

COMPILATION SUR LA PEUR

SA NATURE
COMMENT S'EN LIBÉRER



FONDÉ PRINCIPALEMENT SUR LES ÉCRITS
DE L'ENSEIGNANT TIBÉTAIN DJWAL KHUL,
DE KRISHNAMURTI ET DE BENJAMIN CREME

RÉSEAU TARA CANADA (QUÉBEC)
C.P. 156, SUCC. AHUNTSIC
MONTRÉAL QC H3L 3N7
WWW.TARAQUEBEC.ORG
1-888-886-TARA (8272)

INDEX DES RÉFÉRENCES

**No de référence
du livre ou
de la revue**

Titre

1. Traité sur la magie blanche, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 512 pages.
2. Le mirage, problème mondial, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 198 pages.
3. Le retour du Christ, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 154 pages.
4. La lumière de l'âme, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 352 pages.
5. Extériorisation de la hiérarchie, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 640 pages.
6. La guérison ésotérique, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 613 pages.
7. Réfléchissez-y, Alice A. Bailey, Lucis Trust, 669 pages.
8. La mission de Maitreya tome 11, Benjamin Creme, 767 pages.
9. La mission de Maitreya tome 111, Benjamin Creme, 662 pages.
10. L'art de la coopération, Benjamin Creme, 310 pages.
11. La mission de Maitreya tome 1, Benjamin Creme, 409 pages.
12. L'instructeur mondial pour toute l'humanité, Benjamin Creme, 180 pages.
13. Le grand retour, Benjamin Creme, 311 pages.
14. Se libérer de la peur, spiralé, conférence de Benjamin Creme 1989, 35 pages.
15. Se libérer de la peur et du connu, compilation faite en 1999 par Andrée Trépanier, surtout à partir du livre de Krishnamurti : « Se libéré du connu », 32 pages (n'est plus disponible sous forme de document spiralé)
16. Les priorités de Maitreya, spiralé par Benjamin Creme 1995, 40 pages.
17. Partage International, juillet 1990
18. Partage International, novembre 1990
19. Partage International, juillet 1993
20. Partage International, mai 1993
21. Partage International, avril 1995
22. Partage International, janvier 2003

23. Partage International, mai 1990
24. Partage International, juin 1990
25. Partage International, mars 1996
26. Partage International, avril 1996
27. Partage International, juin 1999
28. Le processus d'évolution de l'être humain, spiralé, réseau tara canada, 76 pages.
29. Le Secret du Disciple Bien-Aimé, par James F. Twyman, Les Éditions des Trois-Monts, 2000, 224 pages. Voir aussi, du même auteur, de très beaux textes sur la libération de la peur dans *L'Émissaire de la Lumière*, Éditions Ariane, 240 pages.
30. La guérison radicale, une introduction au Cours en miracles, par Michel Dawson, Collection Findhorn, 1996, 193 pages.
31. Traité sur les sept rayons vol 1, 445 pages.
32. Partage International, juillet, 2010
33. Partage International, septembre, 1988
34. Partage International, mars 1989
35. Partage International, avril 1989
36. Partage International, juin 1989
37. Partage International, septembre 1989
38. Partage International, octobre 1989
39. Partage International, décembre 1989
40. Le disciple et le service, par Benjamin Creme 1995
41. Partage International, juillet 1998
42. L'État de disciple dans le nouvel âge vol. 1, 914 pages
43. L'État de disciple dans le nouvel âge vol. 11, 740 pages
44. Se libéré du connu, Krishnamurti, Stock, Collection Religion/ Spiritualité 1994, 151 pages.

Exemple de référence : Un numéro de référence, comme par exemple (3-135/136) à la fin d'une citation, indique que cette citation est tirée du livre *Le Retour du Christ* (3), et commence à la page 135 pour se terminer à la page 136. Pour les livres d'A.A.Bailey, pour plus d'uniformité entre la version originale anglaise et ses traductions, le numéro de page est celui de **l'édition originale anglaise**, inscrit en marge et en gras dans les traductions des livres d'AAB.

LA COMPILATION A ÉTÉ RÉALISÉE PAR DANIELLE CARTIER
ET RÉVISÉE PAR ANDRÉE TRÉPANIÉRIER
TOUTES DEUX DU RÉSEAU TARA CANADA QUÉBEC

TABLE DES MATIÈRES

1.	LA NATURE, L'ORIGINE ET LES CAUSES DE LA PEUR.....	5
1.1	QU'EST-CE QUE LA PEUR ?	5
1.3	LA RACINE DE LA PEUR DANS L'INSTINCT	7
1.4	ADOPTER LA PEUR D'AUTRUI	9
1.5	L'ORIGINE MENTALE DE LA PEUR.....	9
1.6	LE PRINCIPE DU DÉSIR ET LA PEUR.....	10
1.7	LE TEMPS	11
1.8	LE CONDITIONNEMENT	11
1.9	LA PEUR PHYSIQUE OU INSTINCTIVE.....	12
1.10	LA PEUR PSYCHOLOGIQUE	12
2.	LES SORTES DE PEUR ET LEURS EFFETS.....	13
2.1	LES MANIFESTATIONS LES PLUS COMMUNES DE L'ACTIVITÉ ASTRALE	13
2.2	REVENONS À LA PEUR.....	14
2.2.1	LA PEUR DE LA MORT	16
2.2.2	LA PEUR DE L'AVENIR	23
2.2.3	LA PEUR DE LA DOULEUR PHYSIQUE.....	26
2.2.4	LA PEUR DE L'ÉCHEC	26
2.3	LA DÉPRESSION.....	27
2.3.1	SES EFFETS.....	28
2.4	LA PEUR VÉCUE PAR LES ASPIRANTS.....	28
3.	SE LIBÉRER DE LA PEUR ET DU CONNU.....	31
3.1	LA LUMIÈRE DE L'ÂME.....	31
3.2	NOTRE ÊTRE IMMORTEL	32
3.3	SE LIBÉRER DE LA PEUR.....	32
3.4	LA LUMIÈRE DE L'INTUITION.....	36
3.5	LES LIMITES.....	36
3.6	LA LIBÉRATION EST-ELLE UNE QUESTION DE TEMPS ?.....	37
3.7	PAR L'EXPANSION DE CONSCIENCE.....	38

4.0	MÉTHODES ET OUTILS DE LIBÉRATION	39
4.1	LA RELATION AVEC LE SOI	40
4.3	SE QUESTIONNER	46
4.4	UTILISER LA PRIÈRE POUR LE NOUVEL ÂGE	49
4.5	LA DISCIPLINE	50
4.6	LE CADRE THÉRAPEUTIQUE	51
4.7	LA CONFIANCE	52
4.8	LE DÉTACHEMENT VERSUS LE NON-ENGAGEMENT.....	53
4.9	LE PROCESSUS DU DÉTACHEMENT, L'HONNÊTETÉ DU MENTAL ET LA SINCÉRITÉ DE L'ESPRIT	54
4.10	LA DIVINE INDIFFÉRENCE.....	56
4.11	LA COOPÉRATION.....	57
4.12	LA MÉDITATION	58
4.13	LE SERVICE.....	60
4.14	LA CONNAISSANCE.....	65
4.15	L'INNOCUITÉ, LA BONNE VOLONTÉ, DE JUSTES RELATIONS, LE PARTAGE ET L'UNITÉ	65
4.16	LA FRATERNITÉ ET L'AMOUR.....	69
4.17	APPRENDRE À VIVRE AVEC LA PEUR	69
4.18	VIVRE AU PRÉSENT, MAINTENANT	70
4.19	APPRENDRE À NE PLUS CHERCHER (à l'extérieur)	70
4.20	APPRENDRE À NE PLUS S'ÉVADER HORS DE LA RÉALITÉ, NI À FUIR.....	71
	LES RÉALITÉS DÉSAGRÉABLES	71
4.21	ACCEPTER QU'IL N'EXISTE PAS DE SÉCURITÉ PSYCHOLOGIQUE.....	71
4.22	ACCEPTER LA SOLITUDE.....	72
4.23	SAVOIR MOURIR POUR SE LIBÉRER	73
4.24	PRENDRE L'HABITUDE DE SE CONSIDÉRER EN TANT QU'ÂME.....	74
4.25	PRENDRE L'HABITUDE DE DIRIGER NOTRE ATTENTION AU CENTRE AJNA	74
4.26	INVOQUER L'AIDE DES FORCES SUPÉRIEURES.....	75
4.27	L'UTILISATION DE LA MAIN DE MAITREYA.....	76
4.28	METTRE LES LOIS ÉSOTÉRIQUES EN PRATIQUE	76
4.29	L'INVOCATION DE L'AIDE D'UN MAÎTRE SOUS FORME DE TRIANGLE.	77
4.30	PAR ÉTAPE OU D'UN SEUL COUP	78
4.31	EN RÉTABLISSANT LA PAIX.....	78
4.32	L'IMAGINATION CRÉATRICE.....	79
4.34	LE DISCERNEMENT	79
5.	EXEMPLES DE PERSONNAGES QUI SE SONT LIBÉRÉS DE LA PEUR	80
5.1	GANDHI	80
5.2	ALICE A. BAILEY	81

LA PEUR : SA NATURE ET COMMENT S'EN LIBÉRER

1. LA NATURE, L'ORIGINE ET LES CAUSES DE LA PEUR

1.1 QU'EST-CE QUE LA PEUR ?

La question que nous devons nous poser est : « Qu'est-ce que la peur ? » Et non « De quoi ai-je peur? », car la peur peut certes adopter de multiples visages, elle est toujours reliée à un objet particulier, mais elle reste toujours le même phénomène : la peur. « C'est l'une des manifestations les plus courantes de l'énergie astrale (...), elle constitue, pour la majorité, le Gardien du Seuil [qui nous empêche d'atteindre la porte de l'initiation], et en dernier analyse, le mal astral fondamental. ((15-6, 1-297).

Il n'y a pas de peurs séparées. Ce sont des manifestations différentes, des peurs reliées à des situations différentes, mais le mécanisme est toujours le même. (8-328)

La peur elle-même est une émotion que chacun ressent, mais c'est une émotion du plexus solaire, et non, comme on le prétend, une émotion du cœur. Faites-la monter vers le cœur, et vous y trouverez l'amour, son opposé. Et s'il y a amour, il n'y a pas de peur. Et s'il y a peur, il y a peu ou pas d'amour du tout. (8-324).

Lorsque nous sommes en devenir, nous ne sommes pas dans l'Être, *nous n'existons pas*, et si nous explorons la nature fondamentale du sentiment présent dans nos peurs les plus profondes, dans nos aspirations, nos désirs, nos espoirs, nos croyances, nous nous apercevons qu'il s'agit du *désir de savoir que nous existons*; que nous possédons la vie, plutôt que ce sentiment de devenir et de désir sans fin. Ce processus de désir est à l'opposé de la réalité de l'Être, et c'est pourquoi nous connaissons la peur. (14-12 et 8-315).

Vous devez apprendre à ne pas être, *car vous n'êtes pas*. S'il vous est possible d'accepter ce fait, si vous pouvez réfléchir clairement sur la réalité ou l'irréalité de cette image de vous-même, [qui] s'est construite par l'assemblage de souvenirs, alors vous réaliserez que cela est tout ce que *vous* êtes, un paquet de souvenirs, (...) Vous prenez-vous pour la mémoire ? Comment la mémoire peut-elle avoir peur ? Mais si vous vous identifiez avec la mémoire, (...) vous êtes la mémoire. Si vous vous identifiez avec la peur, vous êtes la peur. Donc, ce qui vous reste à faire est d'admettre que vous regardez quelque chose qui n'est pas là. Je ne suis pas là. Je n'existe pas. Mais alors qu'est-ce qui est là ? Et c'est là que commence la méditation. (8-337)

1.2 LA PEUR EN TANT QU'ÉTAT DE CONSCIENCE

L'enseignement hindou estime que les états de conscience du mental sont au nombre de sept :

1. **Le désir de connaissance.** [...] Ce désir fondamental est la cause de toute expérience.
2. **Le désir de liberté** [...] se manifeste par une ardente aspiration à une condition différente (...).
3. **Le désir de bonheur.** C'est là une caractéristique fondamentale de tous les êtres humains, bien qu'elle se manifeste sous de nombreux et différents aspects.
4. **Le désir de faire son devoir.** [L'homme] s'éveille au sens de sa responsabilité envers autrui et commence à chercher le bonheur dans l'accomplissement de ses obligations envers ceux qui dépendent de lui : sa famille, ses amis et tous ceux avec lesquels il entre en contact.
5. **Le chagrin.** Plus le véhicule humain est affiné, plus vive est la réaction du système nerveux aux couples de contraires, [tel que] la peine et le plaisir. (...) son aptitude à la souffrance physique ou émotive s'accroît.
6. **La peur.** Le corps mental se développant et les modifications du principe pensant devenant plus rapides, la peur, et ce qui en découle, commence à se manifester. Ce n'est plus la peur instinctive des animaux ou des races sauvages basée sur la réaction du corps physique à certaines conditions du plan physique, mais les peurs affectant le mental et se fondant sur la mémoire, l'imagination, l'anticipation et la capacité de visualisation. Ces peurs sont difficiles à surmonter et ne peuvent être dominées que par l'Ego* ou l'âme elle-même.
7. **Le doute** (...), [qui] concerne les causes plus que les effets. (4-175/176)

* **IMPORTANT** : Dans la terminologie des livres d'Alice Bailey, le mot Ego réfère au Soi supérieur, divin et impersonnel, et non à l'égo de la personnalité. Nous l'écrivons donc avec un « E » majuscule à ce moment. Écrit avec un « e » minuscule, il réfère à l'égo de la personnalité. Et c'est cette signification qui nous est la plus familière.

1.3 LA RACINE DE LA PEUR DANS L'INSTINCT

- ❖ L'instinct de conservation
- ❖ L'instinct sexuel
- ❖ L'instinct grégaire ou de groupement
- ❖ L'instinct d'auto-affirmation
- ❖ L'instinct de recherche. (1-626/627)

- **L'instinct de conservation** a sa racine dans la peur innée de la mort. Cette peur a poussé l'humanité jusqu'au point actuel de résistance et de longévité. Les sciences qui s'occupent de la conservation de la vie, les connaissances au point de vue médical actuel et les progrès quant au confort de la vie civilisée proviennent de cette peur originelle. Tout tend à conserver, à l'individu, sa condition d'existence. La persistance de l'humanité, comme race et comme règne de la nature, est due à la peur de mourir et à la réaction instinctive à l'égard de la perpétuité de la race humaine.

- **L'instinct sexuel** a sa racine dans la peur de l'isolement et de la séparation, dans la révolte contre la condition d'unité séparée sur le plan physique et contre la solitude. Il a comme résultat la perpétuité de la race humaine, sa persistance et la reproduction de formes par lesquelles elle parvient à la manifestation.

- **L'instinct grégaire** a la même origine; le sentiment de sécurité, d'une sécurité sûre, basée sur l'agglomération d'individus, de peuples, a toujours poussé les hommes les uns vers les autres pour s'unir, pour se défendre et pour s'assurer une certaine stabilité économique. Notre civilisation moderne est le résultat de cette réaction instinctive. De vastes centres urbains sont apparus où se pressent les masses, image du troupeau moderne poussé à sa dernière extrémité.

- **L'instinct d'auto-affirmation** est aussi basé sur la peur, peur qu'a l'individu de ne pas être reconnu pour ce qu'il est, de perdre la considération à laquelle il aurait droit. Avec le temps, l'égoïsme de la famille humaine s'est tellement développé, de même que le désir d'acquiescer et la volonté de pouvoir, sous une forme ou sous une autre, que nous avons aujourd'hui l'intense individualisme et le sens de sa propre importance qui ont conduit à beaucoup des problèmes nationaux et économiques actuels. Nous avons encouragé le sentiment d'indépendance, l'auto-affirmation, les intérêts égoïstes à un point tel que nous avons créé un problème quasi insurmontable. Pourtant, beaucoup de bien est résulté de tout cela et il en résultera encore, car aucun individu n'a de valeur tant qu'il n'en est pas conscient et s'il ne sacrifie pas les valeurs acquises au bien de la collectivité.

- **L'instinct de recherche** est aussi basé sur la peur de l'inconnu. De cette peur sont issus, comme résultat de siècles de recherche, nos systèmes éducatif et culturel et toute la structure du patrimoine scientifique.

Ces tendances, basées sur la peur, ont agi en tant que stimuli très forts - puisque l'homme est divin - sur toute sa nature. Elles l'ont amené au point présent de connaissance et d'utilité. Elles ont produit notre civilisation moderne avec tous ses défauts et pourtant avec le signe de sa divinité. De ces instincts, par le processus de leur sublimation et de leur transmutation en des correspondances supérieures, émergera la pleine floraison de l'âme. (1-628)

Je désire ajouter les indications suivantes :

- **L'instinct de conservation** trouvera sa consommation alors qu'on arrive à l'assurance de l'immortalité; pour y arriver, le travail entrepris par les spiritualistes et les chercheurs dans le domaine psychique, à travers les siècles, est la meilleure méthode et la meilleure garantie.

- **L'instinct sexuel** trouve son achèvement logique dans la relation consciente entre l'âme et le corps. C'est la note fondamentale du mysticisme et de la religion qui sont, comme toujours, l'expression de la loi d'Attraction, non pas exprimée sur le plan physique par le mariage, mais consommée dans le mariage sublime conclu avec intention consciente entre l'âme positive et la forme négative réceptive.

- **L'instinct grégaire** trouve sa consommation divine dans l'éveil de la conscience de groupe qui se manifeste, aujourd'hui, par la tendance générale vers la fusion et l'alliance qui se remarque partout. Cet instinct s'affirme dans la capacité de penser en termes d'internationalisme, de concepts universels, qui conduiront à la fraternité universelle.

- **L'instinct d'auto-affirmation** a donné à notre civilisation son intense individualisme, le culte de la personnalité et le culte des ancêtres et des héros. Il conduit, toutefois, à l'affirmation du vrai Soi, du divin Maître intérieur, à l'étude de notre science la plus récente, la psychologie, qui aidera à parvenir à la connaissance du Soi spirituel et conduira finalement à la manifestation du royaume des âmes sur la terre.

- Que dire de **l'instinct de recherche** ? Transmué en investigation des choses divines par l'application de la lumière de l'âme à la recherche, il conduira l'homme dans le Temple de la Connaissance. Nos grands centres éducatifs deviendront des écoles

pour le développement de la perception intuitive et de la conscience spirituelle. (1-628)

La table suivante devrait être étudiée avec attention.		
Instinct	Correspondance	Mode
1. Conservation	Immortalité	Recherche (psychisme)
2. Sexe	Union spirituelle - Unification	Religion Mysticisme
3. Groupement	Conscience de groupe	Fraternité
4. Auto-affirmation	Affirmation du Soi	Psychologie
5. Recherche	Intuition	Éducation

Ainsi les peurs qui tourmentent l'humanité, ayant leurs racines dans l'instinct, sont néanmoins des caractéristiques divines mal employées. Toutefois, quand elles seront bien comprises et bien utilisées, transmues par l'âme qui sait, elles produiront l'éveil de l'âme endormie et seront la source de la croissance et du développement, dans le temps et l'espace, et donneront l'impulsion nécessaire vers le progrès qui a conduit l'homme de la caverne du cycle préhistorique, à travers une longue période, à l'état actuel, et qui le poussera encore plus en avant, toujours plus rapidement, grâce à la compréhension intellectuelle qui lui permet de résoudre le problème d'accès à une conscience pleinement éveillée. (1-629)

1.4 ADOPTER LA PEUR D'AUTRUI

Une grande quantité d'angoisse et de peur peut être ressentie par un individu sans qu'elle ne le regarde en rien individuellement. Il est tout à fait possible qu'un homme adopte la peur d'autrui, alors que lui même n'a rien à redouter. Il peut s'identifier à tel point aux pressentiments de désastres qui menacent son prochain qu'il les interprète comme s'ils s'appliquaient à lui-même. Incapable de se dissocier des réactions des autres, il absorbe tant du poison présent dans leurs auras émotives et mentales, qu'il est entraîné dans un tourbillon d'angoisse et de peur (1-344)

1.5 L'ORIGINE MENTALE DE LA PEUR

Pour comprendre les origines de la peur, « il faudrait se reporter à l'histoire ésotérique de notre système solaire ; il n'y a aucune réponse intelligible. Seul un initié avancé peut comprendre. La peur a ses racines dans la trame même de la matière. C'est, par

excellence, l'expression et l'effet du **principe mental**, le résultat de l'activité mentale. (...) La cause de la peur se trouve dans ce qui est appelé « le mal cosmique », un grand mot sans grande signification. La peur est inhérente à la matière même, et au jeu des forces d'opposés. (15-7, 1-223)

La peur est un réflexe de la pensée. (8-327)

La peur est le produit de la pensée. En fait, la peur est la pensée elle-même. La question qui se pose est la suivante : pouvons-nous faire l'expérience de la vie sans connaître la peur ? Toutes nos peurs résultent de nos expériences passées. (14-6).

Si vous parvenez à aller au-delà de la pensée, alors vous allez du même coup au delà du mécanisme qui est à l'origine de la peur. (14-23).

[...] toutes nos expériences sans exception ont une origine mentale. Nous vivons en effet dans un univers mental – et non pas physique – et tout y est une idée. En modifiant notre esprit, nous pouvons transformer notre perception du monde, de notre corps, de la maladie et de la souffrance, et atteindre un état de paix et de joie intérieures. (30-45)

La stratégie de l'ego est toujours la même : inverser la cause et l'effet, et nous empêcher de porter notre regard sur la cause – et donc sur l'esprit, car si nous revenions vers notre esprit nous pourrions aussi y découvrir la présence de l'Esprit Saint et L'écouter, Lui au lieu de l'ego. Or c'est bien là la dernière chose que désire l'ego, car cela signifierait sa mort. (30-70)

(...) les peurs affectant le mental et se fondant sur la mémoire, l'imagination, l'anticipation et la capacité de visualisation (...) sont difficiles à surmonter et ne peuvent être dominées que par l'Ego ou l'âme elle-même. (4-175).

1.6 LE PRINCIPE DU DÉSIR ET LA PEUR

Le désir, me semble-t-il, est à la base de toute peur. (8-314)

Le désir est le fondement de toute peur. Nous désirons la sécurité, l'amour, le bonheur, nous désirons que les autres se comportent envers nous comme nous voulons qu'ils le fassent. C'est ce mouvement de désir, cette aspiration au confort, à l'amour, à des situations faciles où nous ne serions jamais dérangés, jamais jaloux, jamais en colère, où nous ne sentirions jamais mal à l'aise ou humiliés, ou en

position désavantageuse par rapport à quoi que ce soit ou à qui que ce soit. C'est la base du principe du désir : nous désirons ardemment être ceci ou devenir cela. (14-11/12).

Le principe du désir est très puissant et il s'exprime instinctivement par la compétition (10-28).

Se comparer, que ce soit à soi-même - à ce qu'on était hier ou à ce qu'on voudrait être demain - ou aux autres, c'est entrer en compétition avec soi-même ou avec les autres, et cette attitude est génératrice de conflits. (15-12).

La peur résulte du conflit, de la compétition, de la comparaison et du choix. (8-333)

Le désir de ne pas avoir peur est tout simplement l'autre face de la peur (14-24).

