

Marcel Mercier

La santé psycho-spirituelle

(Deviens qui tu es)

Louise Cousteau
éditrice

Marcel Mercier

La santé psycho-spirituelle

(Deviens qui tu es)

Louise Cousteau
éditrice

Marcel Mercier

**La santé
psycho-spirituelle**

(Deviens qui tu es)

Louise Courteau
é d i t r i c e

www.louisecourteau.com
Couverture : Kathy Paradis
ISBN-10 : 2-89239-283-7
Dépôt légal : 2006

Table des matières

Préface

Introduction

PREMIÈRE PARTIE

Des Guides émérites

Présentation

1 - Un médecin de l'âme découvre une clef du Paradis perdu

Psychologie analytique
L'inconscient collectif
L'inconscient personnel
L'importance de l'imagination
La fascination des archétypes
Confrontation avec l'inconscient
L'individuation

2 - Un endocrinologue explique la relation esprit-corps

Le savoir-faire du corps
Le corps-esprit
Cerveau et système immunitaire
La guérison quantique

3 - Un philosophe critique avec humour la pensée occidentale

L'humour, le sel de la vie

L'éloignement du Moi par le Je

Retour à la réalité

Tout = Cela (Dieu)

Puis après... ?

Retrouver le Paradis

Résumons

4 - Un guérisseur soigne en dormant

Une biographie à deux niveaux

Le médium Edgar Cayce

L'être humain

La santé

Attitude mentale

La Maladie

La Guérison

L'action du guérisseur

Les glandes endocrines

Les glandes endocrines et le Notre Père

Nettoyage des glandes endocrines

Ouverture

Nettoyage

Pour conclure...

5 - Un Speaker précise la vraie nature de l'homme

Qui est Seth

Les Speakers

L'enseignement de Seth

La personnalité humaine

Les unités d'énergie électromagnétique

L'âme ou entité
Anima et animus
Tout Ce Qui Est
Santé et guérison
Changer ses croyances
Ma fausse guérison

6 - Connais-toi toi-même

Synchronicité
Comment se prendre à son propre jeu
Procédure suggérée

DEUXIÈME PARTIE

Retour chez Soi ou la ressouvenance

Introduction

7 - Le tabou de la mort

8 - Temps et éternité

9 - Vie éternelle ou permanence de l'âme

10 - Nature d'une entité

11 - Des esprits nous rendent visite

12 - Entre deux incarnations

13 - Dieu ou Tout Ce Qui Est

Conclusion

Mes sources

Dans ce texte, certaines des adresses électroniques indiquées en références ne sont plus valables.

Du même auteur

1977 : « La thérapie par l'énergie et la toxicomanie » dans S'il y a un toxicomane dans votre famille, collectif aux Éditions Saint-Yves Inc.

1980 : « Réincarnation et parapsychologie » dans Précis sur la réincarnation, collectif aux Éditions Saint-Yves Inc.

1988 : *L'Énergie et le pouvoir des mains* aux Éditions de Mortagne.

1989 : *Le Corps-Énergie* aux Éditions de Mortagne.

1991 : *Branchés sur l'Au-delà... ces médiums controversés* aux Éditions de Mortagne.

2000 : Site Internet : Santé et guérison <http://marcelmercier.ifrance.com>

2002 : *Les Couleurs de la guérison* (collaborateurs : Alain Gillard et Richard Tremblay) publié aux Éditions Le Dauphin Blanc

Préface

Après *Les couleurs de la guérison*, paru en 2002, Marcel Mercier nous présente maintenant un ouvrage sur la santé psycho-spirituelle, dont l'autoguérison est une composante déterminante. Le sujet en surprendra plusieurs, à une époque où la guérison se présente de plus en plus comme un phénomène essentiellement extérieur au patient. Se guérir soi-même ? Mais comment, et surtout pourquoi ? N'existe-t-il pas une quantité impressionnante de médicaments, de plus en plus raffinés, ainsi qu'une panoplie de thérapeutes parfaitement qualifiés pour prendre en charge les malades ? La réponse est que cet appareillage est largement illusoire car, en définitive, c'est toujours le patient qui se guérit lui-même. Bien sûr, une aide extérieure peut être nécessaire, mais qu'on ne s'y méprenne pas : sans la mobilisation plus ou moins consciente des forces internes du patient, le résultat se fera attendre et, une fois celui-ci guéri, la maladie aura tendance à se réinstaller.

L'auteur fait ressortir l'importance des croyances dans le domaine de la santé et de la guérison. Si le rôle positif du placebo est, à cet égard, bien connu, les effets inverses du nocebo sont, quant à eux, largement méconnus. Nous avons tous entendu parler de ces croyances négatives imprimées dans l'esprit du malade par un proche ou par un professionnel de la santé. L'affirmation du médecin « Il vous reste six mois à vivre » est susceptible de se graver avec

force dans l'inconscient de son patient, au point que les faits donneront finalement raison au médecin. Le patient se trouve en quelque sorte programmé par une affirmation de ce genre, à moins qu'il ne soit quelqu'un de particulièrement averti, qui ait su cultiver ses ressources intérieures.

Je connais personnellement un courtier en valeurs mobilières doté d'une indépendance d'esprit et d'une détermination exceptionnelle, qui le disposent fortement à la guérison. Épileptique depuis l'enfance, il a toujours cru en ses capacités, ce qui l'a notamment amené à s'illustrer dans le domaine de l'athlétisme. Dans sa profession, il évite systématiquement les mouvements spéculatifs de masse, qui conduisent inévitablement aux pertes financières. Il est ainsi imperméable aux « tuyaux boursiers », préférant s'en remettre à ses propres analyses. Cet état d'esprit l'a bien servi. À la suite d'une délicate intervention chirurgicale au cerveau, qui visait à contrer la maladie dont il était atteint, son médecin lui affirme que l'opération est réussie, mais qu'il devra prendre une forte médication tout au long de sa vie s'il entend continuer d'éviter les crises d'épilepsie. « Je ne suis pas d'accord avec vous sur ce point » répond-il, au grand étonnement de son médecin. Et il entreprend alors, sous supervision médicale, de diminuer la dose jugée minimale et incontournable. Les effets du sevrage se révèlent pénibles, mais après six ans de lutte, il atteint finalement son objectif. Cela fait maintenant trois ans qu'il n'a plus besoin de médication et il se porte à merveille. À ses dires, il s'est libéré de médication pour les prochains cinquante ans. Que s'est-il passé au juste ? En fait, il a

simplement su mettre en œuvre ses propres croyances en la guérison, ce qui lui a évité de tomber dans le piège du *nocebo* et de rétablir sa santé globale, c'est-à-dire son harmonie physique, psychologique et spirituelle.

Nous sommes aujourd'hui conscients du rôle de l'exercice et de l'alimentation pour le maintien d'une bonne santé. En revanche, nous sommes peu conscients des mécanismes essentiels de la guérison. C'est à ce sujet ambitieux que Marcel Mercier n'hésite pas à s'attaquer. À tout moment, le lecteur se sent en de bonnes mains, ce qui n'étonnera personne, car l'auteur navigue dans ces eaux depuis plus d'un quart de siècle et il en connaît bien les tenants et aboutissants. Son ouvrage, n'est donc en rien aventurier. Il a puisé avec bonheur chez ceux qu'il qualifie à raison de guides émérites, à savoir Jung, un médecin de l'âme, Chopra, un endocrinologue, Watts, un philosophe, Cayce, un guérisseur et Seth, un Speaker de l'au-delà. Il a su faire, entre leurs travaux, des liens constructifs et éclairants. À partir de matériaux qui peuvent de prime abord paraître hétéroclites, il a construit un ouvrage cohérent et inspirant.

Dans la lancée de son exposé sur la santé psychospirituelle, qui ne laisse place à aucune maladie physique ni à aucun dérangement psychique, il aborde la question intangible de l'évolution de l'être humain au-delà de la mort. Il nous présente, à cette fin, sa vision de la forme que prend la vie dans l'au-delà. Son mythe de la ressouvenance ou du retour au paradis risque d'entraîner l'adhésion, même s'il le présente comme la synthèse de ses opinions personnelles.

La conclusion de l'auteur est que la pratique médicale actuelle est gouvernée par une vision mécaniciste de la santé, qui fait fi des lois de la vie. Les médecins qui voient leurs patients comme des objets de traitement, plutôt que comme de véritables agents de guérison, neutralisent chez eux les mécanismes subtils de la guérison. Et lorsqu'ils impriment en plus une croyance négative dans leurs esprits, ils mettent alors en œuvre un mécanisme qui milite en faveur de la maladie. Nul doute, le monde de la médecine et la population doivent modifier leur perception de la santé. Nous devons, avant tout, prendre conscience que celle-ci relève de la responsabilité de chacun. Une fois ce nouveau point de vue adopté, l'opinion des autres, fussent-ils spécialistes, ne revêt plus qu'une importance secondaire. Chaque personne a, en effet, la capacité de se régénérer elle-même en mettant à contribution son esprit, en transformant ses croyances et en maîtrisant ses pensées et ses émotions. Autrement dit, les peurs suscitées par la maladie doivent être remplacées par une foi profonde en une santé parfaite, fondée sur l'harmonie entre le corps, l'âme et l'esprit ; il s'agit de visualiser non pas une santé éventuelle, mais une santé actuelle, le moment présent étant le seul point d'ancrage sur la réalité. C'est, incidemment, à cet état d'esprit qu'on se réfère lorsqu'on dit, de quelqu'un qui a triomphé d'une grave maladie, qu'il a un moral d'acier.

Ce changement de paradigme passe par la connaissance de soi, soutient l'auteur, connaissance à laquelle on peut accéder par différents moyens. L'analyse des rêves en est un. La méditation sur les Tarots en est un autre. Cet

instrument, tout comme le rêve, comporte un langage symbolique donnant à chacun, par le jeu de la synchronicité, accès aux messages de son inconscient. S'ajoute à cela la confection d'un mandala, qui ouvre la voie à un dialogue fertile entre le conscient et l'inconscient et, partant, restaure l'harmonie intérieure.

Laissons maintenant parler celui qui, à n'en pas douter, constitue lui aussi un guide émérite en matière de guérison psychologique, spirituelle et physique.

Richard Tremblay

Introduction

Vivre en santé psycho-spirituelle, c'est avant tout devenir soi-même. Ne dit-on pas de quelqu'un affligé d'une maladie ou affecté de troubles psychiques : « Il n'est plus lui-même », signifiant par-là que sa personnalité s'est détériorée, que son comportement a changé ; aussi se montre-t-il susceptible ou arrogant, se débattant parfois au sein d'une névrose. Inversement on dira d'un autre : « Ce n'est plus le même », indiquant chez lui une transformation de sa personnalité : de terne qu'il paraissait auparavant, il se montre maintenant rayonnant, manifestant beaucoup d'entregent et d'optimisme. Et si cette nouvelle allure qu'il affiche s'avère constante et permanente, c'est qu'il a trouvé son assiette dans la vie, qu'il s'est réalisé. La guérison de l'âme est donc le premier pas vers la réalisation de soi.

Voici, à titre d'exemples, deux cas d'autoguérison bien documentés sur le plan de la recherche scientifique^[1] : une grande brûlée et un cancéreux.

Cindy Seligman^[2] travaillait pour une firme internationale et son mari dirigeait sa propre entreprise de construction. Passionnés de ski tous les deux, ils se retrouvaient en pleine nature pour « tracer dans la poudreuse de longs sillons parallèles ». Un vendredi soir, par mégarde ou défi, son mari ralluma les veilleuses du poêle à propane que Cindy avait fermées à cause d'une senteur de gaz qu'elle avait détectée. Une explosion s'ensuivit qui souleva la

maison de ses fondations. Cindy fut transformée en torche vivante : 90 % de la surface de son corps était brûlée au troisième et au quatrième degré par endroits.

Elle réussit à éteindre son propre corps et s'empessa de garder sous elle celui de son fils pour en étouffer les flammes. Puis, dans un calme étonnant, elle composa le 911 avec le « bout de son index carbonisé jusqu'à l'os », signala au préposé qu'elle et son fils étaient allergiques à la pénicilline et appela sa voisine qui était infirmière avant de s'évanouir.

Elle reprit conscience lorsqu'approchait l'estafette venue à leur secours. Elle se battait pour survivre tout en encourageant son fils : « Accroche-toi à la vie, petit ; accroche-toi. Garde à l'esprit une image de bonheur, l'image de nous trois ensemble, papa, maman et toi, en train de rire et de nous amuser, et pense toujours à cette image. Promets à maman que tu penseras toujours à cette image ». Et l'enfant de répondre : « Oui, maman ». Elle a tenu le coup jusqu'au moment où elle fut transportée dans l'hélicoptère venu à la rescousse. Les dernières paroles qu'elle entendit furent celles de son fils qui disait de ne pas emmener sa mère et qu'il voulait rester avec elle. Après quoi elle est partie.

Les sauveteurs, à la vue de la ligne plate de son électrocardiogramme, constatèrent qu'elle était morte. En fait, elle était hors de son corps et contemplait son pauvre corps brûlé. Dans cette expérience près de la mort, elle avait l'impression d'être dans la lumière, soutenue par deux mains, se sentant aimée et paisible. « S'il n'y avait pas eu mon fils, dit-elle, je serais restée là. » Les sauveteurs

n'avaient aucun espoir de garder vivants la mère et l'enfant jusqu'à l'hôpital de Denver. Son mari, brûlé au deuxième degré avait été pris en charge par une autre équipe. Dans cet état de dédoublement, elle fit cette prière : « Oh ! Mon Dieu ! J'ai mon enfant à élever, et je n'ai encore jamais été heureuse, je t'en prie, donne-moi encore une chance, permets-moi de vivre, je t'en prie ! »

Elle revint à elle quand l'hélicoptère se posa. Elle n'était qu'une plaie vive ; la morphine qu'on lui avait administrée ne suffisait pas à calmer ses douleurs lorsqu'on raclait ses nerfs mis à nu. Elle entra alors dans un état de dissociation : « La souffrance était tellement insupportable que j'ai instantanément transporté mon esprit vers une grotte au bord de la mer. Je me voyais marcher tranquillement sur la plage avec Zacharie pendant qu'on m'étrillait avec une brosse en acier deux fois par jour ». Cindy avait appris toute jeune à se dissocier pour survivre en évitant ainsi l'angoisse de l'inceste dont elle était alors victime. Cette faculté avait préservé sa santé mentale. Elle lui a donc aussi sauvé la vie dans cet accident, « si l'on croit au pouvoir de la relation corps-esprit ».

Elle resta dans le coma pendant dix jours : elle n'avait, médicalement parlant, qu'une chance sur cent de s'en tirer. Des infections se succédèrent l'une après l'autre dans son corps ravagé qui ne pesait plus que trente-six kilos, un corps squelettique aux grands yeux bleus brûlants. Il n'y avait plus rien à faire. « Et puis soudain, dit-elle, je me suis mise à aller mieux ». L'équipe médicale (trente médecins) qui s'occupait d'elle n'en revenait pas. Elle subit vingt-deux opérations en deux mois et demie. Secrètement, guidée par

son instinct, elle apprit à « actionner certains coupe-circuit, à réactiver sa force vitale ». Elle se voyait toujours en train de guérir et envoyait mentalement des émeraudes, des rubis, des saphirs dans sa circulation sanguine. « J’imaginai cette chose, noire comme de la poix, sortir de moi par le sommet de la tête, en drainant du plus profond de mon corps tous les poisons et toutes les toxines pour les évacuer. Ensuite, je remplissais tout mon être de lumière blanche et d’une paix ineffable. Et je restais là à me reposer, à guérir ».

Aujourd’hui, sa peau a cicatrisé au-delà de toute espérance, tout en présentant encore des traces de brûlure. Elle a décidé de garder ses « petites cartes topographiques », renonçant ainsi à d’autres traitements qui auraient amélioré son apparence. Aujourd’hui, Cindy est présidente de la fondation Zach, qui vient en aide aux enfants gravement brûlés.

L’autre exemple est celui de Peter Hettel. Fils d’un militaire, il a été élevé avec sévérité et se sentait écrasé par l’autorité de son père qui l’empêchait d’exprimer ses besoins et ses aspirations. Devenu adulte, il tombe amoureux d’une hippie et fréquente, un temps, la Love generation et son ambiance psychédélique. Il est bientôt mobilisé et l’armée l’assigne à l’espionnage militaire. Lors d’une permission, il se retrouve de nouveau dans une communauté hippie en Virginie et s’organise ensuite pour quitter l’armée.

Il revient en Virginie et fonde une entreprise d’ordinateurs. Pendant un an et demi, il s’enferme dans un bureau avec, comme compagnons constants, une cigarette et une tasse de mauvais café. Il passe ainsi douze heures

par jour, les yeux rivés sur un tube cathodique. Épuisé par ce travail dans des conditions peu hygiéniques, il se décida à aller voir un médecin pour un sinus bouché depuis plusieurs mois. La biopsie des polypes démontre qu'ils sont cancéreux. Un traitement au laser réduit la masse cancéreuse, qui se remet bientôt à grossir. L'ablation du sinus et de l'hypophyse et la radiothérapie avec le risque de devenir aveugle, s'avèrent les seuls traitements possibles. C'était une perspective épouvantable dont Peter ne veut pas entendre parler. « Bon ! se dit-il, le cancer va peut-être me tuer, mais personne ne pourra me dire ce que je dois faire... à partir de maintenant, je gare ma voiture où je veux, quand je veux, parce que si je ne fais pas passer mes désirs au premier plan, je risque d'y laisser ma peau. »

Suivant son intuition, il adopte un régime alimentaire strict, avec jus de carottes à volonté et, après beaucoup de recherches, trouve une clinique de médecine naturelle qui lui convient. Mais elle est en Californie. Il décide d'y faire un séjour, tout en sachant que sa tumeur continue à grossir. Mais, comme il s'apprêtait à partir, une femme qu'il connaît à peine, se présente et le convainc de venir avec elle en Caroline du Sud pour aller se faire « équilibrer le cerveau ». En fait, il y rencontre une thérapeute spécialiste en « programmation neurolinguistique ». Grâce à son aide et son approche respectueuse de sa liberté, il plonge dans son passé et exprime un flot d'émotions libératrices qu'il avait toujours refoulées à cause de son éducation austère. Au cours d'un exercice oculaire destiné à équilibrer les deux hémisphères cérébraux, Peter, à quatre pattes devant la

thérapeute qui observe les mouvements de ses yeux, se trouve soudain projeté dans le passé.

« D'un seul coup, j'avais huit ans. On habitait à la campagne. Je m'étais levé tôt, ce matin-là, avant tout le monde, et j'étais sorti. Le paysage était magique, un grand champ couvert de gouttes de rosée brillantes comme des diamants et un cerf qui broutait tranquillement, exhalant une buée épaisse à cause du froid. Avec cette image, m'est revenue l'impression d'un monde neuf, riche d'infinies possibilités ! Je me sentais transformé, redevenu celui que j'étais, mais que j'avais complètement oublié. Je me suis mis à rire sans pouvoir m'arrêter pendant que ma thérapeute éclatait en sanglots. J'ignore comment elle avait réussi à changer l'adulte désespéré que j'étais en petit garçon hilare ». Elle lui a appris surtout à s'aimer et à se le dire avec conviction. C'est alors que débute un incroyable voyage vers la santé.

Il se fait végétarien, se gave de vitamines, pratique le yoga et le zen avec un professeur qui habite le même immeuble. Il s'invente une imagerie originale : il visualise ses leucocytes comme une bande de petits lapins blancs qui viennent dévorer joyeusement les carottes de ses cellules cancéreuses. Plus ils mangent, plus leurs besoins sexuels augmentent et plus ils sont nombreux à vouloir grignoter son cancer. Un jour, dit-il, « je n'ai pas trouvé assez de carottes pour nourrir tous mes lapins ». Une semaine plus tard, il éprouve une sensation de chaleur et de pression dans la tête. Paniqué il se rend à l'hôpital, craignant qu'il s'agisse d'une nouvelle poussée du cancer. On lui répète que ses chances de survie sont minces même avec tous les

traitements disponibles. Il préfère s'en aller : « L'un des médecins m'a dit que c'était signer mon arrêt de mort, mais j'ai compris que je devais vivre, ou mourir, selon mes envies ».

Puis, peu après, Peter fait un rêve thérapeutique : « J'étais dans une grotte avec d'énormes stalactites roses pendant du plafond. Le sol, rose lui aussi, était souple et spongieux. Et puis, il y a eu un tremblement de terre et j'ai dû courir pour ne pas être écrasé par les stalactites qui dégringolaient tout autour de moi. Finalement, j'ai réussi à sortir de cette caverne de chair ». Quelques jours plus tard, il téléphone à son père et lui dit, pour la première fois, ce qu'il ressentait. Il lui exprima toute la colère que lui, militaire pur et dur et fier de l'être, lui inspirait. Ce dernier lui a raccroché au nez et décéda deux mois plus tard.

Une semaine après cette mise au point, Peter est en train de faire du yoga quand, brusquement, il se met à saigner du nez. Il se précipite vers la salle de bains, hoquetant et renflant sans réussir à stopper l'hémorragie. Alors, il a commencé à cracher dans le lavabo des trucs qui ressemblaient à des morceaux de gomme rose. En passant le bout de sa langue sur le palais, il constate un grand trou là où se trouvait le renflement habituel. « Alors, dit-il, j'ai commencé à cracher avec une ferveur religieuse, à cracher toute ma tumeur ». Son médecin, après endoscopie dans le sinus, n'en revenait pas. « C'était, conclut-il, comme si son organisme avait éliminé un corps étranger, comme un rejet de greffe. Je ne peux pas donner aucune explication, sinon qu'il semble avoir radicalement changé ses habitudes et

adopté une attitude responsable au lieu de démissionner. Il s'est mis à faire ce qu'il désirait profondément faire ».

Dans un ouvrage précédent, *Les couleurs de la guérison*^[3], j'ai exposé les conditions qui assurent la guérison du corps physique. Parmi celles-ci, l'harmonie entre les trois niveaux de vie du malade, physique, psychique et spirituel, s'avère essentielle et primordiale. Dans le présent écrit, ma réflexion porte surtout sur le plan psychique où se réalisent la santé et la guérison de l'âme et sur le plan spirituel où se révèle la vraie nature de la personne humaine. Nous souffrons tous d'un manque, nous gardons tous, au fond de notre âme, la nostalgie d'un bonheur disparu. C'est sans doute cela que Jésus de Nazareth a voulu nous faire comprendre en disant que le royaume de Dieu est au-dedans de nous (Luc, 17, 21). Il n'est donc pas « perdu » mais seulement estompé par nos préoccupations extérieures. Pour le redécouvrir, il nous suffit d'entrer en nous-mêmes pour retrouver l'unité d'origine : « Qu'ils soient un comme nous sommes un, moi en eux comme toi en moi » (Jean 17, 22-23).

Pour savoir comment y parvenir, j'ai fait appel à des guides sûrs qui nous révèlent, chacun à sa manière et de son point de vue, divers cheminements susceptibles de nous y conduire. Je les ai choisis parmi des psychologues, des médecins, des philosophes, des médiums et, enfin, des « esprits désincarnés ». Nous pourrions ainsi comparer leurs « enseignements » tout en écoutant les échos qu'ils font résonner en nous, dans notre âme inquiète ou malade. Ils nous aideront, sans doute, à choisir la bonne voie qui nous conduira à la guérison et à la santé.

Depuis le début du 20e siècle, la recherche psychologique a connu de grands pionniers. L'un des premiers fut, sans nul doute, Sigmund Freud, le père de la psychanalyse. Toutefois, je ne suivrai pas ce célèbre neurologue car, malgré l'originalité et la profondeur de sa pensée, sa doctrine, axée sur sa théorie des complexes sexuels infantiles, ignore le riche potentiel de l'inconscient et nous mène à une impasse. Certains de ses premiers disciples ont dû s'en échapper par le suicide ou la folie^[4].

C'est que la vision freudienne est trop réductrice des phénomènes psychiques et ignore toute une région de l'inconscient où se cache la clef de « notre retour au paradis ». Saluons tout de même en passant le fondateur de la psychanalyse, qui a ouvert une brèche importante, par où d'autres pionniers ont pu se glisser pour découvrir les abîmes et les richesses du monde intérieur. Je vais donc plutôt suivre son plus fervent disciple, Carl Gustav Jung, qui nous permet de naviguer plus sûrement sur la mer des énergies psychiques qui produisent la guérison, sans toutefois nous laisser l'illusion d'être à l'abri de toute tempête.

C'est donc d'abord chez ce dernier que j'ai cherché des indications éclairantes pour trouver un chemin valable qui nous conduira au centre de notre psyché, le Soi. « Alchimiste » de l'âme, il nous révélera, non sans que nous ayons à fournir des efforts pour nous en servir, Le Secret de la fleur d'or^[5], c'est-à-dire le processus d'individuation, l'intégration du Soi au Moi, qui rend possible la guérison de notre âme. Ainsi, nous nous familiariserons, si ce n'est déjà

fait, avec ses notions d'archétypes : persona, anima, animus, Soi, Vieux Sage, transformation ; ainsi qu'avec ce processus vivant de la réintégration que constitue l'individuation et qui apparaît parfois dans nos rêves sous le symbole d'un Mandala, signe de la totalité, ce paradis perdu auquel nous tentons tous de parvenir ou de revenir !

