expérimenter à nouveau la sensation qui est associée.]

Les actes contradictoires peuvent posséder certaines de ces caractéristiques ou aucune, mais en aucun cas les trois caractéristiques des actes unitifs.

**Extrait des Séminaires d'Espagne
Madrid, 3 / 11 / 1980**

Voici les principes de l'action valable et les noms que leur a donnés l'auteur ²¹:

1. Aller contre l'évolution des choses, c'est aller contre soi-même.
(Principe d'adaptation)
2. Quand tu veux atteindre un but par force, tu produis l'effet contraire.
(Principe d'action et réaction)
3. Ne t'oppose pas à une grande force. Recule jusqu'à ce qu'elle s'affaiblisse ; alors avance avec résolution.
(Principe de l'opportunité de l'action)
4. Les choses vont bien lorsqu'elles marchent ensemble et non isolément.
(Principe de proportion)
5. Si pour toi le jour et la nuit, l'été et l'hiver sont bien, tu as dépassé les contradictions.
(Principe de conformité)
6. Si tu recherches 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.
(Principe du plaisir)
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.
(Principe de l'action immédiate)
8. Tu feras disparaître tes conflits lorsque tu les comprendras jusqu'à leurs racines profondes et non lorsque tu voudras les résoudre.
(Principe de l'action comprise)
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
(Principe de liberté)

²¹ Les principes de l'action valable, ainsi que d'autres thèmes et expériences qui traitent de la compréhension et du dépassement de la violence personnelle et sociale, sont développés dans *Le livre de la Communauté*. La Communauté pour le développement humain. Le livre de la Communauté. Edition Référence. Paris. [<http://www.lacomunidadmundial.org/es/materiales/documentos-oficiales/viewdownload/8-documentos-oficiales/5-libro-de-lc-2010.html>]

10. Lorsque tu traites les autres comme tu veux qu'ils te traitent, tu te libères.
(Principe de solidarité)

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.

(Principe de négation des contraires)

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

(Principe d'accumulation des actions)

Méditant sur ces principes, je me suis souvenue de la souffrance – l'état interne de contradiction et le poids – que ça a produit en moi et chez les personnes qui m'entouraient lorsque j'ai agi sans en tenir compte. J'ai vu aussi que, lorsque j'étais en "situation" il n'était pas facile de reconnaître leur dynamique. C'est en reconsidérant et en réfléchissant sur ce qui s'était passé que parfois je suis parvenue à comprendre que j'avais opéré en direction opposée à ce qu'ils proposent.

Il n'y a pas de pensée, de sentiment ou d'action qui restent circonscrites dans mon intérieur, elles irradient inévitablement leur parfum ou leur puanteur. Et cela se multiplie à l'infini, tissant un filet de soutien ou des pièges abyssaux. C'est pour cela que le Maître a donné autant d'importance à la nécessité de reconnaître nos propres "mouvements" intérieurs et les indicateurs et registres qui leur correspondent. Quelle énorme différence il y a entre le registre intérieur produit par le désir de vengeance et celui produit par la nécessité de se réconcilier... ! Et quelle énorme différence il y a entre les effets que l'un ou l'autre produit dans le monde tant interne qu'externe.

L'unité interne est le processus sur lequel je peux opérer et qui a besoin de se rénover à chaque moment. Les principes de l'action valable sont le phare qui illumine le choix de mes actions, à la lumière de la compréhension de mes erreurs.

Mais il y a une clé :

"Souviens-toi des meilleurs moments de ta vie et tu comprendras qu'ils ont toujours été associés au don désintéressé..."

Veux-tu dépasser ta contradiction profonde ? Alors produis des actions valables. Si elles le sont, ce sera parce que tu donnes de l'aide à ceux qui t'entourent...

Tout phénomène qui fait reculer la souffrance chez les autres est enregistré par celui qui le produit comme une acte valable, comme un acte d'unité".

Silo. Le Paysage Interne ²²

De cette façon, la recherche de sa propre cohérence ne peut jamais faire abstraction de "l'autre", et me met face à la nécessité de dépasser les barrières que mon "moi" a érigé. A la lumière de tout cela, c'est lorsque je m'efforce d'être attentive et que j'essaie de traiter les autres de la façon dont j'aimerais être traitée (la plus haute forme de cohérence), que tous les autres principes trouvent leur fondement et leur application.

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 inconvénient de ce qui est contradiction. Si les premiers te poussent ou t'incitent, cette dernière t'immobilise dans un cercle fermé.

²² dans Silo, *Humaniser la Terre*. Edition Référence. Paris

[http://www.silo.net/es/collected_works/humanize_the_earth].

S'est ouvert la porte d'un futur sans limite. Maintenant il sera important d'essayer de maintenir la direction de l'ascension. Sur ce chemin il est nécessaire d'apprendre à reconnaître la différence

fondamentale entre difficulté et contradiction et, ceci, toujours sur la base des registres que l'on a dans chaque cas.

Lorsque tu trouves une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sens libre et sans contradiction, 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 bénéfice.

Si pour orienter tes actions tu t'inspires de ces principes (tant pour le monde interne que pour le monde externe), alors **la Force, la Joie et la Bonté** grandiront en toi ; tu te sentiras toujours plus libre et cohérent. Il est important de reconnaître ces expériences, ces registres, au moment où ils se produisent et thésaurise-les en ton intérieur (ceci est **remercier**).

Mais comme tout est en mouvement, tout est soumis à des cycles, nous sommes variables, les processus ne sont pas linéaires et rien n'est acquis de façon définitive, lorsque tu te trouves dans des moments de difficulté, tu pourras faire appel à ces expériences, tu pourras réclamer l'état interne qui leur est resté associé dans ta mémoire (ceci est **demander**).

C'est donc cela ta vie : la réalité que tu construis ! Et il y aura action et réaction et aussi reflet et accident, mais si tu as ouvert le futur, rien ne t'arrêtera.

Silo. Le Paysage Intérieur

XIV. Le guide du chemin intérieur

L'expérience

Prédisposition

La perception du monde interne

Le paysage allégorique du monde interne

Les directions que je peux imprimer intérieurement à la Force.

Si tu comprends ce qui a été dit jusqu'ici, tu peux faire l'expérience de la manifestation de la Force par un simple travail. De plus, ce n'est pas la même chose d'observer une position mentale plus ou moins correcte (comme s'il s'agissait d'une disposition pour une activité technique) que de prendre une attitude et une ouverture émotive proches de celles qu'inspirent les poèmes. C'est pourquoi le langage dont on se sert pour transmettre ces vérités vise à faciliter cette attitude, qui met plus facilement en présence de la perception intérieure que d'une idée sur la "perception intérieure".