Si nous voulons nous débarrasser de la souffrance, de la douleur, si nous voulons nous débarrasser à l'instant même de toutes les peurs, alors il nous faut cesser de désirer. Car la peur, l'angoisse, la douleur, tout cela est le résultat direct de nos désirs. Le principe du désir nous gouverne ou non, selon que nous nous y plions ou pas. (8-339)

1.7 LE TEMPS

La notion de temps produit automatiquement l'idée du caractère fini de toute chose, y compris de notre petit moi. Le temps implique donc la peur. Un enfant ne voit pas la vie ainsi (...) Il ne craint pas la mort parce qu'il n'a pas la notion de temps. (9-528/529)

1.8 LE CONDITIONNEMENT

Définition : **Etre conditionné**, en parlant d'un individu, signifie être soumis à une influence externe qui guide et détermine son comportement, ses opinions ses goûts. (<http://www.toupie.org/Dictionnaire/Conditionnement.htm>)

Dès notre plus tendre enfance, on nous nourrit d'informations qui conditionnent nos réactions envers tous les phénomènes de la vie, et je pense que c'est là la racine de notre peur. Si l'enfant n'était pas conditionné, il ne connaîtrait aucune peur, elle ne pénétrerait même pas sa pensée et vous constaterez que la peur est toujours le résultat de quelque mouvement du mental, de la pensée. (14-3)

La peur est inculquée à l'enfant dès son jeune âge, et ce conditionnement nourrit les craintes qui entourent chacun, ou presque, dans la vie. (12-53)

La peur de la mort résulte de notre conditionnement, du fait que nous séparons la mort de la vie. (14-5)

Pour chacun de nous, notre réponse à la vie s'est trouvée modifiée par une série d'inhibitions, dont l'ensemble renforce notre peur. Qu'est-ce qui les provoque ? D'après moi, elles proviennent largement de nos systèmes d'éducation, basés sur la compétition (un agent de conditionnement). On nous incite à nous comparer de manière compétitive avec tout le monde, avec toute chose, et dans chaque situation que nous rencontrons (...) Je crois que c'est la compétition qui est à l'origine de notre peur. (14-5,6)

Il est important d'avoir présent à l'esprit que lorsque vous adhérez à une idéologie, à un « isme » quelconque, ce n'est pas vous qui agissez. Les forces mystérieuses de la création vous entourent alors, et se jouent de vous, vous donnant l'impression que vous êtes l'auteur de l'action. (Maitreya - 36)

Vos esprits conditionnés, vos façons de vivre, toute la structure de la société vous empêchent de voir un fait tel qu'il est, et de vous en affranchir séance tenante. Vous dites « J'y penserai ; je verrai si c'est possible ou non ; j'essaierai ». Cette déclaration « j'essaierai » est une des pires que l'on puisse faire. Essayer, faire de son mieux, cela n'existe pas. On fait la chose ou ne la fait pas. (15-26)

1.9 LA PEUR PHYSIQUE OU INSTINCTIVE

La peur physique est profondément ancrée dans la matière et, chez l'homme, est une réaction qui provient de son hérédité animale. Elle est bien différente de la peur psychologique, à cause de ce qui la provoque et des réactions qu'elle suscite. La réaction normale, lorsqu'on est en face d'un danger physique, est de combattre ou de fuir. (15-7/8)

1.10 LA PEUR PSYCHOLOGIQUE

La peur psychologique est celle qui nous intéresse ici, et nous verrons en quoi elle diffère de la peur physique, et que la fuite n'est pas du tout ici appropriée.

Krishnamurti définit la peur psychologique comme « le passage de la certitude à l'incertitude ».

La peur physique provient d'un danger réel, tandis que la peur psychologique provient d'un danger escompté par la pensée; elle est indissociablement liée à la pensée. C'est la pensée qui nous dit que nous pouvons nous trouver, dans un futur plus ou moins rapproché, dans telle ou telle situation désagréable, parce qu'elle a gardé en mémoire des situations passées désagréables, arrivées à nous ou à d'autre, qu'elle projette maintenant dans le futur.

Mais dans le présent, il n'y a aucune menace réelle. Par exemple, vous marchez seul, le soir, dans une rue peu fréquentée, et personne ne cherche à vous attaquer. S'il ne vous vient pas à l'idée que vous puissiez être attaqué, vous n'aurez pas peur, parce qu'il n'y a aucune raison physique d'avoir peur. Mais si tout à coup vous pensez qu'on peut vous attaquer, vous commencez à avoir peur, et à réagir comme si on voulait vraiment vous attaquer. Mais comme il n'y a aucune raison ni de combattre ni de fuir, ces deux réactions ne s'imposent donc pas ici.

Mais cette situation étant pénible, nous voudrions qu'elle cesse, nous voudrions fuir, en quelque sorte. Et comme il n'y a pas d'ennemi à fuir, c'est notre propre peur qu'on veut fuir. Mais fuir la peur ne fait que l'accroître. Pourquoi ? Parce que nous lui donnons de l'énergie. (15-8)

Si on admet que la peur (psychologique) est le résultat de la pensée, la pensée étant toujours vieille, la peur l'est aussi. « Ainsi que nous l'avons dit, il n'existe pas de pensée neuve : si nous la reconnaissons, c'est qu'elle est vieille. Ce que nous redoutons, c'est une répétition du passé : la pensée de ce qui a été se projetant dans le futur. C'est donc elle, la pensée, qui est responsable de la peur. (15-9).

2. LES SORTES DE PEUR ET LEURS EFFETS

2.1 LES MANIFESTATIONS LES PLUS COMMUNES DE L'ACTIVITÉ ASTRALE

- sont :
- A. La Peur
 - B. La Dépression ou son contraire, l'euphorie.
 - C. Le Désir de satisfaire les appétits physiques.

D. Le Désir de bonheur.

E. Le Désir de libération, l'aspiration. (1-297)

Ces activités comprennent pratiquement la plus grande partie des expériences émotives de l'homme.

(...) La peur - peur de la mort, de l'avenir, de la douleur, de l'échec et les nombreuses peurs mineures qui affectent l'humanité - et la dépression (...) constituent pour l'homme le Gardien du Seuil dans cette ère et ce cycle. Toutes deux indiquent la réaction sensible à des facteurs psychologiques et ne peuvent être soignées par le moyen d'un autre facteur tel que le courage. Elles doivent être envisagées par l'omniscience de l'âme, agissant par le mental, et non par son omnipotence. Ces mots ont un sens occulte. (1-309)

2.2 REVENONS À LA PEUR...

C'est l'une des manifestations les plus courantes de l'énergie astrale; elle vient en premier, car elle constitue, pour la grande majorité, le Gardien du Seuil et, en dernière analyse, le mal astral fondamental. Chaque être humain connaît la peur. L'intensité des vibrations de la peur va de celle des peurs instinctives du sauvage, fondées sur son ignorance des lois et des forces de la nature, sur sa terreur de l'obscurité et de l'inconnu jusqu'à la peur, que nous connaissons tous, de la perte des amis ou des êtres chers, de la santé, de l'argent, de la popularité, et à la peur qu'a l'aspirant, celle d'échouer, celle qui prend racine dans le doute, celle de la négation ou de l'annihilation, celle de la mort (commune à toute l'humanité), celle de la grande illusion du plan astral, de la fantasmagorie de la vie même, celle de la solitude sur le Sentier, celle de la peur elle-même. (1-297/298)

On pourrait allonger cette liste indéfiniment; mais il suffit de relever l'existence de peurs de toutes sortes. La peur domine beaucoup de situations et jette souvent son ombre sur les moments heureux de la vie. La peur réduit l'homme à un atome de vie sensible, timide et épouvanté devant l'énormité des problèmes de l'existence, conscient de son insuffisance, comme homme, à faire face à toutes les situations, incapable de transcender ses angoisses et ses doutes pour entrer en possession de son héritage de liberté et de vie. Souvent, il est si dominé par la peur qu'il craint pour sa raison. Le tableau de la peur n'est pas trop sombre, car la peur est l'énergie astrale dominante à notre époque et l'humanité sensible y succombe facilement. (1-298)

Vous demandez : quelles sont les causes fondamentales de la peur. Pour répondre à une telle demande, il faudrait se reporter à l'histoire ésotérique de notre système solaire; il n'y a aucune réponse intelligible. Seul un initié avancé peut comprendre. La peur a ses racines dans la trame même de la matière. C'est, par excellence, l'expression ou l'effet du principe mental, le résultat de l'activité mentale. Le fait que tous les animaux connaissent la peur met le sujet sur un plan plus vaste que s'il s'agissait uniquement d'une faiblesse humaine ou d'un mauvais fonctionnement du mental humain. Elle ne dépend pas du fait que l'homme est doté de raisonnement. S'il se servait bien de son raisonnement, il pourrait éliminer la peur. La cause de la peur se trouve dans ce qui est appelé le « mal cosmique », un grand mot, sans grande signification. La peur est inhérente à la matière même et au jeu des paires d'opposés, âme et matière. L'âme sensible des animaux et des hommes est faiblement consciente des facteurs suivant :

1. L'immensité du tout et le sentiment d'oppression qui en résulte.
2. La pression provenant de toutes les autres vies ou existences.
3. L'inflexibilité de la loi.
4. Le sentiment d'être emprisonnés, limités et, par conséquent, inadéquats.

Dans ces facteurs, issus du processus même de la manifestation, qui persistent et croissent en puissance au cours des siècles, se trouvent les causes de la peur moderne et la base de toutes les angoisses, surtout celles qui sont purement psychologiques, très différentes de la peur instinctive de l'animal.

Donner des explications plus concrètes à ce sujet ne servirait à rien. À quoi servirait-il de savoir que la peur est une caractéristique du mal (ou de la matière) qui influence et caractérise fondamentalement le corps astral ou sensible de notre Logos planétaire ? Que gagneriez-vous si je vous décrivais le problème de cette Grande Vie en qui nous avons la vie, le mouvement et l'être alors que Lui, le Logos, sur le plan cosmique, cherche la libération et se trouve face à ses propres épreuves et propres expériences ? Comment trouver les termes adéquats pour faire comprendre la lutte cosmique entre des Vies aussi impersonnelles et sublimes; les mots « son » ou « il » ou « épreuve » sont insuffisants à rendre la réalité. Les arguments du mal cosmique, de la progression cosmique, des problèmes cosmiques peuvent être laissés pour l'époque encore lointaine où les aspirants, ayant eu au moins la troisième initiation, auront perdu tout sentiment de séparativité. S'étant identifiés avec l'aspect Vie et non avec l'aspect forme, ils pourront, en quelque sorte, participer à l'état de conscience de notre Logos planétaire, être sensibles à son destin et avoir la vision, même fugitive, du miracle de la consommation.

Limitons-nous donc à porter notre attention à l'homme, spécialement à l'homme moyen, et voyons d'où viennent les vagues de la peur qui constamment l'assaillent et le dominent :

- ❖ la peur de la mort,
- ❖ la peur de l'avenir,
- ❖ la peur de la douleur physique,
- ❖ la peur de l'échec. (1-299/300)

2.2.1 LA PEUR DE LA MORT

Je crois que la peur de la mort est la plus grande des peurs, une peur si forte que nous ne préférons pas y penser. Nous l'enfouissons profondément dans notre conscience (...) Mais cette peur se retrouve dans presque toutes les situations difficiles que nous devons affronter, et elle correspond et est étroitement liée, je crois à la peur de la vie. (14-4).

Je pense qu'à la base de toute peur, quelle que soit sa subtilité, se trouve en réalité la peur fondamentale de la mort, qui est la peur de la vie même. (8-310)

Le complexe de peur de l'humanité parvient à pénétrer dans la conscience de l'homme par l'acte consistant à mourir. Sa crainte fondamentale est de ne pas réussir à survivre. Songez pourtant que la mort est le phénomène le plus commun sur la planète. L'acte de mourir est le grand rituel universel qui régit notre vie planétaire tout entière, mais la réaction envers la peur ne se rencontre que dans la famille humaine et faiblement, très faiblement, dans le règne animal. (6-424)

La peur de la mort est fondée sur :

- a) La terreur du processus de séparation finale dans l'acte même de mourir.
- b) L'horreur de l'inconnu et de l'indéfinissable.
- c) Le doute de l'immortalité.
- d) La tristesse de laisser derrière soi les êtres chers.
- e) Les anciennes réactions à des morts violentes dans le passé, profondément ancrées dans le subconscient.
- f) L'attachement à la vie de la forme avec laquelle la conscience s'était d'abord identifiée.
- g) Des faux enseignements sur le paradis et l'enfer, deux perspectives également déplaisantes pour certains types de personnes. (1-300).

En tant que connaisseur du sujet de la mort par expérience, tant du point de vue du monde extérieur que de celui de l'expression de la vie intérieure, je vous dis : « Il n'y a pas de mort ». Il n'y a qu'un passage à une vie plus pleine grâce à la libération des entraves du véhicule physique. (1-300)

Nous oublions que chaque nuit dans notre sommeil nous mourons au monde physique pour vivre ailleurs. Les hommes oublient qu'ils ont déjà [dans leur vie actuelle] acquis la faculté d'abandonner sans difficulté le corps physique, car ils ne peuvent ramener dans la conscience le souvenir de ce passage et de l'intervalle de vie active. Ils ne font pas le rapport entre la mort et le sommeil. La mort, après tout, n'est qu'un intervalle plus long entre deux périodes d'activité sur le plan physique. Néanmoins, le processus du sommeil quotidien et de la mort sont identiques, avec la seule différence que, pendant le sommeil, le cordon d'énergie ou courant d'énergie le long duquel la force de vie s'écoule est conservé intact, et constitue la voie de retour au corps. Dans la mort, ce cordon de vie est rompu, l'entité consciente ne peut alors retourner dans le corps physique dense, et ce corps, dépourvu du principe de cohésion, se désintègre. (1-494/495).

Pour les êtres peu ou pas évolués, la mort est littéralement sommeil et oubli, car le mental n'est pas suffisamment éveillé pour réagir à de nouvelles expériences et le réservoir de la mémoire est pratiquement vide. Pour l'homme d'évolution moyenne, la mort est la continuation du processus de la vie dans sa conscience, la continuation des intérêts et des tendances habituels. Sa conscience reste la même. Il ne voit pas de différence d'un état à l'autre et souvent il n'est pas même conscient d'avoir vécu l'épisode de la mort. (1-300)

Pour les méchants, les égoïstes et les criminels, pour ceux qui vivent attachés à tout ce qui est matériel dans la vie, il y aura l'état que nous appelons « attachement à la terre ». Les liens qu'ils ont forgés avec la terre et la nature terrestre de tous leurs désirs les forcent à demeurer proches de la terre et des lieux de leur dernière incarnation. Ils cherchent désespérément, et par tous les moyens, à reprendre contact avec tout ce qui est terrestre. Dans de rares cas, un grand amour personnel pour ceux qui sont demeurés ici-bas ou le fait de n'avoir pas accompli un devoir urgent retient aussi des individus plus évolués dans une telle condition. (1-301)

Pour l'aspirant, la mort est une entrée immédiate dans la sphère de service à laquelle il est déjà habitué, et qu'il reconnaît aussitôt comme familière, car, pendant son sommeil, il a développé un champ de service actif et d'étude. Maintenant il y travaille pendant vingt-quatre heures (pour employer les termes du plan physique)

au lieu de n'y consacrer que les quelques heures de son sommeil terrestre. Avec le temps, avant même la fin du prochain siècle, la mort sera considérée comme n'existant pas, au sens où on l'entend actuellement. La continuité de conscience sera si développée et un si grand nombre d'individus de type élevé fonctionneront simultanément dans les deux mondes, que l'antique peur disparaîtra. (1-301)

Le règne de la peur de la mort est près de la fin et, bientôt, nous entrerons dans une période de connaissance et de certitude qui chassera toute peur. Pour éliminer la peur de la mort, il faut élever le sujet sur un plan plus scientifique et enseigner à mourir scientifiquement. Il y a une technique pour mourir comme il y en a une pour vivre, ignorée de presque tout l'Occident et en grande partie aussi de l'Orient, à l'exception de quelques centres de Connaisseurs. Nous reviendrons peut-être sur ce sujet, mais la pensée de l'attitude nécessaire à adopter en face de la mort doit être présente à l'esprit des lecteurs de ces lignes. Au cours de leurs études et de leurs réflexions, ils pourront recueillir du matériel intéressant et le publier. (1-302)

L'attitude dominante associée avec la mort est un comportement de peur. Cette peur est basée sur l'incertitude mentale (actuelle) devant le fait de l'immortalité. L'immortalité ou existence permanente de ce que nous voulons généralement dire en parlant du « Je », appartient jusqu'ici au royaume des désirs mentaux ou des croyances, bien que les groupes adonnés à la recherche psychique aient prouvé que sous certaines formes la survivance persistait. (6-312)

Les conditions modernes sont telles que, malgré l'ancienne peur de la mort si profondément enracinée, l'évidence que bien des choses sont pires que la mort se fait jour dans la conscience de l'humanité. Les hommes ont enfin compris que famine, mutilations, incapacités physiques permanentes, incapacités mentales par suite de guerre et de tensions dues à la guerre, observation de souffrances et d'agonies impossibles à soulager, sont en vérité pires que la mort. D'ailleurs, la gloire de l'esprit humain est telle que bien des personnes savent que le passage par la mort est préférable à l'abandon des valeurs pour lesquelles les hommes ont combattu et péri au long des âges et qu'ils estiment essentielles à la libre vie de l'esprit. (6-400)

Cette attitude, qui est la caractéristique des personnes sensibles et sachant penser avec justesse, fait actuellement son apparition sur une grande échelle. Cela signifie que, côte à côte avec l'antique peur, on ressent un invincible espoir de conditions meilleures, et il ne s'agit pas nécessairement d'une pensée émotionnelle, mais d'un symptôme de connaissance subjective latente parvenant lentement à se faire jour.

Comme conséquence de la détresse et de la pensée humaines, un changement suit son cours. On le sent aujourd'hui, et il en résultera un fait démontré. En opposition avec cette confiance intérieure et cette compréhension subjective, persistent les vieilles habitudes de pensée, le développement du matérialisme actuel, la peur d'être trompé, et l'antagonisme simultané des savants, des hommes religieux, et des gens d'église. (6-400)

En termes très simples, le thème de la mort soulève la question suivante : Où est le « Je », l'occupant qui habitait le corps abandonné quand ce corps se désagrège ? Cet occupant existe-t-il en dernière analyse ? L'histoire de l'humanité retrace l'interminable recherche d'une assurance à ce sujet, et cette recherche culmine aujourd'hui dans les nombreuses sociétés qui s'efforcent de prouver l'immortalité. Elles essayent de pénétrer dans ces forteresses de l'esprit qui offrent apparemment un sanctuaire à ce « Je » qui fut l'acteur sur le plan physique et qui a déconcerté jusqu'ici les chercheurs les plus sérieux. La peur anime cette recherche frénétique. Il est regrettable qu'à l'exception de quelques savants illuminés et chercheurs intelligents du même ordre, la majorité des gens qui pratiquent les techniques généralement douteuses des séances en chambre soient du type émotionnel. Ils sont faciles à leurrer et bien trop portés à admettre comme preuves des faits que des chercheurs plus compétents répudieraient immédiatement. (6-398)

Inutile de dire que le problème de la mort est basé sur l'amour de la vie, qui est l'instinct le plus profond de la nature humaine. La science reconnaît que selon la loi divine rien ne se perd. On accepte universellement comme vraie la persistance éternelle sous une forme ou une autre. Émergeant de ce fatras de théories, trois solutions majeures bien connues de tous les penseurs ont été proposées :

1. la solution strictement matérialiste;
2. la théorie de l'immortalité conditionnelle;
3. la théorie de la réincarnation.

Elles valent d'être examinées successivement. (6-400)

1. **La solution strictement matérialiste** pose en principe que l'expression et l'expérience de la vie consciente durent aussi longtemps que la forme physique tangible existe et persiste, mais enseigne aussi qu'après la mort et la désagrégation du corps qui s'ensuit, il n'y a plus d'individu conscient, fonctionnant, et s'identifiant lui-même. Le sens du « Je », la conscience d'être une personnalité distincte de toutes les autres s'évanouiraient en même temps que la forme disparaît. On croit que la personnalité n'est que la somme totale

des consciences des cellules corporelles. Cette théorie rabaisse l'homme au même niveau que n'importe quelle autre forme dans les trois autres règnes de la nature. Elle est basée sur le fait que l'être humain ordinaire n'est pas sensible à la vie quand il est dépourvu d'un véhicule physique. Elle rejette toutes les preuves du contraire et affirme que puisque nous ne pouvons pas la voir avec les yeux et la constater par le toucher, la persistance du « Je » ou de l'entité immortelle après la mort est inexistante. Cette théorie est moins répandue qu'autrefois et surtout qu'à l'époque matérialiste victorienne.

2. **La théorie de l'immortalité conditionnelle.** Cette théorie est encore soutenue par certaines écoles de pensée fundamentalistes et étroitement théologiques, et parmi quelques membres de l'élite intellectuelle, à tendances égoïstes. Elle pose en principe que seuls peuvent recevoir le don d'immortalité personnelle les êtres qui atteignent un stade particulier de conscience spirituelle ou qui acceptent un ensemble particulier de dogmes théologiques. Les grands intellectuels également argumentent volontiers en affirmant qu'un cerveau développé et cultivé constitue un don suprême dont bénéficie l'humanité, et que les êtres ainsi doués sont destinés à la survivance éternelle. Une école renvoie ceux qu'elle considère comme spirituellement récalcitrants ou rétifs pour se laisser imposer ses certitudes théologiques particulières. Elle les rejette vers une annihilation complète, comme dans la solution matérialiste, ou vers un processus de punition éternelle, ce qui milite en même temps pour une forme d'immortalité. En raison de la bonté innée du cœur humain, peu de gens sont assez rancuniers ou inintelligents pour considérer cette présentation comme acceptable. (6-315/316)
3. **La théorie de la réincarnation,** si familière à tous mes lecteurs, connaît une popularité croissante en Occident. En Orient, elle a toujours été acceptée, bien qu'on l'ait ornée de nombreuses additions et interprétations assez naïves. Elle a été déformée tout autant que les enseignements du Christ, du Bouddha, et de Sri Krishna l'ont été par leurs théologiens à pensées étroites et à mentalité bornée. Mais on accepte et l'on reconnaît aujourd'hui plus volontiers qu'auparavant les faits fondamentaux de la réincarnation, origine spirituelle de l'homme, descente dans la matière, ascension par la répétition continuelle d'incarnations en forme jusqu'à ce que ces formes deviennent des expressions parfaites de la conscience spirituelle qui les habite, et série d'initiations pour clôturer le cycle des incarnations. (6-316)

Telles sont les trois principales solutions données aux problèmes de l'immortalité et de la permanence de l'âme humaine. Elles visent à répondre à l'éternel questionnaire du cœur des hommes : D'où ? Pourquoi ? Vers quoi ? Où ? Seule la troisième

solution, celle de la réincarnation, offre une réponse rationnelle à toutes ces questions. On a tardé à accepter cette vérité parce qu'elle a été constamment présentée d'une manière absurde après que H.P. Blavatsky, dans le dernier quart du XIX^e siècle, l'eut formulée pour le monde moderne. Cette théorie a été mésestimée parce que, les Orientaux l'ayant toujours admise, les Occidentaux la considèrent comme païenne, et, pour citer l'un des hymnes fondamentalistes, parce que « les païens, dans leur aveuglement, s'inclinent devant le bois et la pierre. » Combien il est curieux de constater que les Orientaux trouvent que les pratiquants des religions occidentales en font autant et qu'on peut les voir à genoux devant des autels chrétiens portant des statues du Christ, de la Vierge Marie, et des Apôtres. (1-401-403)

(...) au cours des deux cents prochaines années nous verrons l'abolition de l'idée de la mort, telle que nous comprenons maintenant cette grande transition, et la démonstration du fait de l'âme. L'âme sera reconnue comme étant une entité, comme étant l'impulsion motivante, et comme centre spirituel se trouvant derrière toutes les formes manifestées. (...) Notre fraternité universelle et notre immortalité essentielle seront démontrées et comprises comme des faits de la nature. (31-115/116)

La mort elle-même fait partie de la Grande Illusion. Elle n'existe qu'à cause des voiles dont nous nous sommes entourés nous-mêmes. (6-444)

La mort elle-même est une illusion, elle n'existe pas, car seul les véhicules meurent, et ils ne sont que relatifs, ils ne sont que des rêves pour la réalité qui les utilise pour se connaître à ce niveau. (14-22).