En deuxième lieu, je me suis tourné vers un endocrinologue d'ascendance indienne, mais de formation médicale occidentale, qui a su allier, aussi naturellement que professionnellement, la pensée occidentale et la pensée orientale concernant la relation entre l'esprit et le corps. Lors d'un voyage en Inde, il rencontra le fameux yogi Maharishi Mahesh, l'initiateur de la Méditation Transcendantale (MT), qui lui conseilla d'étudier la médecine ayurvédique. Par la suite, il a su faire communiquer les deux médecines orientale et occidentale et d'en faire un tout cohérent. Ainsi, nous verrons, à travers l'enseignement du Dr Deepak Chopra, comment nos pensées influencent notre organisme physique en y créant des neurotransmetteurs qui viennent coder dans notre ADN les directives, positives ou négatives, de nos pensées et de nos impulsions mentales.

Je n'ai pas non plus négligé le point de vue de la philosophie ; aussi ai-je fait état des réflexions d'un des plus brillants penseurs de notre époque, Alan Watts. Sans être d'origine indienne comme le Dr Chopra, il a tout de même étudié à fond et sur place la pensée orientale et sa conception du monde et de l'homme. Il en est devenu, en Occident, le meilleur interprète, encore considéré comme tel à travers le monde. Pour lui, la Sagesse^[6] consiste à ne pas

prendre trop au sérieux ce « Je » que notre conditionnement familial et social a séparé de l'ensemble de l'univers, alors qu'il en est une partie intégrante. La plupart de nos troubles psychiques et physiques proviendraient de cette coupure du « Je » (idée illusoire que nous nous faisons du Moi) de la source de son existence, de Tout Ce Qui Est, que les hindous appellent Cela et que les chrétiens nomment Dieu.

M'éloignant quelque peu du monde tridimensionnel, j'aborderai ensuite les révélations d'un grand guérisseur médiumnique américain, dont les enseignements font encore l'étonnement des chercheurs qui s'intéressent aux phénomènes de guérison psi. Edgar Cayce nous a laissé dans les archives de ses fameuses lectures psychiques et de vie, nombre d'indications éclairantes sur l'indissolubilité de l'Esprit, de l'Âme et du Corps dans l'homme. Son leitmotiv « Mind is the builder » (l'esprit est le bâtisseur) constitue la clef de voûte de tout son enseignement pratique sur le processus de la guérison. C'est en transe médiumnique qu'il a livré sa conception de l'homme : sa constitution à la fois physique, psychique et spirituelle et son destin transcendant. De l'ensemble de ses consultations, se dégage l'importance primordiale de la visualisation mentale dans le processus de la guérison et de l'autoguérison, car l'imagination est l'outil de la pensée créatrice.

Enfin, poussant plus loin ma quête de la connaissance de l'homme, je suis allé chercher chez Seth, « personnalité d'essence énergétique sans enveloppe physique », un point de vue englobant et éclairant sur la personne humaine : sa réalité d'essence énergétique multidimensionnelle, son

potentiel infini d'action et de création et son unité avec Tout Ce Qui Est (Dieu et le cosmos). La santé, la maladie et la guérison seraient, selon lui, nos propres créations réalisées dans le but d'apprendre à manipuler l'énergie que nous sommes. Cet apprentissage, nous l'avons choisi librement avant nos diverses incarnations dans le monde physique et pendant nos séjours dans d'autres dimensions.

L'enseignement profond, clair et précis de Seth nous servira aussi de point de référence pour relever les idées convergentes des guides précédents. Je les ferai ressortir, à l'occasion, au cours de l'analyse de ses exposés. Par cette procédure, on constatera aisément que la vérité est une, quoiqu'elle puisse être présentée de multiples façons. Dans notre réalité tridimensionnelle, nous avons parfois l'intuition de ces réalités, mais nous y portons peu attention. Il en est ainsi, d'ailleurs, pour nos rêves par lesquels l'inconscient nous parle. Il fallait un guide qui soit libéré des limites de la matière pour nous les rappeler plus clairement. Seth a rempli ce rôle qui correspond à son statut de Speaker^[7] : « Je 'voyage' à de nombreux niveaux d'existence, dit-il, dans le dessein de remplir mes devoirs qui sont avant tout ceux d'un professeur, d'un éducateur, et j'utilise les techniques qui sont les plus appropriées à ces systèmes^[8] ».

Voilà ce qui constitue la première partie de cet ouvrage. Elle véhicule, en fait, des présupposés phénoménologiques qui serviront de rampe de lancement pour la deuxième partie, qui traitera de notre retour au « paradis perdu ». Y

seront donc traités cinq points de vue, convergeant tous vers l'être humain :

- Un médecin de l'âme découvre une clef du paradis perdu
- Un endocrinologue explique la relation esprit-corps
- Un philosophe critique avec humour la pensée occidentale
- Un guérisseur soigne en dormant
- Un Speaker précise la vraie nature de l'homme
- En conclusion : Connais-toi toi-même

Dans la deuxième partie, je présenterai une description analogique de ce paradis perdu à la naissance et retrouvé à la mort. Il s'agit en fait d'une vision personnelle de la vie de l'esprit au-delà des limites de la matière dans le Présent intemporel, véritable patrie de notre Entité globale. Si les idées que je propose ne sont pas appuyées explicitement par des références théologiques, philosophiques, historiques ou religieuses, il n'en reste pas moins que ma pensée et mon propos en ont été nourris longuement au cours de mes lectures et de mes réflexions sur la vie spirituelle. Les révélations médiumniques sur la vie de l'au-delà et les récits de « ressuscités » des morts cliniques concernant leurs expériences pendant leur coma ont, dans ma perspective, apporté plus de « réalisme » à la vie spirituelle que les dogmes théologiques ou les récits bibliques. Et, plus immédiatement, les enseignements présentés dans la première partie, ceux de Watts, de Cayce et de Seth

notamment, ont servi de pierres d'assise à l'élaboration de cette vision personnelle.

On ne trouvera donc, dans ces chapitres, que mes réflexions et mes propres opinions auxquelles je ne peux apporter aucune preuve scientifique. Mais, comme l'écrit Jung, la science n'est pas le seul mode de connaissance, le mythe^[9] en est un autre qui plonge encore plus profondément dans ce qui relie, psychologiquement, tous les hommes entre eux, c'est-à-dire dans l'Inconscient collectif, autre mot pour désigner, selon lui, le « pays des morts » ou l'au-delà^[10]. C'est donc le mythe du « Retour chez Soi » que je tenterai d'exposer, de façon anthropomorphique, j'en conviens, mais avec la conviction que mon propos raconte une réalité fondamentale et dynamique, celle que découvre toute âme qui délaisse son enveloppe charnelle au moment de ce qu'on appelle la mort physique. Cette réalité, telle que je l'imagine, peut paraître, à première vue, fort étrangère aux mythes et aux récits sur l'au-delà enseignés par la plupart des religions. Mais l'est-elle réellement ?

Si le lecteur sent que mes descriptions suscitent en lui des vibrations positives et y trouvent des connivences avec ses opinions sur la vie d'outre-tombe, il en sera poussé d'autant plus à accepter la vraisemblance de mon récit. Et s'il n'est pas trop prévenu par les opinions d'autrui, ou qu'il ne nourrit pas lui-même des préjugés à l'encontre des communications de l'au-delà, il pourra poursuivre sa réflexion personnelle sur son avenir par-delà la mort et créer son propre mythe. Il découvrira alors qu'il s'agit plutôt

d'une ressouvenance, que d'une nouvelle connaissance. Voici les thèmes qui seront traités dans cette dernière partie :

- Le tabou de la mort
- Temps et éternité
- Vie éternelle ou permanence de l'âme
- Nature d'une entité
- Des esprits nous rendent visite
- Entre deux incarnations
- Dieu ou Tout Ce Qui Est

Libre ensuite au lecteur de considérer ma vision de l'au-delà comme une simple fiction littéraire à l'instar des contes pour enfants ou comme un exposé vraisemblable de notre nature d'être humain : un esprit qui s'est incarné pour apprendre à créer de façon responsable à l'image de Dieu, source de notre vie physique, psychique et spirituelle, dont notre âme porte l'empreinte indélébile et qui est la source de notre vie physique, psychique et spirituelle. Il s'émerveillera également de la nature de sa conscience et de son pouvoir de visualisation, qui sont ses instruments de création lui permettant d'opérer a) dans la réalité tridimensionnelle au moyen des sens physiques ; b) dans le mental par son intellect pour acquérir et classifier ses connaissances et c) dans les autres dimensions par les rêves, l'intuition et la clairvoyance, qui lui apportent des aperçus de ces autres domaines où son Moi total ou entité agit simultanément.

Je conclurai cet ouvrage en montrant que la responsabilité de l'être humain vis-à-vis de sa santé physique, psychique et spirituelle, nous conduit à un sérieux questionnement sur la pratique médicale actuelle et sur ses échecs. Il faudra acquérir une nouvelle vision de la vie et une nouvelle approche de la maladie tant du côté du monde médical que de celui de la population dans son ensemble, pour régler de façon efficace les problèmes que suscitent présentement les soins de santé.

Je ne saurais terminer cette introduction sans exprimer ma gratitude à Richard Tremblay, un ami intemporel. Non seulement a-t-il accepté de préfacer cet ouvrage mais, par des suggestions judicieuses, des conseils appropriés et des remarques opportunes, il m'a permis d'y apporter un lustre qui manque trop souvent aux écrits sérieux. Son aide précieuse a sans doute été motivée par sa propre expérience de vie. Richard a vu son enfance traversée par la souffrance et de multiples opérations qu'il a dû subir suite à la poliomyélite dont il était alors affecté. Il a su faire appel à ses ressources intérieures pour dépasser ce handicap et faire de sa vie une réussite professionnelle. C'est aujourd'hui un juriste accompli, un professeur recherché et, dans ses loisirs, un thérapeute efficace et apprécié.

PREMIÈRE PARTIE

Des Guides émérites

Présentation

Les Guides que j'ai choisis nous indiquent diverses voies qui peuvent nous conduire vers notre santé psychique et spirituelle. Ils appartiennent à différentes disciplines, mais, comme il a été dit ci-dessus, ils ont tous axé leurs recherches sur l'Homme. Voyons donc « succinctement » ce qu'ils ont appris, dans leur champ de compétence, sur la nature de notre âme « blessée ».

Jung se défendait d'être un philosophe dans le sens traditionnel du terme, mais s'affirmait comme un chercheur empirique et un psychiatre, préoccupé par les maladies de l'âme et leur guérison. Quant au Dr Chopra, c'est au contact de ses malades et en cherchant à comprendre les mécanismes impliqués dans les « guérisons admirables », qu'il a su trouver, dans la physique quantique, le modèle explicatif, sur lequel il pouvait s'appuyer pour démontrer l'influence concrète de l'esprit sur le corps. Car même la théorie des quanta, chère aux physiciens modernes, échappe à la saisie des sens, et n'est rien moins qu'une déduction du comportement des atomes dans les changements qui se produisent au sein de l'univers. La réflexion philosophique d'Alan Watts sur la personnalité humaine résulte sans doute d'une expérience personnelle transcendante (peak experience^[1] ou expérience des sommets) qui lui révéla, au-delà des concepts rationnels et sous la lumière de la pensée orientale, la véritable nature de l'être humain : non pas un « Je » séparé, mais une partie

intégrée d'un « Moi » s'exprimant par l'Univers. Le médium Edgar Cayce utilisait ses lectures psychiques dans le « livre de vie » de ses consultants, pour comprendre les causes de leurs maladies et leur indiquer des remèdes spécifiques. Ses conseils, loin de se limiter à la guérison du corps physique, postulaient l'intervention harmonieuse de l'esprit et de l'âme pour leur assurer une santé intégrale. Il en est de même des exposés de l'entité Seth dont le but est de révéler à ses lecteurs leur vraie nature d'êtres spirituels créant eux-mêmes leur corps physique et leur environnement.

Ainsi, notre réflexion portera sur 1) un survol de la psychologie de Jung et le processus d'individuation, de réalisation de soi ; 2) la vision médicale quantique du Dr Chopra relativement à l'influence de l'esprit sur le corps ; 3) un aperçu de la philosophie d'Alan Watts, qui tend à libérer l'ego de ses conditionnements qui l'ont aliéné de son être réel, le Tout ; 4) les révélations d'Edgar Cayce concernant l'unité des trois instances Esprit, Âme et Corps dans l'être humain dont la santé résulte de leur harmonie et de leur union à la Source de la Vie et, enfin, 5) l'enseignement de l'entité Seth qui, fort de ses nombreuses incarnations passées et de ses séjours dans diverses dimensions de l'au-delà, nous renseigne sur notre essence spirituelle et immortelle qui fait de nous des êtres libres et créateurs de leur destin.

CHAPITRE 1

Un médecin de l'âme découvre une clef du Paradis perdu

Une véritable guérison [...] on ne peut l'attendre que du traitement de la personnalité totale. C.G. Jung. L'homme à la découverte de son âme



Carl Gustav Jung^[12]

Carl Gustav Jung fut pendant plusieurs années disciple de Freud qu'il admirait comme un père et qu'il considérait comme l'esprit le plus brillant de son époque, mais il s'en sépara lorsque le Maître de Vienne voulut imposer à son dauphin les « dogmes » de la psychanalyse. Pour Jung, un dogme est l'affirmation d'une vérité dont on n'est pas sûr, d'où le besoin de l'imposer^[13]. Pour ce chercheur de vérité, et empiriste de surcroît, c'était vouloir réglementer et limiter sa démarche

scientifique. D'autant plus que le disciple différait aussi du Maître sur une question fondamentale concernant la libido. Pour Freud, ce terme signifiait exclusivement l'énergie sexuelle qui pouvait, lorsque refoulée, engendrer des symptômes physiques et des névroses et même susciter, par compensation et sublimation, des religions (L'Avenir d'une illusion et Moïse et le monothéisme) et des œuvres d'art (Un souvenir d'enfance de Léonard de Vinci^[14]).

Psychologie analytique

Quant à Jung, s'appuyant sur ses recherches et ses observations, il définissait la libido comme l'énergie psychique, montrant que celle-ci pouvait se manifester à la fois dans la sexualité, dans l'instinct religieux, dans l'inspiration artistique, dans la force de la volonté, etc. « Pour lui, la fonction religieuse est aussi naturelle, aussi innée, aussi fondamentale que l'instinct sexuel » et « Le sentiment de plénitude ne parvient à être atteint qu'au travers d'une croissance en laquelle l'individu actualise toutes ses potentialités, sexuelles, sociales, culturelles et religieuses^[15] ». Pour être honnête envers lui-même, il se sépara donc, non sans une certaine amertume, de ce grand esprit aux prises avec sa propre névrose^[16], continua seul sa quête de l'inconscient et fonda la Psychologie analytique.

L'inconscient collectif

Sa réflexion, portant à la fois sur lui-même et sur ses malades, l'amena à conclure à l'existence d'un inconscient

collectif, qu'on retrouve partout et en chaque être humain quelles que soient sa race, sa couleur et sa culture. Sa propre vie, ses rêves et ses diverses expériences, constamment comparés avec les observations cliniques de ses patients, constituaient donc un banc d'essai pour l'étude de l'âme humaine. Il découvrit que les mêmes thèmes universels se manifestent dans les rêves, les phantasmes, les mythes, les tabous et les idées religieuses de tous les peuples. C'est ce qui ressort, non seulement de l'étude des rêves et des symptômes de ses malades, mais aussi de ses propres rêves et de la psychologie des peuplades primitives qu'il a étudiée en parallèle. Seules diffèrent leurs représentations subjectives qui, elles, sont influencées par l'éducation, la culture et l'environnement. Ces schèmes psychiques qui peuplent l'inconscient et qui sont responsables de nos représentations mentales, il les a nommés « archétypes », parce qu'il s'agit d' « images » primordiales qui agissent dans notre vie inconsciente et influencent notre vie consciente.

Jung nous met toutefois en garde de voir dans les archétypes des images psychiques au sens propre. Les images sont, en réalité, des projections subjectives que nous faisons d'eux sous leur influence. Ainsi, l'archétype « n'est rien d'autre qu'une *facultas praeformandi*^[17] », une possibilité de former des représentations. On pourrait le comparer à un champ de forces comme celui qui donne naissance au cristal dans l'eau-mère.

L'inconscient livre en quelque sorte la forme archétypique qui est en elle-même vide et irreprésentable. C'est à partir du conscient qu'il est aussitôt rempli et rendu perceptible au moyen d'un matériel de représentation apparenté ou analogue. C'est pour cette raison que les représentations

archétypiques sont toujours conditionnées dans le lieu, dans le temps et individuellement^[18].

C'est donc l'imagination qui va faire apparaître, sous forme d'images, le schème archétypique. Les principaux archétypes qui habitent l'inconscient collectif sont : l'anima (chez l'homme) et l'animus (chez la femme) ; la Mère et le Père ; le Vieux Sage ; le héros ; le sorcier (chez l'homme) et la Grande Mère (chez la femme) ; la transformation et le Soi.

Le Soi sera représenté par un cercle ou un mandala parce qu'il signifie la totalité incluant le conscient et l'inconscient, le moi et le non-moi. Il sera aussi personnifié par le Christ ou le Bouddha, qui sont ses symboles les plus élaborés. On pourrait aussi dire du Soi, ajoute Jung, qu'il est « Dieu en nous^[19] » si on se réfère à l'imago Dei archétypique.

Ces archétypes possèdent un caractère fascinant, envoûtant, et le danger est grand que le Moi conscient tombe sous leur domination. Ce qui se manifeste sous la forme d'une sorte d'inflation psychique due à leur puissance mystérieuse et enivrante qui saisit l'ego. Jung compare cette puissance des archétypes au mana, cette force psychique que possèdent les sorciers et les medicine-men polynésiens (voir ci-après).

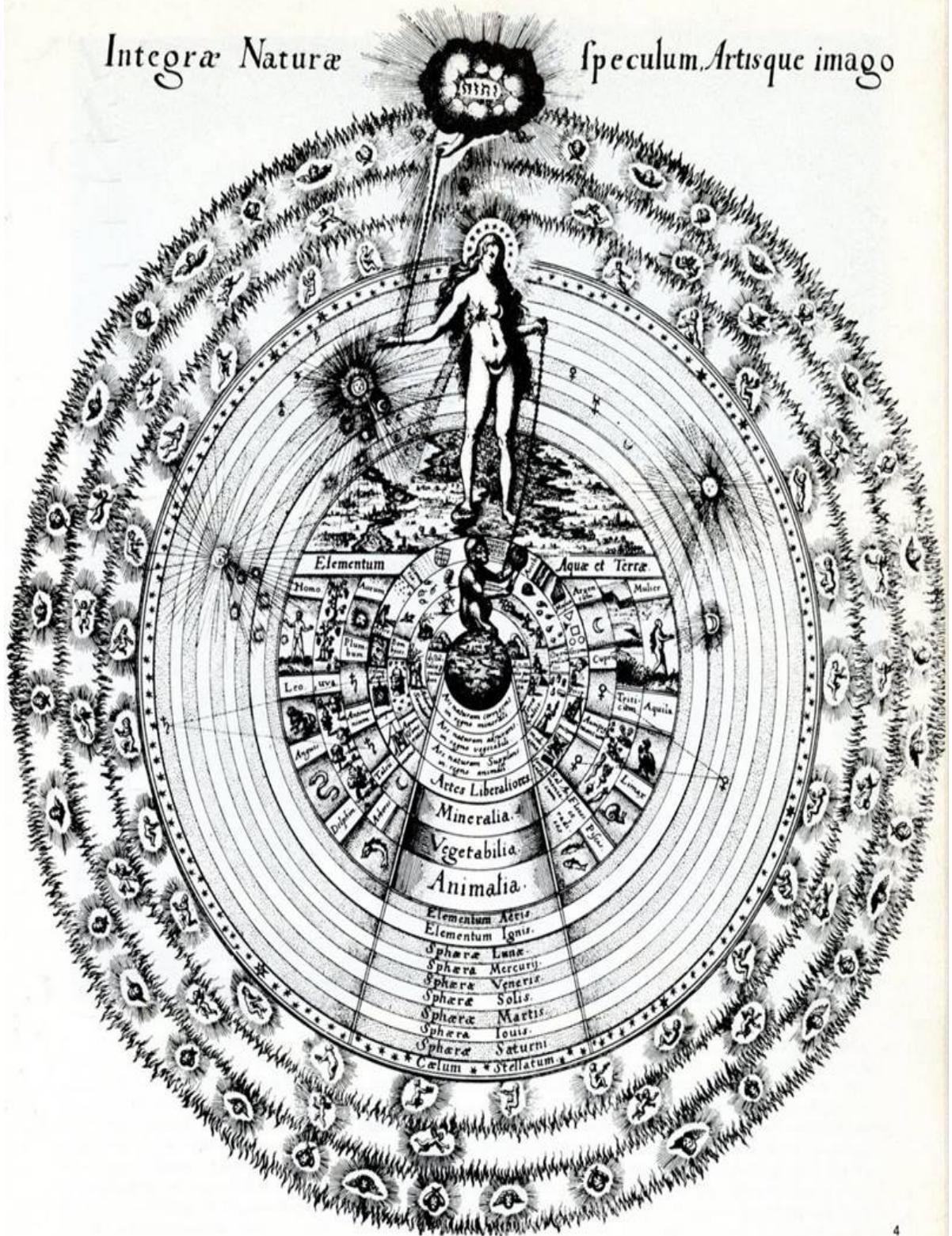
S'il veut redevenir lui-même, c'est-à-dire se mieux connaître, le Moi doit d'abord renoncer à cet état d'inflation, à cet orgueil mal placé qu'il affiche, en se libérant de cette possession archétypique. Pour cela, il doit affronter l'inconscient et tous ses archétypes, en établissant avec eux un dialogue, dont il s'efforcera de toujours garder l'initiative, pour ne pas retomber sous l'emprise de leur mana. Pour exprimer les faits psychiques, l'âme se sert de symboles, qui constituent le langage propre des archétypes. Ainsi, l'inconscient sera parfois

représenté, dans les rêves, par l'eau, élément fluide, informe et diluant, parfois par la mer avec ses tempêtes recouvrant des profondeurs insondables. « La conscience individuelle est entourée par les abîmes de l'inconscient comme par une mer menaçante^[20] ».

L'inconscient collectif correspondra à l'anima mundi, l'âme du monde. Car, si le père représente la conscience collective, l'esprit traditionnel, la mère, elle, symbolise « l'inconscient, la source de l'eau de vie^[21] ».

Integræ Naturæ

Speculum Artisque imago



Robert Fludd. L'âme du monde.

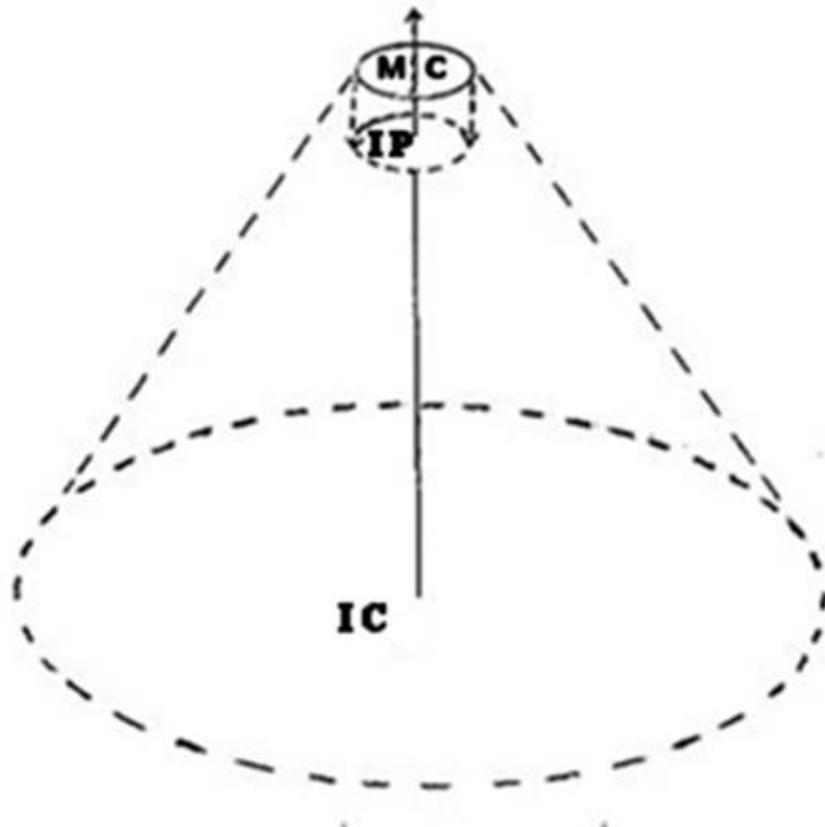


SCHÉMA DE LA PSYCHÉ

MC : le Moi conscient émergeant du cône de l'Inconscient

IP : l'Inconscient personnel constitué des expériences refoulées ou oubliées

IC : l'Inconscient collectif. L'ensemble constitue le Soi, essence de l'identité humaine. La flèche indique que l'énergie psychique prend sa source dans l'Inconscient collectif

L'inconscient personnel

L'inconscient collectif, peuplé d'archétypes, constitue la couche profonde de la psyché humaine. On pourrait le

comparer à une image holographique dont chacune des parties contient l'ensemble et peut le reproduire au moyen du laser : ici, ce serait la conscience qui tiendrait lieu de ce faisceau de lumière cohérente. Mais il existe un inconscient personnel qui forme une couche superficielle, où se trouvent gardés en mémoire tous nos souvenirs oubliés, toutes les saisies de nos sens auxquelles nous ne prêtons guère attention (nos perceptions sensorielles subliminales), nos « complexes à tonalité affective », en un mot toutes nos acquisitions conscientes que nous y rejetons ou refoulons. Cette couche superficielle « constitue l'intimité personnelle de la vie psychique », alors que les « archétypes » qui habitent la seconde couche, forment l'inconscient collectif^[22] qui, lui, est inné et universel.