*Avant tout, pour expérimenter le contact avec sa propre "source lumineuse" l'attitude avec laquelle je me prédispose à travailler sera importante. L'attitude suggérée : Assumer **un ton et une ouverture émotive proche de celle qu'inspirent les poèmes**. Il ne s'agit pas de techniques, mais de s'ouvrir et permettre que la Force se manifeste. Ce n'est pas un "faire" mais plutôt un "non-faire" qui m'habilita à entrer en présence de la perception interne.*

A présent, suis attentivement ce que je vais t'expliquer car cela concerne le paysage intérieur que tu peux trouver en travaillant avec la Force, et les directions que tu peux imprimer à tes mouvements mentaux.

Je me suis rendue compte que les mouvements que je fais dans mon monde interne, toutes mes opérations mentales – l'instrument à travers lequel je construis ma réalité intérieure, celle dans laquelle effectivement je reste – sont des manifestations de la Force à laquelle je peux imprimer une direction car, d'elle, j'en ai le registre intérieur.

"Dans ta marche par le chemin intérieur, tu peux être obscurci ou lumineux. Prête attention aux deux voies qui s'ouvrent devant toi.

« Si tu laisses ton être se lancer vers des régions obscures, ton corps gagne la bataille et c'est lui qui domine. Alors surgiront des sensations et des apparences d'esprits, de forces et de souvenirs. Par-là, on descend toujours d'avantage. C'est là que se trouvent la Haine, la Vengeance, l'Etrangeté, la Possession, la Jalousie, le Désir de Demeurer. Si tu descends encore davantage, tu seras envahi par la Frustration, le Ressentiment, et par toutes ces rêveries et désirs qui ont été sources de ruine et de mort pour l'humanité.

« Si tu lances ton être dans une direction lumineuse, tu trouveras résistance et fatigue à chaque pas. Cette fatigue de la montée a ses coupables. Ta vie pèse, tes souvenirs pèsent, tes actions passées entravent l'ascension. Cette escalade est rendue difficile par l'action de ton corps qui tend à dominer ».

« Au fur et à mesure de l'ascension, on trouve d'étranges régions aux couleurs pures et aux sons inconnus »

« Ne fuis pas la purification qui agit comme le feu et qui épouvante avec ses fantômes.

« Rejette l'effroi et le découragement.

« Rejette le désir de fuir vers de basses et obscures régions.

« Rejette l'attachement aux souvenirs.

« Reste en état de liberté intérieure, indifférent à l'illusion du paysage, résolu dans l'ascension.

« La lumière pure éclaire les cimes des hautes chaînes montagneuses et les eaux de mille-couleurs s'écoulent au son de mélodies indéfinissables vers des prairies et des plateaux cristallins.

« Ne crains pas la pression de la lumière qui t'éloigne de son centre avec toujours plus de force. Absorbe-la comme un liquide ou un vent car vraiment elle est la vie.

« Lorsque, dans la grande chaîne montagneuse, tu percevras la cité cachée, tu devras connaître d'entrée. Mais cela, tu le sauras au moment où ta vie sera transformée. Ses énormes murailles sont écrites en figures, elles sont écrites en couleurs, elles sont "senties". En cette cité on garde ce qui est fait et ce qui reste à faire... mais pour ton œil intérieur, ce qui est transparent est opaque. Oui ! Les murs te sont impénétrables !

« Prends la force de la cité cachée. Retourne au monde de la vie dense avec ton front et tes mains lumineux. »

Par le chemin intérieur je peux marcher obscurci ou lumineux. Fais attention aux deux voies qui s'ouvrent devant toi.

L'auteur signale la différence entre les directions vers lesquelles peut te conduire un phénomène de cette nature. Mais maintenant tu peux choisir la direction que tu veux donner à tes mouvements mentaux.

Sans contrôle, sans direction consciente, la force tend à suivre une direction de chute, vers les sentiments liés aux désirs et aux peurs associées à mon corps, et que mon moi connaît plus que bien : haine, vengeance, étrangeté, possession, jalousie, frustration, ressentiment... et le désir de demeurer submergé dans le climat interne qui m'enveloppe (par exemple : énervée, ressentie, triste, méfiante...) sentiments qui sont la ruine et la mort de l'esprit humain.

Mais si consciemment je donne une impulsion à mon être dans la direction lumineuse, je rencontrerai de nombreuses résistances. Et, c'est précisément au moment où je décide d'avancer résolument que je rencontre des résistances, mes tendances (les habitudes mentales et les inerties comportementales peu utiles), mon paysage de formation (la façon typique que j'ai de structurer la "réalité", mes souvenirs), les limites de ma structure mentale...

Au-delà – me suis-je dit – il est possible de rester en liberté intérieure et d'aller plus loin... En ce sens, ce qui me libère de mes chaînes intérieures, c'est **la réconciliation profonde avec mes attentes frustrées**, attentes en relation avec des situations de la vie, des autres et de moi-même. Ce sont mes attentes, mes rêves qui ont échoué, et non pas les choses ; les choses sont ce qu'elles sont et non ce que j'aurai voulu qu'elles soient. Alors, **dans un acte intime de réconciliation unilatéral** – peu importe comment furent les choses – **je revendique mon intrinsèque liberté comme être humain.**

Où que tu te trouves, maintiens résolument ta direction d'ascension.

XV. L'expérience de paix et le passage de la Force

L'expérience

Conditions et images d'appui.