Si vous pouviez voir le monde éthérique comme Ceux qui se tiennent du côté intérieur quant à l'expérience de la vie, vous apercevriez le grand acte planétaire de restitution se perpétrant sans cesse et sans aucune interruption. Vous seriez témoins d'une grande activité se poursuivant dans le monde éthérique, où *l'anima mundi*, l'âme animale, et l'âme humaine restituent sans relâche la substance de toutes les formes physiques au grand réservoir de substance essentielle. Cette substance essentielle est une unité vitale dirigée au même titre que l'âme du monde dont on parle tant. C'est l'action réciproque du principe de mort et du principe de vie qui produit l'activité fondamentale de la création. La force directrice qui donne l'impulsion est la pensée de Dieu, le Logos planétaire, qui poursuit Ses desseins divins et entraîne avec Lui dans ce processus tous ses instruments de manifestation. (6-424)

Vous pouvez donc constater que les processus d'abstraction * sont en relation avec l'aspect Vie. Ils sont mis en branle par un acte de la volonté spirituelle et, comme l'exprime un ancien dicton ésotérique, ils constituent « le principe de résurrection qui gît caché dans l'œuvre du Destructeur ». La manifestation la plus basse de ce principe se rencontre dans le processus de ce que nous appelons la mort. Celle-ci est en réalité un moyen d'abstraire, hors de la forme des corps dans les trois mondes, le principe de vie informé par la conscience. (6-445)

* **Processus d'abstraction** : Retrait de la conscience de son état normal pour aller vers d'autres états plus élevés de conscience hors du règne physique.
(http://www.lucitrust.org/fr/content/download/2497/30523/file/2006-4_A4.pdf)

Ainsi émerge la grande synthèse. Destruction, mort et dissolution ne sont en réalité rien d'autre que des processus de vie. L'abstraction marque un processus, un progrès, un développement. Les initiés s'occupent spécifiquement de cet aspect de la Loi de Vie, que l'on désigne par Loi de Synthèse dans certaines doctrines à large point de vue. (6-445)

Les disciples initiés se considèrent comme des observateurs de la vie, et non comme des participants à une expérimentation réelle et à des expériences dans les trois mondes (physique émotionnel mental) (...) De moins en moins ils se rendent compte des activités et réactions de leurs personnalités, parce que certains aspects de leur nature inférieure sont maintenant si bien contrôlés qu'ils sont descendus dans le subconscient et entrés dans le domaine des instincts. Les disciples n'en ont pas plus conscience qu'un homme endormi n'est conscient de son véhicule physique en état de sommeil. Il y a là une vérité profonde et généralement incomprise, qui est reliée à tout le processus de la mort et que l'on peut considérer comme une définition de la mort. Elle contient le secret de la mystérieuse expression « le réservoir de vie ». La mort est en réalité l'inconscience de ce qui peut fonctionner sous telle ou telle forme, pourvu que l'entité spirituelle soit totalement inconsciente de cette forme. Le réservoir de la vie est le lieu de la mort. Telle est la première leçon qu'apprend le disciple. (6-445)

Imaginez combien la conscience humaine changera quand on en viendra à considérer la mort comme un simple renoncement à la forme qu'on avait revêtu temporairement pour atteindre deux objectifs spécifiques :

- a) Acquérir un contrôle dans les trois mondes.

- b) Donner l'occasion à la substance des formes ainsi « volées, ou empruntées, ou appropriées à juste titre » (selon le stade d'évolution) d'atteindre un point de perfection plus élevé grâce à l'impact de vie reçu par voie de l'âme. (6-427)

La mort apparaît bien souvent comme dépourvue de but, parce que l'intention de l'âme n'est pas connue. Le développement passé, effectué au moyen du processus d'incarnation, reste chose cachée. On ignore les anciennes hérédités et l'ambiance des vies précédentes, et l'on n'a pas en général développé la faculté permettant de reconnaître la voix de l'âme. Toutefois, ces tendances sont très près de se faire jour, la révélation approche, et je m'efforce d'en poser les fondements. (6-436)

Si nous utilisons notre corps pour servir l'Esprit Saint, nous n'éprouverons aucune peur lorsque viendra le moment de l'abandonner. Nous saurons que nous ne sommes pas ce corps et qu'ayant appris toutes nos leçons, nous pouvons le laisser nous quitter. (...) Le corps ne *vit* pas, pas plus qu'il ne meurt, parce qu'il ne peut pas vous contenir, vous qui êtes la vie. (30-95)

2.2.2 LA PEUR DE L'AVENIR

Cette peur tend à augmenter et sera la cause de beaucoup de détresse dans le monde avant d'être éliminée et vécue. Elle provient de trois possibilités de l'homme :

- a) **D'habitudes mentales psychologiques instinctives** profondément enracinées qui remontent à l'instinct primordial d'autodéfense. Les races sauvages ne les manifestent que peu. Cet état d'esprit, tourné vers l'avenir et qui anticipe, est une caractéristique humaine et a en soi le germe de la faculté imaginative qui, liée aux processus mentaux, deviendra avec le temps méditation intuitive et visualisation qui est la vraie base de toute activité créatrice. À présent, pourtant, elle n'est qu'une menace et un obstacle. D'anciennes souffrances, des souvenirs affreux profondément ancrés dans le subconscient, remontent à la surface et causent une condition d'angoisse et de peur que nul raisonnement ne réussit à calmer. Les moyens de communication mettent toute personne au courant des tragédies et des souffrances de ses frères à des milliers de kilomètres. Les catastrophes en économie de notre époque provoquent des conditions de panique et d'angoisse et plus un individu est sensible, plus il réagit. La peur de l'avenir est donc un mélange de souvenirs instinctifs et d'imagination anticipative; rares sont ceux qui y échappent. Soucis et anxiété sont le lot de tout homme; il ne peut s'y soustraire que par l'intervention de l'âme.

- b) **D'éclairs de prévision** qui émanent de l'âme, laquelle demeure dans la conscience de l'Eternel Présent. Quand le contact avec l'âme est fermement établi et que la conscience du Connaisseur est stabilisée dans le cerveau, la prévision s'exerce sans terreur. La vision apparaît dans son ensemble et non comme un éclair, comme c'est le cas à présent. Le remède est le même : l'établissement de rapports si étroits entre l'âme et le cerveau, par le mental exercé et maîtrisé, que la cause et l'effet ne seront qu'un; de justes mesures pourront être prises pour résoudre les problèmes correctement et au mieux. Les prévisions annoncent rarement des événements heureux; la raison n'est pas difficile à trouver. L'humanité est au point où le Fils prodigue prend conscience de la futilité de la vie sur cette terre. Elle est prête à examiner avec attention le message du Bouddha car, depuis des siècles, elle est accablée par la guerre et la famine, par le désir, par les luttes relatives à la vie économique. La perspective se présente sombre à ses yeux, pleine de désastres et de cataclysmes. Pourtant, si l'homme appliquait le principe de la fraternité avec tout ce que cela implique dans la vie et le travail quotidien, dans toutes les relations, entre capital et travail, entre gouvernants et peuples, entre nations et nations, entre races et races, la paix s'établirait sur la terre et rien ne pourrait la troubler. La règle est très simple et pourtant la majorité des hommes est encore bien loin de pouvoir l'actualiser.
- c) **Une grande quantité d'angoisse et de peur** peut être ressentie par un individu sans qu'elle ne le regarde en rien individuellement. Il est tout à fait possible qu'un homme adopte la peur d'autrui, alors que lui-même n'a rien à redouter. Il peut s'identifier à tel point aux pressentiments de désastres qui menacent son prochain qu'il les interprète comme s'ils s'appliquaient à lui-même. Incapable de se dissocier des réactions des autres, il absorbe tant du poison présent dans leurs auras émotives et mentales, qu'il est entraîné dans un tourbillon d'angoisse et de peur. Pourtant, s'il le savait, l'avenir ne lui réserve aucune catastrophe. Il est simplement victime de l'illusion, mais l'effet sur son corps astral et son plexus solaire est réel. C'est un cas particulièrement fréquent aujourd'hui où il y a tant d'âmes sensibles et aspirant au bien, inexpérimentées quant au maniement du karma mondial, livrées aux souffrances des autres et incapables de distinguer leur destin du destin des autres.

Il est aussi possible à l'aspirant avancé et à ceux qui foulent le Sentier du Disciple d'entrer en contact avec d'anciennes vibrations de mal et de souffrance sur le plan astral, vibrations appartenant au passé. Il est aussi possible qu'ils réussissent à lire un certain fragment des archives akashiques

au sujet d'un malheur qui concerne un individu ou un groupe d'individus qu'eux-mêmes ne verront peut-être jamais tout en ressentant la souffrance, en conséquence des renseignements ainsi obtenus. (1-302 à 304))

Nous sommes tous terriblement concernés par demain. Nous connaissons tous la peur du lendemain. Nous désirons par-dessus tout que la vie nous offre la sécurité. (...) Nous voulons nous sentir en sécurité dans toutes les situations, quels que soient leurs aspects psychologiques. Est-ce possible ? Cela semble-t-il rationnel ? (14-8).

Combien d'heures de souffrance ont-elles été vécues par des événements réels, et combien par de **faux pressentiments**, des doutes et des incertitudes sans aucune base réelle ? Je désire recommander à mes frères de méditer sur la vérité dans la vie quotidienne, en employant le concept de la vérité pratiquée et vécue, comme pensée-semence dans leur méditation.

À cette fin, qu'ils apprennent par cœur et utilisent, chaque fois qu'ils se sentent envahis par la peur et par des pressentiments inutiles, la formule de prière suivante :

« Que la réalité domine chacune de mes pensées et que la vérité dirige ma vie. »

Que chacun répète cette formule aussi souvent qu'il est nécessaire concentrant son attention mentale sur la signification de ces mots. Je suggère en outre l'usage du simple bon sens et l'adoption d'une attitude mentale qui refuse de perdre du temps en vaines peurs. (1-179)

Je vous dis : n'ayez pas peur de l'avenir et souvenez-vous que l'avenir n'est pas révélé, mais que « la joie vient au matin ». Quelquefois la sensibilité du corps astral est difficile à supporter et il faut traiter cette condition le mieux possible en se souvenant des suggestions que j'ai données. Il peut y avoir aussi une stimulation continue des atomes dans les divers véhicules et dans leur vibration cohérente et stabilisée. Ce phénomène aide à s'élever plus près du but, même si l'aspirant ne s'en rend pas compte. Tout dépend de la capacité de l'élève de saisir le sens profond de tous les événements. Le progrès sur le Sentier dépend de la capacité de s'assimiler l'enseignement. Ce n'est que lorsque les leçons, apprises sur le plan intérieur, sont appliquées, qu'elles font partie de notre propre expérience et cessent d'être théoriques. (1-348)

2.2.3 LA PEUR DE LA DOULEUR PHYSIQUE.

Cette peur est à la base de toutes les anxiétés de certaines gens bien qu'ils ne s'en rendent pas compte. Elle est le résultat des trois autres sortes de peurs, de la tension ainsi créée dans le corps astral, de la tension causée par l'emploi de la faculté imaginative et du raisonnement sur le système nerveux physique. Ce dernier devenu hypersensible est capable de provoquer des souffrances physiques aiguës. Les douleurs physiques qui sont de peu d'importance pour les types normaux ou peu sensibles deviennent pour eux insupportables. Ceux qui soignent les malades doivent en tenir compte et prendre les mesures nécessaires pour diminuer la souffrance par l'usage de calmants et d'analgésiques. Chez un homme dont le contact avec l'âme est fermement établi, qui a développé la faculté de sortir de son corps physique et d'y rentrer à son gré, de telles aides sont superflues. Ce peut être des mesures d'urgence, rendues nécessaires par le karma mondial et le degré d'évolution de l'humanité. Il ne s'agit naturellement pas de l'usage de stupéfiants et de la drogue par des gens déséquilibrés, mais d'un usage judicieux de tranquillisants selon les sages ordonnances du médecin. (1-304-305)

2.2.4 LA PEUR DE L'ÉCHEC

Jamais, à aucune époque, la peur de l'échec n'a hanté la famille des hommes à un tel degré. (1-634)

Elle est commune à beaucoup de gens et dans des domaines divers. La peur d'échouer, la peur de ne pas inspirer amour et admiration des êtres chers, d'être sous-estimé, de ne pas saisir une bonne occasion sont des aspects d'un complexe de peur ou complexe d'infériorité qui caractérisent la vie de beaucoup de braves gens. La cause en est à un milieu peu compréhensif, à un mauvais équipement pour les tâches qui se présentent; dans certains cas, il peut s'agir d'un disciple, une grande âme prête à fouler le sentier de Probation. Il a déjà eu un certain contact avec l'âme et la vision des possibilités qui s'offrent à lui. Il compare sa personnalité à la tâche qu'il devrait accomplir et à la qualité de ceux avec qui le nouveau travail l'a mis en contact; il se sent pris alors d'un complexe d'infériorité très puissant parce qu'il est alimenté par des courants de force venant d'en-haut. (1-305-306)

Nous savons que l'énergie suit la pensée et qu'elle est colorée par la qualité de cette pensée. L'homme considère d'un œil critique et dégoûté sa personnalité et par-là même il alimente les déficiences qu'il déplore et se rend plus inapte encore à sa tâche. C'est un cercle vicieux qui doit être compensé par la compréhension de

l'aphorisme : « Un homme est tel que sont ses pensées ». S'il fixe son attention sur la nature de son âme omnisciente, il devient semblable à cette âme manifestée par la personnalité. (1-306)

La poursuite d'un idéal nous met dans un état de conflit, de contradiction avec ce qui est et ce qui, selon nous, devrait être. Nous pouvons très facilement, dès lors, développer la peur de ne pas atteindre cet idéal. (15-13).

2.3 LA DÉPRESSION

En abordant le sujet de la dépression, nous entrons dans un domaine très vaste; rares sont ceux qui y échappent. La dépression est une sorte de miasme, un brouillard qui environne l'homme et l'empêche de voir clairement, d'avancer avec assurance et de connaître la réalité. Elle fait partie de la grande illusion astrale. Cela compris, on verra pourquoi elle existe, car sa cause est astrale ou physique et dépend de la situation mondiale ou de circonstances personnelles. Nous pouvons donc étudier la dépression et en indiquer les causes. (1-306)

1. **Le mirage mondial.** Il entraîne l'individu, même celui dont les conditions personnelles ne le conduiraient pas à la dépression, dans les profondes sphères de la réaction mondiale. Le mirage mondial, avec ses résultats dévitalisants et déprimants, a ses racines dans divers facteurs.
2. **La polarisation astrale.** Tant que l'homme s'identifie à son corps émotif, tant qu'il interprète la vie selon son humeur changeante et ses sentiments, tant qu'il réagit au désir, il aura des moments de désespoir, d'angoisse, de noir, de doute et de dépression. Ceux-ci sont dus au mirage du plan astral qui déforme, détourne et trompe. Inutile d'insister sur cet argument. S'il y a un facteur dont les aspirants sont conscients, c'est bien la nécessité de se libérer de la Grande Illusion..
3. **La diminution de la vitalité physique,** dont les causes peuvent être :
 - a. Un corps éthérique épuisé.
 - b. Une maladie physique, congénitale, ou apportée d'une vie antérieure, ou contractée accidentellement, ou due à des réactions émotives mauvaises, ou encore due à un karma de groupe, comme dans le cas d'épidémie.

- c. Les conditions atmosphériques, facteur souvent négligé. Mais la nature du climat : densité, humidité, sécheresse, chaleur, froid, a un effet marqué sur l'attitude psychologique.

Si vous étudiez toutes les causes, même secondaires ou temporaires, de la dépression et de son pôle opposé, vous trouverez qu'elles peuvent être classées dans l'une ou l'autre de ces subdivisions. La cause connue, il n'est pas difficile de trouver le traitement. (1-308-309)

2.3.1 SES EFFETS

Avez-vous observé ce qui se passe lorsqu'un petit plaisir vous est refusé ? Lorsqu'on n'obtient pas ce qu'on veut on devient anxieux, envieux, déprimé, on se prend à haïr. Avez-vous remarqué que lorsque vous sont refusés vos plaisirs – boisson, tabac, sexe ou autre chose – avez-vous observé les batailles qui se livrent en vous ? Et tous ces conflits sont des aspects de la peur, n'est-ce pas ? Vous avez peur de ne pas trouver ce que vous cherchez, ou de perdre ce que vous avez. (15-10).

Je me suis arrêté assez longuement sur les deux premières manifestations de la force astrale, **la peur** – peur de la mort, de l'avenir, de la douleur, de l'échec et les nombreuses peurs mineures qui affectent l'humanité – et **la dépression**, parce que ces deux peurs constituent pour l'homme le Gardien du Seuil dans cette ère et ce cycle. Toutes deux indiquent la réaction sensible à des facteurs psychologiques et ne peuvent pas être soignées par le moyen d'un autre facteur tel que le courage. Elles doivent être envisagées par l'omniscience de l'âme, agissant par le mental, et non par son omnipotence. Ces mots ont un sens occulte. (1-309)

2.4 LA PEUR VÉCUE PAR LES ASPIRANTS

La peur à laquelle sont sujets les aspirants est rarement de nature égoïste, sauf si la souffrance les a obligés à fuir une suite d'événements malheureux. Leurs peurs proviennent d'un amour mal compris pour ceux qui leur sont chers. (15-11).

Qu'en est-il des deux peurs qui concernent particulièrement l'aspirant ? La peur de l'opinion publique et la peur de l'échec. Ce sont deux facteurs puissants dans la vie de service et de sérieux empêchements pour beaucoup d'aspirants. (1-630)

Ceux qui commencent à coopérer au plan et qui apprennent l'importance du service sont enclins à craindre que leur œuvre puisse être critiquée et mal jugée ou qu'elle

ne soit pas appréciée et comprise. Ils mesurent le succès par le nombre de personnes qui se groupent autour d'eux et par la réponse ou réaction suscitée. Ils n'aiment pas que leurs mobiles soient discutés ou mal jugés; ils réagissent aux critiques donnant force explications et justifications. Ils se sentent malheureux si leurs méthodes, les membres de leur groupe et leur mode de service sont objets d'attaques. Les faux objectifs de nombre, de pouvoir et de doctrine formulée les dominent complètement. Ils changent fréquemment leurs plans, leurs points de vue, et abaissent leur niveau idéal au point de le conformer à la psychologie de ceux qui les entourent ou les conseillent. (1-630)

Une autre sorte de peurs que les aspirants rencontrent de plus en plus fréquemment, à mesure que leur force et leur utilité pour le service s'accroissent, naît de la réalisation des forces qui travaillent contre le Plan et qui font obstacle à l'accomplissement de la tâche. Les pouvoirs occultes s'acharnent contre l'aspirant, attaquent l'un ou l'autre de ses véhicules et, dans de rares cas, tous les trois si l'aspirant a une certaine importance. Parfois les attaques se portent sur le travailleur en tant qu'individu, d'autres fois, sur le groupe de travailleurs. (1-259)

La deuxième grande épreuve du disciple sensible est la peur de l'échec. Elle est fondée sur l'expérience du passé, sur la réalisation de l'urgence des besoins et sur le sens aigu des limites et des faiblesses de l'individu. Souvent la peur est due à la vitalité physique diminuée. Jamais, à aucune époque, la peur de l'échec n'a hanté la famille des hommes à un tel degré. Une autre cause de peur se trouve dans le fait que l'humanité, dans son ensemble et pour la première fois dans son histoire, perçoit la vision et a un sens plus vrai de la relativité des valeurs qu'à aucun autre moment. Les hommes savent qu'ils sont divins et ils commencent à s'en rendre compte. D'où les troubles et la révolte contre les circonstances qui tendent à empêcher, à faire obstacle. Néanmoins, il y a une sérieuse perte de temps pour le disciple qui s'arrête sur un échec ou sur la peur d'échouer. Il n'y a pas d'échec; il ne peut y avoir que perte de temps. C'est un inconvénient sérieux en ces temps d'intense nécessité, mais le disciple réussira forcément un jour à ne pas se laisser décourager. Inutile de répéter que nous apprenons par nos échecs; tous ceux qui essaient de vivre comme âmes le savent bien. (1-634)

Inutile aussi de se soucier des échecs, apparents ou réels, des compagnons sur le Sentier. Le sens du temps produit le mirage et la déception, alors que le travail avance réellement et que la leçon apprise par l'échec est une garantie pour l'avenir. Ainsi la croissance est rapide. Le disciple sincère et sérieux peut être, à un certain moment, victime du mirage, mais à la longue il s'en libérera. Que sont quelques

brèves années en comparaison d'un cycle de millénaires ? Qu'est-ce qu'une seconde dans les années accordées à l'homme ? Au disciple, quelques années paraissent d'une grande importance, mais à l'âme qui veille elles ne comptent pour rien. Pour le monde, un échec temporaire peut signifier un retard dans l'aide attendue, mais cela de nouveau est bref et l'aide viendra d'ailleurs, car l'exécution du Plan progresse sans erreur. (1-634)

Puis-je vous recommander, paradoxalement, de travailler avec le plus grand sérieux tout en refusant de prendre le travail ou vous-même trop au sérieux ? Ceux qui, de l'intérieur, surveillent le travail des aspirants voient la pitoyable détresse de la déficience des aspirants, l'effort tendu pour « être tels qu'ils devraient être », un regrettable manque du sens des proportions et une totale absence d'humour. Je vous supplie de cultiver ces deux qualités. Ne vous prenez pas au sérieux et vous pourrez travailler avec plus de liberté et de pouvoir. Prenez le Plan et l'appel à servir au sérieux, mais ne perdez pas de temps à vous analyser constamment. (1-634)

Le but immédiat pour les aspirants et les disciples en ce moment se présente comme suit :

1. Atteindre à la clarté de pensée quant aux problèmes personnels, surtout le problème du propre objectif de service. Ceci par la méditation.
2. Développer la sensibilité aux nouvelles impulsions qui inondent le monde aujourd'hui. Ceci par l'amour accru de tous les hommes, par la charité et la compréhension qui rendent le contact avec eux plus facile. L'amour révèle.
3. Servir dans un esprit de complète impersonnalité, en éliminant l'ambition personnelle et l'amour du pouvoir.
4. Refuser de prêter attention à l'opinion publique ou à l'insuccès, ce qui se réalise en vouant une oreille attentive à la voix de l'âme et en s'efforçant de demeurer sans cesse au Lieu secret du Très-Haut. Nous nous sommes occupés du premier point concernant le but immédiat et ce qu'il faut faire pour l'atteindre et, deuxième point, des facteurs qui doivent être éliminés. Il ne nous reste qu'à indiquer la pénalité réservée à l'aspirant, au disciple et au travailleur entraîné, s'ils cèdent au mirage et aux erreurs inhérentes à leur nature, ce qui retarde leur travail et se met entre eux et le but entrevu. (1-635)

Les travailleurs sont sujets à deux sortes de peur : la peur de ce que réserve l'avenir, et le doute au sujet du résultat des efforts. Chez beaucoup de gens, les deux se combinent. La plupart des aspirants ne doutent pas des résultats finals, mais ils doutent des résultats qu'ils peuvent obtenir au moment présent et ils reculent

devant le sentier de l'effort sachant, à juste titre, qu'il conduit par l'épreuve et la solitude aux pieds de l'Hiérophante. Ils sont en outre troublés par des phénomènes de haute vibration qui semblent émaner de hautes sources spirituelles. Les fortes vibrations deviendront toujours plus fréquentes avec l'évolution de l'homme et leurs réactions doivent être traitées avec sagesse. (1-347)

Les peurs du disciple sont spécifiques, et sont liées à l'influence de son âme. Tous les véhicules du disciple sont stimulés en même temps. Cette situation provoque des troubles que ne rencontre pas l'humanité moyenne. Parallèlement à son service au monde, à son sens du but et d'une destinée évolutive, etc., le disciple doit maîtriser des myriades d'influences et de forces stimulantes, qui se déversent à travers tous les niveaux de sa structure en même temps. (8-321).

Selon Benjamin Creme, l'une des principales peurs des disciples est de n'être pas « à la hauteur » : En fait-il assez ? Agit-il correctement ? (...) Le disciple voit l'immensité des problèmes, et par conséquent de la tâche de salut à accomplir dans le monde, et il se sent tout petit, pas du tout « à la hauteur ». C'est la principale peur du disciple. (15-11).

Nous devons absolument nous libérer de la peur. C'est l'injonction première donnée à tous les disciples. Vous ne pouvez pas passer d'initiation, dans un sens véritable, si la peur domine votre véhicule astral. Ce n'est pas possible. (8-322)

3. SE LIBÉRER DE LA PEUR ET DU CONNU

3.1 LA LUMIÈRE DE L'ÂME

Seule la lumière de l'âme peut dissoudre la peur, et, pour en prendre conscience, il suffit de ne rien faire du tout, et d'observer ce qui se passe. Et quelque chose se passe lorsque nous observons la peur sans essayer d'agir d'aucune façon sur elle. (14-11).

Si le disciple peut établir l'alignement correct et réaliser ensuite le contact avec l'âme, il en aura pour résultat une plus grande lumière. Cette lumière se déverse non seulement dans le mental, mais également dans la conscience du cerveau. Le disciple voit la situation plus clairement; il se rend compte des faits tels qu'ils sont, dissipant sa « vaine imagination » et ainsi la lumière « brille sur sa route ». (7-434).