Notre inconscient personnel contient, à l'instar des archétypes dans l'inconscient collectif, des « complexes à tonalité affective » importants : l'ombre et la persona. C'est en lui que se cache l'ombre, cet aspect de soi qu'on déteste et qu'on ne désire absolument pas montrer aux autres. Et pour bien paraître en public, nous utilisons, inconsciemment, un masque auquel souvent nous nous identifions, afin de camoufler notre être véritable que nous refusons de reconnaître. Ce masque, Jung l'appelle la persona^[23] (l'idéal du Moi). C'est l'identification à ce Moi idéal, issu des critères de la société, qui engendre l'ombre. Celle-ci n'est rien d'autre que l'ensemble de tous les traits non conformes à ces critères extérieurs et que, pour cela, nous oublions et rejetons dans l'inconscient. La persona est donc une parade qui voile notre vrai Moi.

Quand ils « veulent réveiller ou secouer » le Moi conscient et lui rappeler qu'ils existent et qu'ils ont droit à une vie

consciente, les archétypes se manifestent sous la forme de personnalités apparaissant dans les rêves, dans les phantasmes et dans les imaginations actives au cours de réflexions intensives ou pendant une méditation sur soi. Ils iront même jusqu'à créer des symptômes douloureux chez un sujet qui persiste à les ignorer : c'est le signe qu'une énergie puissante est à l'œuvre dans l'inconscient, énergie soustraite souvent au Moi conscient du sujet qui tombe alors en dépression, en névrose phobique, etc. C'est là qu'il faut chercher l'origine des troubles psychologiques et des maladies physiques.

L'importance de l'imagination

Jung tenait l'imagination en haute estime, puisque c'est par elle, entre autres, que s'expriment les archétypes et qu'on peut dialoguer avec eux. « Elle me paraît être, en dernière analyse, la force créatrice maternelle, génératrice de l'esprit viril ».

Toute œuvre humaine a sa source dans l'imagination créatrice. Dès lors, a-t-on le droit de tenir la faculté imaginative en mince estime ? Normalement la fantaisie ne s'égaré pas, étant trop solidement et trop intimement liée au tronc fondamental des instincts humains et animaux. De façon surprenante, elle retombe toujours sur ses pieds. L'activité créatrice de la force imaginative arrache l'homme à son assujettissement au « Rien que » et l'élève sur le plan du jeu. Et l'homme, comme le dit Schiller, « n'est pleinement lui-même que dans le jeu^[24] ».

L'inconscient et ses archétypes exercent une activité compensatoire par rapport au conscient, comme pour ramener

ce dernier à une juste proportion de ce qu'il est, c'est-à-dire une émanation de l'inconscient dont il dépend. Ce qu'ils recherchent en définitive c'est « d'intégrer l'inconscient dans le conscient, ou mieux d'assimiler le moi à une personnalité plus étendue^[25] ». Ce rôle de compensation est bien illustré dans l'exemple suivant donné par Jung : une femme qui, à l'état d'éveil, affichait en société une attitude perfectionniste, collet monté et suffisante se retrouvait en rêve, clocharde et ivre, au fond d'un ravin (rêve d'une patiente^[26]).

La fascination des archétypes

Dès que les insinuations et les agissements des archétypes menacent quelque peu l'assurance et la sécurité du Moi conscient, celui-ci commence à se demander ce qui lui arrive : il est désagréablement surpris de découvrir en son for intérieur des activités et des expressions dont il ne se reconnaît pas l'auteur, mais qu'il subit dans un malaise grandissant. S'il est averti, il réfléchira et consultera quelque spécialiste pour comprendre ce qui se passe en lui avant qu'un état névrotique s'installe à demeure et lui rende la vie tout à fait inconfortable. Dans ses rêves, il recevra de la part de son inconscient des indications précieuses qui l'aideront éventuellement à accepter cette partie inconnue de lui-même, dont le rôle consiste à compenser, en s'y opposant, les actions et les comportements inadéquats du Moi conscient. Il s'agit d'abord de son ombre qu'il doit rencontrer en s'y confrontant car, nous dit Jung, « il faut apprendre à se connaître soi-même pour savoir ce que l'on est^[27] ». En acceptant donc son ombre (gardien du seuil) c'est-à-dire en s'acceptant imparfait, mais

perfectible, il fait la paix avec son inconscient personnel : le chemin est maintenant ouvert pour une recherche intérieure plus profonde. « [...] quand je prends conscience de mon ombre il me souvient que je suis un homme parmi les autres et comme les autres^[28] ».

Dès lors, un rapprochement s'amorcera entre son Moi conscient et sa contrepartie inconsciente : ce sera le début de l'intégration dans sa vie consciente des archétypes, ces « images » psychiques qui le fascinent au point qu'il se laisse trop souvent dominer par elles. Car ces images archétypiques ont un caractère « numineux » (de numen : présence invisible), c'est-à-dire qu'il en émane une sorte de luminosité psychique, mystérieuse et attirante. C'est là que réside le danger de régression. Par exemple, si l'anima d'un sujet timoré et timide revêt l'image de la Mère, il est à parier que son attachement filial infantile sera accru par la projection de cette image sur la personne de sa mère et un attachement exagéré au passé l'empêchera de s'adapter à sa vie présente d'adulte. Cette fascination des archétypes est très forte ; c'est pourquoi Jung leur a attribué cette puissance mana dont nous avons parlé plus haut.

Nous devons donc prendre conscience de ces archétypes qui vivent en nous, tout en nous défendant de céder à leur « envoûtement ». Il faut, pour cela, garder les pieds bien ancrés dans la réalité, comme fit Ulysse en s'attachant au mât du navire pour ne pas succomber aux chants des sirènes. Car, au fond, c'est notre peur de l'étrange et de l'inconnu qui nous fait leur attribuer cette aura de mystère. Jung nous dit qu'il faut instaurer un dialogue avec ces instances psychiques qui se présentent sous la forme de personnages oniriques ou hypnagogiques^[29]. Le Moi conscient doit toujours garder la

direction et le contrôle de la conversation : demander et exiger de ces personnages (anima ou Vieux Sage) des réponses claires et précises sur leurs intentions (que veulent-ils signifier au Moi conscient ?) Dans cette amorce de dialogue avec soi-même commencera alors un processus qui mènera à la réalisation de Soi. Jung nomme ce processus l'individuation, parce qu'il tend à faire de l'homme qui veut se connaître, un individu à part entière, c'est-à-dire qui ne se confond plus avec la foule, mais qui est devenu conscient de son identité, de sa différence, de sa liberté de pensée, de ses opinions personnelles, etc. et qui se distingue également de l'inconscient collectif qu'il aura intégré à son Moi individué.

Au sujet de l'individuation, Jung fait remarquer qu'elle « se confond en même temps avec l'idéal chrétien originel du Royaume des cieux 'qui est en nous'. L'idée de base sur laquelle s'est édifié cet idéal est que l'action et le comportement justes ne peuvent résulter que d'une droiture d'esprit et d'un état d'âme sain, et qu'il ne saurait y avoir de guérison et d'amélioration du monde qui ne prennent leur point de départ dans l'individu^[30] ».

Confrontation avec l'inconscient

Dès que le processus d'intégration sera commencé, l'inconscient le manifestera au sujet dans ses rêves ou au cours de ses imaginations actives. Des images archétypiques de la transformation apparaîtront de plus en plus précises et explicites manifestant ainsi des étapes positives de l'individuation. Des figures circulaires, des tables (Les chevaliers de la Table Ronde) ou des édifices ronds symbolisant la totalité lui apparaîtront dans son sommeil. Des

figures carrées (une cour fermée, une chambre où se tient une réunion importante, la salle rectangulaire d'un château, etc.) indiqueront que la conscientisation des archétypes est en progrès. Puis, des Mandala comprenant des figures circulaires entourant un carré ou une construction carrée apparaissant dans un rêve dans lequel le sujet se sent heureux, pourront signifier que l'individuation est en bonne voie. J'approfondirai ce thème dans la conclusion de cette partie (Chapitre 6).

Cette intégration par le Moi conscient de son monde inconscient ne se fera pas sans difficulté, hésitation, résistance, refus ou déchirement, car il n'est pas facile de se départir des exigences limitées de l'ego, qui refuse de « mourir » à lui-même pour laisser la place à sa vraie personnalité, le Soi. Mais, une fois amorcé ce processus unificateur de sa personnalité grâce à ce que Jung appelle la fonction transcendante, c'est-à-dire la métamorphose de la personnalité^[31], il n'aura que le choix de continuer sa quête ou de régresser en tombant à nouveau sous la domination des archétypes, dont les interventions dérangeantes n'auront de cesse que s'il accepte enfin de leur donner accès à la conscience.

Mais tant que le Moi, tout en prenant conscience des archétypes qui se manifestent en lui sous forme d'images ou de personnages oniriques et en les assimilant, persistera à se considérer (exclusivement) comme le maître de céans, c'est-à-dire le centre de la personnalité totale, l'inconscient ne cessera de s'opposer à ses prétentions et de le harceler jusqu'à ce qu'il comprenne que le vrai centre de sa personnalité, son Soi, est hors de lui puisqu'il englobe, à la fois, l'inconscient et le conscient. À la fin de ce processus d'intégration, le Moi, alors

réconcilié avec lui-même, se percevra comme une planète tournant autour du Soi, comme la Terre autour du soleil^[32].

L'individuation

Comment le Moi conscient doit-il procéder pour atteindre ce résultat, c'est-à-dire un individu à part entière ? Pour l'illustrer, voici deux situations qui se présentent habituellement : l'assimilation des archétypes de l'anima et du sorcier. Tant que l'anima n'est pas reconnue et acceptée comme une partie de lui-même, le Moi se sent menacé par cette instance psychique qui agit de façon autonome et produit chez lui des sautes d'humeur, des susceptibilités, des caprices, des jalousies qu'il ne contrôle pas et qui le surprennent toujours, le prenant au dépourvu. C'est que cet archétype possède, comme nous l'avons dit, une puissance mana qui le subjugué. Mais en l'acceptant et en se l'assimilant, il détruit ce complexe autonome qu'est l'anima personnifiée. Cette dernière devient alors une simple fonction de relation entre le conscient et l'inconscient, une fonction qui se manifeste ensuite sous la forme d'intuition au service du Moi, une source d'inspiration (qu'on retrouve dans l'expression : Mon petit doigt m'a dit...).

Le moi prend alors à son compte, c'est-à-dire soutire de l'inconscient à qui elle appartient en propre, cette puissance mana. Mais revêtant ainsi une personnalité mana, il risque par là même, aussi, d'être possédé par cet autre archétype dominant de l'inconscient collectif : celui du sorcier. Il en est de même, chez la femme, pour l'animus qui se manifeste sous forme d'opinions, de jugements à l'emporte-pièce et péremptoires, empruntant souvent aux clichés démodés,

frisant parfois une grande naïveté. Les « circonstances » l'obligeant à relativiser ses opinions et ses réactions absolues, le Moi de la femme sera également amené à contrôler ses manifestations rationnelles intempestives et à dépersonnaliser son animus qui lui tiendra alors lieu de fonction de relation entre son Moi conscient et son inconscient. Comme pour l'homme, la femme risque alors elle aussi de revêtir une personnalité mana.

Sous l'influence de cette dernière, une certaine euphorie s'empare maintenant du Moi, aussi, s' imagine-t-il, cette fois, être en mesure de dominer son inconscient et de le contrôler. « Cette irruption d'un archétype dans le conscient peut dilater celui-ci au-delà de ses structures et de ses limites naturelles, lui infligeant une inflation redoutable, susceptible de remettre en question et de détruire tout ce qui avait été péniblement gagné et acquis au cours de la confrontation avec l'anima^[33] » (ou l'animus). Cette inflation de lui-même vient contrer l'intégration dont le travail venait d'être amorcé. Cela signifie donc qu'il est tombé de Charybde en Scylla, qu'il a été ensorcelé de nouveau par un autre archétype. (C'est la répétition mythique des promesses du Serpent dans l'Éden ou celles de Méphistophélès à Faust). Chez la femme, c'est la figure maternelle et souveraine de la Grande Mère universelle qui correspond à la représentation du sorcier.

Pour continuer son évolution vers la réalisation de son Soi, le Moi devra reprendre la confrontation avec cette nouvelle figure archétypique. C'est en abandonnant cette fois « ses prétentions à une victoire » sur l'inconscient et en y renonçant que disparaîtra alors automatiquement « l'état de possession du Moi par l'archétype du Sorcier » (ou de la Grande Mère^[34]). Dans tout ce travail de transformation, le Moi conscient est

soutenu par les autres archétypes, notamment celui du Vieux Sage dont les inspirations ne manqueront pas de l'orienter judicieusement, s'il lui prête une « oreille attentive », vers une plus grande compréhension de lui-même et une intégration positive des éléments inconscients.

Ce travail entrepris par le Moi pour se mieux connaître et se guérir en devenant « qui il est », peut être le travail de toute une vie, à l'instar des alchimistes en quête de la pierre philosophale, symbole du Soi. Si le sujet fait des prises de conscience, fréquentes et répétées, des imaginations qui surgissent ainsi en lui et qu'il participe consciemment à leur « déroulement fantasmatique », il obtiendra la plupart du temps :

1° un élargissement de sa conscience par la conscientisation des contenus inconscients ;

2° la disparition de l'influence excessive de l'inconscient sur son Moi conscient ;

3° enfin, une modification de sa personnalité, résultant de 1° et de 2°^[35].

Quel est donc le nouveau centre de la personnalité auquel j'ai fait allusion ci-dessus ? Le conscient, dont le centre est le Moi, entre en confrontation avec l'inconscient et, par-là, déclenche un processus d'assimilation de ce dernier. Cette assimilation se fait par une sorte de rapprochement entre le conscient et l'inconscient. Il en résulte le décentrage du Moi, autrement dit le centre de la personnalité globale ne coïnciderait plus avec le Moi. On pourrait la figurer par un point situé à mi-chemin entre le conscient et l'inconscient. « Ce point sera le centre de gravité du nouvel équilibre et correspondra à un recentrage de la personnalité globale ».

Ce nouveau centre confère à la personnalité « grâce à sa position centrale et privilégiée entre le conscient et l'inconscient, un fondement nouveau, un sous-sol plus sûr^[36] ». Le sujet manifestera cette modification de sa personnalité par des comportements nouveaux : humilité, simplicité, confiance en soi, respect des autres dont il se sent solidaire, relativisation des événements fâcheux, conscience accrue d'une vie spirituelle enrichissante, etc. C'est qu'il est centré désormais sur son Soi et non plus sur son Moi limité. Certains individus parleront alors d'une « conversion » qui a complètement changé leur vision d'eux-mêmes et de la vie.

On pourrait aussi affirmer, sans biaiser sa pensée, que la réalisation du Soi, l'individuation, parfait l'incarnation de l'âme, en ce sens qu'elle lui fait prendre conscience des limites du Soi et de l'infini de l'inconscient (le pays des morts, l'au-delà^[37]).

La plus grande limitation de l'homme est le Soi ; il se manifeste dans la constatation vécue du : 'Je ne suis que cela !' Seule la limitation de mon Soi me rattache à l'illimité de l'inconscient. C'est quand j'ai conscience de cela que je m'expérimente à la fois comme limité et comme éternel, comme l'un et comme l'autre. En ayant conscience de ce que ma combinaison personnelle comporte d'unicité, c'est-à-dire, en définitive, de limitation, s'ouvre à moi la possibilité de prendre conscience aussi de l'infini^[38]».

Ce que j'ai exposé dans ce premier chapitre sur l'âme et ses vicissitudes n'est qu'une esquisse de la psychologie jungienne considérée de mon point de vue. Il en sera question également au chapitre 6 de façon plus concrète lorsque je parlerai du Jeu du Moi et du Soi. Voici une dernière considération de Jung sur

la relation du conscient et de l'inconscient avec le corps physique. Cela me paraît important dans l'économie générale de la personne humaine relativement à la santé et à la guérison. Dans *Les Racines de la conscience*^[39], Jung écrit :

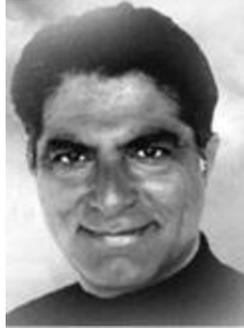
L'inconscient est cette psyché qui descend de la clarté diurne d'une conscience spirituelle et moralement claire dans ce système nerveux désigné depuis toujours du nom de sympathique ; il n'entretient pas, comme le système cérébro-spinal, la perception et l'activité musculaire, et ne règne pas avec eux sur l'espace environnant, mais, sans organes sensoriels, il assure l'équilibre de la vie et, le long de voies mystérieuses, par excitation et résonance, non seulement il transmet des nouvelles de la nature la plus intime d'une autre vie, mais fait rayonner en outre sur celle-ci une activité intérieure. C'est dans ce sens un système hautement collectif, fondement véritable de toute participation mystique, tandis que la fonction cérébraux-spinal culmine dans la séparation de la détermination du moi et ne fait jamais que saisir, par l'intermédiaire de l'espace, ce qu'il y a de superficiel et d'extérieur. La seconde saisit tout comme événement extérieur, le premier, au contraire, comme événement intérieur.

CHAPITRE 2

Un endocrinologue explique la relation esprit-corps

« Si vous voulez réellement assister à un phénomène de psychokinésie^[40], [...] il vous suffit d'admirer les exploits de l'esprit sur la matière, à l'intérieur du cerveau. Il est tout à fait étonnant de voir que, pour chaque pensée, l'esprit réussit à déplacer les atomes d'hydrogène, de carbone, d'oxygène et d'autres particules dans la cellule cérébrale. On pourrait penser que rien n'oppose plus une pensée immatérielle à la matière grise solide du cerveau. Le tour de passe-passe se produit pourtant, sans aucun lien apparent. »

Voilà ce qu'affirma, à un symposium sur le paranormal, Sir John Eccles, célèbre neurologue britannique et prix Nobel et voilà ce que le Dr Deepak Chopra tente d'expliquer dans son ouvrage *La Guérison ou Quantum Healing*^[41].



Dr Deepak Chopra^[42]

La parution de ses ouvrages^[43] provoqua une levée de boucliers de la part de critiques tous azimuts et de la médecine traditionnelle en particulier. Son représentant officiel, le Dr Stephen Barrett traita les propos de Chopra de fumisteries, l'accusant de n'apporter à ses affirmations aucune « preuve scientifique », ni statistiques significatives de cas traités selon la méthode ayurvédique^[44] qu'il appliquait lorsque la médecine traditionnelle s'avérait impuissante à guérir certains malades. Des biochimistes et des physiciens ajoutèrent leurs réfutations à ses propos.

Mais exorcisons tout de suite ces clameurs discordantes pour nous pencher avec sérénité sur les explications simples et claires du Dr Chopra. Car nous pourrions comparer ces critiques à l'histoire de l'homme qui cherchait près d'un lampadaire un objet qu'il avait perdu ailleurs et qui, à quelqu'un qui lui en demandait la raison, répondit : « Parce qu'ici c'est plus éclairé ! ». N'est-ce pas là l'attitude des tenants de la science mécaniciste et des biochimistes, qui refusent de changer de paradigme pour considérer les

choses autrement qu'à la lueur de la « lampe de poche » de leur discipline !

Le savoir-faire du corps

L'existence des « guérisons spontanées », les effets surprenants des placebos et des nocebos^[45], les suggestions efficaces faites sous hypnose ou dans l'état alpha démontrent de façon évidente que le corps est capable de se guérir ou de modifier « à volonté » ses états organiques et physiologiques. Le corps se montre intelligent dans le déroulement de sa vie : Hippocrate attribuait cette disposition à la « vis medicatrix naturae », la force naturelle de guérison, qui régit l'organisme.

Le Dr Chopra compare le corps à une rivière, à cause de la fluidité de sa constitution : loin d'être statique, il change constamment. En cela il se fait l'écho d'Héraclite, ce sage de la Grèce antique, qui avait affirmé : « Tout change et rien ne demeure : on ne se baigne jamais deux fois dans le même fleuve ». Cela s'avère exact tout spécialement pour le corps. Au bout d'un an, quatre-vingt-dix-huit pour cent de nos atomes sont nouveaux ; notre squelette se renouvelle tous les trois mois et nos cellules en contact avec les aliments, toutes les cinq minutes ; les atomes qui traversent constamment notre foie « telle l'eau dans le courant d'une rivière » en fabrique un nouveau toutes les six semaines ; la peau se renouvelle tous les mois ; la paroi de l'estomac change en quatre jours ; même dans le cerveau, où les cellules détruites ne se renouvellent pas, la composition des

éléments, carbone, azote, oxygène, etc., est différente au bout d'une année.

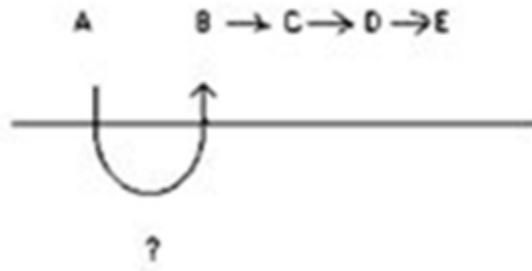
Cette comparaison du corps à une rivière est particulièrement manifeste dans ses activités chimiques et physiologiques. Si vous ressentez un danger quelconque, votre cerveau délègue des messagers, les neurotransmetteurs (ou médiateurs chimiques) et les neuropeptides, pour veiller à votre défense : le système endocrinien est mobilisé ; les surrénales sécrètent de l'adrénaline qui va dire au cœur de battre plus vite, aux artères de contracter leurs parois pour élever la pression sanguine, aux organes digestifs de suspendre leur activité pour ménager l'énergie et à vos sens d'être vigilants... et une fois le danger disparu, le cerveau envoie un nouveau message qui mobilisera encore une fois le corps pour rétablir l'équilibre homéostatique antérieur. Le cerveau est l'exécuteur dans le corps de nos pensées, de nos émotions, de nos sentiments, de nos joies, de nos peurs, etc. Il « somatise » nos états d'âme. Il obéit à nos pensées et à nos émotions. On pourrait dire qu'il est notre conscience tant est immédiate sa réponse chimique et physiologique.

Le corps-esprit^[46]

Quand je pense « Je suis heureux » un neurotransmetteur^[47] est aussitôt créé pour traduire cette émotion et la communiquer à toutes les cellules du corps afin qu'elles participent à mon bonheur. Ce qui est inexplicable, c'est le fait que nous puissions communiquer

instantanément avec cinquante milliards de cellules « dans leur propre langage ». Et cela est aussi difficile à comprendre que la création, par la nature, du premier photon à partir de l'espace vide. Ainsi, ma pensée d'une « rose » qui est immatérielle va créer (à partir de rien !) une portion de matière, un messenger (un neuropeptide) qui va la communiquer à toutes les cellules de mon corps et l'imprimer sous forme de code dans l'ADN^[48] (notre mémoire de vie) de chacune d'elles. Où donc est situé le pont qui relie l'esprit et la matière, la conscience et le corps ? Le Dr Chopra affirme l'avoir trouvé grâce à la physique quantique.

Après la découverte des neurotransmetteurs, l'intelligence avait désormais une base matérielle pour établir une relation entre l'esprit et le corps, un lien psychophysiologique. Car ils favorisent, on ne peut mieux, « la mobilité et la fluidité de l'interaction entre esprit et matière » et contribue « à combler l'espace qui semble séparer l'esprit du corps ». Mais il est impossible de comprendre l'action d'une pensée sur le corps par la logique linéaire de Newton (les boules de billard qui s'entrechoquent), car nous avons affaire ici à deux essences différentes, l'esprit (immatériel) et le neurotransmetteur (matériel). La relation entre les deux, si elle existe, doit s'établir par un détour. C'est là que le quantum intervient. De même que l'onde lumineuse ne devient photon qu'en passant par le vide quantique, ainsi la pensée fera le même détour pour devenir neurotransmetteur. Voici le schéma qu'utilise le Dr Chopra pour expliquer ce qu'il appelle le saut quantique :



A représente un phénomène mental (une pensée ou une émotion), les autres lettres représentent des processus physiologiques dérivés de A. Prenons l'exemple de la peur. Si quelqu'un est effrayé (A), les autres processus (B, C, D, E) sont des signaux envoyés aux glandes surrénales qui va produire l'adrénaline (B), hormone, qui, véhiculé par le sang, va signifier au cœur (C) de battre plus vite, aux artères (D) d'augmenter la pression sanguine, aux poumons (E) d'augmenter leur rythme... et à mobiliser la musculature du corps pour réagir par l'attaque ou la fuite. Mais aucun schéma d'un physiologiste ne pourra décrire le parcours direct de A à B : il faut faire un détour. Ni la physique ni la médecine ne peuvent expliquer ce qui se passe dans la zone « ? » car, « la coopération de l'esprit avec la matière fait alors un saut quantique inexplicable » par la logique linéaire de cause à effet^[49].