- 1 Détends ton corps complètement et apaise le mental. Imagine alors une sphère transparente et lumineuse qui, descendant jusqu'à toi finit par se loger dans ton cœur. Tu reconnaîtras alors que la sphère cesse d'apparaître comme une image pour devenir sensation à l'intérieur de ta poitrine.
- 2 Observe comment, partant de ton cœur, la sensation de la sphère s'étend lentement vers l'extérieur du corps, alors que ta respiration devient plus ample et plus profonde. Dès que la sensation est parvenue aux limites du corps, c'est alors que tu peux cesser toute opération et enregistrer l'expérience de paix intérieure. Tu peux demeurer dans la sphère le temps que tu jugeras opportun (en retournant au cœur, comme au début) pour te défaire de ta sphère et conclure l'expérience, calme et réconforté. On appelle ce travail "l'expérience de paix".
- 3 Mais si tu veux, par contre, faire l'expérience du passage de la Force, au lieu de faire reculer l'expansion, tu devras l'amplifier, laissant tes émotions et tout ton être la suivre. N'essaie pas de porter ton attention sur la respiration... Laisse-la agir par elle-même, pendant que tu suis l'expansion hors de ton corps.
- 4 Je dois te répéter ceci : en de tels moments tu dois être attentif à la sensation de la sphère en expansion. Si tu n'y arrives pas, il vaut mieux que tu t'arrêtes et que tu essaies de la faire une autre fois. De toute façon, si tu ne produis pas le passage, tu pourras ressentir une intéressante sensation de paix.
- 5 Si par contre, tu as été plus loin, tu commenceras à faire l'expérience du passage. De tes mains et d'autres zones de ton corps te parviendra une gamme de sensations différentes de ce qui est habituel. Puis tu percevras des ondulations progressives et, en peu de temps, jailliront avec vigueur images et émotions. Laisse alors se produire le passage...
- 6 En recevant la Force, tu percevras la lumière ou d'étranges sons, suivant ton mode de représentation habituel. Dans tous les cas, ce qui importe sera de faire l'expérience de l'expansion de la conscience, dont un des indicateurs sera une plus grande lucidité et une plus grande disposition à comprendre ce qui arrive.
- 7 Quand tu le désires, tu peux mettre fin à cet état singulier (à moins qu'il ne se soit dilué au fil du temps), en imaginant ou en sentant que la sphère se contracte et qu'elle sort ensuite de toi, de la même façon que cela était arrivé au début.
- 8 Il est important de comprendre que de nombreux états altérés de conscience ont été et sont obtenus presque toujours par déclenchement de mécanismes semblables à ceux déjà décrits. Ils ont été, bien sûr, ornés de rituels étranges, ou parfois renforcés par des pratiques d'épuisement, par une motricité déchaînée, par répétition et par des positions qui, dans tous les cas, altèrent la respiration et faussent la sensation générale de l'intracorps. Dans ce domaine,

tu dois reconnaître l'hypnose, la médiumnité et aussi l'action de la drogue qui, en agissant par des voies différentes, produisent des altérations similaires. Il est certain que tous les cas mentionnés se caractérisent par l'absence de contrôle et l'ignorance de ce qui se produit. Méfie-toi de telles manifestations et considère-les comme de simples "transes", par lesquelles sont passés les ignorants, les expérimentateurs, et même les "saints" d'après les légendes.

- 9 Si tu as travaillé en observant ces recommandations, il peut se faire, 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 "détente" intérieure, ce qui pourrait refléter une grande tension, des problèmes avec la dynamique d'image et en somme une fragmentation dans le comportement émotif... Ce qui du reste, est présent dans la vie quotidienne.

Distension profonde physique, mentale et émotive. Se prédisposer à l'expérience avec une attitude d'ouverture poétique, sans expectation, sans préoccupation. Rien de mal ne peut arriver. Se donner le temps suffisant pour que les "bruits" mentaux s'atténuent.

Se concentrer sur la sensation de l'expansion et non dans la respiration.

Laisse tes émotions et tout ton être suivre la sensation de la sphère qui s'étend à l'infini.
Laisse-toi aller, laisse l'énergie agir par elle-même, laisse se produire le passage...

La condition pour pouvoir s'ouvrir au passage de la Force, est l'amortissement de l'activité des centres (cohérence entre ce que l'on pense, ce que l'on sent et ce que l'on fait), ce qui à son tour amène à "l'abandon" intérieur, c'est-à-dire à la distension physique, mentale et émotive, ce qui permet ainsi de transiter par les temps de conscience (souvenir du passé, vivre le présent et imaginer le futur) sans obstacles, sans sursauts. Ceci ressemble beaucoup à un **état interne de réconciliation**.

L'indicateur que la Force a une direction correcte est **l'amplification de la conscience**, c'est-à-dire **une plus grande lucidité et capacité à comprendre ce qui est en train de se passer**.

L'auteur nous met en garde, afin de ne pas confondre cette expérience avec d'autres états altérés de conscience qui peuvent lui ressembler, mais que l'on obtient en forçant la respiration, altérant la sensation générale de l'intracorporel et qui se manifeste par un manque de contrôle et de compréhension du phénomène.

Il ne faut pas se préoccuper si, bien que l'on ait suivi les indications, on ne parvient pas à induire le passage de la force. L'auteur nous avertit que de toutes manières nous vivons en situation de contradiction émotive. Celle-ci a peut-être une signification différente de la contradiction interne et pourrait être interprétée comme une contradiction entre ce à quoi nous aspirons et le monde avec lequel nous devons nous confronter quotidiennement.

Nous sommes sur le chemin, nous sommes en processus.

Commentaire de Silo

"Je vais vous dire un petit truc : pour que l'expérience de la Force soit réellement profonde et non simplement intellectuelle, superficielle, il faut que la posture mentale, la disposition de chacun est une charge affective importante, il n'est pas question de s'asseoir et de dire nous allons faire une expérience de Force, non. Le thème est, qu'il faut se mettre dans une disposition affective, sans avoir peur de l'affectif, une

disposition affective importante, attendre le fonctionnement de la Force comme une chose très positive, très encourageante.

Pour que l'expérience de la Force ait un bon résultat par exemple, on se relaxe intérieurement, on se relâche, on essaie de laisser de côté ses tensions, on essaie (rires) et on essaie aussi de se mettre dans une situation affective, émotive, positive et chaleureuse de réconciliation avec soi. Ce petit effort qu'il faut faire pour syntoniser bien tout ça. Lorsque l'on fait ces travaux avec la Force, se mettre dans cette posture interne, chaleureuse, de proximité avec soi, où on se rapproche de soi-même. On essaie de se rapprocher de soi-même, des espaces profonds et, dans cette situation, rien ; pour ceux qui mènent cette expérience de l'avant, surgissent des situations internes et se produit le phénomène extraordinaire que nous connaissons comme le passage de la Force.

Un phénomène d'où ne sortent ni étincelles, ni fumée mais que les gens reconnaissent comme hautement inspirateur et qui nous renforce. Un phénomène qui sert aux gens pour plus tard, pour les jours suivants, pour leur vie quotidienne. Tu as pris contact avec cet espace profond, avec ce soi-même qui existe en chacun de nous, que, en d'autres époques et dans d'autres lieux, on appelait l'âme ou l'esprit, tu as pris contact avec ça, avec ce soi-même qui s'appelait l'âme, l'esprit.