La lumière de l'âme, agissant à travers le corps mental, finit, tôt ou tard, par percer le brouillard du mirage. Vous pouvez alors commencer à regarder la situation à laquelle vous êtes confronté et reconnaître le mirage de votre réaction. Auparavant, vous ne pouviez le voir car vous y étiez totalement plongé. (10-111).

3.2 NOTRE ÊTRE IMMORTEL

Cet être, je crois, est ce que Maitreya appelle le Soi. Le Soi, dit-il, est la chose la plus importante dans la vie. Le Soi est notre Être immortel, et le Soi utilise les expériences dans le temps et dans l'espace pour réaliser son devenir. (14-13).

Q : Que peut-on faire à propos de la peur au moment où on l'expérimente ?

B.C. : Demandez-vous: « Qui a peur ? » Trouvez qui, exactement, fait l'expérience de cette peur. Demandez-vous: « Qui suis-je ? Qui expérimente cette peur ? C'est moi qui en fais l'expérience, alors qui suis-je ? » Trouvez qui est ce « je ». Remontez le cours de cette pensée, et trouvez qui en est la source. Cela vous mettra en contact avec le Soi, détournera votre attention de votre identification avec la peur – mais vous devez pour cela vous détacher de la peur, c'est un processus de détachement. (15-20)

3.3 SE LIBÉRER DE LA PEUR

Atteindre à la complète absence de peur pose, vous le comprenez tous, un réel problème. Tout doute, toute crainte, tout souci doivent être éliminés. Alors, le développement du point de contact intérieur et la capacité à puiser aux sources de l'inspiration augmenteront de manière remarquable. Beaucoup sont ceux qui obstruent la source de la connaissance par leur nature émotive non dominée. Le corps astral peut être maîtrisé. Comment ?

1. Par inhibition directe. Cette méthode peut convenir aux débutants, mais elle n'est pas la meilleure. Elle peut provoquer des réactions du corps physique, conduire à la congestion du corps astral et à une condition semblable dans le véhicule éthérique. Elle cause souvent le mal de tête, la congestion du foie et d'autres malaises.
2. Par la réalisation directe des résultats et par la conscience que rien ne peut arriver à un disciple du Maître qui ne contribue à augmenter sa connaissance, son développement et son utilité dans le service. La peur n'est pas toujours fondée sur la timidité, si paradoxal que cela paraisse. Souvent elle a son origine dans un état mental, c'est-à-dire l'orgueil. En effet, ceux qui sont polarisés mentalement voient leurs peurs s'allier à l'intellect, donc plus

difficiles à vaincre que celles des personnes polarisées dans l'astral. Celles-ci peuvent recourir au mental pour éliminer leurs peurs alors que le type mental doit faire appel à l'Ego *, car c'est toujours au supérieur qu'il faut en appeler pour traiter l'inférieur. D'où la nécessité de garder toujours non obstrué le canal de communication entre l'intellect et l'âme. Ne refoulez pas la peur. Cherchez à la faire disparaître par le pouvoir dynamique de la substitution. Cela m'amène à ma troisième suggestion aux étudiants qui font partie d'un groupe, à la méthode qu'ils pourraient utiliser au sujet de la peur.

3. Une méthode de relaxation, de concentration, de calme baignant la personnalité tout entière dans la pure lumière blanche. Supposons que vous êtes en proie à la panique; des pensées très désagréables vous envahissent, votre imagination est désordonnée et votre mental l'y encourage. N'oubliez pas que les peurs d'une personne émotive sont moins fortes que les vôtres. En effet, si le mental est fort, il revêtira les réactions de peur de matière mentale, très vitalisée, qui crée une puissante forme-pensée, laquelle circule entre vous et l'événement redouté. Quand vous vous en serez rendu compte, cherchez à établir le calme en vous : relâchez votre corps physique, tranquillisez votre corps astral autant que possible, calmez le mental. Visualisez ensuite vous-même (votre personnalité), votre âme et le Maître, disposés en triangle, le Maître au sommet du triangle. Puis invoquez délibérément un courant de pure lumière blanche que vous faites passer dans vos véhicules inférieurs pour les purifier de tout ce qui les obstrue. Procédez ainsi jusqu'à ce que vous sentiez que le travail nécessaire est fait. Il se peut qu'il vous faille recommencer le travail plusieurs fois au début. Plus tard une seule fois suffira et, plus tard encore, ce processus sera inutile, car vous aurez complètement dominé la peur. Cela s'applique aux peurs liées à la personnalité. Vous employez l'aspect amour, inondant la personnalité d'amour et de lumière. (1-344-345)

* **RAPPEL** : Dans la terminologie des livres d'Alice Bailey, le mot Ego réfère au Soi supérieur, divin et impersonnel, et non à l'ego de la personnalité. Nous l'écrivons donc avec un « E » majuscule à ce moment. Écrit avec un « e » minuscule, il réfère à l'ego de la personnalité. Et c'est cette signification qui nous est la plus familière.

Les peurs légitimes qui proviennent de circonstances en relation avec le travail que vous devez faire et de la connaissance des obstacles matérialisés qui s'opposent au travail, doivent être traitées différemment. Là aussi, il faut suivre une méthode bien définie :

- ❖ Relâchez le corps physique.
- ❖ Tranquillisez le corps astral par une inhibition temporaire. Unissez-vous avec l'Ego et raisonnez clairement sur la méthode à employer pour faire face à la difficulté. Ayant épuisé toutes les méthodes rationnelles et ayant tracé mentalement la ligne d'action à suivre.
- ❖ Élevez aussi haut que possible votre vibration et, du niveau de l'intuition, appelez la lumière sur votre difficulté. Si votre intuition et votre faculté de raisonnement produisent l'harmonie et vous montrent la solution, poursuivez. Le fait occulte établi vous convaincra que rien dès lors ne peut arriver qui ne soit pour le mieux. Vous êtes certain d'être dirigé; celui qui garde ce point de vue du commencement à la fin ne peut commettre d'erreurs. (1-345-346)

Se libérer de la peur, c'est arrêter d'utiliser la pensée à mauvais escient. (14-8).

Mais si vous voulez vous libérer de la peur, il vous faut apprendre à mourir à vos désirs, ces désirs qui résultent d'une identification erronée. (14-20).

Q. Comment peut-on aborder et transformer les tendances séparatives existant dans nos pensées et dans nos actes ?

R. (1) Méditer et permettre la descente des énergies inclusives en provenance de l'âme. (2) Utiliser le *Mantram d'Unification* et avoir constamment présent à l'esprit que « les fils des hommes sont un ». (3) S'engager dans une activité de service, ce qui permet d'être moins centré sur soi-même. (4) Utiliser quotidiennement la *Prière pour le Nouvel Âge* transmise par Maitreya. (5) Se rappeler qu'on évolue vers la perfection, et donc que certaines tendances séparatives sont inévitables à ce stade d'évolution. (38)

Si vous voulez faire l'expérience de la libération de la peur, vous devez être prêts à mourir. Ce processus n'a rien à voir avec une intention quelconque; il met en jeu une énergie d'une telle puissance, que vous êtes littéralement aspirés par sa force d'attraction. C'est comme un désir, mais d'un niveau nettement supérieur, montant du plexus solaire au cœur. Lorsque vous réalisez la transmutation de votre nature astrale, et que l'énergie des plans astraux s'élève du centre du plexus solaire jusqu'au centre du cœur, cela se produit automatiquement, sans que vous ayez quoi que ce soit à faire. C'est un processus facile, qui ne s'accompagne d'aucune peur. Il est facile parce que, dans un certain sens, tout est déjà en place pour sa réalisation. Il se produit lorsqu'il *peut* se produire. Vous fonctionnez soit à partir du plexus solaire, soit à partir du cœur; c'est l'un ou l'autre. C'est un processus long et instable au début, mais qui finit par s'ancrer fermement dans le centre du cœur. La transmutation est alors

achevée. La peur n'est alors plus un problème, il n'y en a plus trace. Vous ne vous dites plus : « J'ai peur d'abandonner mes peurs ». (Et pourquoi auriez-vous peur d'abandonner vos peurs ? La peur est inhibitrice, débilitante, tellement destructrice – mais ce ne sont encore là que des pensées; ce sont des mots, des pensées sur la nature de la peur). La peur elle-même est une émotion que chacun ressent, mais c'est une émotion du plexus solaire, et non une émotion (comme les gens l'appellent) du cœur. Faites-la monter vers le cœur, et vous réaliserez que son opposé est l'amour. Et lorsqu'il y a amour, il n'y a pas de peur. Et lorsqu'il y a peur, il y a peu ou pas d'amour. (14-21)

Maitreya éliminera la culpabilité et la peur. C'est ce que signifie « la purification du cœur et de l'esprit des hommes ». (16-13).

Pour la surmonter [la peur], nous devons reconnaître que le Seigneur est en nous. Nous en arrivons ainsi à comprendre que nous ne sommes pas le corps, le mental ou les émotions. Lorsque nous cessons peu à peu de nous identifier à eux, lorsque nous parvenons à nous connaître en tant que Soi, nous nous libérons de la peur. (21-10)

Tant que l'homme s'identifie à son corps émotif, tant qu'il interprète la vie selon son humeur changeante et ses sentiments, tant qu'il réagit au désir, il aura des moments de désespoir, d'angoisse, de noir, de doute et de dépression. Ceux-ci sont dus au mirage du plan astral qui déforme, détourne et trompe. Inutile d'insister sur cet argument. S'il y a un facteur dont les aspirants sont conscients, c'est bien la nécessité de se libérer de la Grande Illusion. Arjuna le savait et pourtant il succomba au désespoir. Cependant, au moment le plus difficile, Krishna ne l'abandonne pas, mais lui donne, dans la Gîta, de simples règles pour surmonter la dépression et le doute.

Ces règles peuvent être résumées de la façon suivante :

- a. Connais-toi comme Être immortel.
- b. Maîtrise ton mental, car c'est par lui que l'Être immortel peut être connu.
- c. Apprends que la forme n'est que le voile qui cache la splendeur de la Divinité.
- d. Réalise que la vie Une imprègne toutes les formes; aussi il n'y a ni mort, ni angoisse, ni séparation.
- e. Détache-toi de l'aspect forme, viens à Moi et tu demeureras là où se trouvent Lumière et Vie. C'est ainsi que prend fin l'illusion.

La polarisation astrale rend l'homme ouvert à toutes les réactions émotives et le soumet aux divers sentiments de masse. Ainsi il est entraîné dans des tourbillons

d'énergie non dominée et de force émotive mal dirigée qui conduisent à la guerre mondiale, à la panique dans le domaine de la finance, à un renouveau religieux ou au lynchage. C'est aussi ce qui porte l'individu à un état de grande euphorie et de bonheur éphémère où la « lumière trompeuse » du plan astral lui révèle de fausses sources de plaisir ou d'euphorie collective. (1-308)

3.4 LA LUMIÈRE DE L'INTUITION

Vous devez vous élever au-delà de la pensée, et regarder la réalité à la lumière de l'intuition, laquelle n'a rien à voir avec la pensée. Il s'agit d'une perception directe, d'une connaissance directe, sans intermédiaire. (14-24).

C'est seulement en percevant la réalité concrète, et en acceptant « ce qui est » que vient l'intuition. (25-10)

3.5 LES LIMITES

Existe-t-il **une méthode, une formule pour se libérer de la peur** ? Existe-t-il une recette qui pourrait être communiquée, et que nous pourrions appliquer pour nous libérer de la peur ? Il semble bien que la réponse soit « non », cette libération n'étant pas du domaine de la connaissance, mais un état d'esprit, un état de conscience global. La liberté est un état d'esprit, non le fait d'être affranchi de « quelque chose ». (15-5).

Il existe des moyens permettant **d'atténuer les effets de la peur**, mais qui ne vous permettent pas de vous en libérer complètement. Vous pouvez atténuer l'impact de la peur sur votre mental, et par conséquent sur votre vie. Cela vous pouvez le faire, et il existe toutes sortes de manières de s'y prendre. Lisez la plupart des livres de D.K., notamment le *Traité sur la Magie blanche*. Cherchez le mot « peur » dans l'index, et vous trouverez de nombreuses suggestions. Mais ce ne sont là que de simples indications destinées à vous aider le long d'un sentier très difficile. Je suis convaincu que D.K. en est aussi conscient que moi, et je suis certain qu'il sait que ces indications ne doivent pas être prises comme la réponse à la peur, ou comme la manière d'en guérir. Il s'agit simplement de techniques d'amélioration, utiles lorsque la peur devient telle que vous ne pouvez en détacher votre pensée. (14-23).

Les miasmes de l'astral sont tels qu'il vous est presque impossible d'être en bonne santé. Le karma du monde ne le permet pas. La corruption astrale et les exhalaisons malsaines des plus bas niveaux du plan astral infectent tout; heureux celui qui y

échappe. Nous veillons sur vous avec tendresse, vous qui, avec des corps faibles et sensibles, lutez, travaillez, combattez, échouez parfois, mais continuez et servez. Pas une heure de service rendu dans la douleur et la tension; pas un jour de travail avec les nerfs tendus, la tête fatiguée, le cœur en proie à l'agitation, ne passent inaperçus. (1-350)

Nous le savons et le comprenons; toutefois, nous ne pouvons faire ce qu'il vous appartient de faire dans le monde. Le karma mondial vous engloutit tous à cette époque. Si seulement vous pouviez réaliser la brièveté du temps et vous rendre compte que la joie et la paix sont proches. La victoire à demi gagnée, les jours vécus avec un certain succès, mais sans avoir atteint l'idéal, les minutes d'épuisement physique et moral quand le vide de toute chose, même du service, semble la seule réalité, les semaines et les mois de tentatives, d'efforts et de luttres contre des difficultés apparemment insurmontables, contre le pouvoir de forces que vous ignorez, contre les forces qui s'opposent à l'évolution, contre l'ignorance, tout cela nous le savons. Prenez courage grâce à la certitude que l'amour régit toute chose et que la Hiérarchie demeure. (1-350)

3.6 LA LIBÉRATION EST-ELLE UNE QUESTION DE TEMPS ?

Posons-nous une question : pourrions-nous atteindre cette liberté, cette solitude, ce contact avec la structure entière de ce que nous sommes en y mettant du temps ? Évidemment pas, car la durée, aussitôt qu'on l'introduit, nous rend de plus en plus esclaves. On ne peut devenir libres graduellement. Cela n'est pas une affaire de temps. (15-15).

(...) La liberté ne peut se produire que d'une façon naturelle, non en la souhaitant, en la voulant, en aspirant à elle. Pour la rencontrer on doit apprendre à considérer (observer) la vie - qui est un vaste mouvement - sans la servitude du temps. (15-15). Est-ce qu'apprendre est une affaire de temps ? Nous n'avons pas appris, après tant de milliers d'années, qu'il y a une meilleure façon de vivre que de nous entretuer. Le problème du temps est très important à comprendre si nous voulons trouver une issue à cette vie que nous avons contribué à rendre monstrueuse au point qu'elle n'a plus aucun sens. Mais ce qu'on doit d'abord comprendre c'est qu'on ne peut pénétrer la nature du temps que si on a cette fraîcheur, cette innocence d'esprit dont nous parlions. (15-15).

3.7 PAR L'EXPANSION DE CONSCIENCE

Dans la vie de tout disciple particulièrement de celui qui se prépare à certaines grandes expansions de conscience, survient inmanquablement **une période de crise**. Pendant cette crise, des décisions sont prises, volontairement ou non, à la suite desquelles le disciple passe par **une période de tension**. Sa décision prise, il distingue plus clairement la prochaine étape qu'il doit franchir, et cette vision influence son orientation vers l'avenir. Ayant accompli ce qu'il devait, au cours de cette période de tension, surgit ce que nous pourrions appeler **la période de libération**. C'est à la fois, une émergence **hors** d'un champ d'expérience et une émergence dans un nouveau champ. (3-68)

Ces réalisations ou expansions de conscience suivent une loi naturelle et se produisent en temps voulu, en chaque âme sans exception. (28-32)

Nous sommes les Fils du mental. Nous pensons. C'est ce qui nous différencie du règne animal, et est à l'origine de la création du règne humain. Tôt ou tard l'humanité réalisera qu'elle ne se trouve pas au sommet de l'échelle, mais qu'elle constitue un règne intermédiaire entre le règne animal et le Royaume de Dieu, ou Royaume spirituel. Par le processus de l'initiation, nous progressons et pénétrons dans ce royaume. Un aspect de chacun de nous est déjà membre de ce royaume et y vit : l'âme humaine. (9-44/45)

L'expansion de la conscience doit toujours être une expérience vécue. Les théories n'ont pas de valeur tant que nous ne les avons pas transformées en faits. C'est pourquoi il est important de méditer sur un idéal. Pendant la méditation, en effet, nos pensées vibrent à l'unisson avec nos concepts et, avec le temps, les vibrations deviennent permanentes. Ceux qui, les yeux bien ouverts, commencent l'entraînement occulte, doivent en calculer le prix. La récompense est grande, mais le Sentier est rude et le véritable occultiste le parcourt dans la solitude. Être capable de marcher seul, d'assumer ses responsabilités, de ne pas compter sur autrui et d'affronter le mal pour le bien qui peut en découler, est la marque du Frère Blanc. (1-348)

Soyez donc préparés à la solitude, aux dangers de caractère obscur et incertain, et soyez prêts à passer votre vie sans récompense pour la personnalité. Quand l'expansion de la conscience permet de découvrir sa propre place dans le tout cosmique, la récompense devient visible. Cessez donc d'avoir peur. Souvenez-vous que la personnalité est seulement temporaire et que ses souffrances ont une importance relative. Le bien accompli en faveur de la Fraternité Universelle, la compréhension des lois et leur application dans la vie quotidienne peuvent faire

dire au Maître (finalement, quand tout est accompli) quelques mots d'approbation. Regardez droit devant vous, ni à droite, ni à gauche. Le Sentier conduit vers une plus rapide vibration et une sensibilité plus affinée. Cherchez un point d'équilibre dans votre travail et gardez-le, car il vous sera beaucoup demandé : beaucoup d'efforts, beaucoup de souffrance. (1-349)

Êtes-vous assez forts pour voir la misère du monde, pour assister aux désastres et demeurer dans la joie ? Pouvez-vous collaborer au travail de l'évolution de l'humanité et voir la nécessité d'un bouleversement, sans intervenir pour arrêter ce qui bouleverse le monde ? Des âmes choisies et éprouvées sont appelées à travailler dans le monde actuellement. Les Maîtres sont surchargés de travail; malgré cela, ils donnent tout ce qu'ils peuvent aux aspirants; c'est de ces derniers que dépend l'utilisation de ce qui leur est donné. Ceux d'entre nous qui veillons et guidons du côté intérieur de la vie réalisent, peut-être mieux que vous ne le pensez, quels sont votre fardeau et vos épreuves; nous connaissons vos infirmités et peut-être serons-nous capables un jour d'aider à construire des corps vigoureux propres au service du monde. (1-349)

Ceux qui ont la tâche de donner au monde un enseignement sur les Maîtres, et qui sont entraînés pour être des centres de contact, sont soumis à une discipline très sévère et ils apprennent par une dure expérience; ils apprennent à n'attacher aucune importance à être reconnus, à ne pas juger sur les apparences, mais par la vision intérieure. La capacité de comprendre le but du Maître et d'aimer son prochain est considérée comme de la plus grande importance. (1-350)

L'aspirant qui désire être choisi par un Maître pour un certain travail doit renoncer à tout désir du soi séparé et être prêt à payer chèrement la connaissance. S'il faut donner la preuve de l'existence du monde subjectif de la réalité, cette preuve doit être payée avec le sang, car seulement dans le « sang du cœur » s'acquiert le pouvoir qui pourra être exercé avec innocuité et sagesse. À mesure que vous étudierez les lois de la nature, vous comprendrez la nécessité de payer ce prix. Le développement spirituel du caractère du disciple doit être au niveau de sa connaissance intérieure. (1-350-351)

4. MÉTHODES ET OUTILS DE LIBÉRATION

Est-il possible de se libérer **complètement** de la peur ? (...) Il semble que oui, mais que, paradoxalement, on n'arrive à s'en libérer que lorsqu'on ne cherche plus à s'en libérer... Ce perpétuel *effort* pour parvenir à quelque chose, pour se réaliser, pour

acquérir est, selon Krishnamurti, « une des principales pierres d'achoppement dans la vie » (15-5). Tout effort renforce ce que l'on veut surmonter. (1-144)

NOTE : Attention au sens donné ici au mot « effort » par Krishnamurti. L'effort est ici consécutif à la poursuite d'un **désir** : le désir de parvenir à quelque chose de se réaliser, d'acquérir. (15-5)

4.1 LA RELATION AVEC LE SOI

Par le Soi. Maitreya désigne la monade ou étincelle divine, l'Absolu, qui se tient derrière la création et se reflète sur le plan de l'âme en tant qu'âme humaine individuelle. Le Soi est impersonnel. Seul le Soi existe, et il est l'ensemble d'entre nous. Il n'est pas affecté par la création, mais il l'observe et en fait l'expérience par l'intermédiaire de l'âme et de son propre reflet, l'homme ou la femme en incarnation. (8-175)

Le Soi n'est jamais l'auteur de l'action dans la conscience, le Soi observe simplement. La conscience éveillée, le Soi, peut reconnaître l'auteur de l'action, car dans cet état de conscience,, il y a compréhension, connaissance, sagesse et intelligence, et libres de tous les « ismes ».

Grâce à la conscience, le Soi réalise qu'il n'est pas l'auteur de l'action, mais le témoin de la création. Le Soi est témoin des fonctions du mental, de l'esprit et du corps, mais en est libre. Peut-il dans ce cas y avoir tension, confusion ou chaos ?

Lorsque la conscience des individus s'élargit, leur culpabilité s'atténue et ils peuvent alors réaliser que ce n'est pas le Soi qui est à l'origine de toute cette dévastation. Une telle situation a été créée par une force extérieure d'énergie destructrice qui les a aspirés dans la tempête du chaos et de la confusion. (Maitreya - 36)

La sensation qu'on éprouvera dans ce nouvel état de conscience peut être comparée à celle d'un lever aux premières heures du jour, lorsqu'on est entouré d'une atmosphère de calme et de tranquillité. Il en sera ainsi lorsque vous comprendrez et expérimenterez que vous n'êtes ni la création, ni l'univers, mais une étincelle totalement séparée, susceptible d'être les témoins sereins de l'accomplissement de l'œuvre de Dieu. Vous vous sentirez libre et lumineux. Vous n'êtes ni ceci, ni cela, vous faites simplement l'expérience de la vie. Aucune faute n'y est attachée. (Maitreya - 35)

Il existe de nombreuses techniques qui permettent d'atténuer graduellement l'effet de la peur, mais est-il possible de se libérer d'un seul coup de la peur ? Je pense que c'est possible si l'on parvient à établir une relation avec notre Soi en tant que Soi, et non avec cette accumulation d'expériences que nous appelons « moi », et où la peur est inévitable parce qu'elle est créée par la pensée; tout de ce « moi » est créé par l'idée que je me fais de moi-même. Est-il possible d'aller au-delà de ce « moi », et de faire directement l'expérience du Soi ?

Si nous y parvenons, nous découvrirons une vision totalement différente de la vie, une nouvelle capacité de vivre, de manière plus intense, plus éclatante, plus spontanée. Si nous pouvions simplement regarder ce qui se passe, ce qui *est*, sans condamner, sans juger, sans faire de comparaisons, sans entrer en compétition, sans se sentir supérieur ou inférieur – regarder, simplement regarder ce qui *est*, au moment où cela *est*, simplement le regarder, en faire l'expérience –, je pense que nous pourrions entrer en communion avec le Soi, qui est l'Être absolu, et connaître alors l'absence et le dépassement de toute peur.

Ce n'est pas quelque chose que le premier venu peut vous enseigner. Je vous recommande d'essayer de le faire, et de réaliser que vous y parvenez du fait même que vous le faites. Aussitôt que nous le faisons, nous y parvenons. Nous ne pouvons y parvenir avant que nous ne l'ayons fait. Ce n'est pas une technique ou une pratique, c'est simplement ne rien faire du tout, simplement être *qui* nous sommes. Lorsque nous sommes qui nous sommes, nous savons tout ce qu'il y a à savoir. Lorsque nous sommes libérés de la peur, du désir, de l'aspiration, nous n'avons plus besoin de rien ni de personne, nous pouvons entrer en contact avec n'importe qui, que ce soit une personne ou des milliers de personnes. Nous pouvons établir un rapport avec eux, exactement comme ils sont et comme nous sommes, sans le sentiment d'être séparés, d'être supérieurs ou inférieurs, sans juger, sans permettre à notre conditionnement (à la compétition, à la comparaison) de s'interposer entre eux et nous. Nous découvrons alors que nous vivons dans un état de joie permanente. C'est cela la joie. (14-13)

Vous ne pouvez commencer à faire l'expérience du Soi que lorsque vous allez au-delà de la pensée. Vous faites alors l'expérience du réel, qui est l'état premier, la nature du Soi, et qui est *vous*. Vous êtes le créateur de l'univers. Rien n'existe d'autre. Mais vous devez vous libérer des identifications erronées.