Mais comment le quantum peut-il nous éclairer sur cette question ? Un quantum est défini par l'astrophysicien Stephen Hawking comme « l'unité indivisible selon laquelle des ondes peuvent être soit émises soit absorbées ». C'est donc l'unité la plus infime qui puisse être assimilée à une

particule. Les quarks sont considérés actuellement comme les ultimes particules subatomiques séparées par des vides immenses au sein des atomes. Un atome est donc vide à 99,999 %. Cela s'applique à tous les atomes qui composent les objets matériels y compris le corps humain, qui, toutes proportions gardées, comporte, en conséquence, autant de vide que l'espace intergalactique.

Faisons, si vous voulez, un voyage « imaginaire » qui va nous mener jusqu'à ce vide quantique. Empruntons le véhicule d'un globule rouge qui nous transportera au centre du cœur. En passant, quittons-le pour pénétrer dans une cellule de ce muscle vital, traversons le noyau de celle-ci jusqu'à sa molécule d'ADN, entrons dans un des atomes de carbone qui compose cette dernière. Attrapons au passage un de ses électrons et laissons-nous porter par son spin. Que voyons-nous ? Rien que du vide et de temps en temps la lueur d'un autre électron orbitant le même noyau, telle une étoile filante frôlant l'horizon pour disparaître aussitôt. Nous voilà au bord de l'abîme quantique, au-delà de cette dernière forme de matière qu'est un électron.

À ce niveau, il n'y a plus rien : on doit en conclure que « matière et énergie proviennent de quelque chose qui n'est ni matière ni énergie^[50] ». Les physiciens de la Gnose de Princeton^[51] soutiennent qu'il n'y a là que de l'esprit. C'est l'état de « singularité » des physiciens, « c'est-à-dire une construction abstraite qui n'est limitée ni dans le temps ni dans l'espace, mais qui est une compression de toutes les dimensions contenues dans l'expansion de l'Univers^[52] ». C'est pourtant la région inconcevable d'où l'on tire la pensée

d'une rose et d'où émerge un photon, et donc, le cosmos^[53]. Au chapitre 5, Seth en fournira une explication valable par des unités d'énergie électromagnétiques non physiques, qui donnent naissance à la matière^[54].

C'est là le domaine du vide, du silence, de l'esprit qui pense et crée les choses matérielles, y compris le corps physique et tous les changements qui se produisent en lui. Nous entrons dans ce vide, dans ce silence lorsque nous méditons, pensons ou prenons une décision : il se trouve dans l'intervalle entre deux pensées, deux émotions, deux sentiments ou avant le moment de prendre une décision, etc. C'est là que se trouve la zone « ? » où se fait le détour de la pensée pour générer un neuropeptide. « [...] ce qui fait le mystère de l'ADN, c'est qu'il se trouve, comme le quantum, exactement au point de transformation^[55] » de la pensée en matière.

Cerveau et système immunitaire

Dans ce microcosme que forme le corps humain, tout est en relation, comme dans le macrocosme, l'Univers. « Lorsque l'électron vibre, a dit Sir Arthur Eddington, l'Univers tremble ». On pourrait dire de même que si le cerveau s'agite, tout le corps danse ! C'est à la vitesse de l'éclair que le neuropeptide, créé par le cerveau, obéit aux injonctions de l'esprit. Pour illustrer cette rapidité de l'action des neuropeptides et des hormones, voici le résumé des résultats d'une recherche que j'ai effectuée en 1973 sur la surproduction des médiateurs chimiques, responsables

des effets provoqués par l'ingestion de substances psychotropes. La vitesse de la réponse est évidente^[56]. Cette expérience consistait à simuler, entre autres, les effets de la drogue sans drogue, c'est-à-dire à provoquer dans l'organisme des réactions psychédéliques sans recourir à l'usage de substances externes.

Mon hypothèse était celle-ci : si l'on peut, par la thérapie énergétique, intervenir pour soulager ou guérir une entorse à la cheville d'un blessé, n'est-il pas possible également d'influencer, par l'énergie, toute autre partie ou fonction du corps, en l'occurrence pour la production de médiateurs chimiques ou neurotransmetteurs ? C'est ce qui semble s'être produit, dans une série d'expériences, chez un sujet volontaire, de mars à septembre 1973.

Les substances hormonales (ou neuropeptides) impliquées dans les effets de la drogue sont, d'après des études psycho-physio-pharmacologiques (New York en 1958 et St-Paul-de-Vance en France en 1959) : l'acétylcholine, l'adrénaline (ou épinéphrine), la sérotonine et l'histamine. Il y aurait, selon ce symposium, surproduction de ces substances chimiques dans l'organisme lors de phénomènes médiumniques, d'isolation sensorielle, de crises schizophréniques et d'ingestion de drogues hallucinogènes.

L'expérience de 1973 consistait à provoquer chez un sujet, par la transmission d'énergie, une surproduction de ces médiateurs chimiques et, par voie de conséquence, le déclenchement chez lui de phénomènes paranormaux qu'on retrouve chez les cas susmentionnés : anesthésie générale,

voyage hors du corps, vision de formes colorées, état euphorique, expansion de la sensibilité (vue, audition), communion télépathique et présence inhabituelle aux objets et aux pensées de l'opérateur.

Pour susciter ces réactions paranormales, l'opérateur transmettait au sujet des énergies subtiles (par des impositions et des « passes magnétiques »), qu'il dirigeait, par ses mains, sa pensée et son imagination, sur des centres spécifiques du sujet (formation réticulaire du cerveau, l'hypophyse, plexus solaire, surrénales) pour provoquer une surproduction des substances humorales impliquées. Voici des extraits des expériences vécues par le sujet, qui marquent la rapidité, sinon l'instantanéité de la réponse corporelle.

1^{re} expérience (surproduction d'acétylcholine) : aucune réaction émotive : passivité et indifférence ; les yeux fermés, le sujet perçoit les gestes et les hésitations de l'opérateur ; flot incontrôlable d'images et d'idées ; sensation de vibrations au cerveau ; vision d'une sorte de vitrail multicolore.

2^e expérience (surproduction d'adrénaline) : le sujet ressent des sentiments agressifs contre l'opérateur (qui l'empêcherait de « sortir » de son corps : il se sent retenu).

La « suspension^[57] » se produit très lentement. Vision d'une multitude de « chandelles allumées ». Picotements désagréables sur la tête, les mains, les bras et les jambes. Pression sur la tête et sensation que le crâne est divisé ; circulation d'énergie à la région occipitale et blocage à l'avant (« c'est comme un mur »). Impression de sortir par

une fissure au sommet de la tête. Sécheresse de la gorge. Expérience, somme toute, désagréable.

3e expérience (surproduction de sérotonine) : vision d'une « flambée » de couleurs vives et mobiles : rouge, jaune et bleu. Euphorie générale (« qui coulait dans tout mon corps »). Conscience très aiguë, sentiment de présence à tous les gestes et à toutes les pensées de l'opérateur. Les questions de celui-ci étaient perçues sous forme de vibrations discordantes (dérangeantes). Apparition de formes colorées : bleues, roses et violettes sur fond noir. Sentiment vif de présence à un endroit éloigné (voyage). Réintégration quelque peu difficile (« Je suis comme une balle de ping-pong »). Expérience, somme toute, très agréable.

4e expérience (surproduction d'histamine) : sensation d'un « bouillonnement » d'énergie sur la tête et les bras et vision d'un « tourbillon » de couleurs dans toutes leurs nuances. Sensation de pression sur la tête occasionnant un mélange d'euphorie et de malaise. Grande mobilité de la pensée qui le faisait voyager à un endroit extérieur qu'il imaginait ou dans son propre corps : le déplacement se faisait comme s'il était « porté sur un coussin.

Dès le début de la 5e expérience, pendant la période d'énergétisation du sujet, un phénomène curieux se produisit : alors que l'opérateur repassait mentalement la procédure à suivre pour une expérience globale, c'est-à-dire la production successive des substances neurohumorales, tous les effets des expériences précédentes se sont manifestées chez le sujet en une séquence très rapide. Il avait l'impression que tous ces effets roulaient autour de lui. Il avait en même temps une puissante envie de partir et

de « filer », mais sans aucun endroit précis où aller. Il ressentait une sorte d'indifférence totale.

Ces quelques exemples démontrent que la réponse physiologique du sujet à l'action énergétique de l'opérateur est immédiate, et le lien télépathique entre les deux indique une sorte de symbiose énergétique favorisant la production rapide des substances hormonales responsables des phénomènes.

Les molécules messagères que sont les neurotransmetteurs sont elles-mêmes des informations codées résultant des impulsions du cerveau qui transforment ainsi les pensées, les émotions, les besoins, etc., en un mot, les états d'âme et qui les véhiculent le long de ses axones vers toutes les parties du corps. Son action s'étend à tout l'espace intérieur par le système immunitaire. « À la différence des neurones qui sont fixés sur des sites particuliers dans le système nerveux, les monocytes du système immunitaire, entraînés par le sang, ont accès à toutes les cellules du corps^[58] » et peuvent être considérés comme des neurones mobiles, puisqu'ils sont capables d'envoyer et de recevoir des messages qui paraissent aussi divers que ceux des neurones.

Le système immunitaire possède cette extraordinaire aptitude à absorber de nouvelles informations, comme celle de mémoriser l'identité de tout nouvel organisme porteur de maladie et de produire des milliards d'éléments d'information dans le but de les combattre. Le cerveau et le système immunitaire se ressemblent tellement qu'on peut dire que l'un est l'autre et vice versa. « La seule différence

qui existe entre une cellule cérébrale et une cellule immunitaire est que l'ADN de chacune d'elles choisit de privilégier certains aspects de son savoir et d'en supprimer d'autres^[59] ».

Chaque neurone est un émetteur de messages, dont le vocabulaire est beaucoup plus étendu que celui d'un ordinateur. Il comprend des milliers de signaux distincts et, comme on découvre constamment de nouveaux transmetteurs, le nombre de signaux augmente toujours. L'ADN lui-même, qu'on considère comme « le cerveau chimique de l'organisme », est composé des mêmes éléments de base que les neurotransmetteurs qu'il fabrique et dirige. Il peut se refaire lui-même par réplication avec l'aide de l'ARN^[60], son jumeau chimique. C'est dire la souplesse, la mobilité et la fluidité dont fait preuve l'organisme sous l'influence de l'esprit. Un exemple de cette souplesse apparaît dans la structure moléculaire qui peut se transformer instantanément, car elle dépend de la manière dont le cerveau l'utilise. Il en est de même du fait que la cellule nerveuse peut modifier les messages chimiques en cours de route, selon les besoins de l'organisme, « en modifiant la substance chimique reçue en un point A en une substance différente au point B^[61] ».

La guérison quantique

Cette influence de l'esprit sur le corps, via les neurotransmetteurs, implique que l'esprit, de quelque façon, crée le corps, le modifie et le répare. Si la vie du

corps dépend de toute cette chimie moléculaire créée par le cerveau sous l'impulsion de la pensée, de cette « somatisation » de nos états d'âme, il est évident que les malaises et les maladies obéissent au même processus. Et si l'esprit fait un détour pour influencer la vie du corps, il doit faire le même détour pour le guérir.

Ce détour « thérapeutique » doit s'accomplir consciemment, car l'ADN garde en mémoire tous les signaux acquis, positifs ou négatifs. Si les signaux négatifs mémorisés, responsables de nos maladies, ne sont pas changés, le corps continuera à entretenir son déséquilibre physiologique. Chopra appelle ces signaux négatifs des « mémoires fantômes » qui continuent de hanter notre organisme jusqu'à le détruire dans le cas de Cancer ou de Sida. Pour les changer ou les faire disparaître, il faut aller au point de jonction de l'esprit et de la matière, c'est-à-dire au vide au-delà des quarks « où la conscience commence réellement à produire un effet^[62] ».

En s'inspirant de l'Ayur-Véda, le Dr Chopra énumère trois techniques de guérison très puissantes. La première est la méditation « qui transporte l'esprit hors de ses limites et l'expose à un état illimité de conscience ». Il ne s'agit pas ici de la méditation à la manière occidentale, mais de la MT^[63], qui s'apparente à une prise de conscience cosmique. Cette phrase de Sir James Jeans peut nous en donner un aperçu : « Dans la réalité plus profonde qui se situe au-delà de l'espace et du temps, il se peut que nous soyons tous membres d'un même corps^[64] ». C'est ce que ressentent aussi des patients qui ont guéri leur cancer. Avant que ne

surviennent leur guérison, il se produit un changement radical au niveau de leur prise de conscience. Ils savent qu'ils vont guérir, que la force de guérison est en eux, mais qu'elle dépasse leurs limites personnelles. Ils réalisent soudain qu'ils ne sont pas limités à leur propre corps, qu'ils font partie de tout ce qui existe autour d'eux^[65]. À ce moment, ils « atteignent [...] un nouveau niveau de conscience qui interdit l'existence du cancer^[66] ». Cet état de conscience, ce flot de vie suprapersonnel, les rishi^[67] l'appellent ananda, et peut se traduire par la félicité ou l'illumination et indique une attitude parfaitement positive chez le sujet malade.

La deuxième méthode est la technique psychophysique basée sur la relation corps-esprit. Celle-ci consiste à fixer une attention active sur cette influence de la pensée sur le corps pour changer les symptômes en débarrassant celui-ci de la mémoire fantôme qui les entretient. Et la dernière est l'utilisation du son primordial (par exemple, le *Om* hindou) dont les vibrations, dirigées par la conscience sur la zone malade du corps, vont combler cette fragmentation du flot de vie causée par la mémoire fantôme.

En conclusion de cette brève esquisse de la pensée du Dr Deepak Chopra, disons que la relation entre l'esprit et le corps est si intime que celui-ci, obéissant instantanément aux impulsions de l'esprit, devient lui-même intelligent. Recevant du cerveau d'innombrables signaux véhiculés par les neurotransmetteurs, il imprime dans son ADN sous forme de codes toujours disponibles ces différentes

informations qui assureront sa survie future au travers des aléas de l'existence. En utilisant les techniques de guérison inspirées de l'Ayur-Véda, la pensée guérit le corps comme elle le crée. Mais la nature permet de nombreuses autres méthodes de guérison. « Le rire, tout comme un verre de jus de raisin, peut vaincre une maladie mortelle, si l'on y croit assez fort^[68] ». « Le corps matériel est une rivière d'atomes, l'esprit une rivière de pensées, et ce qui les maintient ensemble est une rivière d'intelligence^[69] ».

Nos émotions, nos désirs, nos souvenirs, nos intuitions et nos rêves ne sont pas uniquement des phénomènes mentaux, car ils sont véhiculés dans l'organisme entier sous forme de messages chimiques par les neurotransmetteurs. « Penser, écrit le Dr Chopra, c'est réaliser une chimie cérébrale qui engendre une cascade de réactions dans tout l'organisme^[70] ». Nos cellules reçoivent donc ainsi quantité d'informations conditionnant notre corps selon nos émotions et nos sentiments : joie, tristesse, peur, optimisme, volonté de vivre ou peur de vieillir, avec toutes les conséquences qui s'ensuivent. Ce mécanisme nous fait un peu mieux comprendre que notre corps est le produit de nos pensées et la manifestation physique de notre esprit et de ses expériences tant psychiques que spirituelles^[71]. Ces considérations réduisent à néant les explications mécanicistes des biologistes qui attribuent à la production, dans le cerveau, d'endorphines, ou d'autres enképhalines, les « expériences près de la mort » racontées par les survivants de mort clinique. Ces expériences ne sont pas causées par les endorphines, mais, au contraire, elles

créent ces dernières pour exprimer dans le corps ce que l'âme expérimente. Voilà qui est très différent ! Et cela est tout à fait conforme au rôle que Chopra attribue à l'esprit dans la création des neurotransmetteurs ; en accord également avec l'enseignement de Seth qui attribue à la conscience la création du corps et de ses maladies (Voir Chapitre 5).

La prise de conscience cosmique dont il a été question ci-dessus et que les rishi appellent ananda, l'illumination, nous met en contact avec le Moi de l'univers dont Alan Watts va nous entretenir dans le chapitre suivant.

CHAPITRE 3

Un philosophe critique avec humour la pensée occidentale

[...] nous éprouvons quelquefois une agréable et étrange sensation, comme d'avoir oublié quelque chose d'extrêmement important depuis très, très longtemps. Il arrive même que ce souvenir-fantôme évoque une sorte de paradis perdu, un paysage lumineux de collines et de ruisseaux, extraordinairement familier, et pourtant impossible à situer. À chaque fois, le monde « réel » se rappelle ainsi à nous, et nous pensons : « Voici ce que j'ai toujours cherché, l'endroit où je me sens chez moi. » Il arrive d'autres fois que le souvenir ait une dimension plus profonde, donnant la sensation d'exister et de savoir depuis toujours, d'avoir précédé le temps et l'espace. Alan Watts, Être Dieu, pp. 42-43.

Pendant plus de quarante ans, Alan Watts (1915-1973^[72]) fut reconnu, en Occident, comme le meilleur interprète des philosophies orientales. C'est surtout ses écrits sur le Zen et son ouvrage *Le Livre de la Sagesse* (sur le tabou de savoir qui vous êtes) qui lui ont valu cette réputation mondiale. Il a commencé à s'intéresser au Bouddhisme à l'âge de seize

ans, en écrivant un essai pour le journal de la Loge Bouddhiste de Londres.

Il devint par la suite, l'éditeur de la Revue trimestrielle « The Middle Way » (La Voie du Milieu).



Alan Watts^[73]

Des millions de disciples ont profité de son enseignement grâce à ses livres, ses enregistrements, ses émissions radiophoniques ou télévisées et ses conférences publiques. Il a écrit plus de 25 ouvrages et enregistré des centaines de conférences et de séminaires qu'il a dirigés. Tout son enseignement est centré « sur une philosophie personnelle qu'il partage en toute candeur dans une grande jovialité avec ses lecteurs et ses auditeurs à travers le monde^[74] ». Le thème principal de son propos tient dans « un modèle de l'individualité et de l'expression de soi » que peu de philosophes ont égalé.

L'humour, le sel de la vie

Une des sources de ses réflexions sur l'homme et le cosmos, Alan Watts l'a trouvée chez les physiciens, dans les écrits des grands théoriciens quantiques, David Bohm et Erwin Schrödinger. « *Il n'est pas possible, écrit le premier, d'analyser le monde et de le diviser en parties distinctes ; il faut au contraire le considérer comme une unité indivisible où les parties séparées apparaissent comme des approximations valables seulement dans les limites classiques (c'est-à-dire newtonienne^[75])* ». Quant à Schrödinger, il affirme : « [...] *aussi inconcevable que cela puisse paraître pour la raison ordinaire, vous – et tous les autres êtres conscients en tant que tels – vous êtes tout dans tout. Cette vie que vous menez n'est pas seulement un fragment de l'existence entière ; elle est, en un certain sens, le tout. Ce tout est simplement constitué de telle manière qu'on ne peut le découvrir d'un seul coup d'œil... Car éternellement et toujours n'existe que l'aujourd'hui, l'unique et le même aujourd'hui. Le présent est la seule chose qui n'ait pas de fin^[76]* ».

Ce point de départ justifie à lui seul les critiques qu'il adresse à la pensée occidentale tant sur le plan philosophique que théologique. Par une argumentation subtile, animé « du gros bon sens » et émaillée de nombreuses pointes d'humour, il ne laisse pas de débusquer les sophismes, les cercles vicieux, les a priori qui se glissent, à leur insu, dans les théories, les propos ou les explications (même les plus libérales) des représentants de

notre civilisation occidentale, philosophes, savants et théologiens confondus.

En se positionnant dans la vision orientale, plus précisément hindouiste, du monde et de l'homme, il s'assure l'avantage d'un observateur neutre, mais bienveillant et ne cherchant qu'à s'analyser lui-même dans la perception qu'il a du monde et de lui-même. Libre de tout préjugé scientifique et religieux à l'occidental, il acquiert ainsi, croit-il, une autre façon aussi valable, mais plus éclairante, de percevoir les choses. Car si, pour le christianisme, l'hindouisme est une erreur, du point de vue de l'hindouisme, le christianisme est une vision valable de la réalité. Ce point de vue est donc moins entaché de préjugés et peut donc constituer une véritable plate-forme pour des considérations et des comparaisons métaphysiques ou religieuses.

Si à la fin de son propos, le lecteur a vraiment saisi qu'il est un avec le Tout, incluant son corps, son environnement (se prolongeant jusqu'aux galaxies, donc en termes d'années-lumière), ses amis et ses ennemis, ses bons moments et ses maladies, et de plus qu'il a réalisé l'impossibilité de « comprendre » ce qu'il est au-delà du « Je » (ce qui n'appartient qu'au Tout qui est inconcevable), il ne lui reste plus qu'à rire de soi, qu'à faire de l'humour : « Il ne vous reste plus à présent, a dit un maître zen chinois, d'autre solution qu'un bon éclat de rire^[77] ».

La saisie du Tout se manifeste chez les « saints » comme un retour à l'innocence, à une vie où explose la spontanéité : « Une vie sans calcul dans un perpétuel présent^[78] ». Et

Watts d'ajouter : « La sainteté est en effet une vie spontanée où l'on s'abandonne avec humour, ce qui comprend la sagesse du serpent comme la douceur de la colombe, car l'humour n'est rien d'autre qu'une parfaite conscience de soi. C'est reconnaître, avec délectation, sa propre absurdité et respecter avec un aimable cynisme ses propres prétentions^[79] ».

L'éloignement du Moi par le Je

Conscient de bousculer bien des conceptions sur l'homme et le monde, Alan Watts prend la précaution de présenter ses bonnes intentions à ceux qui ne partagent pas sa vision de la réalité. Aux pasteurs qui s'offusqueraient de ses propos, il déclare : « [...] mon intention n'est nullement d'abaisser, d'offenser ou de rendre ridicule les choses sacrées. Le rôle que je joue n'est point celui du Diable, mais bien plutôt celui du Fou du Roi et je suis sûr que cet emploi existe même – ou mieux : nécessairement – au Ciel^[80] ».

C'est que même les gens d'Église sauf peut-être certains théologiens plus subtils, sont généralement victimes de la supercherie du « Je » et de tout l'anthropomorphisme attribué à l'idée de Dieu. On prend facilement la métaphore pour la réalité. En Occident, dont la civilisation est un amalgame de l'esprit gréco-romain (influencé par l'Égypte et la Perse) et de la pensée judaïque, la représentation du Créateur s'inspire de l'image du Monarque ou du Potentat assis sur un trône élevé (Isaïe, 6) ou de la Cour des empereurs byzantins.

Depuis leur plus jeune âge, nos enfants sont conditionnés à se sentir comme des êtres séparés des autres (humains ou choses), comme des étrangers arrivés sur cette planète « hostile ». Hypnotisés ou endoctrinés par un système de conditionnement éducatif, « nous élevons un type d'être humain incapable de vivre dans le présent, c'est-à-dire de vivre vraiment^[81] ». Ce conditionnement social et familial véhiculé depuis deux mille ans génère dans la psychologie des gens peur, anxiété, culpabilité, sentiment d'infériorité, etc. et influence les institutions, les lois, la justice.

Comment en est-on arrivé à créer ces sentiments négatifs ? Pour résumer la pensée de Watts^[82], disons que tout a commencé quand l'homme a développé l'intellect et la raison. Auparavant, guidé par l'intuition et l'instinct, il agissait spontanément et joyeusement : il suivait la nature, c'était au temps de l'Éden. Mais avec la pensée réflexive le doute est né, et donc l'incertitude sur toutes choses. De cet état psychologique inquiétant, l'homme s'est senti responsable : il était comme l'apprenti-sorcier bien embarrassé de savoir quoi faire « Là-dessus, la douleur cessait d'être extase pour devenir punition, et en même temps il se sentait responsable de sa mort. La mort cessait d'être la vie qui se transforme et se renouvelle », « mais devenait le signe d'un échec, le salaire du péché, le résultat de son incompetence à jouer le rôle de Dieu ». La nature devenait hostile, du moins la percevait-il ainsi, et, pour se protéger contre elle (bêtes sauvages et bouleversements géologiques et climatiques) il a créé une technologie tellement sophistiquée qu'elle est devenue monstrueuse. Et comme il faut constamment l'entretenir, elle nous empêche

de vivre et de prendre du bon temps. Aussi, apprend-on à se méfier des élans de spontanéité, de la vie instinctive, et à développer plutôt le sens de la responsabilité personnelle pour faire, dit-on, son chemin dans la vie.

Résultat d'un conditionnement social relevant lui-même des institutions, la sensation de notre identité « n'est pas quelque chose de biologique comme la réaction de l'œil à la couleur ». Dès notre enfance, nous acquérons le sentiment de ce que nous sommes en fonction des mots (langage), des attitudes et des gestes des autres personnes à notre égard. Nous sommes donc déterminés par notre environnement social et les procédés d'apprentissage des règles du jeu que notre milieu propre met en œuvre.