Nous sommes assez éloignés de cette âme et de cet esprit, mais nous pouvons prendre contact de cette manière et recevoir cette force stimulante et qui dynamise.

***Sur l'expérience de la Force. Intervention dans une rencontre de messagers.
Quito, Equateur, 2006***

XVI. Projection de la Force

Le mécanisme de la projection

1. Si tu as fait l'expérience du passage de la Force, tu pourras comprendre comment, en s'appuyant sur des phénomènes similaires, mais sans aucune compréhension, différents peuples se sont lancés dans des rites et des cultes qui, ensuite, se sont multipliés sans cesse. Par les expériences dont on a parlé, de nombreuses personnes sentaient leur corps "dédoublé". L'expérience de la Force leur donnait la sensation de pouvoir projeter cette énergie hors d'eux-mêmes.

2. La Force était "projetée" sur d'autres, ainsi que sur des objets particulièrement "aptes" à la recevoir et à la conserver. J'espère qu'il ne te sera pas difficile de comprendre la fonction qu'accomplissent certains sacrements dans différentes religions, ainsi que la signification des lieux saints et des prêtres soi-disant "chargés" de la Force. Quand certains objets étaient vénérés avec foi dans les temples, et qu'on les entourait de cérémonies et de rites, ils "restituaient" certainement aux croyants l'énergie accumulée par la prière répétée. Et c'est poser des limites à la connaissance du fait humain que l'on ait presque toujours donné à ces phénomènes des explications extérieures, selon la culture, l'espace, l'histoire et la tradition ; alors que l'expérience intérieure de base est une donnée essentielle pour comprendre tout ceci.

3. Nous reviendrons plus loin sur ce qui est de "projeter", "charger", et "restituer" la Force. Mais je peux déjà te dire que ce même mécanisme continue d'agir, de nos jours, dans des sociétés désacralisées, où les leaders et les hommes de prestiges sont nimbés d'une représentation spéciale par ceux qui les voient, à tel point qu'ils voudraient les "toucher" ou s'emparer d'un fragment de leurs vêtements ou de leurs objets personnels.

4. Parce que toute représentation de ce qui est "haut" part de l'œil et va au-dessus de la ligne normale du regard. Et "hautes" sont les personnalités qui "possèdent" la bonté, la sagesse et la force. Et dans le "haut" se trouvent les hiérarchies, les pouvoirs, les drapeaux et l'Etat. Et nous autres communs des mortels, nous devons "gravir" l'échelle sociale et nous rapprocher du pouvoir à tout prix. Comme on se sent mal quand on se sent manipulé, encore aujourd'hui, par ces mécanismes qui coïncident avec notre représentation interne, la tête en "haut" et les pieds collés à la terre. Comme on se sent mal quand on croit à ces choses-là (et on y croit parce qu'elles ont une "réalité" dans notre représentation intérieure). Comme on se sent mal lorsque notre regard extérieur n'est qu'une projection ignorée de notre regard intérieur !

Maintenant que j'arrive à percevoir, observer et diriger les images - représentations cénesthésiques et de tous types - de mon monde intérieur, je me rends compte, que sans ces explications, il aurait été facile de tomber dans la confusion et d'attribuer le phénomène du passage de la force à des entités extérieures.

Les procédés décrits dans le chapitre XIII, par rapport au remerciement et à la demande, expliquent clairement ce qui se passe. Sans le savoir, une personne "charge" des objets, des lieux, des personnes, leur attribuant les meilleures qualités, s'y dirigeant avec dévotion, pour que par la suite, dans des moments de nécessité, elle puisse revenir vers eux pour leur demander de l'aide : toute l'énergie qu'intérieurement elle leur a associée - toutes les bonnes pensées, les bons sentiments que cette personne a associés à ces objets - lui reviendra amplifiée, et elle se les représentera avec force. La répétition renforce le mécanisme.

Un bon exemple est la passion amoureuse, une des projections les plus réussies de son propre regard interne.

Mais le même phénomène de “restitution” arrive aussi lorsque je “charge” une personne négativement... Les images ont une énergie psychique ou peut-être, vaut-il mieux dire, **les images sont de l'énergie psychique**. De là, l'importance de la direction que moi-même j'imprime à mes images car, elles créent un champ de coprésences d'une grande puissance : ma vie - et non seulement la mienne - sera et s'orientera en fonction de ça. ²³

“Tout le monde auquel tu aspires, toute justice que tu réclames, tout amour que tu cherches, tout être humain que tu voudrais suivre ou détruire sont aussi en toi. Tout ce qui change en toi changera ton orientation dans le paysage dans lequel tu vis. Ainsi, si tu as besoin de quelque chose de nouveau, tu devras dépasser ce qui est ancien et qui domine en ton intérieur. Et comment feras-tu cela ?

Tu commenceras par te rendre compte que même si tu changes de lieu, tu emportes avec toi ton paysage intérieur. [...]

Toi qui donnes mille noms, faiseur de sens, transformateur du monde... tes pères et les pères de tes pères se perpétuent en toi. Tu n'es pas un bolide qui tombe, mais une brillante flèche qui vole vers les cieux. Tu es le sens du monde et, quand tu clarifies ton sens, tu illumines la terre. Lorsque tu perds ton sens, la terre s'obscurcit, l'abîme s'ouvre.

Silo, Le Paysage Intérieur

23 L'apport de Loredana Cici, le Message de Silo et la transformation du tréfonds psycho-social, présenté le 4 novembre 2012 au Parc d'Attigliano, à l'occasion du troisième symposium du Centre Mondial d'Etudes Humanistes, “Un nouvel Humanisme pour une nouvelle civilisation”, illustre très bien ces mécanismes et les significations profondes que peuvent avoir leur projection dans le monde.