Ce n'est pas quelque chose qui s'acquiert par le savoir; l'expérience du réel ne requiert aucune acquisition de savoir. C'est pourquoi un petit bébé, qui n'a acquis aucune « connaissance », n'est pas encore allé à l'école, n'a pas vu ses schèmes de

connaissance déformés, est un être neuf qui ne *pense* pas, mais expérimente de manière directe, comme l'âme fait l'expérience de son propre Être. C'est ainsi que vous devez être, comme des petits enfants, directs, sans aucune idée préconçue, aucune construction mentale, parce que chaque pensée devient une entrave à l'expérience du réel, c'est-à-dire du Soi.

Le but de la vie est de devenir libre à tous égards, d'acquérir une totale liberté, afin que le Soi puisse agir librement par l'intermédiaire de ses véhicules. C'est parce qu'il est libre qu'un être comme Saï Baba peut matérialiser tout ce qu'il veut par la pensée. S'il avait des peurs, il ne pourrait pas le faire. Seule la liberté nous donne le pouvoir d'agir comme Dieu, car nous *sommes* Dieu lorsque nous sommes libres. Par essence, nous sommes Dieu, mais il nous faut trouver notre chemin de retour vers Dieu en nous identifiant correctement avec lui. Si vous me demandez : « Et si j'ai peur d'abandonner mon identification avec cet aspect inférieur de moi-même ? » Je vous répondrai : « Bon, et alors ? » Si cela ne vous intéresse pas, si vous jugez cela trop pénible, eh bien vous ne le ferez pas. Mais si vous voulez vous libérer de la peur, il vous faut apprendre à mourir à vos désirs, ces désirs qui résultent d'une identification erronée. Nous avons des désirs parce que nous nous identifions avec notre nature astrale, mais si nous nous détachons de notre nature astrale, nous constaterons que ces désirs s'évanouissent, tout simplement. Nous n'avons pas à les surmonter, ils n'existent plus. Nous les avons remplacés par autre chose, par une énergie plus puissante : l'énergie du Soi. (14-20)

En nous identifiant avec l'absolu, nous constaterons que nous connaissons toutes les réponses à toutes les questions que nous puissions jamais nous poser. (14-17)

Le Soi est présence, conscience et lumière; présence dans le temps, conscience dans l'éternité, et lumière. Maitreya a déclaré : « Nous sommes tous des étincelles du Tout-Puissant. » ((39)

Q : Peut-on faire l'expérience du Soi à tous les niveaux d'évolution, quel que soit le degré d'initiation ?

B.C. : Nous pouvons faire l'expérience du Soi quel que soit notre niveau d'évolution. Le Soi est la nature même de l'être humain. Tout bébé fait l'expérience de lui-même en tant que Soi (qu'il soit de degré 0,7 ou qu'il ait reçu la 3^e initiation), jusqu'à ce qu'il ait appris autre chose, qu'il ait été conditionné à avoir peur, à se centrer sur ses désirs. La puissance de sa nature de désir dépend de son niveau d'évolution. Naturellement, l'expérience du Soi d'une personne de niveau 0,5 et celle d'un initié du 4^e degré seront

totale­ment différentes. C'est inévitable, car toute initiation confère à l'initié une plus grande conscience et une intelligence plus profonde du mental du Logos, la source du Soi. Mais quel que soit votre niveau, votre expérience du Soi peut être directe. Il faut simplement qu'elle ne soit pas influencée par la pensée ou par la peur. (14-21)

Lorsque vous soumettez le Soi au mental, à l'esprit et au corps, tout devient prédéterminé. Par contre, tout ce que vous accomplissez dans la conscience du Soi n'est pas prédéterminé, car vos actes ne sont pas, dans ce cas, le fruit du conditionnement. (35)

La première pensée est la pensée du « je ». Aussitôt que l'enfant se perçoit lui-même comme une entité séparée, l'ensemble du processus s'échafaude. Sans la pensée du « je », il n'y a pas de séparation. (14-21)

4.2 SAVOIR OBSERVER

Mais pour devenir conscient de quelque chose, ne faut-il pas d'abord y porter son attention ? Cela est-il suffisant pour se libérer de la peur ? Ou cette attention, cette observation, doit-elle avoir une qualité particulière ?

Il semble que cette observation doive s'effectuer de manière absolument détachée, sans poursuivre de but autre que d'observer de la manière la plus totale, c'est-à-dire sans vouloir changer quoi que se soit. C'est être vertueux pour la vertu elle-même, et non pour ce qu'elle pourrait susciter – c'est-à-dire en ne s'attachant pas au résultat de nos actes « vertueux ». Il faut observer sans prendre parti, sans interpréter, sans juger, justifier, condamner. Ce n'est qu'ainsi que nous pourrons peut-être pénétrer dans cet au-delà libérateur. Cela nécessite une méditation profonde, non un acquiescement verbal ou une dénégation. Par cette observation impartiale, la porte pourra peut-être, s'ouvrir pour vous, et vous saurez ce qu'est cette dimension en laquelle il n'y a pas de conflits et pas de temps. (44-41)

C'est par l'observation correcte que la nature transitoire de la vie est révélée. (...) La pratique du discernement est le moyen permettant cette analyse. (22-6)

Le grand secret de la transformation consiste à rediriger la pensée, à l'éloigner de nous-mêmes, pour la focaliser sur les besoins du monde. Plus nous nous engagerons dans une activité de service et répondrons aux besoins du monde, plus nous serons en bonne santé, heureux et sereins. (23-23)

Ce qui importe, ce n'est pas d'observer une philosophie de la vie, mais d'observer ce qui a lieu, en toute vérité, dans notre vie quotidienne, intérieurement et extérieurement (...) car il n'y a pas deux processus, l'un extérieur et l'autre intérieur, mais un seul processus unitaire, un seul mouvement entier, total : le mouvement intérieur s'exprimant en tant qu'extérieur, et l'extérieur réagissant à son tour sur l'intérieur.

Être capable de regarder tout cela me semble être la seule chose dont nous ayons besoin, car lorsque nous savons regarder, l'ensemble devient très clair, et regarder n'exige ni philosophie, ni maître. Il n'est guère utile qu'on vous dise *comment* regarder : regardez et voilà tout. (15-16)

Je vois alors le fait lui-même; je vois en toute réalité ce qui est; je le vois sans plaisir ni déplaisir; je l'observe, et lorsque se produit une telle observation, c'est l'image toute entière qui m'apparaît, non un simple fragment. Cette vision est un état de liberté.

La vérité est ce qu'on voit en totalité. Y parvenez-vous ? La plupart d'entre nous en sont incapables, n'ayant jamais abordé ce problème assez sérieusement : ils ne se sont jamais vus eux-mêmes, jamais, blâmant les autres, noyant la question sous des explications, ou ayant peur de se regarder. Mais si vous vous percevez totalement, avec toute votre attention, tout votre être, tout ce qui est vous, vos yeux, vos oreilles, vos nerfs; si vous vous abandonnez à votre propre présence, il n'y a pas de place pour la peur, pas de place pour des contradictions, donc pas de conflits. (15-16)

Si nous pouvions simplement regarder ce qui se passe, ce qui est, sans condamner, sans juger, sans faire de comparaisons, sans entrer en compétition, sans se sentir supérieur ou inférieur – regarder, simplement regarder ce qui est, au moment où cela est, simplement le regarder, en faire l'expérience –, je pense que nous pourrions entrer en communion avec le Soi, qui est l'Être absolu, et connaître alors l'absence et le dépassement de toute peur. (15-16)

Cette attention totale fait que l'espace entre l'observateur et la chose observée disparaît. Il devient la chose qu'il observe. Lorsque l'observateur observe « de tout son être », il disparaît pour ne faire qu'un avec ce qu'il observe : « il n'y a plus du tout d'observateur. » (15-17)

NOTE : L'observateur peut être soit la personnalité, soit l'âme. Il est au départ la personnalité, pour ensuite devenir l'âme, et c'est à ce moment que la division ou le dédoublement cesse; l'observé et l'observateur ne faisant alors plus qu'un. C'est pourquoi il peut être dit qu'« il n'y a plus du tout d'observateur. » (15-17)

Cette qualité d'attention, qui est à la fois un état de total abandon, fait apparaître la beauté intrinsèque de ce qui est observé. Et cet état de vision réelle est l'amour.

Autrement, nous ne vivons qu'avec des images fabriquées par notre esprit, par notre mémoire, et non par la réalité : « Il n'y a en vous que des images, et elles créent un espace entre vous et ce que vous observez, un espace source de conflits.

Tous les rapports que nous entretenons avec ce qui nous entoure sont dénués de réalité. Tous nos rapports sont imaginaires, en ce sens qu'ils s'établissent sur des images que forme la pensée. Il en est de même de nos rapports avec nos proches. Si j'ai une image de ce que vous êtes et si vous en avez une de ce que je suis, il est évident que nous ne nous voyons pas tels que nous sommes. Ces images réciproques nous empêchent d'être en contact, et c'est pour cela que nos rapports s'altèrent. (15-17)

Tout mouvement de l'observateur, s'il ne s'est pas rendu compte qu'il est l'observé, ne peut créer que de nouvelles images, où il se retrouve captif. Mais que se passe-t-il lorsque l'observateur est conscient d'être observé ? Examinez cette question lentement, très lentement, car nous entrons maintenant dans quelque chose de très complexe. Que se passe-t-il ? L'observateur ainsi conscient (ne serait-il pas devenu l'âme ?) n'agit plus du tout. (15-17)

Lorsque l'observateur (l'âme) se rend compte que ce sur quoi il agissait n'était autre que lui-même en sa qualité d'observateur (la personnalité) tout conflit cesse entre lui et ses images. Il est cela, il n'en est pas séparé. Lorsqu'il s'en séparait, il agissait ou essayait d'agir sur ce qu'il voyait, mais maintenant, sachant que ces tentatives s'exerçaient sur lui-même, le plaisir et le déplaire ne sont plus en jeu, et le conflit cesse. (15-18)

Revenons à l'observateur devenu conscient : Que peut-il faire ? Que peut-on faire au sujet d'une chose qui est soi-même ? On ne peut ni se révolter contre elle ni la fuir, ni même l'accepter. Elle est là. Alors toute action qui provient du plaisir et du déplaire parvient à sa fin (conclusion), et on découvre une lucidité qui est devenue extrêmement vivante. Elle n'est tributaire ni de l'activité d'un centre, ni d'images. De son intensité se dégage une attention d'une qualité telle que l'esprit – qui est cette lucidité – devient extraordinairement sensitif et hautement intelligent. (15-18)

Il faut en arriver à observer la peur elle-même, en oubliant le mot qui la désigne, car le mot renferme en lui-même une certaine énergie. Pouvez-vous, par exemple, penser à

la mort sans le mot qui engendre la peur de la mort ? Ce mot suscite une vibration particulière, de même que le mot amour qu'accompagnent ses propres images. (15-18)

L'observateur n'est-il rien que du passé, ou est-il une chose vivante ? (...) Êtes-vous, vous l'observateur, une entité morte essayant d'observer une chose vivante, ou un être vivant qui observe une vie en mouvement ? Remarquez que dans l'observateur ces deux états existent.

RAPPEL : L'observateur peut être soit la personnalité, « un paquet d'idées et de mémoires sans validité ni substance », soit l'âme. Il est au départ la personnalité, pour ensuite devenir l'âme, et c'est à ce moment que la division ou le dédoublement cesse; l'observé et l'observateur ne faisant alors plus qu'un. C'est pourquoi il peut être dit qu'« il n'y a plus du tout d'observateur ». (15)

4.3 SE QUESTIONNER

Notre question est donc : nous est-il possible de vivre complètement, totalement dans le présent ? Ce n'est qu'ainsi qu'on s'affranchit de la peur. Mais pour le comprendre, vous devez comprendre toute la structure de la pensée, de la mémoire, du temps, et cela, non pas intellectuellement, non pas verbalement, mais en toute vérité, avec votre cœur, avec votre esprit, avec vos entrailles. Alors serez-vous libérés de la peur; alors pourrez-vous, sans engendrer de la peur, vous servir de la pensée. » (15-9)

Qu'est-ce qui peut nous permettre d'aller au-delà des mots, au-delà de la connaissance théorique, au-delà du connu ? Comment pouvons-nous pénétrer dans cette zone de conscience globale où nous ne sommes plus enchaînés par quoi que ce soit, où nous sommes totalement libres ? (15-5)

Une question que nous devons aussi nous poser est la suivante : voulons nous vraiment nous libérer de la peur, ou préférons-nous nos chaînes ? Nous aimerions bien nous libérer des sentiments ou souvenirs pénibles et conserver ceux qui nous sont agréables. Mais rejeter les uns et retenir les autres est impossible, car, ainsi que nous l'avons vu, la douleur est inséparable du plaisir. (15-15)

Il n'existe en nous qu'une seule peur totale, mais comment, habitués comme nous le sommes à une pensée compartimentée, pouvons-nous en avoir une vue d'ensemble ? Cela nous est-il possible ? Ayant vécu une existence émiettée, nous ne voyons pas la peur totale, car le processus de cette machinerie qu'est la pensée consiste à tout émietter. (15-19)

Pourquoi aspirons-nous ? Quel est le mécanisme de cette aspiration ? Pourquoi désirons-nous que la vie soit différente de ce qu'elle est ? Nous tentons de faire de la vie une image que nous projetons dans le futur. Cela nous terrorise et crée une situation où la peur devient inévitable, car la compétition engendre la confrontation, et donc le conflit, et où il y a conflit, il y a peur. Nous sommes comme des adversaires placés dans une arène, et on nous apprend dès la tendre enfance que c'est là le cours normal des choses. (14-9)

Est-il possible de faire l'expérience de la vie avec ses interactions et ses relations, et de la traverser sans faire l'expérience de la peur (la peur psychologique), sans entrer en compétition, et donc en conflit : tout conflit, toute opposition entraînant la peur ? Est-il possible de vivre sans rien désirer du tout ? Parce que si nous y arrivons, nous serons libérés de la peur. Nous serons libres, tout simplement. Si nous pouvons vivre sans être gouvernés par le principe du désir, nous pourrions vivre librement, sans peur. (14-9)

Est-il possible, en regardant la peur d'une certaine façon, de ne pas lui donner de l'énergie, de ne pas la prolonger ? Lorsque nous la laissons s'exprimer ou tentons de l'éviter, lorsque nous essayons de lui échapper ou de la contrôler, lorsque nous tentons de l'inhiber, nous lui donnons de l'énergie pour croître ou subsister, et elle ne disparaît donc jamais. Pouvons-nous la regarder d'une telle façon, qu'elle disparaisse de son propre chef. (14-10)

Mais pouvons-nous, au contraire, ne pas fuir la peur, mais simplement la regarder, sans la condamner, sans la fuir, sans la critiquer, sans nous critiquer nous-mêmes, sans nous dire : « Je ne devrais pas ressentir cette peur. Je suis grand maintenant, et cette peur est enfantine, etc. » Cette peur n'est enfantine que parce qu'elle a été introduite en nous durant l'enfance. Nous appelons le bonheur, le plaisir, l'absence de peur, l'absence de douleur. Nous construisons un portrait, une image de la vie telle que nous voudrions qu'elle soit. (14-11)

Mais est-il possible d'envisager la vie sans désirer avoir cette connaissance ? Parce que toute cette connaissance est le résultat d'une expérience passée; c'est du domaine de la mémoire, c'est mort. Ce n'est pas un processus vivant; c'est le passé. C'est un acte de notre pensée que nous projetons alors comme une image, une construction de nous-mêmes. (14-12)

Est-il possible de modifier notre vision de nous-mêmes, d'arrêter de nous identifier avec ces véhicules : le mental, le corps, et les émotions ? Parce que si nous le pouvions, nous nous libérerions immédiatement de toute peur. (14-13)

Considérez les pensées que vous avez de vous-mêmes et demandez-vous : Qui suis-je ? Qui fait l'expérience de ces pensées ? (14-13) Quelle est la raison de ma souffrance ? Comment y mettre fin ? Ainsi commence l'éternel quête. (22-5)

Demandez-vous qui a peur ? Cherchez qui, exactement, fait l'expérience de cette peur. Demandez-vous : Qui suis-je ? Qui éprouve cette peur ? C'est moi qui la ressens, alors qui suis-je ? Cherchez à découvrir le « Qui suis-je ? » Remontez le cours de cette pensée et voyez qui fait cette recherche. Cela vous mettra en contact avec le Soi. (8-329)

Remontez le cours de cette pensée, et trouvez-en la source. Cela vous reliera à votre Soi, détournera votre attention de votre identification avec la peur – mais vous devez pour cela vous détacher de la peur, c'est un processus de détachement. (14-25)

Cette peur, cette ambition, ces manières pompeuses, est-ce-moi ? Non, bien sûr. La nature de l'humanité est la joie. Tout ce qui inhibe cette joie est mirage. (24-25)

Est-ce que je m'identifie avec le Soi, ou avec ses véhicules ? Si vous vous identifiez avec le Soi, vous n'avez pas besoin de vous poser cette question, vous en connaissez déjà la réponse. Si vous devez vous poser cette question, c'est que vous ne vous identifiez pas avec le Soi. (14-17)

Vous devez apprendre à ne pas être, *car vous n'êtes pas*. S'il vous est possible d'accepter ce fait, si vous pouvez vous examiner et réfléchir clairement sur la réalité ou l'irréalité de cette image de vous-même, si vous pouvez vous rendre compte qu'elle s'est construite par l'assemblage de souvenirs, alors vous réaliserez que cela est tout ce que *vous* êtes, un paquet de souvenirs, souvenirs du temps de vos études, de votre mariage (...) Vous prenez-vous pour la mémoire ? Comment la mémoire peut-elle avoir peur ? Mais si vous vous identifiez avec la mémoire, et bien alors vous êtes la mémoire. Si vous vous identifiez avec la peur, vous êtes la peur. Donc, ce qui vous reste à faire est d'admettre que vous regardez quelque chose qui n'est pas là. Je ne suis pas là. Je n'existe pas. Mais alors qu'est-ce qui est là ? Et c'est là que commence la méditation. (8-337)

4.4 UTILISER LA PRIÈRE POUR LE NOUVEL ÂGE

Cette prière conduit à la conscience du Soi, et la conscience du Soi est l'étape nécessaire à la réalisation du Soi. Vous ne pouvez réaliser le Soi si vous n'êtes pas conscients du Soi, et Maitreya a affirmé que vous ne pouvez devenir conscients du Soi si vous ne respectez pas le Soi. (14-18)

Plus le disciple est évolué, mieux il utilisera ce mantra pour ce à quoi il est destiné, c'est-à-dire amener le disciple à s'identifier avec le Soi. Le Soi est toujours présent. Nous n'en sommes pas conscients à cause d'une identification erronée. Il nous faut modifier notre point de vue, passer d'une identification avec le relatif à une identification avec l'absolu, ne plus nous identifier avec le véhicule, mais avec celui qui l'utilise, le Soi. (14-19)

Cette prière nous est présentement donnée à cause de la présence de Maitreya dans le monde, et parce qu'il peut maintenant stimuler très fortement les disciples à travers le monde, les disciples par lesquels il doit travailler. (14-19)

Je vous suggérerais donc d'utiliser la *Prière pour le nouvel âge* donnée par Maitreya, et d'observer ce qui se passe. (14-17)

PRIÈRE POUR LE NOUVEL ÂGE



Je suis le Créateur de l'univers.

Je suis le Père et la Mère de l'univers.

Tout vient de Moi.

Tout retournera à Moi.

Le mental, l'esprit et le corps sont Mes temples,

pour que le Soi réalise en eux

Mon Être Suprême et Mon Devenir.

NOTE : Il est suggéré de dire cette prière avec l'attention focalisée au centre ana - le centre du mental - et en s'identifiant à la parcelle divine en nous ou à l'Un dont nous faisons partie.

La grande prière, ou affirmation, nous est transmise pour que chacun l'utilise. Bien entendu, vous pouvez l'utiliser à différents niveaux. La personne de type dévotionnel l'emploiera de la même manière qu'elle dirait le *Notre Père*, c'est-à-dire : « Donnez-moi, donnez-moi, donnez-moi. Pardonnez-moi, pardonnez-moi. » Il en est de même pour la *Prière pour le nouvel âge*. Vous pouvez la dire mécaniquement, ou bien de manière à ce qu'elle comble réellement tous les désirs astraux que vous n'avez jamais eus. C'est ainsi qu'elle sera probablement utilisée au cours du millénaire à venir. Cependant, il existe une autre manière de la dire, qu'il m'est impossible de vous enseigner, qui est la bonne manière, et qui consiste à en faire l'*expérience* tout en la disant. Vous devez en faire l'expérience; rien ne se produit tant que vous n'en faites pas l'expérience. Vous devez *être* le Soi, au moment où le véhicule prononce le mantra. Vous ne pouvez devenir que *ce que vous êtes véritablement*. Il n'y a rien à apprendre. (14-18)

Vous pouvez la réciter de façon mécanique, ou bien en faire l'expérience en la récitant. En la disant, sentez que son action produit l'alignement, et donc l'identification, avec l'âme. Si vous expérimentez Cela, vous constaterez que vous ne vous identifiez plus avec les véhicules du Soi, avec ce corps, ce mental, ces formes-pensées créées par le mental. Vous croyez être est le produit de ces formes-pensées, composées du souvenir de vos expériences vécues depuis l'enfance jusqu'à maintenant; vous croyez que cela est votre « moi ». Mais vous réaliserez soudainement que ce « moi » n'a aucune réalité. Seule existe une mémoire des expériences vécues, certaines douloureuses, certaines effrayantes, certaines agréables. Nous évitons les unes, et recherchons les autres. Voilà en quoi se résument nos vies en tant que « moi ». Cela résulte d'une identification erronée, avec les véhicules du Soi plutôt qu'avec le Soi. Par le Soi, Maitreya désigne l'âme, une réflexion exacte de l'Être suprême lui-même, qu'il appelle « le Seigneur ». L'existence du Seigneur est éternelle et absolue, et telle est notre véritable nature. (14-17)

4.5 LA DISCIPLINE

Entraînez-vous à mourir quotidiennement, et devenez des experts ! (...) Comment y arriver ? Si c'était facile, tout le monde le ferait. En fait c'est facile, mais ça requiert de la discipline, et la plupart des gens n'aiment pas la discipline. Ce n'est pas une question de vouloir, car plus vous voulez, moins vous réussissez. Ce n'est pas une question de désir, mais de discipline, d'être capable de mourir, d'abandonner le principe du désir, d'arrêter de vouloir, d'être dans un état de silence intérieur. Ou vous retrouvez cet état de silence intérieur et êtes alors dans le Soi, ou il y a mouvement : le mouvement du désir. (14-22)

Le disciple est celui qui accepte les disciplines de la vie. Voilà pourquoi on vous appelle des disciples. Vous devez intégrer en vous les disciplines qui conduisent à la réalisation du Soi. Pour cela, il vous faut mourir à vos propres désirs. Pour la plupart des gens, cela passe par le sacrifice de soi. (14-32/33)

La discipline de l'équilibre est engendrée et entretenue par le détachement. 918-12)

Maitreya suggère trois disciplines pour amener l'homme à l'état de conscience qui lui permettra de se percevoir en tant que Soi : l'honnêteté du mental, la sincérité de l'esprit, et le détachement. (26-9)

Ceux qui ont la tâche de donner au monde un enseignement sur les Maîtres, et qui sont entraînés pour être des centres de contact, sont soumis à une discipline très sévère et ils apprennent par une dure expérience; ils apprennent à n'attacher aucune importance à être reconnus, à ne pas juger sur les apparences, mais par la vision intérieure. La capacité de comprendre le but du Maître et d'aimer son prochain est considérée comme de la plus grande importance. (1-350)

4.6 LE CADRE THÉRAPEUTIQUE

Dans ces centres [créés ou à être créés par Maitreya et ses *swamis*, ou disciples proches], on enseigne aux jeunes – si on peut utiliser le terme *enseigner* – l'estime d'eux-mêmes, c'est-à-dire qu'on les place dans une situation où ils peuvent éprouver, peut-être pour la première fois dans leur vie, de l'estime envers eux-mêmes. Il peut s'agir de jeunes victimes de la drogue, de l'alcool, de jeunes issus de foyers brisés, ou ayant exercé des activités criminelles ou de vandalisme, etc., et que la société considère comme désadaptés. Ils sont rassemblés dans ces centres, qui constituent, en quelque sorte, un cadre thérapeutique pour leur psychique. On leur enseigne ce que d'autre, vivant dans des situations différentes, considèrent comme naturel, c'est-à-dire l'estime de soi, car sans cette estime aucun progrès ne peut être accompli. Ces individus manquent d'estime d'eux-mêmes, c'est pourquoi ils commettent des crimes. (14-18)

Si votre peur est si envahissante que vous n'avez plus aucun moyen d'y faire face ou de la maîtriser, et que vous n'arrivez plus du tout à vivre votre vie, peut-être devriez-vous consulter un psychiatre pour obtenir de l'aide. (14-23)

4.7 LA CONFIANCE

Les pas de l'homme s'orientent, avec une assurance et une audace croissantes, vers l'unité et la justice, vers la coopération et le partage, vers la simplicité et la confiance.