Nous sentons presque tous notre « moi » comme un centre indépendant de sentiment et d'action, vivant à l'intérieur du corps physique et borné par lui de toutes parts ; comme un centre qui « affronte » un monde « extérieur » composé de personnes et d'objets, qui communique par l'intermédiaire des sens avec un univers à la fois autre et étrange. Les figures de style que nous employons tous les jours reflètent cette illusion : « Je suis venu au monde. » « Il faut affronter la réalité. » « La conquête de la nature^[83].

Mais les règles du jeu social dépendent historiquement d'une cosmologie traditionnelle et de « la signification donnée à la naissance et à la mort, au bonheur et au malheur^[84] ». Il en résulte une conscience très particulière propre à la civilisation occidentale, « conscience d'un côté analytique, orientée avec précision, et de l'autre préoccupée

d'elle-même, une conscience démesurément autoconsciente^[85] ». En conséquence, le modèle d'être humain produit par les cultures de type occidental « se sent étranger à tout ce qui ne relève pas de sa propre conscience^[86] ».

L'homme est, de ce fait, devenu étranger au monde et à son propre corps, et, « en ce sens, il a perdu contact avec l'univers qui l'entoure ». Mais « la sensation d'être 'Je' n'est qu'un faible écho de ce que l'univers lui-même ressent de l'intérieur^[87] ». « De tous les tabous connus, il n'en est pas un qui ne soit appliqué avec plus de rigueur que celui qui vous interdit de savoir qui ou ce que vous êtes réellement derrière le masque de votre moi apparemment séparé, indépendant, isolé^[88] ». Et il explique : « Le secret, c'est que vous, votre 'petit moi' qui est 'venu au monde' et vit provisoirement dans un sac de peau, vous n'êtes qu'une supercherie, un canular. En réalité, aucun élément, aucun détail de notre univers n'étant séparable du tout, le seul véritable Vous, votre Moi, c'est le tout^[89] ». De plus, il faut dire clairement que la fiction du « Je » n'est nullement indispensable pour que l'individu, l'organisme humain dans son intégralité, réalise et exprime son individualité. Car chaque individu est une manifestation unique du Tout, comme chaque branche est un prolongement particulier de l'arbre. [...] différenciation et séparation ne sont pas synonymes. La tête et les pieds sont des choses différentes, mais non séparées^[90].

Retour à la réalité

Un observateur non prévenu se rend rapidement compte que tout dans l'univers dépend de la relativité. Un solide ne peut exister sans un espace ; on ne peut distinguer la lumière sans les ténèbres ; mon corps ne peut vivre sans l'oxygène de l'air ; une montagne n'existe pas sans vallée, ni la vague sans son creux (parfaitement distincts, mais inséparables) ; les hommes peuvent vivre sur terre parce que celle-ci est à une distance telle de son soleil qu'elle en reçoit juste assez de lumière et de chaleur pour y entretenir la vie... il en est ainsi jusqu'aux galaxies les plus lointaines : nous existons par le cosmos ! « L'espace est une relation entre les corps ; sans lui, il ne peut y avoir ni énergie ni mouvement^[91] » . Le monde extérieur est en réalité une extension de notre propre corps^[92]. Ayons l'humilité de « reconnaître que nous sommes membres de la biosphère », car « notre existence est complètement impossible sans la coopération des plantes, des insectes, des poissons, du bétail et des bactéries^[93] ». Cette vision de la réalité va clairement à l'encontre de ce mirage, de cette illusion et de cette supercherie que constitue notre identité propre, notre « Je » séparé. Le mouvement écologique a pressenti cette interdépendance entre les êtres vivants et leur environnement.

Même la relation dite causale entre deux événements est une illusion attribuable à notre conscience dont le faisceau limité ne perçoit qu'une partie de la réalité à la fois. Imaginons quelqu'un qui n'a jamais vu un chat. Derrière

une palissade, il regarde à travers une fente et voit passer un chat. Il voit d'abord la tête, puis le tronc poilu et enfin la queue. Le chat revient et repasse devant la fente : il voit de nouveau la tête, le tronc et puis la queue. Le spectateur conclut que le phénomène tête a causé le phénomène queue, celui-ci étant l'effet du premier : déduction absurde qui provient de son incapacité, à travers la fente, de se rendre compte que tête et queue font partie d'un ensemble, qui est le chat. C'est ainsi, dit Watts, que notre attention consciente, par son faisceau étroit et limité, regarde la vie. Car « lorsque nous sommes attentifs à quelque chose, nous ignorons tout le reste^[94] ».

En fait, les choses existent par leurs relations. L'arc-en-ciel le démontre de façon convaincante. Une relation triangulaire entre trois composants est nécessaire pour que naisse un arc-en-ciel : le soleil, une forme d'humidité de l'atmosphère et un observateur. Ce phénomène n'est pas une hallucination subjective puisqu'il peut être observé par plusieurs personnes, même si chacune d'elles le voit dans une position un peu différente. Le fait est que si l'observateur se déplace vers l'arc-en-ciel, celui-ci recule, et si l'atmosphère n'est pas humide, il n'apparaît pas^[95]. On peut se demander où se trouve alors l'arc-en-ciel, sinon à la fois dans l'atmosphère et dans la perception de chaque observateur. L'analyse des comportements des phénomènes physiques ou biologiques par la notion de champ ou de système nous conduit à la même constatation. Tout est en relation, et, pour le saisir, on doit « utiliser une nouvelle

unité descriptive » : le corps-milieu, l'organisme-environnement, le fond-forme^[96].

Ajoutons ici que tout ce que nous voyons, entendons, goûtons, touchons, humons, etc., est un type de vibrations spécifiques que notre cerveau transforme en ce que nous appelons « lumière, couleur, bruit, dur, rugueux, salé, lourd ou poivré ». En dehors du cerveau, le monde n'a ni lumière, ni chaleur, ni poids, ni solidité, ni mouvement, ni espace, ni temps, ni aucun autre caractère imaginable. « Tous ces phénomènes sont des interactions ou des transactions entre les vibrations et un certain nombre de neurones disposés de telle et telle manière ». On dirait que le cerveau a la faculté magique de faire surgir de l'univers ces merveilles que sont les sensations « comme le harpiste fait surgir une mélodie des cordes silencieuses^[97]».

Notre mythologie courante nous suggère que les choses existent par elles-mêmes, avec ou sans observateur. C'est une idée fautive qui va de pair avec celui de l'observateur considéré comme un « Je » isolé et confronté à une réalité qui serait différente de lui-même^[98]. L'homme, comme tout autre organisme, crée donc son propre environnement dans un sens très réel, physique^[99].

Tout = Cela (Dieu)

Dans le Vedanta, livre sacré hindou, le Tout (le monde entier) est désigné comme la lila et la maya du Moi. Lila signifie « jeu » et maya, illusion (du latin ludere, jouer),

terme complexe signifiant à la fois magie, puissance créatrice et mesure ou rythme (comme lorsque l'on danse en cadence).

Et le terme Cela englobe tout ce qui existe, ou mieux l'existence qui joue à cache-cache à travers toutes les formes apparentes (maya). C'est l'illusion originale « par laquelle le Créateur semble devenir créature, comme lorsque l'on se dissimule dans le jeu de cache-cache^[100] ». Chacun de nous fait donc partie de ce jeu et nous humanisons le monde en le connaissant. Sans doute sommes-nous stupéfaits de ses dimensions et de sa complexité, mais nous devrions aussi nous étonner d'avoir « un cerveau assez perfectionné pour le percevoir ». Mais il faut « éveiller en nous le sens de l'universalité du moi [...] d'un moi qui dépasse l'image du 'Je' ou du corps humain délimité par la peau ». Partout alors nous voyons le Moi, dont l'univers est l'image, « dans sa lumière et ses ténèbres, dans les corps qui le peuplent et dans ses espaces ».

Mais il y a derrière, dessous, autour et au centre de tout « l'inconcevable CELA, qui se polarise dans les contrastes visibles entre les vagues et les creux, les solides et les espaces. Mais le plus étrange, c'est que CELA, bien qu'inconcevable, n'a rien d'une vague abstraction : c'est très simplement et très véritablement vous-même^[101] ».

Dieu est le Moi du monde. Si tu ne peux pas le voir, c'est simplement pour une raison analogue à celle qui t'empêche de voir tes propres yeux sans miroir, de te mordre toi-même les dents ou de regarder à l'intérieur de ta tête. Ton moi est bien caché parce que c'est Dieu qui se cache^[102].

L'individu peut être conçu comme autre chose qu'une personne isolée [...] On peut voir en lui, à la place, un point focal particulier où l'univers tout entier s'exprime : une incarnation du Moi, ou de la Divinité, quel que soit le nom que l'on choisisse de donner à CELA. Ce point de vue respecte, et même renforce nos idées sur le caractère sacré de l'individu. En même temps, il réduit à néant le paradoxe du « Je » personnel, qui consiste à lutter pour atteindre à la « qualité inestimable » de personne unique au prix d'anxiétés perpétuelles quant à sa survie. L'hallucination de l'isolement nous empêche de voir que chérir le « Je », c'est chérir sa misère. Nous ne comprenons pas que notre prétendu amour pour l'individu, notre prétendu intérêt pour l'individu n'est que l'autre face de la crainte, du refus, que suscite en nous notre propre mort. En plaçant si haut l'identité séparée, le « Je » personnel scie la branche sur laquelle il est assis, tout en s'affolant de plus en plus à l'idée de la chute qui l'attend^[103] !

Puis après... ?

Une fois qu'on a compris, ne serait-ce qu'en théorie, que le « Je » n'est qu'une mystification, et qu'apparemment le « moi » et « l'univers » ne sont qu'une même chose, on se demande : Et alors ? L'étape suivante consiste à « consolider cette compréhension, d'apprendre à jouir, à vivre dans le présent, d'accepter la discipline que cette attitude impose^[104] » : on doit se débarrasser du « truc du Je » par une intensification de la conscience personnelle. Cela ne se

réalise nullement par un acte de volonté, ni en essayant de s'oublier ou de changer de sujet. Quand nous serons vraiment convaincus que notre moi séparé est une simple fiction, nous pourrons sentir vraiment que nous sommes nous-mêmes « tout le processus et le schéma de la vie », car « chaque organisme est l'univers qui se vit dans sa variété infinie^[105]».

Il est inutile d'essayer de se débarrasser de la sensation du moi. Mais tant qu'elle persistera, on doit la considérer « comme l'un des éléments du processus – comme un nuage ou une vague, comme le fait d'avoir chaud ou froid, comme n'importe quelle chose qui arrive toute seule. Se débarrasser de son moi est le dernier recours de l'égoïsme invincible !... Il suffit de l'aborder et de l'accepter au même titre que toute autre sensation pour qu'elle s'évapore comme le mirage qu'elle est^[106].

Si je veux vaincre la sensation du moi pour atteindre « une sphère spirituelle plus élevée », accéder à la transcendance, j'arriverai immanquablement à comprendre que, dans les limites de mon moi, je ne suis qu'une contrefaçon avec l'impression d'être un oignon : « vous vous dépouillerez d'une peau après l'autre, d'un subterfuge après l'autre, pour découvrir enfin qu'au centre il n'y a rien. Et c'est cela le but, découvrir que le moi est une supercherie : un rempart qui défend un autre rempart... qui ne défend rien^[107] ».

On se retrouve alors « non pas dans un monde, mais identifié à un monde qui n'est ni compulsif ni capricieux. Ce qui arrive n'est ni automatique, ni arbitraire ; cela arrive

tout simplement, et les événements sont liés les uns aux autres d'une façon qui paraît incroyablement harmonieuse. Tout ceci va avec tout cela. Sans les autres, il n'y a pas de moi, et sans ailleurs il n'y a pas d'ici, de sorte que – en ce sens – le moi est l'autre et ici est là^[108] ». Penser autrement serait « aussi bête qu'essayer de conserver les montagnes en se débarrassant des vallées^[109] ».

Cette nouvelle sensation du moi est, en quelque sorte, aussi enivrante que déconcertante. On ressent, dans un premier temps, une impression de passivité « comme si l'on était une feuille morte portée par le vent, et cela jusqu'au moment où l'on se rend compte qu'on est à la fois la feuille et le vent. Le monde qui s'étend à l'extérieur de votre peau est tout aussi vous-même que votre monde intérieur. » Mais en même temps, nous découvrons que nous sommes capables d'accomplir nos activités habituelles, de travailler, de prendre des décisions, tout aussi bien qu'avant, quoiqu'avec moins de fatigue^[110].

D'autres impressions s'ensuivent : le corps n'est plus ce cadavre que le moi doit animer et traîner partout avec lui. On a le sentiment d'être porté par la terre, d'être soulevé par les collines qu'on gravit. L'air pénètre dans nos poumons et en sort tout seul. Plus besoin de regarder et d'écouter : ce sont la lumière et les sons qui viennent à nous. Le vent souffle et l'eau coule et les yeux voient et les oreilles entendent. L'espace tout entier devient notre esprit. Le temps nous emporte comme une rivière, mais sans jamais s'éloigner du présent ; plus il va, plus il reste

immobile et nous n'avons plus besoin de nous débattre contre lui ni de le tuer^[111] !



La vie est un jeu. Watts écrivain^[112]

Ces constatations nous libèrent du dilemme : « Il faut survivre », et l'on comprend qu'au plus profond, la vie est un jeu. Non pas dans le sens de s'amuser, mais selon cette autre forme de jeu qu'on retrouve « quand Segovia joue de la guitare, ou quand Laurence Olivier joue le rôle d'Hamlet ou bien, évidemment lorsque quelqu'un joue de l'orgue à l'église ».

C'est dans ce sens que saint Grégoire de Nazianze, parlant du Logos, dit :

Car le Logos joue dans les cieux agitant le cosmos tout entier selon sa volonté et lui donnant toutes sortes de formes.

Auquel répond le maître zen japonais Hakuin :

Dans le chant et la danse est la voix de la Loi^[113].

Retrouver le Paradis

Tant qu'ils n'ont pas complètement appris le truc du « Je », les enfants restent en contact avec le paradis. Ils font encore partie du Tout qui est Un. Alan Watts cite souvent des paroles du Christ qui vont en ce sens. Les paroles suivantes, attribuées à Jésus, se trouvent dans l'évangile selon Thomas : *Quand tu auras fait de deux un, de l'en dedans l'en dehors, de l'en dehors l'en dedans, et de l'au-dessus l'au-dessous... alors, tu entreras (dans le Royaume des Cieux)... Je suis la Lumière qui est au-dessus de tout, Je suis le Tout, le Tout a surgi de Moi et le Tout est revenu à Moi. Fends un (morceau de) bois, Je suis là ; soulève la pierre et dessous tu Me trouveras*^[114].

Puis, Watts ajoute ces autres paroles (insistantes) de Jésus qui visent à rétablir cette unité entre tous les êtres et avec le Créateur : « *(Je prie) que tous soient un, comme toi-même, Père, es en moi et moi en toi, afin qu'eux aussi soient un en nous (et), que le monde puisse croire que tu m'as envoyé. Et je leur ai donné la gloire que tu m'as donnée, afin qu'ils soient un comme nous sommes un – moi en eux et toi en moi – afin qu'ils soient parfaitement unis* » Jean, 17, 21-23. Et en commentant le repas de la Cène (Matthieu, 26, 25-28), il ajoute : « *Ce que dit Jésus à travers le symbolisme de la Cène, c'est que toute chair mangée est la sienne, et que tout sang versé est le sien*^[115] ».

Résumons

Pour terminer ce bref exposé d'un enseignement profond et immense, écoutons l'auteur lui-même :

Quand vous aurez compris cela, vous pourrez retourner au monde des affaires pratiques avec un esprit neuf. Vous aurez vu que l'univers est fondamentalement une illusion magique et un jeu fabuleux, qu'il n'y a pas de « vous » séparé, capable de lui retirer quelque chose, comme si la vie était une banque à cambrioler. Le seul véritable vous, c'est celui qui va et vient, qui se manifeste et se retire éternellement en chaque être humain. Car « vous » êtes l'univers qui se regarde depuis des milliards de points de vue, chacun de ces points va et vient, de sorte que la vision est sans cesse nouvelle. Ce que nous considérons comme la mort, l'espace vide ou le néant n'est que le creux entre les crêtes des vagues qui roulent à l'infini dans l'océan^[116] ».

On éprouve alors « le besoin de se rappeler quelque chose qu'on soupçonne être une vaste dimension de notre être même, et qui est gardée cachée – peut-être depuis le moment de sa naissance. C'est que la conscience, l'attention consciente est un tour qui consiste à ne voir que la forme et à ignorer le fond ; c'est ainsi que je remarque mon ego et oublie le fond sur lequel il se détache, le moi profond ou soi qui le sous-tend^[117] ».

CHAPITRE 4

Un guérisseur soigne en dormant

Edgar Cayce est né le 18 mars 1877 à Hopkinsville au Kentucky (U.S.A.) et décédé à Virginia Beach le 3 janvier 1945 des suites d'une crise cardiaque, survenue l'année précédente. Pendant ses 67 ans d'existence terrestre, il exerça d'abord le métier de photographe, puis, pendant 43 ans, il se consacra à son rôle de diagnosticien médiumnique (Psychic diagnostician). De façon intermittente au début, puis à plein temps à partir de 1924.



Edgar Cayce à 20 ans^[118]

Une biographie à deux niveaux

Il y a deux Edgar Cayce, ou plutôt deux aspects très différents qui coexistent dans ce personnage : le Cayce éveillé qui vit dans le contexte tridimensionnel et le Cayce endormi qui vogue dans une autre dimension. On avait averti Cayce éveillé de ne pas faire plus de deux lectures par jour : « Une le matin, une le soir, cela suffit ! » avait dit Cayce endormi. Gertrude Evans, son épouse, veillait à ce que cette directive soit respectée. Mais au cours de la Deuxième Guerre mondiale, les demandes d'aide se multiplièrent : des parents angoissés voulaient avoir des nouvelles de leurs fils partis au front. Les deux fils de Cayce étaient eux-mêmes au combat. Il connaissait donc l'angoisse de ces correspondants. Aussi, n'écoulant que son cœur, il décida de répondre au plus grand nombre de demandes possible, donnant ainsi six à huit lectures par jour.



Edgar Cayce^[119]

À ce rythme-là, il s'épuisa tellement qu'il s'effondra complètement à l'automne 1944. Il eut une première

attaque cardiaque « qui le laissa complètement paralysé du côté gauche ». Il vécut ainsi jusqu'au 3 janvier 1945, alors qu'au cours d'une seconde attaque il rendit le dernier soupir dans la soirée, au coucher du soleil. Il avait dit à une assistante venue le voir le 1er janvier : « C'est tout arrangé. Je serai guéri le 5 janvier^[120] ».

Depuis la mort d'Edgar Cayce, l'A.R.E. (L'Association pour la recherche et l'Éclaircissement) ou Fondation Cayce a vu le nombre de ses membres augmenter sans cesse et étendre son influence au monde entier.

« Mon œuvre, c'est la guérison des êtres qui souffrent. Nous devons y travailler tous ensemble. Le temps presse maintenant, nous n'avons plus beaucoup de temps, travaillez tous ensemble avec moi. Je suis Edgar Cayce^[121]. »

Le médium Edgar Cayce

Parce qu'il s'endormait lui-même avant de procéder à ses lectures psychiques, on a utilisé le mot autohypnose pour qualifier la méthode médiumnique d'Edgar Cayce. Ce terme est impropre, car dans son cas, il ne s'agit pas de l'état hypnotique par lequel des psychologues peuvent investiguer le subconscient de leurs patients, mais d'une transe spéciale qui permet à un médium d'atteindre le niveau de sa supraconscience, appelée pour cette raison transe médiumnique^[122].



Edgar Cayce en 1943^[123]

Cette transe médiumnique, Cayce l'a utilisée dès le début de sa carrière comme diagnosticien psychique. Chaque fois qu'il refusait de procéder à des lectures pour des malades, il contractait une aphonie. Il hésitait à se livrer à cette activité psychique, car il craignait que ces lectures obtenues pendant son inconscience ne causent quelque dommage au patient. Et pour se guérir, il devait alors donner une lecture pour lui-même. Ces périodes d'aphonie qui se répétaient toujours dans les mêmes circonstances, lui ont fait comprendre qu'il devait utiliser son talent pour aider les malades à récupérer la santé. Son épouse, Gertrude Evans, fut la conseillère qu'il écouta toujours et qui le convainquit en lui rappelant sa mission terrestre que lui avait annoncée un guide spirituel durant son enfance.

Même si on l'a surnommé le prophète endormi^[124], Edgar Cayce n'utilisait pas le sommeil, mais un état voisin pour aller visiter les Annales akashiques^[125] concernant les malades qui le consultaient au sujet de leur santé. Une

sommité indienne, le Dr I.C. Charma, interrogé au sujet de la médiumnité de Cayce, affirma qu'il s'agissait d'un « état de sommeil conscient transcendantal où la psyché humaine entre en contact avec la Conscience cosmique et obtient une connaissance qui n'est limitée ni par le temps ni par l'espace ». Charma ajouta que Cayce devait être considéré plutôt comme un mystique pragmatique que comme un prophète médiumnique, hypnotisé ou endormi. À cause de ses développements spirituels obtenus au cours de ses nombreuses vies antérieures, il n'a pas besoin d'un esprit-contrôle pour obtenir ces renseignements^[126].

Avant de présenter une lecture de vie ou de santé, il s'assurait d'une parfaite circulation sanguine en desserrant ses vêtements : ceinture, cravate, poignets de chemise et lacets de chaussures ; puis il s'allongeait sur le divan de son bureau. Une lecture avait indiqué quelle position devait prendre son corps : tête au Nord, s'il s'agissait d'une lecture physique (diagnostic et traitement) et tête au Sud s'il s'agissait d'une lecture de vie. On ignorait le bien-fondé de cette recommandation. Mais peut-être pourrions-nous avancer l'hypothèse suivante : une lecture de la condition physique impliquait l'examen du corps malade dans les trois dimensions, alors qu'une lecture de vie avait trait aux diverses personnalités de l'entité dans son existence extratemporelle. La première intervention exigeait donc l'influence prépondérante de l'énergie de la terre (tellurisme), alors que la deuxième privilégiait l'influence des ondes cosmiques qui véhiculent les Annales akashiques où sont enregistrées les vies des consultants.

Voici, comment il décrit lui-même le voyage médiumnique qu'il faisait alors pour obtenir les renseignements concernant un sujet :

Une fois confortablement étendu, je place mes mains sur le front, à l'endroit où des observateurs m'ont dit que se trouvait le troisième œil, et je prie. Il est assez intéressant de savoir que dès le début, inconsciemment et instinctivement, j'ai adopté les pratiques utilisées par les initiés en méditation. Placer ainsi ses mains instinctivement entre les yeux est un exemple de ce que je veux dire. Ensuite, j'attends quelques minutes, jusqu'à ce que je reçoive ce qu'on pourrait appeler le « signal de départ » – un éclair de lumière blanche brillante qui tend parfois à devenir dorée. Cette lumière est pour moi le signe que le contact est établi. Quand je ne le vois pas, je sais que je ne peux faire de lecture. Après avoir vu la lumière, je descends les mains vers le plexus solaire et – me dit-on – ma respiration devient alors très profonde et rythmée et elle part du diaphragme. Ceci se poursuit pendant quelques minutes. Quand mes paupières commencent à battre et à vouloir se fermer (jusqu'ici mes yeux étaient ouverts, mais fixes) le guide sait que je suis prêt à recevoir la suggestion (pour la lecture^[127]).

Dans la Lecture 294-19, il fait la description de ce qui se passe ensuite :

Je me vois comme un point minuscule sortir de mon corps étendu immobile devant moi. Je suis oppressé par la noirceur et un sentiment terrible de solitude. Soudain m'apparaît un rayon lumineux. Sous la forme de ce point minuscule, je

m'élève vers ce rayon, sachant que je dois le suivre pour ne pas me perdre.

Tout en suivant ce chemin de lumière, je prends graduellement conscience de traverser divers niveaux. Sur les premiers, je vois des formes vagues et horribles, des formes grotesques comme celles qui apparaissent dans les cauchemars. Par la suite, commencent à apparaître de chaque côté des êtres humains difformes avec des parties du corps disproportionnées. Puis, se produit un changement et je perçois des formes encapuchonnées qui descendent. Ces formes deviennent graduellement plus brillantes, puis, changeant de direction, elles remontent et la couleur de leurs robes devient plus claire. Ensuite, commencent à apparaître de chaque côté de vagues silhouettes de maisons, de murs, d'arbres, etc., mais tout cela est immobile. À mesure que je continue à monter, la lumière devient plus intense et je remarque du mouvement dans ce qui m'apparaît être des cités et des villes normales. Dans tout ce mouvement, j'entends des sons, d'abord comme des bruits indistincts, puis de la musique, des rires et des chants d'oiseaux. Tout devient de plus en plus lumineux, les couleurs deviennent vraiment belles et j'entends une musique merveilleuse. Les maisons s'estompent derrière moi alors que devant il n'y a qu'un mélange de sons et de couleurs.