Les actes du symposium ont été publiés, en italien par Multimage Ed, Florence 2013, la version espagnole se trouve sur le site : [<http://www.parcoattigliano.it/dw2/doku.php?id=produzioni:altre:start>]

XVII. Perte et répression de la Force

Que faire (et ne pas faire) pour ne pas disperser la Force

1. Les plus grandes décharges d'énergie sont provoquées par des actes non contrôlés qui sont : l'imagination débridée, la curiosité sans contrôle, le bavardage sans retenue, la sexualité excessive et la perception exagérée (regarder, écouter, goûter, etc., avec excès et sans but). Mais tu dois aussi reconnaître que beaucoup agissent de la sorte parce qu'ils se déchargent des tensions qui, autrement, leur seraient douloureuses. Tenant compte de ceci et sachant le rôle joué par ces décharges, tu conviendras avec moi qu'il n'est pas raisonnable de les réprimer, et qu'il convient plutôt de les ordonner.
2. Quant à la sexualité, tu dois interpréter correctement ceci : une telle fonction ne doit pas être réprimée, car cela engendrerait des effets mortifiants et la contradiction interne. La sexualité s'oriente et s'achève en l'acte lui-même, et il ne convient pas qu'elle continue à affecter l'imagination ou à chercher un nouvel objet de possession de façon obsessionnelle.
3. Le contrôle du sexe par certaine "morale" sociale ou religieuse déterminée sert à des desseins qui n'avaient rien à voir avec l'évolution, bien au contraire.
4. La Force (l'énergie de la représentation de la sensation de l'intracorps) se dédoubla vers le crépusculaire²⁴ dans les sociétés réprimées et alors se multiplièrent les "possédés par le démon", les "sorciers", les sacrilèges et les criminels de tout acabit qui jouirent de la souffrance et de la destruction de la vie et de la beauté. Dans certaines civilisations, les criminels se trouvèrent aussi bien parmi les justiciers que parmi les condamnés. Dans d'autres cas, on persécuta tout ce qui était science et progrès parce que cela s'opposait à ce qui était traditionnel, crépusculaire et réprimé.
5. La répression du sexe existe encore chez quelques peuples primitifs, mais aussi chez d'autres que l'on considère d'une "civilisation avancée". Il est évident que chez les uns comme chez les autres, c'est un signe de destruction très marqué, même si dans les deux cas, l'origine d'une telle situation est différente.
6. Si tu me demandes d'autres explications, je te dirai que, en réalité, le sexe est saint et qu'il est le centre d'où jaillissent la vie et toute créativité ; de même qu'il est à l'origine de toute destruction quand le problème de son fonctionnement n'est pas résolu.
7. Ne crois jamais aux mensonges de ceux qui enveniment la vie en se référant au sexe comme à quelque chose de méprisable. Au contraire, il y a en lui de la beauté et ce n'est pas en vain qu'il est lié aux meilleurs sentiments d'amour.
8. Prêtes-y attention et considère-le comme une grande merveille que l'on doit traiter avec délicatesse et dont on ne doit pas faire une source de contradiction ou un agent de désintégration de l'énergie vitale.

Par conséquent il est décisif de beaucoup prendre soin de sa propre énergie et de ne pas la disperser ni la réprimer.

La contradiction interne est comme un trou noir qui avale toute notre énergie.

²⁴ Vers le crépusculaire, dans une direction diamétrale à la conscience de soi.

XVIII. Action et réaction de la Force

Comment concentrer l'énergie pour ensuite l'avoir à sa disposition.

Précédemment je t'ai expliqué : « Lorsque tu trouves une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sens libre et sans contradiction, remercie immédiatement en ton intérieur. »

1. "Remercier", signifie concentrer les états d'âmes positifs associés à une image, à une représentation. Cette liaison avec l'état positif permet, en situation défavorable, de faire surgir, en évoquant une chose, celle qui l'accompagnait auparavant. De plus, puisque cette "charge" mentale peut être élevée par répétitions antérieures, elle est capable de déloger les émotions négatives que pourraient imposer certaines circonstances.

2. C'est ainsi que ce que tu demanderas te reviendra de ton intérieur avec bénéfice, pourvu que tu aies accumulé, en toi de nombreux états positifs. Il n'y a donc pas lieu que je te répète que ce mécanisme sert (confusément) pour "charger" des objets ou des personnes, ou bien des entités intérieures qui prennent forme extérieure, en croyant que prières et demandes seraient exaucées.

Le remerciement et la demande, deux mécanismes si importants qu'après les avoir traités dans les chapitres XIII et XVI, l'auteur sent qu'ils méritent une troisième explication avec toutes les recommandations associées.

Le remerciement est une façon de concentrer la Force pour l'avoir à disposition plus tard.

Commentaire de Silo

"Nous parlons du mécanisme d'association d'images à des climats, dans ce cas des climats positifs. Alors, on profite du moment dans lequel on se sent bien pour l'enregistrer, en plus de prendre un grand plaisir à être dans cet état. Et comment l'enregistre-t-on ? On le grave avec une image, on pense par exemple à une certaine personne, à un paysage déterminé ou à certain objet et on l'associe à une situation dans laquelle on se sent bien. Et là, chaque fois que les choses sont bien, on charge. Tu représentes cette image et la charge. Et lorsque les choses sont mauvaises... [Tu pourras y faire appel]. Ce sont des expérimentations qu'on peut faire à petite échelle : on place l'image et surgit l'état d'âme. Ce sont les techniques de la demande, les mécanismes psychologiques de la demande.

Maintenant, si vous me demandez, n'y aurait-il pas quelque chose de plus important, comme ce qui arrive avec les prières, quelque chose qui transcende le champ psychologique, qui ne reste pas seulement dans le plan du stimulus/ réponse, de l'association d'images et de climat, mais quelque chose qui transcende, une espèce de demande, de prière qui est une réponse d'un d'autre niveau... peut-être, peut-être. Nous, nous ne parlons pas de ça ici. Nous, nous parlons de choses plus ordinaires.

De toutes manières : pourquoi n'y aurait-il pas une réponse à une demande déterminée lancée avec foi vers un autre niveau, si malgré tout il existe d'autres niveaux de conscience ? Le thème est comment se place-t-on ? Ainsi, cela ne fonctionne pas si nous sommes incorrectement positionnés dans l'espace de représentation, avec des images qui ne correspondent pas, ainsi si l'on se place correctement ou incorrectement dans certains niveaux, cela fonctionnera ou pas. Et si on se place correctement - comme nous le faisons lorsque nous voulons bouger le corps et le corps se meut - pourquoi un contact ne fonctionnerait-il pas, s'il est placé correctement avec une représentation haute, dans un plan haut ? Si effectivement, nous avons quelques échantillons de choses hautes, de choses

suggestives, de choses qui fonctionnent dans un autre niveau, c'est ce que moi je dis et je n'en dis pas plus.