Qu'une telle confiance soit nécessaire est indéniable. Rien ne peut être accompli tant que des rapports de confiance ne sont pas établis. Jusqu'à maintenant, l'absence de confiance a entravé la réalisation des plus hautes aspirations de l'homme, divisant les nations et mettant en péril l'avenir de la race.

La confiance, qui est le reflet de l'amour, surgit de manière spontanée lorsque la peur décroît. Seule la confiance peut engendrer une coopération produisant des miracles, et conduisant à des initiatives qui, autrement, seraient impossibles.

Ainsi en est-il aujourd'hui dans le monde. Sous l'impulsion et l'inspiration du Christ, les dirigeants des nations se laissent gagner par la confiance. Beaucoup reste à faire mais, déjà, les signes sont manifestes, que chacun peut percevoir.

À un niveau individuel le besoin de confiance est primordial. Rien ne corrompt tant les relations que l'absence de ce précieux joyau. Il importe peu que la confiance soit entamée ou trahie. La confiance engendre la confiance et permet au doux courant de l'amour de suivre son cours.

Peu d'hommes aujourd'hui sont capables de concevoir un monde dans lequel règne véritablement la confiance. Peu nombreux sont ceux qui peuvent se représenter le calme, ressentir la beauté d'une telle époque.

Faites cela, et entrevoyez un monde dans lequel la confiance non corrompue de l'enfant s'épanouit à nouveau en l'homme libéré de la peur. Dans un tel monde, tout devient possible. C'est au seuil de ce monde que se trouve l'homme, aujourd'hui. (34-1, article du Maître de Benjamin Creme pour ce numéro de la revue *Partage International*)

Nous pouvons suivre les conseils de Maitreya, qui nous dit : « Faites-moi confiance, faites confiance à la vie, faites-vous confiance, faites confiance à votre divinité intérieure, et partagez entre vous les ressources de la Terre. » Aussitôt que nous accepterons le principe du partage, et créerons du fait même la justice dans le monde, nous assisterons, je crois, à la fin de la compétition (et de la peur). (15-25)

(...) ce qu'on appelle généralement « la confiance en soi » [il s'agit ici du petit soi, celui de la personnalité, et non du Soi en tant qu'étincelle divine] (...) n'existe pas. Il y a seulement peur ou absence de peur. La confiance en soi n'est pas la confiance dans le Soi. C'est la confiance de celui qui agit par expérience, qui s'appuie donc sur le passé, sur la connaissance issue d'un savoir-faire acquis; la confiance de celui qui agit avec sa connaissance limitée de la vie, sa capacité limitée de faire l'expérience de la vie dans un sens plus large; de celui qui peut exprimer cette expérience limitée à travers une forme sur le plan physique, se reliant ainsi facilement aux gens, aux circonstances, aux événements et aux structures du monde. C'est le propre de l'individu extraverti, ayant un contact plutôt limité avec son âme personnelle. (8-331)

Le calme se réfère aux conditions nécessaires au corps astral ou émotionnel; et la confiance, manifestation extérieure de la foi intérieure, signifie la confiance du mental. En vous rappelant cette citation, je vous ai donné les règles pratiques qui devraient gouverner la vie de votre personnalité au cours de ces prochains mois. Le calme conduit à la réflexion correcte dans l'étang paisible de la vie émotionnelle et cela dans la lumière de l'âme. La confiance est l'expression de la personnalité qui met sa foi dans l'existence de l'âme et dans celle du Plan. (42-339, Janvier 1939)

Alors que j'entreprends [c'est le Maître Djwal Khul (appelé aussi *le tibétain* ou DK) qui s'exprime] la tâche de vous préparer à une utilité future accrue et à une coopération plus étroite, je dois forcément prendre moi-même certains risques; il doit donc s'établir entre nous une confiance qui sera fondée, non sur le secret et les réticences, mais sur la vérité et la compréhension. (43-4, Janvier 1940)

4.8 LE DÉTACHEMENT VERSUS LE NON-ENGAGEMENT

Q : Pouvez-vous mettre en évidence la différence entre le détachement et le non-engagement ?

B.C. : Le détachement, c'est l'engagement sans l'attachement. Mais le non-engagement, c'est de l'attachement. On ne peut professer un non-engagement envers quelque chose sans y être attaché. Vous n'avez pas le choix de ne pas vous « engager » dans la vie, vous ne pouvez échapper à cet engagement. Vous pourriez être un ermite dans l'Himalaya, vivre dans une grotte et avoir choisi de ne pas vous « engager » dans la vie, mais y être toujours attaché. (14-31/32)

C'est d'ailleurs pourquoi il vous aurait fallu aller vivre dans une grotte. Aussitôt que vous cherchez à éviter quelque chose, il y a conflit. Ce conflit, c'est votre attachement. Le détachement est quelque chose de complètement différent. Le détachement, c'est

d'être capable de vivre dans la vie sans vouloir la posséder, sans en rien désirer du tout. (14-32)

Cela ne signifie pas que vous ne voulez pas manger, car vous avez un corps physique qui a besoin de nourriture. Cela ne signifie pas que vous ne voulez pas d'argent, car il vous faut payer votre loyer, le transport et les frais de scolarité de vos enfants. Cela ne signifie pas être inconscient ou inintelligent. Mais cela veut dire ne pas être possessif, ne pas s'accrocher aux choses, ne pas les posséder. On ne peut d'ailleurs jamais posséder vraiment quoi que ce soit. Ce genre de possession, de possessivité, que cela concerne des gens ou des choses, c'est de l'attachement. Le détachement en est juste l'opposé. C'est d'être capable de dire non, de renoncer, de s'éloigner, de ne pas désirer, même le plus grand plaisir au monde. Voilà ce qu'est le non-attachement. (14-32)

Q : Le non - engagement fait-il partie des paires d'opposés ?

B.C. : Oui bien sûr, absolument. Ne pas s'engager implique un choix. S'il y a choix, il doit y avoir conflit. Sinon, il n'y aurait pas de choix. (14-32)

4.9 LE PROCESSUS DU DÉTACHEMENT, L'HONNÊTÉTÉ DU MENTAL ET LA SINCÉRITÉ DE L'ESPRIT

Q. Quelle différence y a-t-il entre l'honnêteté dans le mental et la sincérité de l'esprit ?

R. Selon moi, être sincère dans l'esprit consiste à avoir une attitude générale de sincérité, c'est-à-dire être direct, ouvert, spontané et inclusif, ce qui constitue l'expression naturelle de son expérience de la vie. Être honnête dans le mental signifie, me semble-t-il, avoir la capacité de penser et d'exprimer les choses de façon véridique. Spontanément, on ne devrait pas s'illusionner sur soi-même, ou tromper les autres, en pensant qu'on est différent de ce qu'on est. Ces deux qualités ont bien entendu des liens étroits. Ce sont des corollaires, l'une engendrant l'autre. (17-41)

Pour pratiquer l'honnêteté du mental, par exemple, il est indispensable d'accepter de se voir sous un jour peu flatteur. Si vous exagérez ou essayez de vous leurrer vous-mêmes à propos de quelque chose, un examen attentif de vos mobiles par le mental, pourra vous révéler votre dépendance envers l'approbation des autres, ou votre peur du ridicule, ou encore votre désir de masquer des sentiments d'envie ou de jalousie. Il vous faut du courage pour accepter de vous voir tel que vous êtes réellement, et si vous vous observez régulièrement avec le détachement désintéressé de celui qui observe une personne inconnue, votre courage s'en trouvera renforcé. Maitreya va cependant plus loin, en affirmant qu'un mental honnête est un mental libre de tout

« isme », et des croyances adoptées sans réfléchir et parfois sans en connaître l'origine. La sincérité d'esprit concerne la vie des sentiments, lesquels sont alors perçus, vécus et reçus tels qu'ils sont réellement. Selon Maitreya, les relations caractérisées par une communication de cœur à cœur illustrent la manière d'exprimer une telle attitude. (21-9)

La sincérité de l'esprit, c'est lorsque votre discours provient du cœur, que vous êtes absolument sincère et en accord avec qui vous êtes et ce que vous êtes, sans prétention ni mirage. (25-10)

Le détachement est la « drogue » la plus puissante. Il est tellement efficace qu'il immunise le Soi contre les opérations et les actes du mental, de l'esprit et du corps.

Apprendre le détachement est tout un art. En restant détaché, le scientifique apprendra (les lois de la création) et les appliquera, créant les choses qui constituent le travail de Dieu. L'artiste, en restant détaché, sera à même de décrire Dieu à travers ses propres expériences. (37)

Je dirais que la base de son enseignement (à Maitreya) est de cultiver le détachement. Le pardon ne devient possible qu'à cette condition, et avec la pratique d'une identification correcte. (9-175)

Le problème n'est pas tant de se détacher de dépendances spécifiques, l'une après l'autre, que de cultiver une attitude générale de détachement. Si nous sommes *vraiment* détachés, le problème de la « lutte contre le désir » ne se pose pas. Une attitude de lutte génère le conflit et aggrave le problème. Le détachement est le résultat du retrait de l'attention (donc de l'énergie) et de l'effort déployé en vue de surmonter ce mauvais penchant. Le but est de découvrir *qui* est attaché. (9-174)

Ainsi vous pouvez faire de votre mieux dans une situation donnée tout en vous détachant du résultat, convaincu d'avoir fait tout ce qui était possible. Aux yeux de Maitreya, rien ne peut libérer l'homme sinon détachement. C'est le détachement qui crée l'espace où le Soi peut se manifester en tant que conscience. (21-9)

Le détachement conduit à l'absence de peur – Maitreya a déclaré : « Observez le mental, l'esprit et le corps d'un petit bébé, qui est honnête, sincère et détaché. Le bébé, dans son innocence, aime aller partout, sans peur. Chacun d'entre nous est passé par cet état d'intégrité. (18-11)

Il est difficile de devenir détaché, mais c'est absolument essentiel à l'évolution. Le détachement se produit par une expansion de conscience qui s'opère lorsque l'âme s'empare de ses véhicules, et par sa réalisation que nous ne sommes pas ce corps physique, ces émotions, ces élucubrations de notre mental, mais que le véritable individu est ce qui se trouve à l'arrière plan et utilise ces véhicules pour s'exprimer. (19-24)

Le détachement ne se mesure pas à la capacité de se tenir à une certaine distance de sa famille ou de ses amis. (...) « Le détachement implique, avant tout, la conscience de l'imperfection fondamentale de toutes les choses matérielles. » (22-6)

Le détachement peut être compris comme : « la prise de conscience du fait que nous ne sommes ni notre corps, ni nos sentiments, ni notre mental : le renoncement progressif à ce genre d'identification. » (22-7)

La prise de conscience de l'attachement génère sa propre énergie qui peut amener un détachement instantané. Tout effort pour pratiquer le détachement ou le comprendre intellectuellement est simplement un essai vain, visant à comprendre quelque chose qui ne peut être saisi que par *l'expérience*. C'est l'expérience elle-même qui apporte la compréhension et rend « réelle » l'idée de détachement. Dans la prise de conscience il n'y a pas de devenir, il n'existe aucune fin à obtenir. Il y a une observation silencieuse sans choix ni condamnation, d'où naît la compréhension. » (22-7)

Ce que vous devez apprendre dans votre vie est le détachement. Pour pratiquer le détachement comme un disciple doit le faire, il vous faut renforcer votre volonté *d'être*. (42-375, Novembre 1937)

4.10 LA DIVINE INDIFFÉRENCE

L'impersonnalité. (...) Vous devez vous efforcer de considérer avec une « divine indifférence » complète et soigneusement développée ce qui est dit ou suggéré par tout frère de votre groupe. Notez que j'emploie le terme « divine », car c'est là que se trouve le secret de l'attitude nécessaire. Il s'agit là d'une chose différente de l'indifférence consistant en un manque total d'intérêt, ou de l'indifférence qui est l'aboutissement psychologique d'une « façon d'échapper » à tout ce qui est déplaisant; ce n'est pas non plus l'indifférence de la supériorité. C'est l'indifférence qui accepte tout ce qui est offert, qui utilise ce qui peut servir, qui apprend ce qui peut être appris, mais qui n'est pas entravée par les réactions de la personnalité. C'est l'attitude normale de l'âme ou du Soi à l'égard du non-soi. C'est la négation de tout

préjugé, de toute idée préconçue et étroite, de toute tradition, influence ou formation de la personnalité. C'est le processus de détachement « du monde, de la chair et du diable » dont parle le *Nouveau Testament*. (42-59, Entretien avec des disciples)

4.11 LA COOPÉRATION

(...) dès que vous agissez de manière détachée, vous coopérez, vous entretenez déjà de relations justes. C'est quelque chose que vous devez apprendre. Le détachement, la sincérité de l'esprit, l'honnêteté du mental, la conscience, sont elles-mêmes le résultat d'une attitude coopérative et, inversement, lorsque ces qualités se manifestent, elles mènent à la coopération. Tout cela est inséparable : parler de relations justes, c'est parler de coopération et, comme le dit le Maître, coopération est un autre mot pour unité. (41-17)

La coopération est la résultante naturelle de relations justes. De même, les relations justes sont la conséquence d'une sage coopération. La coopération est la clé de tout effort de groupe couronné de succès, elle est une manifestation de la divine volonté de bien. Sans la coopération rien de durable ne peut être réalisé, car elle permet la synthèse d'une grande diversité de points de vue. (41-11)

La coopération est quelque chose qui doit exister sur le plan physique. C'est une manière d'agir. Elle nécessite que vous soyez vous-mêmes, que vous exprimiez votre nature véritable. Cela se présentera différemment pour chacun parce que les âmes elles-mêmes sont différentes; elles sont individualisées et leurs rayons d'énergie sont différents. La manière de coopérer sera donc différente, mais on pourra toujours y reconnaître de justes relations. (41-27)

La coopération vous deviendra de plus en plus naturelle si vous faites de la méditation de transmission, d'une manière correcte et assidue, en gardant l'attention focalisée dans la tête. (41-17)

La coopération doit être instaurée à un moment ou à un autre, le moment le plus favorable étant la petite enfance. Pour cela, il est nécessaire que les parents y croient eux-mêmes, qu'ils soient suffisamment tournés vers l'âme pour considérer la coopération comme la meilleure façon de vivre, non seulement au sein de la famille, mais aussi à l'extérieur. (41-24)

4.12 LA MÉDITATION

La méditation est le résultat de la conscience du Soi. La véritable méditation consiste à vivre en état de conscience du Soi. Il s'agit d'une expérience, moment après moment, de ce qui est; et ce qui est le Soi.

Si vous vous asseyez en méditation pour venir en contact avec le Soi, vous n'y arriverez jamais. Il se peut que vous fassiez toutes sortes d'expériences intéressantes, mais pas celle du Soi. Ou bien vous êtes conscients du Soi et vivez dans l'expérience du Soi, ou bien vous ne l'êtes pas. C'est l'un ou l'autre. Si cette expérience est tant soit peu relative, elle est relative, et cette relativité est l'illusion même dans laquelle nous vivons tous. Les gens apprennent toutes sortes de techniques de méditation, des *asanas*, des pratiques de yoga, etc., qui leur procurent toutes sortes d'expériences, mais ces expériences sont d'ordre psychique, elles ne sont pas le Soi. Tout ce qu'il vous faut est l'expérience directe du Soi, et vous êtes alors en méditation. Je crois que la véritable méditation est l'expérience directe de ce qui est — c'est-à-dire du Soi — sans intrusion de quoi que ce soit d'autre, sans qu'une seule pensée ne s'insinue entre vous et cette expérience.

La méditation, en tant qu'exercice quelconque, n'est pas la véritable méditation. Il peut s'agir de concentration ou de contemplation, cela peut apporter l'illumination, mais, strictement parlant, ce n'est pas de la méditation dans le sens d'une conscience ininterrompue du Soi. La méditation est le résultat de la conscience du Soi, et elle ne requiert aucune technique. C'est essentiellement une manière de regarder ce qui est. Lorsque vous regardez ce qui est, tel que cela est, vous êtes en méditation.

Si vous faites vraiment de la méditation, je veux dire au sens le plus profond du terme, dans un état de conscience continu, vous en venez à réaliser que vous n'existez pas du tout. Cela paraît effrayant, épeurant, c'est pourquoi les gens ne veulent pas méditer ainsi. Les gens sont terrifiés à la seule idée qu'ils n'existent pas vraiment, que tout ce qu'ils voient, tout ce dont ils font l'expérience n'est rien d'autre qu'une illusion, un rêve, un théâtre d'ombres, n'ayant pas plus de réalité que nos rêves au moment de notre réveil. Toute cette fantasmagorie, ces événements extraordinaires, tous ces gens avec lesquels nous conversons de façon si merveilleuse, tous ces prodiges qui se déroulent dans nos rêves, tout cela disparaît en un clin d'œil dès que nous nous éveillons. Où tout cela va-t-il ? Nulle part, puisque cela n'existe pas. Il ne s'agit que d'une succession de formes-pensées créées par nous-mêmes. C'est ce qu'est le monde, c'est ce que vous êtes (ou croyez être). Vous croyez être ce « vous », c'est-à-dire un paquet de formes-pensées que vous avez commencé à assembler dès votre plus

tendre enfance, et auquel vous avez progressivement ajouté toutes vos expériences, vos actes, vos croyances, tout ce qu'on vous a appris, ce que vous avez lu, tout ce qui vous est arrivé. Tout cela a construit dans votre conscience à l'état de veille une image de vous-mêmes qui vous suit partout, et que vous croyez être vous. (14-28/29)

La méditation, pour Krishnamurti, est bien différente de cet état de concentration où s'absorbent la plupart d'entre nous lorsque nous « méditons ». C'est un état de conscience qui devrait être le nôtre à tout instant (et non seulement de temps à autre), où qu'on soit et quoi qu'on fasse.

La méditation consiste à être conscient de chaque pensée, de chaque sentiment; à ne jamais les juger en bien ou en mal, mais à les observer et à se mouvoir avec eux. En cet état d'observation, on commence à apprendre tout le mouvement du penser et du sentir. De cette lucidité naît le silence (...) et ce silence est une méditation.

La méditation est un des arts majeurs dans la vie, peut-être l'art suprême, et on ne peut l'apprendre de personne : c'est sa beauté. Lorsque vous apprenez à vous connaître, observez-vous, observez la façon dont vous marchez, dont vous mangez, ce que vous dites, les commérages, la haine, la jalousie – être conscient de tout cela en vous, sans option, fait partie de la méditation.

Je crois que la véritable méditation est l'expérience directe de ce qui est – c'est-à-dire du Soi – sans intrusion de quoi que ce soit d'autre, sans qu'une seule pensée ne s'insinue entre vous et cette expérience. (15-24)

Q. Pourquoi la méditation fait-elle progresser ?

Parce qu'elle coordonne les véhicules et met en contact avec l'âme. La méditation est une méthode plus ou moins scientifique selon le type de méditation, qui met l'individu en contact avec son âme; et lui permettra finalement de fusionner avec elle. Tel est le but. Lorsque ce contact est établi, la méditation est utilisée comme un moyen pour s'élever et pénétrer plus profondément dans la nature de l'âme qui, en réalité est triple. L'âme est une réflexion de l'étincelle divine, qui présente trois aspects : atma, buddhi et manas. (9-389)

L'évolution est accélérée par la méditation et le service. Ce sont les deux leviers du processus évolutif. Rien ne vous fait avancer plus vite qu'une méditation correcte, scientifique et une activité efficace de service altruiste au monde. (9-388/389)

4.13 LE SERVICE

Vous comprendrez tous un jour que la science du Service est plus importante que la science de la Méditation, car c'est l'effort et l'activité acharnés du disciple-serviteur qui évoquent les pouvoirs de l'âme, qui font de la méditation une nécessité essentielle et la méthode supérieure à toutes les autres pour l'invocation de la Triade Spirituelle. Elle aboutit à intensifier la vie spirituelle, oblige à construire l'antah-karana et conduit, par une série graduée de renoncements, à la Grande Renonciation qui libère le disciple pour l'éternité. (43-59)

La méditation reste la voie royale pour entrer en contact avec l'âme. Mais une fois ce contact réalisé, il reste également à celui qui aspire au discipulat d'accepter de mener une vie de service. Les focalisations intérieure et extérieure doivent s'équilibrer et il devient nécessaire de se mettre en route sur la Voie Infinie, la voie du service. (11-299)

On ne saurait placer trop haut le service, comme voie menant à l'illumination spirituelle, car l'illumination elle-même éveille au rôle du service. Les Maîtres appellent leur travail le Grand Service, et à mesure que nous progressons vers la maîtrise, nous réalisons qu'à travers le cosmos, il n'y a réellement qu'une seule grande loi gouvernant l'ensemble de l'activité de ce que nous appelons la divinité, c'est le service. Dieu s'incarne, crée l'univers manifesté, et les parcelles de Dieu, dont nous sommes le reflet, s'incarnent dans le but précis de servir. Il n'y a pas d'autre motif. C'est pour servir le Plan, qui lui-même est un service. Nous sommes tous, presque exclusivement, enfermés dans le sentiment de notre propre réalité indépendante : notre soi séparé. C'est de fait, une hérésie. C'est un mythe. Cela ne repose que sur la conscience cérébrale de ce que nous sommes, et sur la conception de nos vies perçues par notre personnalité. La méditation et le service n'ont pour rôle que de nous faire passer de cette vision à celle de la seule réalité, où il n'y a aucune séparation, parce que, fondamentalement, la séparation n'existe pas. (11-299)

Pour que le service soit réellement efficace, il doit être rendu avec total désintéressement, c'est-à-dire en oubliant le passé avec ses peines et ses joies, en oubliant le soi personnel avec tout ce qu'il veut offrir ou retenir, en oubliant les paroles des spectateurs bienveillants, encourageants ou critiques. Ainsi, dans le service, soyez prêts à sacrifier le soi, le temps, l'argent et les intérêts personnels, en un total oubli de vous-même. Servez simplement, avec joie, de tout votre cœur, et avec tout ce que vous avez à donner ! (40-41)

Il convient également de réaliser que, comme pour toutes choses, un apprentissage est indispensable, et que l'homme doit donc, de préférence, commencer par des activités de service limitées et relativement simples. L'expérience acquise, de nouvelles opportunités se présenteront, démontrant ainsi que les possibilités de service sont infinies, pour peu qu'on sache les identifier. (40-43)

Lorsque vous servez, concentrez toute votre énergie sur votre travail. Si d'autres ont besoins de votre aide dans l'exercice de leurs responsabilités, accordez-leur abondamment cette aide chaque fois que possible, mais souvenez-vous toujours que vous êtes responsable en premier lieu de la tâche que votre âme vous a confiée, et que vous ne devriez jamais vous immiscer dans le travail des autres. Accordez donc aux autres le privilège de leur laisser effectuer leur propre travail à leur manière, comme vous l'exigez pour vous-même.