Puis, soudain, j'arrive dans une salle d'archives. Cette salle n'a ni murs ni plafond, je vois un vieil homme me tendre un grand livre : ce sont les archives de l'individu pour qui je cherche l'information demandée. » Selon une autre lecture, ce livre était « ouvert à la page qui concerne telle entité, ou tel événement, et je n'ai qu'à lire ce qui la concerne.

Dans une autre de ses lectures, il explique que ces Archives sont une sorte d'écran formé par la lumière qui se déplace dans le Temps et l'Espace. Et, poursuit-il, sur cet écran, situé entre les deux, chaque âme écrit l'enregistrement de ses activités à travers les éternités. Ces « mémoires » sont écrites grâce à la conscience de l'âme. Pas seulement à travers sa connaissance consciente, pas seulement dans la matière, mais dans la pensée^[128]. Ces enregistrements, donc, ne sont pas exactement comme des images sur l'écran, ni comme des mots écrits. Mais ce sont des énergies qui restent actives dans la vie d'une entité, et qui sont, comme on le pense bien, indescriptibles en mots^[129].

Comment le médium perçoit-il les actes de la vie d'une entité ? Par son inconscient ou esprit de l'âme. Les informations données alors par le corps physique proviennent de ce qu'il a lui-même récolté autrefois, ou bien elles sont fournies par d'autres esprits, passés dans l'Autre qui les lui communiquent par leurs impressions (télépathie).

Car ce qui est connu à l'inconscient – ou âme – de quelqu'un, est connu aussi aux autres, qu'ils en soient conscients ou pas. L'effacement de l'esprit conscient, mettant le subconscient en action, de la façon décrite ci-dessus, permet à ce corps d'obtenir les informations, lorsqu'il est dans l'état inconscient^[130].

Quant aux renseignements qu'il transmettait, on demanda à Cayce, en transe médiumnique, s'ils étaient toujours exacts. Ils l'étaient, répondit-il, dans la mesure où

le guide fournissait les données correctes et étayées sur le patient et que les motivations de ce dernier étaient appropriées, c'est-à-dire, s'il n'était pas motivé par la simple curiosité, mais animé du désir d'obtenir une meilleure connaissance de soi dans le but d'acquérir un plus grand développement spirituel. Ainsi, toute forme de valorisation personnelle de la part du chercheur donnait des résultats insatisfaisants, alors qu'une recherche spirituelle sincère assurait une lecture très claire et d'une qualité exceptionnelle^[131].

L'être humain

Edgar Cayce considérait l'être humain dans son ensemble comme un composé de trois éléments dont l'harmonie et l'unité assurent sa vitalité sur les trois plans : physique, psychique et spirituel. Il se faisait ainsi l'écho de saint Paul et de toute la tradition ésotérique affirmant que l'homme complet est composé d'un corps, d'une âme et d'un esprit (1Thess. 5, 23). L'esprit est la vie, le mental est le bâtisseur, le physique est le résultat (Lecture 349-4).

On peut qualifier d'holistique son approche de la santé et de la guérison. Il a toujours considéré l'homme comme « une entité complète » qui voyage « dans le temps et dans l'espace », « un étranger sur cette terre, dont l'origine et la destinée se situaient dans le domaine spirituel que nous ne percevons le plus souvent que par les yeux intérieurs et les messages de ceux qui ont eu le privilège d'y avoir accès. Chacun de nous est donc un être éternel qui existait sous

une forme consciente avant sa naissance et qui continuera d'exister après la mort de son corps physique^[132] ».

Pour Cayce, le corps physique est composé d'atomes. L'organisation et le mouvement de ces unités d'énergie reproduisent la structure de l'univers. Les énergies de chaque atome du corps sont programmées pour être reliées et unies aux énergies spirituelles qui créent l'univers tridimensionnel. Aussi travaillent-elles sans cesse à revivifier et à reconstruire le bilan énergétique du corps. Celui-ci peut donc être revivifié et rajeuni, car l'âme, qui est divine, ne peut pas mourir, dit-il. Des trois composantes de l'être humain, c'est l'esprit qui est le bâtisseur, le créateur. Si les gens pensent qu'ils doivent mourir à 60, 70 ou 100 ans, ils mourront à ces âges-là (Lecture 3337-1^[133]).

Cayce identifie l'âme à l'esprit tout en distinguant trois corps : physique, mental et spirituel. Mais pour bien saisir sa pensée et comprendre ses lectures psychiques, il faut savoir que, pour lui, sont synonymes les termes suivants : entité, individu, âme, esprit, Moi profond, Moi total, inconscient (subconscient et superconscient), chacun exprimant une nuance ou un des aspects que l'entité exerce au sein de l'être humain.

Quant à la notion de personnalité, il l'identifie à la conscience physique, c'est-à-dire au conscient de la psychologie moderne, alors que son inconscient (subconscient) correspondrait à l'inconscient personnel et son superconscient rejoindrait l'inconscient collectif de Jung et, plus spécifiquement, le Soi. Avec tous ses attributs (sens internes, sens externes, motricité, etc.), le corps

physique permet à la personne de fonctionner dans les trois dimensions du plan terrestre. Il y a ensuite le corps mental, lequel est l'énergie directrice qui s'applique au physique, aux émotions et aux manifestations mentales et spirituelles de la personne. Il y a enfin le corps spirituel, c'est-à-dire l'âme, cette conscience d'exister qui est éternelle. C'est par elle que « l'entité individuelle apprend peu à peu à connaître ses relations avec l'être mental et l'être physique. Mais ces trois corps ne font qu'un dans une entité. Ils correspondent exactement au corps, à l'esprit et à l'âme et ne font qu'un comme Dieu, le Fils et l'Esprit-Saint ne font qu'Un » (Lecture 2475-1). « Il y a autant de Dieu dans le physique qu'il y en a dans le mental et dans le spirituel. Et ces trois corps devraient être UN ! » (Lecture 69-21).

Il survient souvent des tiraillements en l'homme : l'élan spirituel, l'activité mentale et le corps physique peuvent être séparés et fonctionner l'un sans l'autre et même l'un au détriment de l'autre. Mais s'il les fait coopérer en les unissant en vue d'un objectif commun, l'individu pourra alors disposer d'une plus grande énergie dans ses activités. Toutefois, de ces trois composantes, c'est l'esprit qui est le constructeur. Même si le corps est dépendant des influences matérielles, il peut être contrôlé, comme les émotions, par le mental. Et le mental doit être dirigé par l'esprit, qui est le constructeur, car il est cette portion de la Cause première, de cette Force créatrice que nous nommons Dieu. Chaque entité, de par sa nature même, est appelée à devenir compagne ou compagnon de cette Force créatrice (Lecture 307-10 et 805-4).

L'âme et l'esprit, c'est donc en quelque sorte, la même chose. C'est ce que chaque individu a reçu au commencement du Créateur et qui le pousse maintenant à rechercher la demeure de Dieu. Quand le subconscient contrôle l'être, par exemple en cas d'hypnose, la personnalité ou conscience physique est éloignée de l'individu et se trouve à ce moment au-dessus du corps. C'était le cas de Cayce, lorsqu'il se mettait en transe médiumnique pour donner des lectures (Lecture 2475-1). Le subconscient, pour sa part, correspond à l'âme ou à l'esprit. Il s'agit de diverses fonctions que l'individu exerce à des niveaux différents.

Dans la maladie du corps ou dans le processus de la guérison, ce dernier n'est pas seul en cause, car l'esprit et le mental y sont également impliqués. Le corps ne fait que manifester de façon visible l'harmonie ou la disharmonie entre l'entité et les lois cosmiques. Cayce a parlé du corps physique de deux façons : comme un être matériel et comme un organisme vivant. Considéré dans son ensemble et comme la manifestation dans la matière de l'entité spirituelle, il est le Temple de Dieu ou de l'Esprit (Lecture 3174-1). À ce titre, il est sacré. Chacun doit donc respecter son propre corps et en prendre le plus grand soin.

Ainsi pour se garder en bonne santé, on doit surveiller l'activité physiologique : c'est l'élément le plus immédiatement important. Chacun doit donc veiller au bon fonctionnement des systèmes vitaux du corps, surtout les systèmes nerveux, immunitaire et endocrinien. Dans ses descriptions du corps, il affirmait – à l'encontre de la science traditionnelle – qu'il existe trois systèmes nerveux et

pas deux seulement. Il fait du sensorium un système spécifique qui comprend les nerfs et les cinq sens qu'ils alimentent. Ce système nous permet de prendre conscience que nous vivons dans un univers tridimensionnel et de communiquer avec lui. Il est étroitement relié aux deux autres, à savoir, le système cérébro-spinal qui contrôle l'action consciente et le mouvement musculaire et le système nerveux autonome (sympathique ou végétatif) qui est responsable des activités des divers organes et qui obéit à l'esprit inconscient^[134]. « *Cayce suggère, par exemple, que les couleurs perçues par l'œil ont un plus grand impact sur le système nerveux autonome -qu'elles atteignent probablement plus rapidement et avec plus de précision -que sur le système cérébro-spinal (cerveau et moelle épinière). Nous savons aujourd'hui que les couleurs influencent nos émotions, et ce, sans que nous en ayons conscience*^[135] ».

Cayce affirme encore que la santé dépend en grande partie du bon équilibre entre assimilation et élimination. C'est pourquoi il accordait une attention particulière, dans ses conseils, au système immunitaire. « *Ce système immunitaire est le système thymique ; il comprend tous les tissus lymphatiques du corps, l'estomac et la rate, le thymus, les amygdales, l'appendicite, les plaques de Peyer, les nodules et les vaisseaux lymphatiques [...] Il assure la défense de l'ensemble de l'organisme et est également le canal d'élimination primaire de toutes les cellules du corps*^[136] ».

Mais c'est le système endocrinien qui revêt, à ses yeux, la plus grande importance dans l'économie de la santé, car

c'est lui qui assure la connexion du corps physique au mental et au spirituel dans l'unité de l'être humain. Il est la source de toutes les activités humaines, de toutes les dispositions, de tous les tempéraments, et de la diversité des natures et des races. C'est par les glandes endocrines que l'âme peut habiter à l'intérieur d'un corps. Elles sont étroitement associées au renouvellement des cellules, à la dégénérescence, ou au rajeunissement. Et ceci se fait non seulement à travers les énergies physiques, mais aussi à travers les énergies du corps mental et du corps spirituel. Car toutes les manifestations physiques vont de pair avec le travail des glandes endocrines sur le système sensoriel.

La santé

La notion de santé selon Cayce découle de ce qu'il nous a déjà dit sur l'être humain. Le corps physique a la faculté de se re-crée, de se régénérer, de se reproduire. Si chaque individu en avait conscience, affirme Cayce, il ne serait jamais confronté au processus du vieillissement, à moins qu'il choisisse de son plein gré de s'abandonner à l'action corrosive des forces environnantes (Lecture 1299-1). Le corps se régénère avec la collaboration de l'âme et de l'esprit. Ainsi, chaque organe ou chaque partie du corps sécrète, à partir de la vie mentale, physique et spirituelle, tout ce qui est nécessaire à sa régénération ou à son amélioration. Mais si l'une ou l'autre de ces composantes de l'être humain connaît une défaillance, il faut y remédier sans tarder, sans quoi d'autres parties du corps prennent la relève, ce qui occasionne une surcharge ou une sous-

alimentation. La dégénérescence commence alors sous une forme ou sous une autre (Lecture 3337-1). En définitive, la santé émane de l'intérieur de l'être. C'est pourquoi il faut conserver une attitude créatrice et constructive.

Le corps se renouvelle s'il se conforme aux valeurs spirituelles et grâce aux relations positives qu'il établit avec les autres et avec lui-même. Si nous reconnaissons en nous-mêmes ce qu'est la Vérité, ce qui a été révélé par la Conscience christique, alors nos attitudes mentales changeront vis-à-vis de nous-mêmes, des autres et du monde qui nous entoure. Il s'ensuivra des changements dans notre corps physique, dans notre organisme (Lecture 3078-1).

Voyons d'abord le processus d'élimination sur lequel Cayce insiste si souvent au cours de ses lectures. Si on dépasse vingt-quatre heures sans éliminer de selles, les poisons et les déchets toxiques s'accumulent dans l'organisme. Ceux-ci troublent le système nerveux, sympathique et parasympathique, ainsi que le système cardiaque. Il en résulte un engorgement et un surmenage de l'activité du cœur. Il faut donc améliorer le régime alimentaire et faire usage à l'occasion de lavements. Faute de quoi les accumulations de déchets amènent la maladie.

L'organisme possède des voies naturelles pour éliminer ces poisons, c'est-à-dire les énergies usées par le corps. Les énergies du corps travaillent d'abord sur les aliments qu'on a absorbés, puis ces forces usées sont triées, grâce à la circulation des différents systèmes et mises à part. Le corps élimine ces déchets ainsi produits grâce à la respiration, c'est-à-dire l'activité des poumons, grâce à la transpiration,

grâce au tube digestif, grâce aux reins. Si ces organes ne remplissent pas leur fonction adéquatement, les déchets s'accumulent dans différents systèmes du corps, empoisonnant ainsi l'organisme qui devient malade.

Les maux de tête sont un signal que les éliminations ne se font pas normalement. Il faut maintenir un équilibre entre assimilation et élimination – équilibre le plus proche possible de la normale, dit-il. Si chacun veillait à maintenir cet équilibre, sa vie pourrait se prolonger indéfiniment. Car l'organisme se reconstruit par ce qu'il assimile, et il est capable de se ressusciter aussi longtemps qu'il n'est pas gêné par une insuffisance des éliminations. Mais il faut, avant tout, adopter mentalement une attitude positive et constructive pour contrer l'influence des déchets et des poisons, le corps assurera ensuite leur évacuation (Lecture 311-4).

Avec ces considérations sur la santé, Cayce faisait déjà figure de novateur dans ce domaine. Il « avait des centaines d'années d'avance sur son temps, dit une sommité médicale, et un jour peut-être nous récrivons les traités de physiologie et d'anatomie actuels pour les adapter à sa conception de la santé qui correspond, selon lui, à une harmonisation parfaite du sang, de la lymphe et des nerfs^[137] » .

Attitude mentale

Comme nous venons de le voir, les dispositions mentales sont essentielles au maintien d'une bonne santé physique.

Pour nourrir le corps, il ne suffit pas d'ingurgiter les aliments, il faut le faire dans un état d'esprit positif et un certain calme émotionnel. Ce qui en assure la digestion. Les émotions, dit Cayce, troublent l'assimilation des aliments. « *Vous ne devriez jamais manger lorsque vous êtes tendus, très fatigués, excités ou bien en colère. De plus, ne prenez jamais ce dont vous n'avez pas envie* » (Lecture 137-30).

Dans notre être total, nous dépendons autant de notre alimentation que de nos pensées. Cela découle logiquement de la thérapie holistique de Cayce. Nous fabriquons ce que nous sommes tant sur le plan physique que sur le plan mental, par ce que nous pensons et mangeons combinés ensemble. Notre attitude mentale conditionne donc notre santé et nos maladies. Et c'est pourquoi Cayce attachait une grande importance au rire et à l'humour. Il illustre ainsi son leitmotiv *Mind is the builder* (l'esprit est le constructeur) : « *Croyez-vous qu'un homme grincheux puisse cultiver un chou ou un plant de tomate aussi bon et beau qu'un homme qui sait rire et plaisanter ?* » (Lecture 460-35). « *Gardez toujours une attitude bienveillante, joviale, pleine d'espoir. Chaque jour, faites rire de grand cœur au moins trois personnes en leur racontant quelque chose de drôle. Non seulement cela vous aidera, mais cela aidera aussi les autres* » (Lecture 789-1). « *Cultivez donc l'aptitude à voir le ridicule, à rire. Car sachez que seuls ceux que Dieu a comblés de ses faveurs possèdent l'aptitude à rire, même au milieu des nuages de doute et de toutes sortes d'épreuves* » (Lecture 2984-1).

La Maladie

Selon Cayce, la maladie est une conséquence de la violation des lois de la Nature. Elle résulte donc en un certain sens d'une rébellion contre la Vie elle-même. Cette rébellion peut s'être manifestée au cours de l'existence actuelle ou avoir eu lieu dans une vie antérieure. Il s'agit alors d'une maladie karmique. Selon lui, quelle que soit la maladie, elle est la conséquence d'une violation des lois de la Nature. La maladie est donc péché. Mais ce péché peut avoir été commis dans une autre existence. Quand elle apparaît dans la vie actuelle, il s'agit d'un fragment d'une expérience globale que l'entité veut, par la guérison, intégrer dans sa personnalité actuelle (Lecture 2970-1).

Toute maladie vient du péché. C'est la vérité, que cela vous plaise ou non. La maladie est péché, qu'il ait été commis sur le plan physique, sur le plan mental ou sur le plan spirituel, c'est le résultat de ces erreurs manifestées sur la Terre. Car vous êtes physiquement ce que vous avez digéré dans votre corps physique, et vous êtes mentalement ce que vous pensez et spirituellement, ce que vous avez digéré dans votre être mental. Car le péché n'est que la rébellion contre la Vérité et la Lumière, et, ainsi, affecte le corps physique qui est le Temple du Dieu Vivant. Apprenez que ce qui amène le chagrin, la détresse et la maladie sur la Terre, c'est la transgression de la Loi » (Lecture 281-24).

À cause du lien étroit, de l'interdépendance et de l'unité entre les trois composantes de l'être humain, Cayce enseigne que la disharmonie sur un de ces plans entraîne nécessairement un désordre sur les deux autres. Et cela se

répercute en définitive sur le corps physique qui est la manifestation de la Vie dans la matière.

Souvenez-vous que le Mental est bâtisseur. Si vous imprégnez votre mental d'anxiété et d'angoisse, celles-ci feront surgir des barrières qui entraveront les réactions saines de tout l'organisme : vont s'en ressentir l'assimilation, l'élimination et la circulation des forces. N'oubliez pas que la rancœur, l'animosité, la haine et l'angoisse font partie intégrante du mental et s'opposent aux forces physiques. Et, il ajoute : La peur est la racine de presque tous les maux de l'humanité : peur de soi, peur de ce que les autres pensent de vous, de l'image qu'ils ont de vous, etc. Surmonter la peur, c'est remplir son être mental et spirituel de ce qui chasse la peur, c'est-à-dire l'amour (Lecture 1439-31).

Suffit-il de prendre des médicaments pour guérir une maladie ? Non, répond Cayce.

Il est inutile de soigner un corps malade lorsque l'esprit, les objectifs, les idéaux de l'entité ne s'alignent pas sur Lui, qui est la paix, la vie, l'espoir, l'intelligence (Lecture 3078-1). Car la non-application de la Vérité dans votre esprit provoque une insuffisance d'élimination des déchets hors de votre organisme.

Et encore :

Personne ne peut haïr son voisin sans avoir une maladie d'estomac ou de foie ! Personne ne peut être jaloux et se laisser aller à la colère sans avoir des troubles digestifs ou des problèmes cardiaques (Lecture 4021). Gardez toujours une attitude constructive. Ne vous laissez jamais dominer

par le ressentiment, car cela, tout naturellement, produit dans l'organisme des sécrétions qui nuisent à la bonne marche des différents systèmes. Et c'est le cas, spécialement, dans les troubles provoqués par le « cafard », lequel dérègle le pancréas et certaines fonctions hépatiques (Lecture 470-19).

Beaucoup de médecins reconnaissent aujourd'hui l'influence du mental sur le corps physique. Des recherches cliniques en ont établi la réalité. La Programmation Neuro-linguistique (PNL) est une thérapie qui en est issue. On avait déjà, au siècle dernier, découvert un lien étroit entre les émotions et les maladies, et élaboré la Médecine psychosomatique (Dr Franz Alexander). Mais personne, avant Cayce, ne l'avait affirmé aussi clairement.

La Guérison

La guérison, selon Cayce, consiste dans une syntonisation des tissus du corps avec les Énergies cosmiques. Et un guérisseur, en se branchant ainsi régulièrement sur les Forces créatrices, devient un canal puissant capable de communiquer à d'autres la force vitale. Il en est de même pour celui qui veut se guérir lui-même. « Au fur et à mesure que la personne branche son moi sur les Forces créatrices, elle devient capable d'être un canal, au point qu'elle peut amener une guérison instantanément par l'imposition des mains. Et plus cette personne pratique cela souvent, plus augmente la puissance qu'elle ressent en elle » (Lecture 281-9).

Dans ces dernières phrases, Cayce nous donne le résumé de son enseignement sur la guérison et le rôle des guérisseurs. Aucun traitement médical ou autre, affirmait-il encore, n'est curatif par lui-même, car la guérison vient de l'intérieur, de la Vie qui est Dieu. Quant aux traitements, ils ne servent qu'à harmoniser les activités physiologiques du corps avec les Sources de Vie de la Nature (Lecture 281).

Dans le corps physique, en effet, se focalisent toutes les forces de l'Univers. Et la guérison consiste à ajuster ces forces qui se manifestent dans le corps, c'est-à-dire à les harmoniser. Cela ne peut se réaliser sans l'effort du guérisseur pour se brancher sur les Forces créatrices cosmiques, d'une part, et, d'autre part, sans la coopération du malade qui doit se mettre sur la longueur d'onde de la Conscience universelle. Ainsi, le désir de guérir ouvrira la porte à un changement spirituel, mental et physique. En fait, l'harmonisation des trois plans, corps, âme et esprit, chez le malade, est à la base de la vraie guérison.

La source de toute guérison est la Source même de la Vie qui, selon Cayce, est Dieu lui-même ou les Énergies créatrices ou cosmiques ou encore les Énergies christiques (Christ Consciousness) en l'Homme. Toute guérison vient de la même source. Qu'il se fasse par la diète, les médicaments, les exercices physiques, voire par la chirurgie, tout traitement vise à faire prendre conscience des forces organiques. Il s'agit d'amener à la conscience ces forces qui résident à l'intérieur du corps, et qui sont le reflet de la Force créatrice de Dieu (Lecture 2696-1). Les ajustements mécaniques, les remèdes naturels, l'imposition des mains ne sont que des correctifs, c'est la nature ou la

Force divine qui est responsable de la guérison (Lecture 2153-6).

La Vie est une énergie polarisée, une vibration. En conséquence, la guérison, comme la maladie, résulte donc du changement de vibration dans le corps. La guérison consiste à mettre la structure atomique de la cellule vivante, c'est-à-dire l'énergie cellulaire, en résonance avec sa ligne de vibration spirituelle. « La vibration est en essence la conscience du Christ qui surgit du tréfonds du soi pour pouvoir s'écouler vers la personne sur laquelle on veut diriger ce flot d'énergie » (Lecture 281-7). Les sons, la musique et les couleurs peuvent contribuer puissamment à la création de vibrations bénéfiques pour des individus perturbés, que ce soit dans le cas de maladies physiques ou dans le cas de maladies mentales (Lecture 1334-1).

L'action du guérisseur

Au cours de ses lectures psychiques, Cayce a donné force détails sur le processus de la guérison. On peut se guérir ou guérir les autres de nombreuses façons et par divers procédés : des contacts individuels, la foi, l'imposition des mains, une visualisation mentale orientée vers la guérison, un état de conscience qui nous relie aux Forces créatrices. Quelle méthode préférer ? La réponse de Cayce est simple et claire : « *Utilise, dit-il, ce que tu as sous la main* » (Lecture 281-6), c'est-à-dire ce qui te convient. L'important consiste à élever ses propres vibrations en se branchant sur l'Énergie universelle. C'est alors qu'on peut devenir un

canal efficace qui dispense l'énergie vitale venant de la Source unique.

Mais, le malade n'est pas toujours réceptif à de telles vibrations. Dans ce cas, le guérisseur « *peut, à l'aide de la parole, éveiller le dynamisme émotionnel du malade de façon à revivifier, ressusciter, modifier les énergies tourbillonnaires de la structure atomique du corps physique, c'est-à-dire la force vitale du malade, qui est ainsi remise en mouvement* » (Lecture 281-24). La personne qui agit comme guérisseur peut faire surgir cette force dans le système hormonal du patient. Ce système commande les énergies circulatoires, qui vont revivifier ou ressusciter le corps malade, en proie au désordre et à la détresse (Lecture 281-24).

Tout malade peut se guérir lui-même, car le corps est spirituel dans ses aspects et dans sa réaction. Si quelqu'un veut s'aider lui-même pendant un traitement, comme il en a le pouvoir, autrement dit, s'il se voit guéri pendant un exercice de relaxation, il sera guéri. Cela se produira si son esprit conserve cette attitude. Il assurera ainsi un flux continu des forces qui le traversent (Lecture 326-1).

Faut-il être en santé pour guérir les autres ?

Guérir les autres, répond Cayce, c'est se guérir soi-même, car en coordonnant autour de soi ce qui aide d'autres personnes à atteindre la parfaite vibration de vie dans leur corps physique, à travers une juste attitude mentale et un développement harmonieux des aptitudes corporelles, tout cela nous apporte à nous-mêmes un progrès dans la connaissance. Oui, en guérissant les autres, on se guérit soi-même » (Lecture 281-18).

Les glandes endocrines

Cayce explique que les glandes endocrines sont étroitement associées au renouvellement des cellules comme à leur dégénérescence ou au rajeunissement de l'organisme. À cela concourent non seulement les énergies physiques, mais aussi les énergies du corps mental et du corps spirituel, car, dit-il « *les énergies glandulaires sont, pourrait-on dire, les sources à partir desquelles l'âme peut habiter à l'intérieur d'un corps* » (Lecture 281-38).