Par exemple, lors de phénomènes suggestifs qui ont pu avoir lieu certaines fois, lors d'un coucher de soleil, dans une situation spéciale, où l'espace de représentation s'illumine et des choses qui surprennent sont comprises... cela dure peu, et tout devient suggestif et très intéressant. Là, ce n'est pas la mémoire qui travaille au sens habituel où travaille la mémoire. Tout travaille d'une façon très puissante et dans un niveau très haut. Ces phénomènes d'un niveau plus haut ne se limitent pas à ce coucher de soleil, mais il y aura de nombreux phénomènes propres à ce niveau de représentation. Et, moi j'imagine qu'il y aura de nombreuses demandes où l'on associe ces climats favorables, etc. Je m'imagine qu'il y aura des demandes qui transcendent ce plan psychologique habituel et qui sont collées aux niveaux les plus hauts de conscience. Ils correspondront à des objets d'un niveau plus haut. Nous sommes en train de parler d'une voie transcendantale, qui transcende le niveau du psychologique. "

**Extrait de *Drummond III, Intervention dans un groupe d'études.*
*Drummond, Mendoza, Argentina, 31 mars, 1 y 2 avril, 2000***

XIX. Les états internes

Comment s'orienter dans le paysage interne
Lorsque l'on a entrepris le chemin de l'ascension.

Tu dois acquérir à présent une perception suffisante des états intérieurs dans lesquels tu peux te trouver au cours de ta vie, en particulier, au cours de ton travail évolutif. Je ne peux les décrire autrement qu'avec des images (dans ce cas des allégories). Celles-ci, me semble-t-il, ont pour vertu de concentrer "visuellement" des états d'âme complexes. D'autre part, la particularité d'enchaîner de tels états comme s'ils faisaient partie de différents moments d'un même processus introduit une variante dans les descriptions toujours fragmentées auxquelles nous ont habitués ceux qui s'occupent de ces choses.

1. Le premier état, où le non-sens prévaut (celui que nous avons mentionné au début), sera appelé état de "vitalité diffuse". Tout est orienté en fonction des besoins physiques, mais ceux-ci sont souvent confondus avec les désirs et les images contradictoires. Là, il y a de l'obscurité dans les intentions et les activités. On demeure dans cet état en végétant, perdu parmi des formes variables. A partir de ce point, on ne peut évoluer que par deux voies : celle de la mort ou celle de la mutation.

2. La voie de la mort te met en présence d'un paysage chaotique et obscur. Les anciens connaissaient ce passage et le situaient presque toujours "sous terre", ou dans les profondeurs abyssales. Certains visitèrent aussi ce royaume, pour "ressusciter" ensuite en des niveaux lumineux. Comprends bien qu'"en dessous" de la mort existe la vitalité diffuse. Le mental humain met peut-être en relation la désintégration mortelle avec des phénomènes postérieurs de transformation, et associe peut-être aussi le mouvement diffus avec celui qui précède la naissance. Si ta direction est dans le sens ascendant, la "mort" correspond à une rupture avec ton étape antérieure. Par la voie de la mort, on accède à un autre état.

3. En arrivant, on trouve le refuge de la régression. De là partent deux chemins : celui du repentir et celui-là même qui fut emprunté pour la montée, c'est-à-dire le chemin de la mort. Si tu prends le premier, c'est parce que ta décision tend à rompre avec ta vie passée. Si tu retournes par le chemin de la mort, tu retombes dans les abîmes avec la sensation de tourner en rond.

4. Ceci dit, je t'ai parlé d'un autre sentier, qui permet d'échapper à la vitalité abyssale, celui de la mutation. Si tu choisis cette voie, c'est parce que tu veux émerger de ton pénible état, sans toutefois être disposé à abandonner certains de ses bénéfices apparents. Il s'agit donc là d'un faux chemin, connu sous le nom de "chemin de la main gauche". De nombreux monstres sont sortis des profondeurs de ce tortueux passage. Ils ont voulu prendre le ciel d'assaut sans abandonner les enfers et, ce faisant, ils ont projeté sur le monde médian une contradiction infinie.

5. Je suppose que, t'élevant depuis le royaume de la mort et par ton repentir conscient, tu es déjà parvenu à la demeure de la tendance. Tu ne peux pratiquement pas t'y arrêter. Deux minces corniches soutiennent ta demeure : la conservation et la frustration. La conservation est fausse et instable. En la parcourant, tu t'illusionnes avec l'idée de permanence, mais en réalité tu descends à grande vitesse. Si tu prends le chemin de la frustration, ta montée est pénible, quoiqu'elle soit l'unique non-fausse.

6. D'échec en échec, tu peux arriver au prochain palier, appelé "demeure de la déviation". Attention aux deux voies que tu as maintenant devant toi : tu peux prendre soit le chemin de la résolution, qui t'amène à la génération, soit celui du ressentiment, qui te fait redescendre vers la régression. Tu es là, placé face au dilemme : ou bien tu te décides en faveur du 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, se privent là de toutes leurs possibilités.

7. Mais toi, qui t'es élevé avec résolution, tu te trouves à présent dans la demeure connue sous le nom de "génération". Tu as là trois portes : l'une s'appelle "Chute", l'autre "Tentative" et, la troisième "Dégradation". La Chute te mène directement aux profondeurs et seul un accident extérieur pourrait te pousser vers elle. Il t'est difficile de choisir cette porte. Alors que celle de la "Dégradation" te mène indirectement aux abîmes, en te faisant rebrousser chemin dans une sorte de spirale pleine de turbulences où tu ne cesses de reconsidérer tout ce qui a été perdu et sacrifié sur l'autel d'un dieu inconnu. Cet examen de conscience qui mène à la Dégradation est, bien sûr, un faux examen dans lequel tu sous-estimes et disproportionnes certaines choses que tu compares. Tu confrontes l'effort de la montée avec tous les "bénéfices" que tu as abandonnés. Mais si tu regardes les choses de plus près, tu t'apercevras que tu n'as rien abandonné pour cette raison, mais pour d'autres. La Dégradation commence donc par falsifier les raisons qui, en apparence, ont toujours été étrangères à la montée. Je demande maintenant : qu'est-ce qui trahit le mental ? Peut-être les fausses raisons de l'enthousiasme initial ? Peut-être la difficulté de l'entreprise ? Peut-être le faux souvenir de sacrifices qui n'ont pas existé ou qui ont eu d'autres motifs ? Je te dis et je te demande maintenant : ta maison a brûlé il y a longtemps. Est-ce pour cela que tu as décidé de monter, ou penses-tu maintenant que c'est parce que tu es monté qu'elle a brûlé ? As-tu par hasard regardé un peu ce qui était arrivé à d'autres maisons des alentours ?... Il ne fait pas de doute que tu doives choisir la porte du milieu.