Chaque individu doit découvrir son propre domaine de service, ce terrain d'action où sa situation particulière, l'ensemble de ses aptitudes, son milieu et son expérience peuvent être combinés et utilisés de la manière la plus avantageuse. Il existe heureusement une gamme illimitée de possibilités vers lesquelles l'homme peut tourner ses efforts avec profit, et chacun pourra trouver la voie qui lui convient, pourvu qu'il soit doté d'une véritable impulsion à servir, et que ses mobiles soient suscités par cet amour intérieur qui, quoi qu'il advienne, doit trouver son expression. (40-42)

Tous les disciples ont leurs limitations, et il convient de ne pas l'oublier en choisissant un travail de service. La tâche doit être déterminée selon les capacités du disciple, et il serait ridicule de tenter d'atteindre ce qui se trouve largement hors de portée. Cela ne pourrait conduire qu'à des frustrations, à des résultats non satisfaisants, et à une perte de temps et d'énergie. Il est largement préférable d'accomplir efficacement un travail plus limité, que de s'attaquer à une tâche apparemment plus importante et de l'abandonner en route ou de la bâcler. (40-43)

La science du service vous montre la meilleure façon pour vous de servir, la plus efficace et la plus objective, en tenant compte de votre niveau d'évolution et de votre structure de rayon. Celle-ci correspond habituellement à votre ligne de moindre résistance, mais votre ligne de grande résistance peut occasionnellement être délibérément choisie pour une existence donnée. (9-473)

La beauté du service, en tant que clé du processus d'évolution, est qu'il nous décentre de nous-mêmes. (...) La beauté du service, lorsque vous vous y engagez pleinement et avec sérieux, est qu'il supprime petit à petit les barrières; il dissout progressivement le

sentiment de séparation, parce que vous vous identifiez désormais davantage avec l'objet de votre service. Vous vous identifiez aux besoins du monde, à la douleur et à la souffrance du monde, augmentant ainsi progressivement votre identité jusqu'à ce qu'elle embrasse l'univers entier. (15-25)

Lorsque l'on sert, on se décentre de soi-même jusqu'à s'identifier totalement à ce que l'on sert : d'abord l'humanité, puis l'ensemble de la création. C'est alors qu'on parvient à la conscience de groupe, conscience que le Maître connaît. (11-176)

Quels sont, chez un disciple, les mobiles créant l'impulsion intérieure à aider et à servir les autres ? Tout service spirituel véritable, quel que soit son mode d'expression, découle d'un mobile altruiste provenant de l'âme et du cœur. Par conséquent, dès qu'apparaissent des objectifs égoïstes, on ne se trouve plus en présence que d'un simulacre de service ésotérique, qu'on peut considérer comme un service exotérique ou commercial, de nature totalement différente, et qui constitue un produit de la personnalité. (40-41)

Q : Qu'elle est l'importance du mobile dans le service ?

B.C. : Le mobile est d'une importance capitale. Si le désir est orienté vers un résultat, le mobile n'est pas pur, il manque d'impersonnalité. L'impersonnalité est primordiale dans le service. Bien sur, nos mobiles ne sont jamais absolument purs, ils sont mitigés. Acceptons-le. Hormis les Maîtres, il n'y a probablement personne dont les mobiles soient entièrement impersonnels et libres de tout égoïsme. Il existe des degrés dans l'impersonnalité ; sachez reconnaître le vôtre, mais que cela n'inhibe pas votre service (8-701)

Il y a **trois dangers principaux dans la vie de service**. Il ne s'agit pas ici de l'entraînement du disciple, mais de sa vie dédiée au service et des activités auxquelles il se livre en tant que serviteur. Son tempérament, ses qualités physiques, affectives et mentales exercent un puissant effet sur son milieu, et sur ceux qui cherchent son aide. Il s'agit aussi de sa famille, de son entraînement et de son mode de s'exprimer.

- **Le premier danger** naît des conditions physiques. Je n'insiste pas sur ce point; je me limite à prier les disciples d'agir avec sagesse, de s'accorder suffisamment d'heures de sommeil, d'avoir de la nourriture saine (ce qui varie d'individu à individu) et un cadre qui leur permette de travailler facilement. S'ils ne tiennent pas compte de ces suggestions, la pénalité se fera sentir par un manque d'énergie dans le service et un plus grand esclavage à l'égard du corps physique. Quand ce dernier est

en mauvais état, le disciple doit répondre à un afflux de forces qu'il est incapable de diriger.

- **Le deuxième danger** est l'illusion astrale dans laquelle vit l'humanité et qui a le pouvoir de troubler les serviteurs les plus expérimentés. J'ai traité ce sujet en détail dans ce Traité [*Traité sur la Magie blanche*] qui a pour but, comme vous le savez, d'enseigner à dominer le corps astral et à comprendre ses lois. Seule la maîtrise du mental, aidée de perception spirituelle, peut percer le miasme astral illusoire et révéler à l'homme qu'il est une entité spirituelle en incarnation et en contact, par le mental, avec le Mental universel. La pénalité qui touche le disciple, s'il est toujours victime du mirage persistant, est évidente. Sa vision devient confuse; il perd le « sens du toucher » ainsi qu'il est dit dans les anciens commentaires. « Il erre le long des sentiers de la vie et perd de vue la grande route droite qui le conduirait au but. »

- **Le troisième danger**, très fréquent en ce moment, est l'orgueil mental et l'incapacité qui en découle de travailler en groupe. La pénalité est souvent le succès temporaire et trompeur, dans un groupe privé de ses meilleurs éléments et qui est formé seulement de gens qui alimentent la personnalité du chef de groupe. L'importance que le disciple donne à ses propres idées et à ses propres méthodes de travail lui fait constater que son groupe manque des facteurs et des individus qui le rendraient harmonieux et équilibré, qui apporteraient une contribution nécessaire à ses efforts et qui conféreraient à son entreprise les qualités qui lui manquent. C'est en soi une punition suffisante et qui amène promptement le disciple honnête à de meilleurs sentiments. Si le disciple intelligent, sérieux et fondamentalement sincère se trompe ainsi, avec le temps, il reconnaîtra que le groupe réuni autour de lui a été modelé par lui-même ou que les membres de son groupe ont contribué à le modeler. Souvent ils incarnent sa pensée et la copient. La loi agit rapidement dans le cas d'un disciple, aussi les ajustements sont-ils rapidement effectués. (1-636-638)

Le service, je souhaite vous le rappeler, est un processus scientifique faisant appel à tous les pouvoirs de l'âme, en pleine expression sur le plan physique. C'est le service qui cause une manifestation divine, ou ce que vous appelez une incarnation divine. Si un homme sert véritablement, il sera forcé de faire appel à toutes les ressources de force spirituelle et de lumière, à toute la sagesse et au pouvoir de direction de l'âme, car la tâche à accomplir est toujours trop grande pour la personnalité. (43-24)

L'étendue du service nécessaire et exigé par l'âme paraît si considérable que le disciple refuse parfois sa collaboration de peur d'échouer, ou à cause d'une conscience excessive de lui-même; des excuses pour ne pas servir, ou pour servir

partiellement, sont faciles à trouver et à s'approprier; l'ajournement d'une aide totale pour aujourd'hui et d'une consécration complète aux besoins de l'humanité trouve une excuse facile sur la base de la santé, du moment, des limitations familiales, d'une crainte ou d'une autre, de l'âge ou de la croyance que cette vie prépare à un service complet dans la vie suivante. Les alibis sont faciles à trouver et certains entraînent même à croire que les demandes du Maître et le programme de l'ashram auquel le disciple est affilié ne sont pas raisonnables. (43-43)

Le service et la créativité sont une seule et même réalité parce qu'ils ont la même origine : l'âme. La nature de l'âme est de servir et d'être créative, la nature de la divinité étant elle-même créative. (9-472)

Lorsque l'âme est invoquée, son énergie crée la tension dans le « ressort » de votre vie, vous amenant sur le chemin de la créativité. Plus vous vous rapprochez de l'âme, plus s'accroît l'intensité de cette créativité et de ce service. C'est pourquoi service et créativité sont identiques; ils sont tous deux l'expression de l'âme; il ne peut y avoir l'un sans l'autre. (9-472)

Car c'est l'âme qui s'incarne, et nul ne peut l'éviter. « L'âme est la réalité ». Or la réalité doit être connue; et la méthode, pour y parvenir, consiste à créer le pont, le Sentier de Retour. Nous le faisons pas à pas. (...) Les gens ont souvent tendance à croire qu'il y a le sentier, la méditation, le service, des voies spirituelles que l'on peut emprunter... et qu'il y a la vie : manger, faire ses courses, aller chez le coiffeur, etc. Ils instaurent une séparation entre « la vie » et « le sentier », la vie spirituelle. En fait une telle séparation n'existe pas : la seule façon de vivre la vie spirituelle est dans la vie de chaque jour. (9-496)

Le disciple ne devrait pas se mettre à la poursuite du service. Celui-ci constitue, en réalité, une attitude instinctive de l'âme, une aspiration impossible à réfréner, qui doit s'exprimer d'une manière ou d'une autre. Il ne s'agit pas de quelque chose qui puisse être enseigné ou imposé à un individu, mais d'une impulsion qui se manifeste spontanément, et qu'il convient seulement de guider vers un objectif approprié. (40-41)

À la limite, la personne qui est parvenue à la libération, qui s'est reliée à l'univers, qui vit constamment en tant qu'âme dans un état continu de méditation, n'a pas à choisir une activité de service. Elle est amour, elle est service. « Est-ce qu'une fleur, pleine de lumière, de beauté, dit : « Je donne, j'aide, je sers » ? Elle est ! Et parce qu'elle n'essaie pas de faire quelque chose, elle recouvre la terre. » (15-25)

4.14 LA CONNAISSANCE

Sur le plan de la connaissance, donc sur le plan des mots, on ne peut aller que jusqu'à un certain point. « Ce qui est au-delà (de la connaissance) ne peut être mis en mots, car le mot n'est pas la chose. » Ce qui peut se décrire n'est que du connu, et on ne peut se libérer du connu qu'en mourant chaque jour à lui. (15-5)

Que peuvent alors nous apporter nos lectures, les conférences auxquelles nous assistons, les conseils prodigués par les Sages et les Maîtres ? Nous croyons que leur principal rôle devrait être de nous faire prendre conscience que notre évolution est fondamentalement du domaine de la conscience supérieure, ou conscience de l'âme, et non de la connaissance – bien que la connaissance fasse partie du processus, mais elle reste secondaire à nos types de conscience. (15-6)

Toutefois, il nous faut savoir analyser (donc acquérir des connaissances à notre sujet), car ce processus aiguise considérablement l'esprit, et lui confère une qualité d'attention, de pénétration, de sérieux, qui lui permettra de parvenir à une perception totale. Nous n'avons pas la faculté innée de percevoir un ensemble d'un seul coup d'œil. Cette clarté de vision n'est possible que lorsqu'on a appris à bien voir les détails, après quoi on, peut « sauter ». (15-15)

La connaissance que peut apporter l'usage du discernement et du détachement offre à l'aspirant la possibilité de changer radicalement et définitivement sa manière d'agir. (22-5/6)

Tant que nous n'avons pas accédé à la connaissance, nous demeurons agités, mais la connaissance apporte la stabilité de l'esprit qui mène au détachement. (27-15)

L'ignorance et la connaissance doivent tous deux faire place à la compréhension et à la sagesse. (43-25)

4.15 L'INNOCUITÉ, LA BONNE VOLONTÉ, DE JUSTES RELATIONS, LE PARTAGE ET L'UNITÉ

L'**innocuité** est une nécessité fondamentale. (...) L'innocuité révèle simplement du bon sens puisque toute pensée, toute action entraîne une ou plusieurs causes qui, selon leurs effets, rendent nos vies bonnes ou mauvaises. (8-393)

Le mieux que nous puissions faire, tous ensemble, pour y parvenir [à l'innocuité], est d'exprimer la **bonne volonté**. Maitreya mettra l'accent sur la nécessité de la bonne volonté dans toutes nos relations. La bonne volonté est l'aspect inférieur de l'énergie d'amour, et peut être exprimée par la masse de l'humanité. Aimer, dans le vrai sens de terme, est très difficile. L'expression de la bonne volonté constitue le prochain pas que l'humanité accomplira sur le chemin de l'évolution, et contribuera à établir de relations humaines justes. (9-45)

La **bonne volonté** est à notre portée. C'est un niveau de l'énergie d'amour que l'humanité ne devrait pas avoir trop de peine à exprimer. En fait, des individus par millions éprouvent effectivement de la bonne volonté, et en font preuve. Cela ne consiste pas simplement à être aimable, tolérant ou courtois; toutes ces attitudes ne sont que le *résultat* de la bonne volonté. La bonne volonté est une force active; c'est l'aspect volonté allié à l'aspect amour. Lorsque l'aspect amour donne forme à l'aspect volonté, vous obtenez la bonne volonté. Si vous considérez que le mot « bon » signifie amour, et « volonté » intention, vous obtenez « bonne intention », « intention aimante ». Cette intention aimante doit imprégner notre vie et créer des relations humaines justes. Des relations humaines justes nous libéreront de la culpabilité et de la peur, conduiront au partage des ressources dans le monde, et apporteront la paix. L'établissement de relations humaines justes constitue une priorité pour l'humanité, et Maitreya en fera l'une de ses principales préoccupations. Les lois de l'amour exigent des relations justes. Les lois de la vie exigent une pensée juste, une action juste. Lorsque l'action juste, la pensée juste et la bonne volonté se trouvent combinées, vous obtenez le genre de société libre, tolérante, inoffensive que nous devrions rechercher. L'**innocuité** doit guider tous nos actes, et cela est difficile. C'est difficile d'être inoffensif. (9-45/46)

Cette bonne volonté ne doit pas être interprétée comme l'aspirant sentimental peu avancé de sixième ou deuxième rayon est porté à le faire. Elle peut prendre de nombreuses formes; elle peut se manifester en tant que sacrifice, de la part de la science, et par la consécration des fruits de la recherche scientifique au bien de l'humanité; elle peut prendre la forme d'une aptitude de troisième rayon à consacrer de grandes richesses à des entreprises philanthropiques ou éducatives. Dans aucun de ces deux cas, les disciples ne se caractérisent en apparence par ce qu'on appelle une nature aimante. Cependant, les résultats de leur application à la science, ou de leur accumulation du prana cristallisé du monde financier, sont consacrés à l'aide de l'humanité. (43-337)

C'est l'aspect *Volonté de l'Amour* que le Christ utilisera nécessairement quand Il viendra; lorsqu'Il est venu précédemment, Il a utilisé l'aspect enseignement du second rayon et non l'aspect Volonté. (43-598)

La tâche majeure de la Bonne Volonté * [l'association mondiale] est triple :

- a) Elle doit mobiliser la *bonne volonté mondiale*.
- b) Elle est responsable de la diffusion du message « *Le Retour du Christ* » et d'une grande partie du travail de préparation à sa venue.
- c) Elle doit aider à attirer l'attention des masses dans la mesure du possible sur *les problèmes de l'humanité* et aider ainsi à créer la forme-pensée de leur solution. (43-677)

* **La Bonne Volonté Mondiale** est un mouvement international qui œuvre pour la mobilisation de l'énergie de la bonne volonté et l'établissement de justes relations humaines. Elle a été créée en 1932 en tant qu'activité de service de la Lucis Trust [École Arcane]. **La Bonne Volonté Mondiale** est reconnue par les Nations unies en tant qu'Organisation non gouvernementale. À cet effet, elle participe régulièrement à diverses activités de l'ONU.

La bonne volonté vient avant l'innocuité. L'innocuité doit être développée progressivement, alors que n'importe qui peut faire preuve de bonne volonté, déjà présente chez tout enfant à la naissance. C'est la nature même de la psyché humaine que d'avoir de la bonne volonté. Il s'agit de la volonté de faire le bien (9-170)

Lorsque les gens seront davantage en harmonie avec leur Être véritable, leur Soi, leur âme, ils deviendront inévitablement plus inoffensifs. L'**innocuité** est naturelle à l'âme.

Lorsqu'ils auront vraiment compris la loi de cause et d'effet, que la plupart des gens ne saisissent que vaguement, ils comprendront la nécessité de l'**innocuité**. Ils réaliseront que chaque pensée ou action a un effet, et que ces effets façonnent leur vie. (9-171)

Q : Quel est le moyen d'éviter de créer du mauvais karma ?

B.C. Reconnaître et accepter l'idée que l'innocuité dans nos relations avec autrui est la clé du processus évolutif. Lorsque nous parvenons réellement à l'innocuité, nous créons de justes relations humaines. (9-364)

L'**innocuité** a un lien direct avec le **détachement**; elle se manifeste étape par étape, à mesure que le détachement progresse. Nous développons le détachement grâce au

processus évolutif. C'est ainsi que se manifeste l'évolution de la conscience. Plus nous nous détachons des résultats de l'expérience physique, émotionnelle et mentale, plus l'âme peut exprimer sa nature inoffensive à travers la personnalité. Plus il y a détachement, plus il y a innocuité. (9-173)

L'**innocuité** apporte la prudence dans le jugement, la réticence dans les paroles, la faculté de freiner toute action impulsive et la suppression de la tendance à la critique. Ainsi, libre passage est livré aux forces de l'amour véritable et aux énergies spirituelles qui conduisent la personnalité à l'action juste.

(...) l'**innocuité** naît de la vraie compréhension et de la maîtrise de l'âme sur la personnalité, qui conduisent inévitablement à l'expression spirituelle dans la vie quotidienne. Elle émane de la capacité d'entrer dans la conscience de son semblable, de le connaître; alors, tout est oublié, tout est pardonné dans le désir de servir. (7-374)

L'**innocuité** prépare la voie pour l'arrivée du flot de vie; l'innocuité fait disparaître les obstructions s'opposant au libre épanchement de l'amour; l'innocuité est la clé de la libération de la nature du monde et au pouvoir de l'existence phénoménale. (7-375)

C'est un état d'esprit qui n'exclut aucunement l'éventualité d'agir avec fermeté ou même avec rigueur. Elle concerne les mobiles, et implique la décision de prendre la **bonne volonté** comme mobile de tous les actes. Ce mobile peut conduire à des paroles et des actes positifs et parfois peu amènes, [gentils] mais tant que l'approche mentale est conditionnée par l'innocuité et la bonne volonté, il ne peut en résulter que du bien. (7-375)

Sur une spire plus élevée de la spirale, la Hiérarchie emploie également l'**innocuité**, mais en relation avec la volonté-de-bien, ce qui implique l'usage d'énergie électrique dynamique sous la gouverne de l'intuition. Ce type d'énergie n'est jamais mis en œuvre par les hommes; ils ne peuvent pas encore le manier. (6-523)

Pour déjouer les forces du mal, la première étape consiste à les affronter avec une attitude d'**innocuité**. Lorsque les pensées, les paroles et les actions quotidiennes sont positives et basées sur l'amour et la **bonne volonté**, le mal ne peut en aucun cas parvenir à s'insinuer dans le mental, et tout ne peut être que constructif et inoffensif. Aussi faut-il bien comprendre que la personnalité tendra davantage à l'harmonie si l'innocuité, bien plus que toute autre forme de discipline, devient l'attitude dominante de la vie. (40-34)

La vie de l'homme vivant consciemment en tant qu'âme se caractérise par son **innocuité**. L'innocuité est une des forces les plus puissantes du monde d'aujourd'hui, qui se caractérise dans la vie quotidienne par le motif juste, la **bonne volonté**, la discrimination dans les jugements, la réserve en paroles, la capacité de refréner les actions impulsives, ainsi que l'expression d'un esprit dépourvu de critique. (40-34)

L'**unité** est un idéal nécessaire, et c'est l'autre face de la **Bonne Volonté**. (43-457)

L'**unité** est une qualité de l'âme. Elle exprime l'aspect amour de Dieu de la manière la plus immédiate, la plus profonde et la plus simple. Elle a trait à la fraternité, à la relation. C'est l'aboutissement de justes relations humaines. L'unité est seulement envisageable en termes de justes relations, et lorsque les relations ne sont pas justes, on peut être certain qu'il n'y a pas d'unité. (32)

4.16 LA FRATERNITÉ ET L'AMOUR

Seul l'amour peut vaincre la peur. (45-208)

Si l'homme appliquait le principe de la fraternité avec tout ce que cela implique dans la vie et le travail quotidien, dans toutes les relations, entre capital et travail, entre gouvernants et peuples, entre nations et nations, entre races et races, la paix s'établirait sur terre et rien ne pourrait la troubler. La règle est très simple, et pourtant la majorité des hommes est encore bien loin de pouvoir l'actualiser. (15-25)

4.17 APPRENDRE À VIVRE AVEC LA PEUR

Pour vivre avec une chose vivante telle que la peur, il faut avoir l'esprit et le cœur extraordinairement subtils, n'ayant rien conclu à son sujet, et qui peuvent, par conséquent, suivre tous les mouvements de la peur. Si, alors, vous l'observez et vivez avec elle - ce qui ne prendrait pas toute une journée, car en une minute, en une seconde, on peut percevoir toute sa nature - si vous vivez avec elle, vous vous demandez inévitablement quelle est l'entité qui vit la peur. (15-19)

Ce qui *est* n'a de réalité pour nous que lorsque nous vivons en sa présence, sans nous livrer à aucune comparaison. C'est alors que nous pouvons paisiblement accorder toute notre attention à ce qui se trouve en nous : désespoir, laideur, brutalité, peur, anxiété ou solitude, et vivre avec, complètement. Ayant enfin aboli les contradictions, nous échappons aux conflits. (15-19)

4.18 VIVRE AU PRÉSENT, MAINTENANT

Le temps n'est pas la voie à prendre. Que nous soyons vieux ou jeunes, c'est maintenant que tout le processus de la vie doit être élevé à une autre dimension. (15-26)

Vivre dans le présent, complètement, totalement, c'est vivre avec ce qui *est*, avec l'actuel, sans le condamner ni le justifier. Tout problème vu dans cette clarté est résolu.

Vivre dans le présent, avec ce que cela comporte comme corollaires :

- ❖ Apprendre à ne plus chercher
- ❖ Apprendre à ne plus s'évader hors de la réalité
- ❖ Apprendre à ne plus fuir les réalités désagréables (15-32)

4.19 APPRENDRE À NE PLUS CHERCHER (à l'extérieur)

C'est bien cela qu'il faut commencer par apprendre : ne plus chercher. En somme, chercher la vérité c'est passer de la vitrine d'une boutique à une autre. Vivre des vies de seconde main.

Nos nombreux problèmes nous plongent dans une confusion qui nous égare. Or si on est égaré dans une forêt, que fait-on ? On commence par s'arrêter, et regarder, n'est-ce pas ? Mais dans la confusion de la vie, plus nous nous égarons, plus nous courons d'un côté à l'autre, cherchant, interrogeant, quémandant, sollicitant. La première chose à faire, si je puis me permettre de vous le proposer, est de mettre fin complètement à cette quête intérieure. Cet arrêt psychologique permet d'avoir un esprit paisible et très clair. (15-21)

Lorsqu'on veut voir une chose très clairement, on doit avoir l'esprit très tranquille (...). Et ce n'est que dans le silence qu'on peut observer le début de la pensée, non lorsqu'on cherche, posant des questions, attendant des réponses. (...) Si on se rend compte de la façon dont naît la pensée, on n'a plus besoin de la diriger. Nous perdons beaucoup de temps et gâchons beaucoup d'énergie (...) en essayant de dominer nos pensées. (...) Mais si on a conscience de la façon dont se forme la pensée, il n'y a plus, en celle-ci, aucune contradiction et on peut arrêter de « chercher »... (15-21)

4.20 APPRENDRE À NE PLUS S'ÉVADER HORS DE LA RÉALITÉ, NI À FUIR LES RÉALITÉS DÉSAGRÉABLES

Apprendre à ne plus chercher c'est aussi apprendre à ne plus s'évader hors de la réalité. Toutes les philosophies, toutes les théologies ne sont que des évasions hors de la réalité de ce qui *est* en tout état de fait. Il faut se dégager de tout ce qui nous a été enseigné jusqu'à aujourd'hui et qui encombre notre pensée, et de toute autorité. Ce n'est qu'ainsi que nous provoquerons ce silence de la pensée où la véritable compréhension est possible.

Fuir les réalités désagréables est aussi s'évader hors de la réalité. Notre réaction première est de fuir les choses désagréables. Pourquoi fuyons-nous les faits tels qu'ils sont ? Nous craignons la mort – et ce n'est qu'un exemple – et nous inventons toutes sortes de théories, de raisons d'espérer, de croyances, afin de la déguiser. Mais elle est toujours là. Pour comprendre un fait, il nous faut le regarder, non le fuir. La plupart d'entre nous ont aussi peur de vivre qu'ils ont peur de mourir (...) et (ils ont) peur de mille choses. La vérité toute simple est cette peur, et non notre crainte d'une chose ou d'une autre. Fuir la peur ne fait d'ailleurs que l'accroître.