D'après lui, l'énergie vitale provenant de la Source (les Énergies cosmiques) prend contact avec le corps par les cellules de Leydig^[138], éveille les surrénales et « *monte en direction de la glande pinéale vers les centres glandulaires qui contrôlent les émotions, les réflexes, utilisant l'énergie nerveuse du corps* ». Elle ouvre ainsi les sept centres glandulaires « *leur permettant d'irradier en dynamisant ainsi les organes du corps* » (Lecture 2475-1). C'est la voie normale qu'emprunte l'énergie vitale lors d'un traitement, que celui-ci soit administré par un thérapeute ou qu'il s'agisse d'un exercice d'autoguérison. Cette ouverture des centres glandulaires peut être accentuée par l'exercice du souffle (comme dans le yoga). Cayce fait toutefois une mise en garde au sujet de cette pratique, car il y a danger, sans une initiation au yoga, de tomber en transe profonde, et de donner ainsi à l'ego trop de liberté incontrôlée, dont pourraient profiter des entités parasites pour s'immiscer dans le psychisme de la personne. Il suggère plutôt d'ouvrir

ces centres en méditant sur le Notre Père, et de toujours se brancher sur la Conscience christique.

Les centres glandulaires dont il parle sont les sept glandes endocrines qu'on peut mettre en relation avec les centres d'énergie que les hindous appellent les sept principaux chakras du corps subtil : la pituitaire ou hypophyse (Ajna), la pinéale (Sahasrara), la thyroïde (Vishudda), le thymus (Anahata), les surrénales (Manipura) les cellules de Leydig ou Lyden (Swadisthana) et enfin les gonades (Muladhara). Il faut noter que Cayce ne parle jamais des chakras comme tels, mais des centres glandulaires.

Il affirme aussi que nos attitudes négatives font sécréter, dans les centres glandulaires, des poisons qui provoquent la maladie. Inversement, dit-il, on peut rétablir la santé en travaillant dans un sens positif sur les centres glandulaires : il s'agit de les réveiller, d'activer leurs énergies. Pour cela, il faut les ouvrir et en faire le nettoyage. C'est le terme même qu'il emploie : Cleansing (lavage). La méditation demeure l'outil de base pour réanimer les glandes endocrines. Il conseille la récitation méditative du Notre Père, qui peut avoir un effet dynamisant sur les glandes malades. Il soutient que chaque verset de cette prière correspond à l'un de ces centres glandulaires. On pourrait trouver étrange, voire incongru d'utiliser le Notre Père pour ouvrir les centres glandulaires. Penser ainsi, c'est oublier que Dieu (ou la Source des énergies) est partout et plus précisément dans chacune de ses créatures : car Il les fait exister en leur donnant leur nature propre. Dieu est donc au cœur de chaque glande comme dans chacune des

parties du corps. Lorsque l'on récite ces versets attribués à chacune de ces dernières, on se branche sur la Source qui les fait s'ouvrir.

Les glandes endocrines et le Notre Père

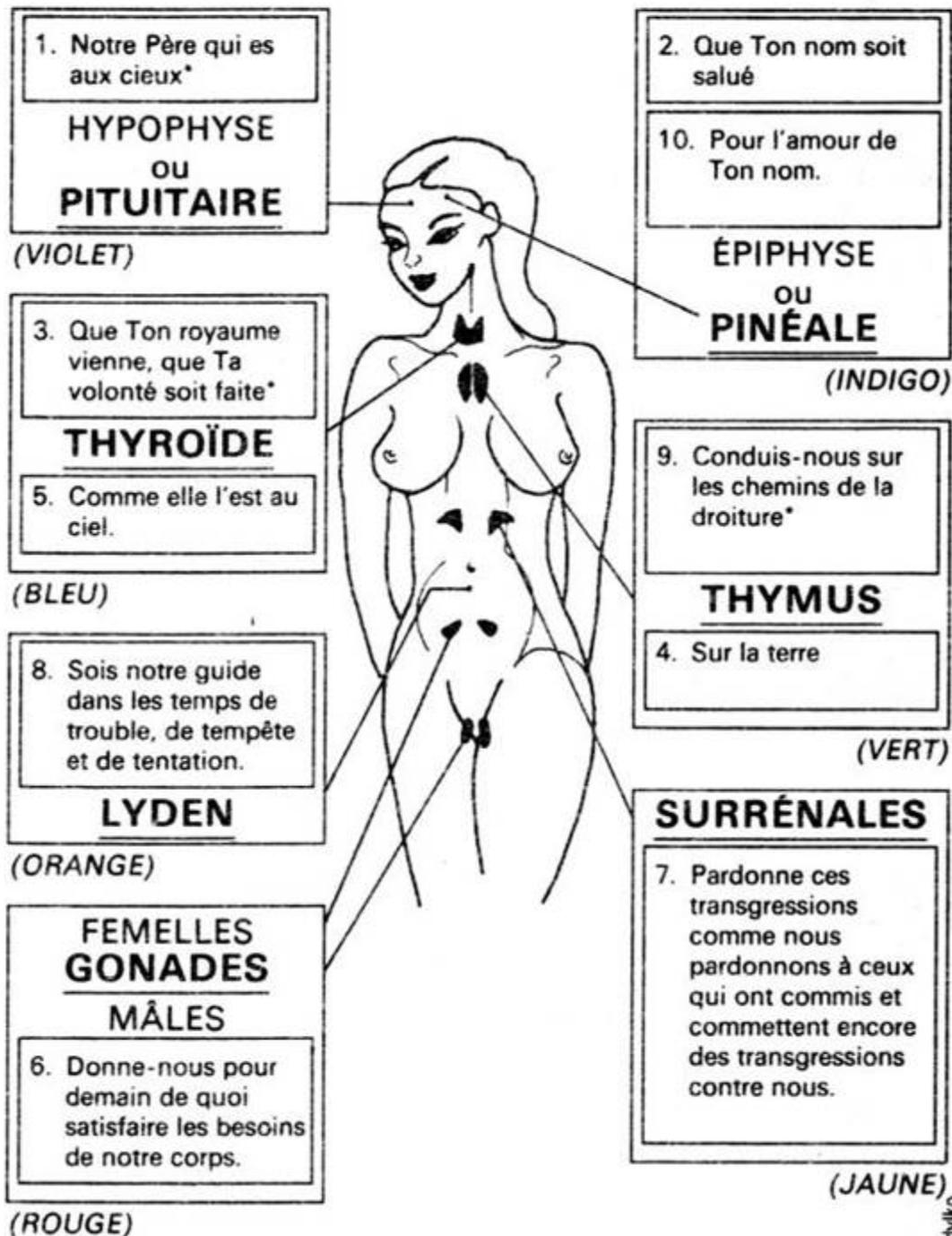
À la lecture 281-30, Cayce énumère les couleurs spécifiques de chaque centre glandulaire. Il ne s'agit pas de la couleur des glandes dans le corps physique, mais de celle de leurs vibrations sur le plan énergétique. Ces couleurs se retrouvent, à peu de choses près, dans les chakras du corps subtil des hindous.

D'après lui, le processus de guérison passe donc d'abord par le nettoyage des centres glandulaires, car ceux-ci sont étroitement associés au renouvellement des cellules et au rajeunissement de l'organisme. L'importance des glandes endocrines est telle qu'elles sont responsables de toutes les activités de l'homme : physiques, psychiques et spirituelles.

On peut donc, nous dit Cayce, ouvrir ces centres glandulaires et les nettoyer par la méditation du Notre Père. Il est ainsi possible de s'autoguérir en réveillant ses glandes endocrines qu'on peut relier aux sept chakras, les sept centres d'énergie du corps subtil, selon les hindous.

Le diagramme ci-dessous indique la correspondance de chacun des versets du Notre Père avec chacune des glandes endocrines. Il peut être un guide pratique pour leur ouverture pendant une méditation, un exercice du souffle ou la récitation du mantra AUM.

Le Notre Père et les sept centres glandulaires



* Dans le Notre Père traditionnel
à la glande pituitaire correspond aussi : « et la Gloire » ;
à la thyroïde : « car à Toi seul appartient le royaume » ;
et au thymus : « mais délivre-nous du mal ».

Nettoyage des glandes endocrines

L'ouverture des centres glandulaires vise à « suractiver » ceux-ci pour les nettoyer et augmenter leur irradiation énergétique, un peu comme l'on dégrasse un moteur en accélérant sa rotation. Ce nettoyage se fait en deux temps : a) l'ouverture des glandes endocrines et b) leur nettoyage proprement dit.

Ouverture

La première phase consiste à réciter mentalement chacun des versets du Notre Père en les mettant en relation avec chacune des glandes endocrines (voir Diagramme ci-dessus)

Nettoyage

Pour la phase du nettoyage, voici un procédé très simple que j'ai élaboré à partir des enseignements de Cayce sur la méditation du Notre Père, sur les couleurs des glandes et sur la visualisation mentale. Pendant l'un ou l'autre des trois exercices : respiration rythmée, récitation du mantra AUM ou méditation du Notre Père, visualisez sur votre écran mental l'énergie vitale qui monte dans le corps subtil sous la forme d'une lumière blanche brillante. Puis, voyez cette énergie pénétrer dans chacun des chakras et des

glandes associées et y prendre la résonance spécifique, c'est-à-dire la couleur propre à chacune : rouge (gonades), orangé (cellules de Lyden), jaune (surrénales), vert (thymus), bleu (thyroïde), indigo (pinéale) et violet (pituitaire). Ensuite, visualisez le centre glandulaire qui voisine l'organe ou la partie malade, irradiant cette énergie vers la région à soigner. Plus vous visualiserez les couleurs claires et brillantes, mieux se fera le nettoyage.

Il faut ensuite rétablir le rayonnement normal de ces centres. Pour cela Cayce suggère d'utiliser le Psaume 23 dont les versets, à l'instar de ceux du Notre Père, correspondent également aux divers centres glandulaires.

Psaume 23

(pour harmoniser les glandes endocrines)

Le Seigneur (pituitaire)

est mon berger (pinéale)

Je ne manque de rien (thyroïde)

sur des prés d'herbes fraîches (gonades)

il me fait reposer ;

vers les eaux du repos il me mène (Lyden)

pour y refaire mon âme.

Il me guide par le juste chemin (surrénales)

pour l'amour de son nom ;

passerais-je un ravin de ténèbres (thymus)

je ne crains aucun mal ;

*près de moi ton bâton, ta houlette sont là qui me consolent.
Devant moi tu apprêtes une table (thyroïde)
face à mes adversaires ;
d'une onction tu me parfumes la tête (pinéale)
et ma coupe déborde (pituitaire).
Grâce et bonheur m'accompagnent tous les jours de ma vie
;
ma demeure est la maison du Seigneur en la longueur des
jours.*

Pour Cayce les maladies incurables n'existent pas. La guérison est obtenue grâce à la bonne volonté du malade et à la patience du thérapeute. Chacun, de plus, peut se guérir lui-même en réveillant sa propre faculté d'autoguérison.

Pour conclure...

La thérapie caycienne, on l'a souvent dit, est de nature holistique. Dans une série de lectures pour son groupe de guérison à Virginia Beach (USA), Cayce a donné une étrange interprétation de l'Apocalypse de saint Jean. Il en a fait une description de la médecine holistique.

Ces visions, ces expériences, ces noms bizarres, ces églises, ces lieux, ces dragons et ces villes ne sont rien d'autre que des symboles. Ce sont les symboles des forces qui luttent entre elles à l'intérieur de l'homme pendant son voyage à travers le monde matériel. Et ceci, jusqu'à ce qu'il

entre à nouveau dans la lumière glorieuse, dans l'éveil en esprit qui se produit dans l'entre-deux-mondes, dans l'Au-delà. [...].

Tous ces symboles représentent le Moi. Le Moi corps physique, le Moi corps mental, le Moi corps spirituel, chacun avec ses attributs, physiques, mentaux, spirituels. Et ils doivent devenir unis, Un en toi-même, comme ils sont Un dans le Père, le Fils et l'Esprit en Lui. [...] C'est ainsi que les lecteurs de l'Apocalypse sont encouragés à rechercher les lacunes de leur « moi » ; c'est ce que veulent suggérer les quatre premiers chapitres, comme on les divise à présent. Quelles sont les lacunes de votre personnalité ? Êtes-vous froid ? Êtes-vous chaud ? Avez-vous été négligent dans l'acquisition de la Connaissance, laquelle vous appartient de droit ? Êtes-vous quelqu'un à la nuque raide ? Êtes-vous adultère en pensée, en acte, etc., dans les prérogatives qui sont les vôtres ? Ainsi, n'avez-vous pas rencontré, déjà, dans vos diverses vies, ces personnages symboliques décrits par l'Apocalypse, et qui se tiennent « devant le trône de Dieu » : les vingt-quatre vieillards, par exemple, qui sont l'emblème des énergies physiques du Moi, et dont nous avons l'image dans notre mental ? [...] Tout être humain qui le désire doit venir prendre librement l'eau de Vie décrite dans le livre de l'Apocalypse, s'écoulant en fleuve depuis le trône de l'Agneau [...].

Et dans une phrase lapidaire, Cayce résume le secret de la guérison et de la réalisation de soi : « Vous devez savoir que seuls ceux qui laisseront tomber leur ego seront sauvés. Votre seul salut est de glorifier le 'Moi' dans le

Christ cosmique » (Lecture 281-16). Voilà une affirmation qui nous rappelle le Moi de l'univers, selon Alan Watts.

La thérapie caycienne produit une guérison définitive lorsque tout l'être du guérisseur, ainsi que tout l'être du malade, sont impliqués dans le processus, c'est-à-dire leur corps, leur âme et leur esprit. Il n'y a donc pas lieu de distinguer différentes sortes de guérison : spirituelle, magnétique ou même médicale. Car pour lui la guérison est toujours de nature spirituelle, car c'est l'Esprit qui est le Constructeur du corps physique. Les méthodes peuvent différer, mais elles ne sont que des correctifs. Ce sont les Énergies créatrices qui guérissent le malade par l'harmonie de son esprit, de son âme et de son corps branchés sur Elles.

Pour exercer une action efficace, le guérisseur doit être capable de faire surgir en lui-même les Énergies créatrices avant de les véhiculer dans le corps du malade, soit par l'imposition des mains, soit par la prière ou par toute autre forme de communication. De plus, il doit être capable d'influencer le malade par son action et sa parole, pour que ce dernier se rende réceptif à ces vibrations guérisseuses qui vont dynamiser ses glandes endocrines, par lesquelles l'esprit constructeur atteint le corps physique.

Si les hindous se vouent à Vishnou, le Conservateur de la Vie, c'est au Maître Jésus que Cayce, imbu de la Bible depuis son enfance, se réfère comme à la Voie, la Vérité et la Vie. La maladie sera évitée ou guérie à la condition de se brancher sur (de se mettre en résonance avec) la Vie, qui est Dieu, et laisser monter du fond de son être la vibration christique (Christ Consciousness), incarnée pour nous en

Jésus de Nazareth qui a dit : Je suis la lumière du monde [...] celui qui me suit [...] aura la lumière de la Vie. Saint Jean n'a-t-il pas affirmé qu'il était le Verbe par qui tout fut créé, qu'en lui était la Vie et la Vie était la lumière du monde ? (Jean, 1).

Entraîne ton mental à devenir conscient de la divinité qui l'habite, et surtout, ne te diminue pas, mais plutôt, ne rate pas une occasion de glorifier cette divinité présente au fond de toi (Lecture 2421-2). Car ton corps est le Temple du Dieu Vivant. Garde-le dans toute sa beauté. Prends-en soin et tu l'apprécieras mieux à sa juste valeur. Et ainsi, tu prendras conscience qu'il est le lieu où tu rejoins Sa présence (Lecture 3179-1).

Mais des trois composantes de son être, corps, âme et esprit, c'est l'esprit qui est le bâtisseur (Mind is the builder). Son application concrète dans le processus de guérison se réalise par la visualisation mentale. Car les énergies cosmiques, les énergies créatrices, la Conscience christique, toutes expressions signifiant la Vie (« Or, disait-il, la Vie c'est Dieu »), se manifestent à travers les formes que prennent la pensée du malade ou du guérisseur. « Car il se produit dans le corps physique une réponse aux représentations mentales : il y a une réaction physique qui se construit » (Lecture 281-29).

CHAPITRE 5

Un Speaker précise la vraie nature de l'homme

Dans la préface de *L'enseignement de Seth*, Jane Roberts raconte que le soir du 9 septembre 1963, elle était assise et composait un poème, lorsque soudain sa conscience quitta son corps et son esprit fut assiégé d'idées étonnantes et toutes nouvelles pour elle. Quand elle reprit conscience, elle s'aperçut qu'elle avait composé un texte par écriture automatique, expliquant plusieurs concepts qui lui avaient été communiqués pendant cette transe. Elle était surprise même d'avoir donné à ce texte inspiré un titre surprenant : *L'Univers physique comme construction de l'idée*.

C'était, comme il le lui dira plus tard, la première tentative de Seth pour la contacter. Et ce texte était le condensé de tout l'enseignement qu'il lui communiquera par la suite ou plutôt qu'il transmettra par sa médiumnité, car Jane Roberts n'était pas toujours consciente lorsqu'il parlait par elle. Cet événement fut son initiation à la médiumnité.

Jane Roberts est née le 8 mai 1929 à Saratoga Springs (N.Y.) et décédée le 5 septembre 1984, à l'âge de 55 ans à Elmira (N.Y.). Auteure prolifique, elle produisit beaucoup

d'œuvres de fiction, des histoires et de la poésie. Porte-parole de Seth, on la compte, avec Edgar Cayce, parmi les plus grands médiums du 20e siècle par la profondeur de ses communications. De 1963 à 1984, année de sa mort, elle prêta sa voix à Seth, « une personnalité d'essence énergétique qui n'est plus concentrée dans la vie physique^[139], ». Et son mari, Robert Butts, peintre de profession, prenait en notes toutes les communications de Seth. Celles-ci ont donné lieu à la publication de 9 volumes, en plus des 14 ouvrages écrits par Jane Roberts elle-même, ces publications s'élèvent à plus de 7.5 millions de copies distribuées à travers le monde.



Jane Roberts^[140],

Jane Roberts s'est constamment remise en question avec une extrême rigueur. Elle voulait s'assurer que l'entité qui parlait par elle n'était pas une seconde personnalité issue de son subconscient. À cette fin, elle a contacté les parapsychologues les plus sérieux (Osis et Stevenson) et des psychologues, dont l'un a pu avoir une conversation très enrichissante avec Seth au cours d'une séance. Mais, c'est ce dernier lui-même qui l'a enfin convaincue en lui

expliquant qu'il était différent de son subconscient qu'il empruntait pour s'exprimer par elle : « [...] un poisson nage à travers l'eau, lui dit-il, pourtant le poisson n'est pas l'eau et je ne suis pas le subconscient de Ruburt^[141] ». Ruburt, c'est le nom que Seth donne à Jane Roberts ; il correspond à l'ensemble de ses personnalités : « le fait est, dit-il, que je l'ai connue à d'autres époques et en d'autres lieux, sous d'autres noms. Elle a été également homme et femme, et l'identité globale qui a vécu ces vies séparées peut être désignée par le nom de Ruburt^[142] ». Pour la même raison, il donne le nom de Joseph à Robert Butts, son mari.

Au cours de ses premières communications, Seth expliqua que Jane Roberts, Robert Butts et lui faisaient partie de la même entité et qu'il avait préparé Jane Roberts à son rôle de médium bien avant qu'il n'intervienne en 1963. Sur un autre plan d'existence, c'est-à-dire avant sa réincarnation actuelle, elle avait accepté ce rôle et Seth l'avait aidée à développer ses capacités psychiques dans ce but. Ses aptitudes littéraires et la création de sa poésie lui ont permis de développer une pensée profonde et un vocabulaire étendu qui étaient nécessaires pour exprimer l'enseignement de Seth sans trop de distorsion, car le psychisme du médium intervient toujours comme un filtre dans ce genre de communication. Parallèlement aux séances bihebdomadaires avec Seth, elle tenait des classes du soir sur la Perception extra-sensorielle (E.S.P.). Et Seth intervenait parfois pendant ces séances pour expliquer certains sujets de nature à illustrer et à compléter son enseignement. Au cours d'une séance portant sur le pouvoir de création de l'esprit humain, et à laquelle assistait Bill

Macdonell, un ami du couple, Seth, à titre de démonstration, est apparu à ce dernier pendant une heure dans l'embrasure d'une porte. Ce dernier a tracé un croquis de cette apparition^[143]. Plus tard, Robert Butts a peint ce portrait de Seth.



Seth^[144]

Avec le temps et après s'être progressivement adaptée à sa médiumnité, Jane Roberts a pu, non seulement transmettre par la parole les idées dont Seth inondait son esprit, mais s'exprimer, au cours des séances, par un timbre de voix, des intonations fortes, parfois tonitruantes, et des gestes plus masculins. Des photos prises au cours des séances montrent chez elle des changements significatifs dans sa physionomie. En voici quelques exemples ci-dessous.



Jane Roberts en transe^[145]

Ses écrits et son journal sont actuellement conservés aux Archives de l'Université de Yale, avec un riche matériel de notes non encore publié. Cette collection compte parmi celles qui sont le plus souvent consultées.



Jane Roberts en transe^[146]

Qui est Seth

« Je suis simplement une personnalité d'essence énergétique qui n'a plus de schéma corporel^[147] ». Ainsi s'est défini Seth en s'adressant aux élèves d'une classe au cours d'une séance d'E. S.P. Le Dr Eugen Barnard, psychologue, qui, lui aussi, a eu « un délicieux moment de conversation » avec Seth, le décrit comme « une personnalité ou une intelligence dont l'esprit, l'intellect et la science »

dépassaient de très loin les siens. Aux éditeurs du Livre de Seth, il affirmait que Seth et Jane Roberts n'étaient pas « la même personne ou même la même personnalité ou des facettes différentes de la même personnalité. » Dans une séance impromptue dans le bureau d'un autre psychologue, Seth confia à ce dernier : « Mon domaine est l'éducation et mon intérêt précis consiste à ce que ces capacités humaines apparemment paranormales soient comprises et étudiées, car elles ne vont pas contre la nature, mais lui sont inhérentes [...] Il faut me voir comme une personnalité intelligente qui n'est plus limitée par vos lois physiques^[148]. »



Jane Roberts en transe^[149]

Mais, en avril 1968, au cours de la 460e séance, Seth commença à s'exprimer de façon inhabituelle : la voix de Jane Roberts devint très puissante, ses yeux ouverts étaient très sombres et, ajouta-t-elle, « j'ai soudainement senti une puissante poussée d'énergie me traverser, de telle sorte que 'je' me suis sentie presque perdue et balayée. » « Je suis Seth, tel que vous me connaissez, affirma-t-il alors, mais je suis également davantage. La personnalité de Seth qui est en moi est celle qui peut le plus clairement communiquer avec vous.» Cette nouvelle entité disait que la personnalité

de Seth était celle d'un intermédiaire qualifié et ajoutait cette explication surprenante : « Seth est ce que je suis, mais je suis plus encore. Seth est néanmoins indépendant et continue à se développer comme je le fais. Nous existons tous les deux dans le Présent intemporel, mais il est capable d'exposer certaines notions plus clairement que je ne pourrais le faire moi-même ». Pendant que parlait cette entité qui plus tard sera appelé Seth Deux, Jane Roberts avait l'impression qu'un cône pyramidal d'énergie très puissante, était descendu au-dessus de sa tête. Ce phénomène se reproduisit, par la suite, chaque fois que Seth Deux intervenait^[150].

Ces notions de personnalités et d'entités, en quelque sorte unifiées, mais indépendantes, sont, à première vue, difficiles à saisir, mais deviendront plus claires avec les définitions que Seth donnera de la personne humaine, du Moi intérieur et aussi de Tout Ce Qui Est (expression qui désigne notre idée de Dieu). Seth a vécu plusieurs incarnations sur terre, alors que Seth Deux n'a jamais eu d'existence physique. Chaque incarnation donne naissance à un moi différent, mais relié au Moi intérieur qui, comme nous le verrons ci-après, existe aussi dans plusieurs dimensions. Seth a vécu une existence au Danemark au XVI^e siècle avec Jane Roberts et Robert Butts : ces derniers étaient alors père et fils, et Seth un vendeur d'épices et ami de la famille.

Les Speakers

Seth dit qu'il est un Speaker. Jane Roberts et son mari en furent également au cours de leurs différentes vies antérieures. Mais, ajoute-t-il, quand on est Speaker, on le demeure même si dans certaines incarnations on n'exerce pas ce rôle, sauf dans les rêves pour aider d'autres personnalités. Un Speaker est une entité hautement évoluée, dont la mission est d'enseigner une sorte de « code d'éthique », de rappeler à toutes les âmes leur essence spirituelle et même de permettre, dans l'état onirique, la rencontre entre le rêveur et une de ses personnalités antérieures. Une telle définition du Speaker convient, on ne peut mieux, au personnage d'Edgar Cayce, qui exerça cette fonction dans plusieurs de ses incarnations depuis l'Atlantide, en particulier dans son existence au 20e siècle^[151].