8. Gravis le perron de la Tentative et tu parviendras à une coupole instable. Arrivée là, déplace-toi le long d'un couloir étroit et sinueux que tu reconnaîtras comme étant celui de la "versatilité", jusqu'à atteindre un espace vaste et vide (comme une plate-forme), qui se nomme : "espace ouvert de l'énergie".

9. Dans cet espace, tu peux être épouvanté par le paysage désertique et immense ainsi que par le silence effrayant de la nuit transfigurée par d'énormes étoiles immobiles. Là, exactement au-dessus de ta tête, tu verras, clouée dans le firmament, la forme insinuante de la Lune Noire. Là, tu dois attendre l'aube avec patience et foi, car rien de mal ne peut t'arriver si tu restes calme.

10. Il pourrait arriver que, dans une telle situation, tu veuilles tenter une sortie immédiate. Si cela se produit, tu risques de te diriger à tâtons vers n'importe quel endroit, au lieu d'attendre le jour avec prudence. Tu dois alors te rappeler que là (dans l'obscurité), tout mouvement est faux et reçoit génériquement le nom "d'improvisation". Si, oubliant ce que je dis maintenant, tu commençais à improviser des mouvements, sois sûr que tu serais alors entraîné par un tourbillon, parmi les sentiers et les demeures, jusqu'aux sombres fonds de la dissolution.

11. Qu'il est difficile de comprendre comment les états intérieurs sont enchaînés les uns aux autres ! Si tu savais quelle est la logique inflexible de la conscience, tu constaterais que dans la situation décrite, celui qui improvise aveuglément commence fatalement à dégrader et à se dégrader ; ensuite surgissent en lui les sentiments de frustration ; et il tombe dans le ressentiment et dans la mort ; survient alors l'oubli de tout ce qu'un jour il avait pu percevoir.

12. Si, sur l'esplanade, tu arrives à atteindre le jour, surgira devant tes yeux le soleil radieux qui t'éclairera pour la première fois la réalité. Alors tu verras que dans tout ce qui existe vit un plan.

13. Il te sera difficile de tomber de là, à moins que tu ne veuilles volontairement descendre vers des régions plus obscures pour porter la lumière aux ténèbres.

Mieux vaut ne pas développer davantage ces thèmes car, sans expérience, ils trompent en transposant dans le domaine de l'imaginaire ce qui est réalisable.

Que ce qui a été dit jusqu'ici te serve. Si ce qui a été expliqué ne t'était pas utile, que pourrais-tu objecter puisque rien n'a de fondement ni de raison pour le scepticisme, qui est comme l'image d'un miroir, le son d'un écho, l'ombre d'une ombre.

“Ce chapitre est une description poétique et allégorique des différentes situations dans lesquelles peut se trouver une personne sur son chemin vers la rencontre avec le sens de la vie. Comme il est dit dans son premier paragraphe : « Tu dois acquérir à présent une perception suffisante des états intérieurs dans lesquels tu peux te trouver au cours de ta vie, en particulier, au cours de ton travail évolutif »

Ici, nous comprenons par “travail évolutif”, celui qui permet de se débarrasser d'inconnues dans le déploiement du sens de la vie”.

**Silo. Commentaires du Message de Silo.
Centre d'Etudes du Parc d'Etude et de Réflexion Punta de Vacas.
Punta de Vacas, Mendoza, Argentina, 03 / 03 / 2009**

Le maître me dit qu'il est nécessaire d'apprendre à écouter, à faire attention, à affiner ma perception des situations psychologiques dans lesquelles je suis retenue. Pour m'aider, il me donne une espèce de carte qui décrit les “trajectoires” et les “enceintes” mentales dans lesquelles je peux me trouver au cours de la vie.

Si une telle “carte” est sans aucun doute très intéressante pour n'importe qui, elle se révèle vitale pour celui qui essaie d'éclaircir et de dévoiler le sens de sa propre vie, car il **sera vital de se rendre compte de la direction que l'on suit intérieurement**. Et, si comme le dit l'auteur, ces états d'âme, ces situations mentales sont enchaînées et en relation les unes avec les autres, de la même façon que sont en relation les différents moments d'un même processus, alors en comprenant dans quel moment je me trouve, je pourrais avoir l'intuition et prévoir, le “lieu” (la situation interne) dans lequel je me retrouverai dans le pas suivant et le “sentier” (la série d'opérations) qui m'amènera jusque-là. Il y a apparemment, et seulement, deux possibilités selon moi, obscurcie ou lumineuse; en direction ascendante ou en direction descendante.

XX. La réalité intérieure

La réalité intérieure

1. Sois attentif à mes considérations. En elles, tu n'auras d'intuitions que de phénomènes allégoriques et de paysages du monde extérieur. Cependant, elles comportent aussi des descriptions réelles du monde mental.

2. Tu ne dois pas croire non plus que les "lieux" que tu traverses dans ta marche aient une sorte d'existence indépendante. Pareille confusion a souvent obscurci de profonds enseignements et c'est ainsi que, même de nos jours, certains croient que les cieux, les enfers, les anges, les démons, les monstres, les châteaux hantés, les cités lointaines et autres ont une réalité visible aux yeux des "illuminés". Le même préjugé (mais inversement interprété) a eu prise sur des sceptiques dépourvus de sagesse, qui prirent ces choses-là pour de simples illusions ou des hallucinations dont souffraient des esprits enfiévrés.

3. Je dois répéter alors que dans tout ceci, tu dois comprendre qu'il s'agit de véritables états mentaux, même s'ils sont symbolisés par des objets n'ayant pas d'existence indépendante.

4. Tiens compte de ce qui a été dit et apprends à découvrir la vérité derrière les allégories, qui parfois dévient le mental, mais qui parfois traduisent aussi des réalités impossibles à saisir sans représentation.

Quand on parla des 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 ²⁵ apportèrent ensuite la Parole et vinrent à nous dans une double nature pour rétablir cette nostalgique unité qui était perdue ²⁶. Alors, on exprima aussi une grande vérité intérieure.

Néanmoins, lorsqu'on parla de tout ceci en le plaçant hors du mental, on fit erreur ou on mentit. ²⁷

Inversement, le monde extérieur, confondu avec le regard intérieur, oblige celui-ci à parcourir de nouveaux chemins.