Cela dit, pouvons-nous affronter ce fait lui-même (la peur) ? On ne peut l'affronter si ce n'est dans le présent. Si on ne lui permet pas d'être présent parce qu'on le fuir, on ne peut jamais le rencontrer. Ayant élaboré tout un réseau d'évasions, nous sommes prisonniers de notre habitude de fuir. (15-21)

« Vous n'avez rien à craindre, si ce n'est votre peur elle-même. » – Maitreya, Message N° 45 (15-21)

4.21 ACCEPTER QU'IL N'EXISTE PAS DE SÉCURITÉ PSYCHOLOGIQUE

La matière, de par sa nature même, est périssable et promise à une fin. La personnalité, véhicule de l'âme, est matière, ainsi que ses corps subtils, bien que ces derniers soient constitués, leurs noms le dit, d'une matière beaucoup moins dense, subtile. La pensée aussi est matière subtile. La personnalité doit donc accepter son impermanence, ainsi que celle de sa pensée, issue de sa mémoire.

Découvrir qu'il n'y a rien de permanent a une immense importance, car seulement alors a-t-on l'esprit libre, alors seulement peut-on voir clair, et en cela est une grande joie. (15-21)

Rien n'étant permanent pour la personnalité, il ne peut donc exister aucune sécurité psychologique, aucune sécurité dans nos relations, dans nos comportements, dans nos activités, tout étant appelé à disparaître à plus ou moins long terme. Quand on accepte cela, on accepte de vivre dans ces conditions, et la vie ne nous fait plus peur. L'homme que la vie n'effraie pas, ne craint pas de se trouver dans une insécurité totale, car il sait que psychologiquement il n'y a pas de sécurité. Ne pas chercher une sécurité, c'est participer à un incessant mouvement où la vie et la mort sont une seule et même chose. (15-22)

4.22 ACCEPTER LA SOLITUDE

La liberté est un état d'esprit (...). C'est un état où l'on est absolument seul (...) en lequel n'ont place ni chefs spirituels, ni traditions, ni autorités.

(...) La plupart d'entre nous ne sont jamais seuls, intérieurement. Il y a une différence entre l'isolement, la réclusion, et l'état de celui qui se sait seul.

On n'est jamais seul tant qu'on est rempli des souvenirs, des conditionnements, des soliloques du passé : les déchets accumulés du passé encombrant les esprits. Pour être seul on doit mourir au passé. Lorsqu'on est seul, totalement seul, on n'appartient ni à une famille, ni à une nation, ni à une culture, ni à tel continent : on se sent un étranger. L'homme qui, de la sorte, est complètement seul est innocent, et c'est cette innocence qui le délivre de la douleur.

Nous traînons avec nous le fardeau de ce que des milliers de personnes ont dit, et la mémoire de toutes nos infortunes. Abandonner définitivement tout cela, c'est être seul, et non seulement innocent, mais jeune aussi – non seulement en nombre d'années, mais innocent et jeune à tout âge – et on peut alors pénétrer la vérité; pénétrer ce qui n'est pas mesurable en paroles.

En cette solitude on commence à comprendre la nécessité de vivre avec soi-même tel qu'on est, et non tel qu'on devrait être ou tel qu'on a été. Voyez si vous pouvez vous voir sans émotion, ni fausse modestie, ni crainte, ni justifications ou condamnations, si vous pouvez vivre vous-mêmes tels que vraiment vous êtes. (15-22)

Tout disciple doit expérimenter des moments d'isolement spirituel. C'est en se tenant seul et en cherchant son chemin à tâtons dans l'obscurité que le chercheur s'instruit et qu'il trouvera sa propre voie d'accès au centre de Lumière. C'est de cette manière que le disciple assure sa croissance, trouve son véritable champ de service, ainsi que, finalement, le groupe avec lequel il doit collaborer. (40-36)

C'est au sommet de la solitude qu'est le seul endroit où la vérité soit connue. Tenez-vous sur ce sommet. (43-628)

Il est plus sage de cultiver la qualité de la solitude spirituelle que d'attendre qu'elle vous soit imposée, comme c'est souvent le cas chez beaucoup de personnes. (...) Il n'y a rien de morbide dans cette solitude; il n'y a pas d'éloignement cruel et pas d'aspect de séparativité. Il y a seulement « le lieu où se tient le disciple, détaché et sans peur; en ce lieu de calme absolu le Maître vient, et la solitude n'existe pas ». (43-763)

Je parle de la solitude du disciple qui, ayant accepté cet état, devient un disciple consacré et quitte une vie centrée sur le plan physique et identifiée aux formes d'existence dans les trois mondes; il se trouve au point médian, entre le monde des affaires extérieures et le monde intérieur de l'âme. Sa première réaction est de se sentir seul; il a rompu avec le passé; il met son espoir dans l'avenir, mais n'en est pas sûr. Le monde tangible auquel il est habitué doit être remplacé – il le sait – par le monde intangible des valeurs, ce qui implique un nouveau sens des proportions, une nouvelle échelle des valeurs, et de nouvelles responsabilités. (43-45)

4.23 SAVOIR MOURIR POUR SE LIBÉRER

Si on parvient à chaque instant à mourir à l'instant précédent, on vit libre parce que plus rien ne nous enchaîne; on vit détaché de tout et on n'a plus peur de la mort, parce qu'on en fait psychologiquement l'expérience à chaque instant.

Si vous mourez à tout ce que vous connaissez, y compris votre famille, votre mémoire, et à tout ce que vous avez vécu, la mort devient une purification, un processus de rajeunissement; elle confère une innocence, et seuls les innocents sont passionnés, non les croyants, ni ceux qui cherchent à savoir ce qu'il advient après la mort.

Pour réellement savoir ce qui se produit lorsqu'on meurt, on doit mourir (...), cela n'est pas une plaisanterie : on doit mourir non physiquement, mais intérieurement, mourir à ce qu'on a chéri et à ce qui a provoqué de l'amertume. Si on a su mourir à un des plaisirs qu'on a eus, le plus insignifiant ou le plus intense, peu importe, mais d'une façon naturelle, sans contrainte ni argumentation, on sait ce que veut dire mourir.

Mourir c'est se vider totalement l'esprit de ce qu'on est, c'est se vider de ses aspirations, des chagrins et des plaisirs quotidiens. La mort est un renouvellement, une mutation, où n'intervient pas la pensée qui est toujours vieille. Lorsque se présente la mort, elle apporte toujours du nouveau. Se libérer du connu c'est mourir, et alors on vit. (15-22/23)

Vous devez être capable de mourir à ce que vous n'êtes pas. Abandonnez-le. Laissez-le aller. Ne demandez absolument rien à la vie, aucun accomplissement, aucun plaisir. Ne lui demandez pas de vous épargner la souffrance ou la peur. C'est alors que le mental se détache et s'élève, et vous réaliserez que tout Cela est vous, et que Cela est tout ce qui existe. Vous n'êtes pas des entités séparées. La séparation n'est qu'une illusion, et vous aurez peur tant que vous vous identifierez vous-mêmes en tant qu'entités séparées de Cela. (15-

4.24 PRENDRE L'HABITUDE DE SE CONSIDÉRER EN TANT QU'ÂME

Tant que nous ne nous identifions qu'à notre personnalité physique, nous continuons à ne nous penser que matière, donc périssables et vulnérables. Aussitôt que nous nous identifions à notre Être spirituel, immortel, nous prenons conscience que nous ne sommes pas que cette matière.

Tant que notre conscience s'identifiera à la forme, la mort gardera à nos yeux son ancienne peur. Dès que nous nous reconnaitrons comme âmes, et que nous serons capables de centrer notre conscience et de nous sentir éveillés en toute forme ou sur n'importe quel plan, à volonté, ou dans n'importe quelle direction au sein de la forme de Dieu, nous ne connaissons plus la mort. (15-23)

4.25 PRENDRE L'HABITUDE DE DIRIGER NOTRE ATTENTION AU CENTRE AJNA

Porter notre attention au centre Ajna, qui est le chakra du mental, dans le courant de nos activités quotidiennes, nous aide à dissiper le mirage du plan astral, plan sur lequel la plupart d'entre nous sommes polarisés, en stimulant la construction de l'antahkarana, ce canal de lumière par lequel l'âme peut éclairer le brouillard dans lequel nous maintient le plan astral, et nous faire voir la totalité de la réalité, et non plus des aspects isolés, déformés par notre émotivité.

Cela nous aide aussi à faire le silence à l'intérieur de nous, à calmer notre pensée. S'habituer à le faire de façon régulière rendra la chose plus facile, plus spontanée, lorsque nous serons en situation de crise. (15-24,25)

4.26 INVOQUER L'AIDE DES FORCES SUPÉRIEURES

Selon l'enseignement ésotérique, en tant que monades nous sommes tous des étincelles divines provenant de la même source, et en tant qu'humanité nous sommes tous frères et sœurs, issus d'un même Père, dont nous ne sommes pas séparés.

Et selon Maitreya : Rien ne vous sépare de moi; bientôt plusieurs le réaliseront. Je suis avec vous et en vous. Je cherche à exprimer par vous ce que je suis.

Mon cœur accueille tous ceux qui pensent à moi. Mon amour embrasse tous ceux qui aiment leurs frères. Sachez que cela est vrai, et demandez mon aide. (15-26)

Il vient un temps, dans notre quête de la guérison, où nous comprenons que seule une aide extérieure au système de pensée de notre ego est apte à venir à notre secours. Cette aide, celle de l'Esprit Saint, est toujours à notre disposition, mais il nous faut la demander. L'Esprit Saint ne peut pas venir s'il n'est pas invité et bienvenu, car il ne s'opposera jamais à notre libre arbitre. Et demander à être aidé, c'est comprendre ce que signifie la vraie prière. (30-141)

Ce monde illusoire est si convaincant que sans l'aide de l'Esprit Saint, nous ne pourrions jamais nous éveiller. Si nous le Lui permettons, l'Esprit Saint transformera la raison d'être de ce monde pour en faire, non plus un outil de séparation, mais une salle d'études où nous pourrions apprendre le pardon et sortir du rêve pour nous éveiller à la réalité joyeuse de notre véritable identité. (30-58,59)

Chaque fois que nous acceptons d'inviter l'Esprit Saint dans notre esprit, le monde de ténèbres de l'ego ne peut que disparaître dans le néant – ce néant qu'en réalité il est. Il est souvent difficile de se souvenir que l'amour de l'Esprit Saint est toujours présent, attendant de répondre à toute demande d'aide authentique. Par contre, il est très facile de se laisser piéger à croire que nous devons régler nous-mêmes tous nos problèmes. (30-123)

4.27 L'UTILISATION DE LA MAIN DE MAITREYA



Cette photographie est l'empreinte de la main de Maitreya en personne, miraculeusement apparue sur un miroir de salle de bain à Barcelone (Espagne) en 2001. Il ne s'agit pas d'une empreinte ordinaire, mais d'une image en trois dimensions avec tous les détails photographiques.

En posant votre main sur elle, ou simplement en la regardant, vous pouvez invoquer l'aide et l'énergie de guérison de Maitreya (cela restant soumis à la loi du Karma). Dans l'attente de son émergence complète et du moment où nous verrons son visage, c'est à travers cette main que Maitreya est le plus proche de nous. (12-134)

4.28 METTRE LES LOIS ÉSOTÉRIQUES EN PRATIQUE

La loi primordiale de la vie est la loi de cause et d'effet; elle gouverne toute vie sur cette planète. L'expression : « œil pour œil, dent pour dent », qui la traduit est tout à fait inadéquate. Jésus a pourtant exprimé cette loi très simplement : « tu récolteras ce que tu auras semé ». C'est si simple, que les gens l'ont oublié ou ne le comprennent pas. Quoi que vous ayez semé, vous le récolterez. (...) Chacune de nos pensées, chacune de nos actions sont des graines que nous semons. Elles produisent des causes. Les effets issus de ces causes construisent notre vie. Par ce processus permanent et commun nous créons notre vie et celle de l'humanité. (9-44)

Plus vous deveniez conscients des causes et des effets, plus vous pouvez prendre en charge votre propre destinée. Il est important d'engendrer des causes justes afin d'obtenir des effets justes. (35)

Q : Existe-t-il ou non un moyen de savoir si nos souffrances sont le résultat du karma ?

B.C. : Toute souffrance est le résultat de l'action de la loi de cause et d'effet, donc karmique. Je suppose que celui qui pose la question pense à ce qui découle d'actions d'un lointain passé, qui ont souvent un effet karmique. Cependant, la plus grande partie de notre souffrance provient de nos pensées, de nos actions et réactions

actuelles ou d'un passé récent. Nos haines, nos peurs, nos jalousies, notre envie, nos frustrations, nos ambitions contrecarrées nous font souffrir à chaque instant. (11-274)

L'honnêteté du mental, sincérité de l'esprit et détachement sont (...) les trois moyens qui conduiront à l'expression correcte des lois de la vie et de l'amour. Le détachement nous libère des mirages dont j'ai parlé : la peur, la culpabilité, les manifestations tortueuses de l'avidité, ainsi que de leur masque, l'hypocrisie souriante du monde. (9-46)

La sensation de la nouveauté ne vous amènera jamais à la porte de l'initiation – seule vous y conduira l'application de certaines lois : la loi du service, la loi du sacrifice, la construction de l'antahkarana, la suppression de cette impression que les corps physique, émotionnel ou mental sont d'une quelconque importance pour l'âme, si ce n'est en tant que véhicule s d'expression. (8-530)

Ma Loi remplacera la séparation. Ma Loi est la Loi de l'Amour, de la Fraternité, de la Justice et de la Vérité. Sachez-le et suivez-moi. Ma Loi triomphera, car la Loi d'Amour émane de l'Être de Dieu et donc, ne peut faillir. Pendant que je serai avec vous, je vous ferai voir des merveilles auxquelles vous ne pouvez même pas rêver. Je vous montrerai la nature de Dieu sous un jour nouveau. Je chasserai de votre cœur la peur de la mort, la peur de la vie elle-même, la peur de vos frères et de vous-même. Je vous aiderai à vous défaire de cette ignorance et à marcher avec moi dans la lumière nouvelle. [*Message n° 123 de Maitreya*]. (32)

4.29 L'INVOCATION DE L'AIDE D'UN MAÎTRE SOUS FORME DE TRIANGLE

[Voici] ma (...) suggestion aux étudiants qui font partie d'un groupe : [une] méthode qu'ils pourraient utiliser au sujet de la peur : une méthode de relaxation, de concentration, de calme baignant la personnalité tout entière dans la pure lumière blanche :

Supposons que vous êtes en proie à la panique; des pensées très désagréables vous envahissent, votre imagination est désordonnée et votre mental l'y encourage. (...) cherchez [alors] à établir le calme en vous : relâchez votre corps physique, tranquillisez votre corps astral autant que possible, calmez le mental. Visualisez ensuite vous-même (votre personnalité), votre âme et le Maître, disposés en triangle, le Maître au sommet du triangle. Puis invoquez

délibérément un courant de pure lumière blanche que vous faites passer dans vos véhicules inférieurs pour les purifier de tout ce qui les obstrue. (1-345)

4.30 PAR ÉTAPE OU D'UN SEUL COUP

Vous pouvez progresser par étape et poursuivre votre démarche tout au long de cette vie, au cours de la prochaine, et puis de la suivante. Ou bien vous pouvez le faire d'un seul coup. (8-327)

Il existe de nombreuses techniques qui permettent d'atténuer graduellement l'effet de la peur, mais est-il possible de se libérer d'un seul coup de la peur ? Je pense que c'est possible si l'on parvient à établir une relation avec notre Soi en tant que Soi, et non avec cette accumulation d'expériences que nous appelons « moi », et où la peur est inévitable parce qu'elle est créée par la pensée; tout de ce « moi » est créé par l'idée que je me fais de moi-même. Est-il possible d'aller au-delà de ce « moi », et de faire directement l'expérience du Soi ? (14-10)

4.31 EN RÉTABLISSANT LA PAIX

Tant qu'il ne sera pas mis fin à la souffrance et au désespoir des peuples et à l'infériorité de leur situation – en d'autres mots, tant que le monde en voie de développement ne pourra manger, grandir, et vivre une vie décente –, il ne pourra y avoir de paix dans le monde. Et la première condition à l'établissement de la paix dans le monde est le partage des ressources mondiales. (16-11)

Beaucoup d'hommes politiques pensent que la paix est due à l'existence des armes nucléaires. Selon Maitreya, ces hommes se trompent lourdement. Cette prétendue paix dont parlent les hommes politiques n'est rien d'autre que la peur. Ils ont traduit le mot « peur » par le mot « paix ». Tous ces malentendus sont maintenant en voie d'être dissipés. (...) Cette nouvelle compréhension se fait maintenant jour au sein de la jeune génération, La Paix n'est le résultat d'aucun « isme » La paix est au-delà des positions Est-Ouest ou Nord-Sud. (36)

Au sein de la Présence, grâce au processus de fusion, est la paix, est l'union, la fin de la peur, la fin des différences, la joie, l'amour et la lumière. (42-389)

4.32 L'IMAGINATION CRÉATRICE

Lorsqu'elle provient de l'âme, l'imagination créatrice fait intervenir la volonté; elle invoque la volonté; elle provoque l'aspiration. Le principe christique, la conscience de l'âme, nous pousse à aspirer. Par notre méditation, notre service, notre travail créatif dans tous les domaines, nous évoquons de l'âme une aspiration pour quelque chose de plus élevé, de plus beau. Quelle que soit l'idée, l'imagination créatrice est nécessaire pour lui donner forme et structure. Cette réalisation invoque l'énergie de l'âme. (8-436)

Le vrai disciple a la vision. Il cherche à garder un contact si étroit avec son âme qu'il fait de son mieux pour faire de sa vision une réalité. Son but est de parvenir à ce qui semble impossible du point de vue du monde (...) (1-630)

4.33 L'ENGAGEMENT

Être disciple signifie s'engager dans la vie de disciple, laquelle diffère sensiblement de la vie de l'être humain ordinaire. Le disciple est dans le monde, fait partie du monde, s'identifie totalement au monde, le servant, et pourtant, curieusement, il est isolé du monde. (8-526)

4.34 LE DISCERNEMENT

Ce qui permet de devenir un disciple est de parvenir au discernement, de bâtir en soi-même une faculté de discernement qui permette de savoir si quelque chose sonne juste. Votre âme, à travers votre mental, vous dit si c'est vrai ou si c'est faux.

C'est sur ce point qu'existe la plus grande division au sein d'un groupe, car certains ne possèdent pas cette faculté de discernement, et ne peuvent se faire une opinion sur un sujet particulier. Ils ne savent pas. Ils veulent que quelqu'un d'autre leur dise si c'est vrai ou non. Ceux qui font des conférences ou qui écrivent des livres, comme moi [Benjamin Creme], ont tendance pour cette simple raison à être crus sur parole. Cela ne veut pas dire que leurs affirmations soient justes. Ce qui révèle la vérité énoncée par quelqu'un, c'est son discernement et la conviction avec laquelle il s'exprime. (10-281)

Le problème, c'est que les gens (...) n'ont pas suffisamment de discernement (...) aussi sont-ils prêts à croire à n'importe quoi. Lorsque vous croyez *n'importe quoi*, les ennuis [et les conflits...] commencent. (10-282)

Il est d'importance vitale de (...) ne pas disperser ses forces. Il y a beaucoup de genres d'activités dans lesquelles le disciple inspiré par l'âme peut se jeter; le choix n'est pas toujours facile à faire et l'aspirant est sujet à la perplexité. Posons le problème sous forme de question sur le plan de l'activité quotidienne, car nous ne sommes pas à même de comprendre de quelle manière une âme peut « disperser ses forces » sur les plans supérieurs.

Quel est le critère qui peut aider un homme à connaître, parmi plusieurs genres d'activité, celle qu'il convient d'entreprendre ? Autrement dit, existe-t-il un indice révélateur qui lui permette, sans se tromper, l'action juste et la voie juste ? Il ne s'agit pas du choix entre le sentier de l'effort spirituel et celui de l'homme dans le monde.

Sans aucun doute, au fur et à mesure de ses progrès, l'homme se trouve devant des distinctions de plus en plus subtiles. Le simple discernement entre bien et mal, qui occupe l'âme encore enfant, est suivi d'une distinction plus nuancée entre le bien, le mieux et le bien supérieur; les valeurs morales et spirituelles doivent être envisagées avec la plus méticuleuse perception spirituelle. Dans l'effort, le labeur de la vie et sous la pression constante exercée sur chacun par ceux qui constituent son groupe, le problème devient très complexe.

Pour résoudre de tels problèmes, un discernement élémentaire précédera un discernement de plus en plus subtil. Le choix entre un acte égoïste et un acte désintéressé se présente aussitôt après le choix entre le bien et le mal, et l'âme distingue aisément. Le discernement entre le bénéfice individuel et la responsabilité de groupe élimine rapidement les autres facteurs, et il est facile pour qui accepte la vraie responsabilité. Notez le mot « vraie responsabilité ». (1-67)

5. EXEMPLES DE PERSONNAGES QUI SE SONT LIBÉRÉS DE LA PEUR

5.1 GANDHI

Initié de deuxième degré; âme de rayon 2; personnalité de rayon 2/6; corps mental de rayon 6/6; corps astral de rayon 2/2; corps physique de rayon 3/7

Initié de deuxième degré, ce petit homme, leader de l'Inde, lutta sans relâche sa vie durant – et l'on peut dire avec succès– pour développer et exprimer les meilleures facettes de son caractère. Or, si l'on considère les qualités que le Maître D.K. attribue au rayon 2 : « la patience et l'endurance, l'amour de la vérité, l'intuition, le calme, la

loyauté et la foi, ainsi qu'une sérénité inébranlable », pour en citer quelques-unes, on s'aperçoit que ce sont précisément celles que Gandhi a manifestées avec le plus d'éclat ou, tout au moins, qu'il aspira à posséder.

(...) Ainsi l'un des traits les plus remarquables de la deuxième partie de sa vie fut la complète absence de peur.

Mais il sera intéressant de noter qu'il n'acquît cette qualité que tardivement. Sa jeunesse fut tourmentée par la peur (des fantômes, des serpents, des voleurs...), et rien n'aurait pu le faire sortir de chez lui la nuit tombée. Manifestement, par suite du développement encore insuffisant de son corps mental, il n'était pas encore parvenu à une maîtrise suffisante de son corps astral de rayon 2 - rayon qui prédispose aux peurs exagérées, et à ressentir avec une acuité particulière la gigantesque forme-pensée de peur que l'humanité a construite.

Mais une fois sa timidité vaincue, son mental de rayon 6 le jeta dans l'autre extrême : il devint alors d'une indifférence absolue à la louange ou au blâme.

On peut faire remonter cette transformation, qui le fit passer d'une timidité extrême au courage et à l'assurance inébranlables qui caractériseront la dernière partie de sa vie, à son séjour en Afrique de Sud. (28-42)

5.2 ALICE A. BAILEY

Initiée de degré 3,2; âme de rayon 2; personnalité de rayon 1/6; corps mental de rayon 1/4; corps astral de rayon 2/6; corps physique de rayon 3/7 (9-580)

(...) mon défaut principal, celui qui a amené le plus de difficultés dans ma vie, c'est la peur. J'en fais état, très délibérément, parce que j'ai découvert que lorsque mes amis et mes étudiants s'aperçurent que j'avais été victime de la peur toute ma vie, ils furent grandement soulagés et aidés. J'avais eu peur de manquer, peur de faire des erreurs, peur de ce que les gens pensaient de moi, peur de l'obscurité et peur d'être admirée par les autres. J'ai toujours considéré que rien n'était plus destructeur que d'être mise sur un piédestal.

(À l'âge de quinze ans) J'étais complètement dans le brouillard. Alors, au plus fort de mon malheur et au cœur même de mon dilemme, l'un des Maîtres de sagesse vint à moi.

(...) c'est en 1915 que j'entrai dans un cycle nouveau et que, pour la première fois, je m'aperçus que j'avais un mental dont je commençais à me servir. (28-68/69)

Comme cela avait été l'habitude de toute sa vie, elle travailla jusqu'à la limite de ses possibilités physiques, sans considérer la fatigue ni la douleur. Elle choisit de poursuivre un travail actif et toujours sur la brèche, et elle s'y tint. (28-70)