Et ainsi nous passons toute notre vie à poursuivre une infinie succession de rêves, cherchant dans le monde externe ce quelque chose qui nous complète : l'homme ou la femme idéale qui nous donnera satisfaction et bonheur pour toujours, l'argent qui nous procurera la sécurité, le bien-être et la tranquillité pour toujours, le succès qui nous garantit l'admiration de nos êtres chers et la reconnaissance pour toujours et ainsi de suite...

25 *Racheter*: sauver, libérer, secourir, défaire des attaches.

26 Je reconnais en moi cette nostalgie qui m'accompagne depuis toujours, cette nostalgie constitutive de l'existence, ce soupçon qu'il manque quelque chose à ma vie, une saveur de peine ancienne du fait de la perte de quelque chose, ce quelque chose auquel je ne peux donner de forme précise et qui me donne l'impulsion pour chercher toujours cet ineffable qui me fasse sentir complète et avec une grande liberté intérieure.

27 Il est fait référence ici, à la transposition des expériences internes vers le plan spatio-temporel. Etre parvenu à donner une dimension historique à des allégories qui décrivent des phénomènes internes, a pu être le résultat d'erreurs d'interprétation ou d'opérations intentionnelles.

Peu importe si nos rêves s'accompliront ou pas : la dynamique des choses s'imposera de toutes façons et, le temps passant, le vide se fera sentir une nouvelle fois... Alors seulement mon regard intérieur pourra parcourir de nouveaux chemins dont les significations ne seront pas éphémères. Alors seulement mon regard interne pourra s'orienter pour explorer la dimension sacrée de l'existence.

Ainsi, aujourd'hui s'envole 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.

Aujourd'hui, l'espèce humaine continue de chercher la réponse à ses interrogations les plus profondes, mais encore identifiées à la matérialité de son corps, par le biais des technologies les plus variées, enquêtant dans l'infiniment petit, sondant l'incommensurable espace sidéral, sans se rendre compte qu'en se penchant sur ce qu'il perçoit comme monde externe, il s'agit là, paradoxalement, d'un acte que sa propre conscience lance vers l'ineffable profondeur intérieure. Là-bas où l'on ne naît ni ne meurt, cherchant cet impondérable à la saveur de souvenirs qui la complète définitivement.

Peu à peu, nous approchons de la compréhension de **l'immensité du phénomène humain**.

Dans peu de temps, les héroïnes et les héros de cette surprenante aventure qu'est la vie, reconnaîtront – et constateront à travers leur expérience intime – que nous sommes tous venus sur cette terre dans une double nature humaine et divine... et alors l'Être Humain illuminera de sa lumière les mondes infinis.

« ... Ceux qui parviennent à cette foi inaltérable 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 inaltérable et ma certitude basée sur l'expérience que la mort n'arrête pas le futur ; au contraire, la mort modifie l'état provisoire de notre existence pour la lancer vers la transcendance immortelle. Je n'impose pas ma certitude, ni ma foi inaltérable 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'élude ma responsabilité d'exprimer mes vérités, même si celles-ci semblent discutables à 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 non en Dieu et la liberté de croire ou non en l'immortalité.

Parmi les milliers et les milliers de femmes et d'hommes qui travaillent solidairement au coude à coude avec nous se comptent des athées et des croyants, des personnes avec des doutes et d'autres avec des certitudes. Personne n'est interrogé sur sa foi. Tout est présenté comme une orientation pour que chacun décide pour 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. »

Silo. Le sens de la vie. Echanges d'opinions avec un groupe d'étudiants. Ville de Mexico, 10 octobre 1980. ²⁸

SYNTHESE

Je ne pourrais pas imaginer une meilleure synthèse que les thèmes de méditation que le Maître montre à la fin du Message, mais qui aussi sont de véritables propositions d'action. Il leur a donné le nom de *Le Chemin*, et maintenant ceux-ci ont pris une profonde signification.

Le Chemin

Si tu crois que ta vie se termine avec la mort, ce que tu penses, sens et fais n'a pas de sens. Tout s'achève dans l'incohérence, la désintégration.

Si tu crois que ta vie ne se termine pas avec la mort, ce que tu penses doit coïncider avec ce que tu sens et ce que tu fais. Tout doit avancer vers la cohérence, vers l'unité.

Si tu es indifférent à la douleur et à la souffrance des autres, toute aide que tu demandes ne trouvera pas de justification. Si tu n'es pas indifférent à la douleur et à la souffrance des autres, tu dois faire (en sorte) que coïncide ce que tu penses avec ce que tu sens et ce que tu fais pour aider les autres.

Apprends à traiter les autres de la manière dont tu veux être traité.

Apprends à dépasser la douleur et la souffrance en toi, dans ton prochain et dans la société humaine.

Apprends à résister à la violence qu'il y a en toi et en dehors de toi.

Apprends à reconnaître les signes du sacré en toi et au dehors de toi.

Ne laisse pas passer ta vie sans te demander : « Qui suis-je ? »

Ne laisse pas passer ta vie sans te demander : « Vers où vais-je ? »

Ne laisse pas passer un jour sans te répondre qui tu es.

Ne laisse pas passer un jour sans te répondre vers où tu vas.

Ne laisse pas passer une grande joie sans remercier en ton intérieur.

Ne laisse pas passer une grande tristesse sans réclamer en ton intérieur cette joie qui est restée conservée.

N' imagine pas que tu es seul dans ton village, dans ta ville, sur terre et dans les mondes infinis.

N' imagine pas que tu es enchaîné à ce temps et à cet espace.

N' imagine pas que dans ta mort s'éternise la solitude.

CONCLUSIONS

A travers chacun d'entre nous coule le processus de l'espèce humaine. Je porte en moi l'expérience de tous ceux qui m'ont précédée et dans mes plus hautes aspirations vivent déjà ceux qui viendront. Nous construisons notre vie et le monde à chaque instant. Silo nous suggère comment le faire de la meilleure façon. L'aventure continue. Et bien sûr des erreurs seront commises, mais **les chemins sont ouverts.**

Il n'y a pas de limite.

La clé c'est la direction.

***Merci, merci, merci Maître
pour avoir dédié ton temps sur cette terre
à nous indiquer, avec une infinie patience, le chemin qui mène
de l'illusion d'être un petit moi isolé
jusqu'à frôler l'immensité du divin
dans la profondeur de nous-même
dans la profondeur de nous tous.***

Traduction de l'espagnol au français : **Giorgi François** (Octobre 2015)
Correction : **Véronique de Pons.**