Il y a toujours eu des Speakers au cours de l'évolution de l'humanité. Leur but était de rappeler à l'homme la connaissance intérieure afin qu'elle ne soit pas oubliée. Leur enseignement est à la base de toutes les religions. Le Christ et le Bouddha furent d'importants Speakers. « Les plus grands Speakers ne font pas que traduire et transmettre l'information intérieure ; ils approfondissent également certains domaines que d'autres connectent à votre système physique. Ils enrichissent l'information de base^[152] ».

Seth ajoute qu'un rêveur, qui a le statut de Speaker, peut aider un autre individu qui rencontre des difficultés avec sa vie intérieure quand il rêve. » Dans une telle situation, le symbole de l'ange gardien est tout à fait approprié. « De

nombreux artistes, poètes et musiciens sont Speakers ; ils traduisent un monde dans les termes d'un autre ; ils élaborent, avec une grande vitalité, des structures psychiques communes aux deux structures qui peuvent être simultanément perçues dans plusieurs réalités^[153] ».

L'enseignement de Seth

C'est le titre que Seth a donné au premier livre qu'il a dicté par l'intermédiaire de Jane Roberts. Le titre complet se lit comme suit : L'enseignement de Seth. Permanence de l'âme. Il en commença la dictée lors de la 511^e séance, le 21 janvier 1970 et le termina le 11 août 1971 pendant la 591^e séance. Pendant cette période, il y eut quelques interruptions dues à des vacances et à des séances spéciales portant sur d'autres sujets, ou tenues pour les classes d'E.S.P. de Jane Roberts. Mais, assurait cette dernière, après chaque interruption, Seth reprenait exactement là où il avait terminé lors de la dictée précédente. Il a, par la suite, écrit d'autres livres pour expliciter sa pensée^[154].

Jane Roberts décrit ce dernier comme un philosophe et un psychologue astucieux, « profondément informé des subtilités de la personnalité humaine » et « parfaitement conscient des grandeurs et des servitudes de notre type de conscience ». Il explique de façon simple « les théories complexes, dans un contact intime » et se montre « capable de relier ces idées à la vie ordinaire ». Il fait preuve de

beaucoup d'humour et ne renonce jamais à enseigner ou à aider les autres^[155].

Il est impossible, dans le cadre de ce chapitre, de présenter l'ensemble des sujets qu'il a traités dans son livre. Je me limite à ceux qui ont trait au thème de cet ouvrage, la guérison de l'âme. Aussi, je résumerai sa pensée sur la personnalité humaine, la notion de l'âme, l'idée de Dieu (ou du Paradis), de la santé, du temps et de la réincarnation.

La personnalité humaine

Les mots Connais-toi toi-même signifient beaucoup plus que ce que la plupart des gens ne le supposent^[156].

La personnalité humaine désigne l'âme ou l'entité incarnée ou concentrée dans la matière spatiale et temporelle. Mais ce n'est qu'une partie de l'âme (Seth dira : un fragment) qui anime le corps physique. L'âme globale ou le Soi total existe en dehors de la matière et dans d'autres dimensions. Mais pour le moment, voyons de quoi est composée la personne humaine qui vit ici et maintenant, dans le monde tridimensionnelle.

Cette partie de l'âme (ou entité) limitée au corps physique qui lui sert de moyen de conscience et de perception, Seth la désigne sous le nom d'ego extérieur. Celui-ci nous permet d'agir dans le monde physique. Mais il opère avec, dans l'inconscient, l'ego intérieur qui nous apporte ces délicates perceptions sans lesquelles notre vie physique ne pourrait se maintenir^[157].

Seth est d'accord avec Jung pour soutenir que l'ego (extérieur) ne peut pas connaître l'inconscient directement. Mais il conteste son allégation selon laquelle l'inconscient est dépourvu de conscience, car « l'inconscient (ego intérieur) est conscient ». C'est que Jung semble ignorer qu'il y a aussi un ego intérieur qui organise ce qu'il appellerait le matériel inconscient. Seth distingue donc l'ego normal (intérieur) conscient de la conscience qui apparaît seulement comme inconsciente à l'ego (extérieur).

L'ego intérieur est l'organisateur de l'expérience que Jung appellerait l'inconscient. L'ego intérieur est un autre mot pour désigner ce que nous appellerons, le moi intérieur. Comme l'ego extérieur opère dans le milieu physique, l'ego ou moi intérieur, opère dans la réalité intérieure. L'ego intérieur crée cette réalité physique dont se préoccupe alors l'ego extérieur.

Plus loin, il ajoute que Jung a élargi quelques-unes de ses conceptions avant de mourir et qu'il en a changé bon nombre depuis^[158].

On pourrait relier à cet ego intérieur, l'intelligence du corps dont parle le Dr Chopra et qui crée les neuropeptides pour assurer la santé du corps. On pourrait également le rapprocher de cette psyché dont parle Jung, qui descend dans le système sympathique pour entretenir le corps. Quant à Cayce, il l'appelle la Conscience christique qui est la source de notre vitalité. Pour Watts, c'est le Moi opposé au « Je » conditionné et limitatif.

L'inconscient que Seth appelle l'ego intérieur n'a pas l'unique rôle de protéger la santé du corps ;

[...] il conduit les activités intérieures. Il regroupe l'information qui n'est pas perçue par les sens, mais par d'autres cheminements internes. C'est le guetteur intérieur de la réalité qui existe au-delà des trois dimensions. Il véhicule, à travers elles, la mémoire de chacune de vos existences passées. Il sonde les dimensions subjectives qui sont littéralement infinies, desquelles découlent toutes les réalités objectives^[159]. Ainsi, affirme Seth : Le véritable inconscient n'est pas inconscient. Au contraire, il est si profondément et si parfaitement conscient qu'il bouillonne. La vie physique est simplement l'un des nombreux lieux où il est conscient^[160].

Nous sommes à l'origine de notre corps physique que nous concevons au niveau profond de notre inconscient, notre ego intérieur, « avec une grande discrimination, une clarté miraculeuse, un intime savoir de la plus petite cellule qui le compose^[161] ». Nos savants commencent à accepter que l'esprit puisse influencer la matière : les expériences de Rhine sur l'E.S.P. ont été concluantes à ce sujet. « Mais il leur reste, dit Seth, à découvrir que l'esprit crée et forme la matière [...] ; votre forme physique, votre environnement corporel, est la matérialisation de vos propres pensées et émotions et de l'interprétation que vous en faites^[162] » et l'expérience que nous faisons dans les trois dimensions « constitue un entraînement irremplaçable », car notre personnalité actuelle se perpétuera avec ses souvenirs^[163].

La nature des idées et de la pensée, tel que l'enseigne Seth vient, non seulement corroborer les exposés des guides précédents, mais elle tend à démythifier notre concept du «

surnaturel », tel que l'enseigne la religion. Les idées et les pensées, dit-il, « n'existent pas comme des fantômes ou des ombres sans substance. Elles possèdent une réalité électromagnétique. Elles affectent votre être physique et elles sont automatiquement traduites par votre système nerveux dans votre dimension charnelle et dans votre expérience^[164] ». On croit habituellement que les idées n'ont aucune relation avec le corps, la « chair vivante » selon l'expression de Seth. « Cette dernière est considérée comme physique et les idées non. Ceux qui privilégient l'intellect font souvent une séparation absurde entre le monde des concepts et celui de la chair^[165] ». Ces affirmations corroborent à juste titre la relation esprit-corps et le « saut quantique » de Chopra.

De même, il recoupe et complète la philosophie de Watts quand il affirme :

Toute forme d'existence a cours dans un contexte naturel, et la nature inclut l'âme. Votre définition de la nature est simplement trop limitative.

Il est naturel de vivre après la mort, de rendre le corps à la terre et d'en créer un autre. Il est naturel que vos pensées soient aussi réelles que les virus. Il est naturel que vous ayez des « moi » apparents tout autant que des vies antérieures.

Si vous considérez les idées comme relevant du mental et dissociées de la nature, vous vous sentirez séparé de la nature elle-même. Si vous voyez la vie après la mort comme non naturelle, ou surnaturelle, vous vous sentirez dissocié, isolé et désorienté. Vous devez vous efforcer de comprendre

qu'il y a différentes sortes de natures dans la Nature. Votre vie physique – votre nature humaine – dépend à son tour d'un temps où vous n'en aviez pas. Vous devez vous rendre compte que ne pas exister, dans cette perspective, est aussi naturel que d'exister physiquement. Votre existence avant et après la mort est un phénomène aussi naturel que votre vie présente^[166]. À un certain niveau de votre être, il existe un territoire où la conscience corporelle se confond avec celle de la plus grande conscience, source de sa propre identité. C'est le lieu de votre être où l'âme et la chair se rencontrent à la fois dans et hors du temps^[167].

On croirait aussi entendre Edgar Cayce exposant les trois instances ou aspects de l'être humain, quand il enseigne que :

Vos pensées sont aussi réelles que les cellules de votre corps. Elles interagissent entre elles comme le font les virus. Il n'existe pas de division entre le mental, le spirituel et le matériel dans votre réalité. Si vous pensez qu'il y en a une, c'est que vous ne comprenez pas suffisamment la spiritualité de la chair, ni la réalité physique de votre pensée^[168].

Dans la citation suivante, il explicite la nature du codage dans l'ADN, dont parle Chopra :

Chaque cellule physique est en soi un cerveau en miniature, se souvenant de toutes ses expériences personnelles, de toutes ses relations avec les autres cellules, tout comme de son association avec le corps entier. C'est donc dire que de votre point de vue, chaque

cellule porte en filigrane toute l'histoire de votre corps passée, présente et future^[169].

Et c'est au vide quantique que nous reportent les affirmations suivantes : parlant de l' « image » toujours changeante du corps qui résulte de la conscience de l'ensemble des cellules, il dit que cette image « est projetée dans l'aire invisible où la chair et l'esprit se rencontrent. Cette aire ne correspond pas à un lieu, bien entendu, mais à un état de conscience en 'gestalt'^[170]. Cet état est suscité par des interactions qui se produisent au plus profond du corps. De nouvelles structures magnétiques y sont formées^[171] ».

Nous créons notre corps à chaque instant : « Il est le résultat et l'aboutissement de votre vie intérieure. Les processus chimiques et électromagnétiques varient en fonction de l'allure toujours changeante de votre pensée ». Notre corps change sans cesse avec chaque respiration : « Les atomes et les molécules qui composent la chair disparaissent constamment pour être remplacés. Les hormones sont dans un état permanent de mouvement et de modification^[172] ». Ceci nous rappelle les propos du Dr Chopra comparant le corps à une rivière, le leitmotiv de Cayce : Mind is the builder, ainsi que le rôle qu'il attribuait aux glandes endocrines dans le processus de la guérison.

Les unités d'énergie électromagnétique^[173]

Seth enseigne qu'en deçà de la matière, il y a des unités d'énergie électromagnétique (E.E.) qui échappent à l'investigation scientifique et qui sont les agents efficaces de la matérialisation de nos pensées, de nos émotions, de nos désirs et de nos rêves. Ces unités E.E. sont le produit de la conscience, de toutes les consciences opérant de concert : atomique, moléculaire, cellulaire, organique, etc. Elles sont fondamentalement des animations provenant de la conscience. Ce sont « des forces intuitives situées juste au-delà de l'ordre de la matière » qui « se forment à partir d'elles ».

Seth leur attribue une nature électromagnétique (d'où leur nom) car « elles obéissent à leurs propres modèles de charges positives et négatives » et « suivent certaines lois du magnétisme. » Mais leur structure n'est pas de l'ordre des caractéristiques électromagnétiques de la physique, car elles sont toujours en mouvement, peuvent se conjuguer les unes avec les autres et même changer instantanément leur polarité. Elles peuvent même entourer une cellule ou se retirer dans son noyau, combinant ainsi « les qualités de l'unité et celles du champ. » Elles sont « comme le souffle invisible de la conscience » à cause de ses pulsations qui obéissent au rythme des émotions.

Ce sont des émanations produites par les consciences et responsables de toutes perceptions sensorielles ou extra-sensorielles. Leur charge émotionnelle peut être telle, qu'elles « compriment l'énergie en une forme solide ». Cette force de l'émotion est l'élément moteur dans les unités et nous pouvons comprendre alors « pourquoi une énergie émotionnelle peut briser un objet physique ». On peut voir

ici une explication des « poltergeist » ou phénomène des esprits frappeurs et de l'effet Geller^[174].

Certaines de ces unités E.E. peuvent atteindre une vitesse supérieure à celle de la lumière. Ce sont des formes initiales, des semences dont certaines apparaissent dans la structure physique : « L'invisible unité E.E. forme votre matière physique et représente l'unité de base essentielle d'où procède toute particule physique [...]. Le cerveau est le mécanisme par lequel la pensée et l'émotion sont automatiquement transformées en unité E.E. de niveau et d'intensité propres à être utilisés par l'organisme physique^[175] ». Ces unités E.E. sous-tendent donc les neuropeptides et les neurotransmetteurs formés dans le corps par la pensée et responsables du comportement physiologique de l'organisme. Nous aurions ainsi une explication logique et satisfaisante de la zone « ? » du schéma présenté par Chopra au Chapitre 2. C'est le vide quantique où l'esprit, par le cerveau, fait un détour pour créer les médiateurs chimiques.

L'âme ou entité

Vous êtes une âme ; vous êtes une manifestation particulière de l'âme, et c'est un pur non-sens que vous deviez rester ignorants de la nature de votre être^[176].

Sur le plan psychologique, on peut considérer l'âme « comme une identité primordiale, une structure composée de nombreuses autres consciences individuelles – un Soi illimité, capable de s'exprimer de toutes les manières et

sous de nombreuses formes tout en maintenant sa propre identité, son essence même, consciente de n'être peut-être qu'une partie d'une autre personnalité ». Il y a échange constant entre les âmes et il n'existe aucune limite aux possibilités de développement et à l'expansion^[177]. Ceci nous fait mieux comprendre l'interaction entre Seth et son « Grand Frère », Seth Deux, dont il a été fait mention au début de ce chapitre.

L'âme possède un potentiel si vaste qu'elle ne parvient jamais à s'exprimer totalement à travers une seule personnalité. L'âme est un Soi multidimensionnel qui ne peut agir dans la réalité physique qu'en y matérialisant une partie de lui-même. C'est ce qui entraîne le phénomène de réincarnation qu'il ne faut pas comprendre comme une « progression de l'être au fil du temps », car « ces vies diverses ne sont que des excroissances de votre soi intérieur ». Toutes les vies sont simultanées^[178].

L'âme a comme attribut la propriété de « matérialiser en réalités physiques, les pensées et les affects ». On peut la considérer comme « un champ d'énergie électromagnétique^[179] ». Et c'est par son attribut, la conscience, qu'elle crée les formes et s'exprime en unités d'énergie électromagnétique qui sous-tendent la matière physique. La conscience possède aussi des sens internes qui lui permettent l'accès aux autres dimensions de la réalité. La télépathie et la clairvoyance dépendent de ces sens internes.

La conscience, dit Seth, est un exercice spontané de créativité. Chaque fois que nous pensons à quelqu'un avec

émotion, nous lui envoyons une contrepartie de nous-mêmes qui chemine sous l'intensité de la matière, mais sous une forme précise. Dans cette action créatrice de la conscience, l'intensité est très importante. Par exemple, si je désire très ardemment être ailleurs, une forme pseudo-physique de moi-même peut apparaître à un endroit précis, sans que j'en aie conscience. Le désir propulse l'image de ma personnalité. « L'intensité est le noyau autour duquel les unités d'énergie électromagnétique se forment^[180] » .

Il en est de même pour toute matérialisation : « L'intensité d'un sentiment, d'une pensée ou d'une image mentale est donc déterminante de sa matérialisation ». « Plus intense est le noyau, plus la matérialisation est rapide. Ceci s'applique à une image mentale qu'elle fasse peur ou qu'elle engendre la joie^[181] ». Cette forme de créativité s'avère importante dans le cas de guérison (voir plus loin).

Notre propre cadre de vie est une création de notre conscience. « J'ai un cabinet de travail situé au XIVe siècle, l'époque que je préfère, raconte Seth. De votre point de vue, il n'existe pas, et je sais parfaitement bien qu'il s'agit d'une projection mentale. Pourtant, je m'y plais et je prends souvent une forme physique pour m'asseoir au bureau et regarder la campagne à travers la fenêtre^[182] » .

Nous pouvons prendre plusieurs formes en même temps sans nous en rendre compte.

Votre corps physique peut reposer sur un lit, dans le sommeil, alors que votre conscience se déplace sous forme de rêve vers des lieux très éloignés. Simultanément, vous

pouvez créer une « construction mentale » de vous-mêmes, identique à vous dans chaque détail, et qui peut apparaître à votre insu dans la chambre d'un ami. Votre conscience n'est pas limitée, pas plus que ne le sont les formes qu'elle peut créer à chaque instant^[183].

Pour clore ces quelques considérations sur l'âme, revoyons le vocabulaire qu'emploie Seth pour désigner ces différentes facettes de notre être. Il parle d'abord de l'âme ou entité, du Soi total ou personnalité multidimensionnelle, de l'ego extérieur et de l'ego intérieur. Plus loin, il signale le Soi et son cortège de personnalités que nous avons assumées dans d'autres existences. Ailleurs, il va assimiler l'ego intérieur à l'inconscient de Jung. Quant à l'identité, elle « comprend l'ensemble de la personnalité, celle-ci se manifestant sous des aspects différents parfaitement valables » c'est-à-dire sous différentes personnalités physiques issues des nombreuses réincarnations.

« Quand j'utilise des mots tels que 'âme' ou 'entité', 'soi intérieur' ou 'personnalité présente', je le fais par commodité. Il n'y a pas de point où l'un commence et l'autre se termine^[184] ». Donc Identité, Personnalité, Soi, Âme, Entité et Ego intérieur désignent la même réalité, l'essence radicale de notre être qu'on pourrait décrire ainsi : une personnalité d'essence énergétique pouvant revêtir de nombreuses formes physiques dans le but d'apprendre à contrôler l'énergie et à utiliser son pouvoir de création en matérialisant ses pensées.

Anima et animus^[185]

Seth avait suggéré à Jane Roberts et à son mari de lire une publication qui présentait les grands thèmes de la psychologie de Jung. Par la suite, au cours d'une séance, il a commenté les deux archétypes, anima et animus, dans le cadre de ses explications sur la réincarnation. Ces projections que l'homme fait de l'anima et la femme de son animus, sont des pulsions qui « sont beaucoup plus profondes que Jung ne l'a supposé ». « Sur le plan symbolique, les deux réunis, représentent la totalité du Soi avec ses capacités, désirs et caractéristiques divers. » On ne peut comprendre la nature de notre personnalité présente, si on n'approfondit pas « la véritable signification de l'animus et de l'anima ».

C'est le Soi total qui a fourni le modèle originel de ces archétypes : « Ces deux notions sont nées dans l'individualité avec la première vie physique et servent de modèle intérieur ; l'une et l'autre rappellent à la personnalité son unité de base. » Chez l'homme, l'anima constitue « la mémoire psychique de toutes les existences féminines dans lesquelles le soi intérieur a été impliqué. » Aussi, l'anima peut-elle revêtir les figures d'archétypes suivantes : la prêtresse, la mère, la jeune sorcière, l'épouse et la vieille femme avisée. Ces personnifications apparaissent souvent dans ses rêves et peuvent lui apprendre beaucoup « sur les périodes au cours desquelles il s'est réincarné en tant que femme ».

De par sa signification, l'anima constitue « une sauvegarde importante protégeant le mâle de la

suridentification avec une culture où dominant les traits masculins ». Elle l'influence sur les plans personnel et collectif « en adoucissant les tendances agressives puissantes et en servant aussi de passerelle dans les rapports avec les femmes dans le cadre de la famille et aussi dans les arts et l'expression verbale ».

Il en est de même pour l'animus chez la femme. Bien que celle-ci n'ait pas besoin de se rappeler sa féminité, cette personnification du mâle chez elle l'empêche de se suridentifier à son sexe présent. « Là également, le jeune homme, le prêtre, l'homme agressif de la jungle et le vieil homme sage représentent des types de vies masculines, vécues par la femme actuelle en tant que mâle ». Comme pour l'homme, ces archétypes apparaissent dans ses rêves et peuvent lui apprendre beaucoup sur son passé masculin.

L'anima intervient tout naturellement pour permettre « à l'homme de mieux comprendre ses tendances féminines » et aussi pour le mettre « en rapport avec ses existences passées où la femme en lui jouait un rôle. » Cela s'applique également pour la projection de l'animus de la femme. Ces deux « identifications intérieures » qu'est l'anima, chez l'homme, et l'animus chez la femme, exercent un rôle compensatoire : celui d'harmoniser, chez les deux, l'agressivité avec l'intuition et la créativité. « La tension entre les deux conduit à tempérer l'agressivité par la créativité ou à utiliser l'agressivité d'une manière créatrice ».

L'homme et la femme sont dotés « congénitalement » de toutes les qualités féminines et masculines. L'anima et l'animus ne se réalisent pas uniquement dans la psyché. « Ils sont inscrits dans le code génétique par le soi intérieur.

Les événements psychiques passés sont transposés dans la mémoire génétique des cellules qui composent le corps ». Notre corps, en effet, ne porte pas seulement la mémoire biologique acquise en cette vie depuis notre naissance, mais aussi, de façon indélébile et physique, « les mémoires des autres corps que la personnalité a formés au cours des réincarnations précédentes. L'animus et l'anima sont étroitement liés à ces images corporelles intérieures ».

Une tension naturelle existe entre les sexes (certains auteurs^[186] ont parlé d'une guerre des sexes !). Les causes en sont beaucoup plus profondes que celles provenant du monde physique. « Elle résulte de la nature de votre conscience qui se forme à partir de l'anima, mais qui dépend, pour sa continuité, de l' 'agressivité' de l'animus ». La fascination qu'exercent ces deux archétypes l'un sur l'autre, est « la mise en œuvre d'une connaissance intérieure du Soi total qui s'efforce d'atteindre à une véritable identité en luttant pour combiner et accomplir les tendances apparemment opposées qui sont une part de lui ». La masculinité et la féminité, en effet, ne sont pas des opposés, mais des tendances qui s'entremêlent.

Tout Ce Qui Est

L'idée qu'on se fait du Créateur implique que rien n'existe par soi-même en dehors de lui. C'est pourquoi Seth parle de Dieu comme de Tout Ce Qui Est. Mais pour bien comprendre ses explications, nous devons parler de la notion de temps. Il nous dit que le temps, tel que nous le

connaissions, n'existe pas fondamentalement. C'est notre perception qui nous fait voir les événements comme séparés.

Vous apercevez les événements « un par un ». Le temps tel qu'il vous apparaît est une organisation psychique de l'expérience. Le commencement et la fin apparents d'un événement, la naissance et la mort apparentes ne sont que d'autres dimensions de l'expérience comme, par exemple, la hauteur, la largeur, le poids. Il vous semble que vous allez vers une fin, alors que celle-ci est une partie d'une expérience ou, si vous préférez, un événement particulier^[187].

La réalité, en fait, est multidimensionnelle. Nous vivons simultanément toutes nos réincarnations physiques à travers les siècles (selon notre notion du temps), de même que notre ego intérieur est conscient à la fois de tous nos moi probables et de toutes les entités que nous avons créées et qui continuent d'exister dans d'autres dimensions.

Les fondateurs de religions sont des individualités très évoluées qui se sont incarnées pour répondre aux besoins de l'espèce. Ils ont assumé cette responsabilité de leur plein gré. « Elles sont, de toute évidence, des représentations humaines de Tout ce Qui Est^[188] » .

Seth affirme que Dieu est une idée, mais nous ne pouvons le comprendre « parce que, explique-t-il, vous n'avez aucun moyen d'appréhender les dimensions où l'idée a sa propre réalité ni l'énergie qu'elle peut produire et projeter. Vous ne croyez pas aux idées, vous vous méprenez et pensez aussitôt qu'il est moins que réel, nébuleux, sans réalité,

sans action effective ». Pourtant, notre propre image physique est la matérialisation de l'idée que nous nous faisons de nous-mêmes. Sans elle, notre image n'existerait pas : « Le pouvoir et l'énergie première de cette idée permettent à votre image de se perpétuer. Les idées sont beaucoup plus importantes que vous ne le croyez ». Il faut accepter le fait que nous existons dans plusieurs dimensions à la fois, que nous habitons dans un milieu comportant des probabilités infinies. « Partant de là, vous pouvez imaginer la réalité qui est derrière le concept de Dieu et en déduire qu'il est presque impossible de la saisir avec des mots^[189] ». Il affirme qu'une telle réalité ne peut qu'être expérimentée, car aucun fait ne peut représenter avec fidélité ses attributs^[190].

Selon Seth, il n'y a pas de Dieu personnel comme l'entendent les chrétiens, mais nous sommes tout de même en symbiose avec Lui, dont une part existe dans chaque individu, dans chaque conscience. Chaque conscience est donc chérie et individuellement protégée^[191]. Comme cette partie divine en nous est, à la fois, consciente d'elle-même et de chacun de nous, elle est donc concentrée sur notre existence et « peut être appelée à l'aide si nécessaire ». Cette entité, supérieure à nous, est également nous et plus que nous : c'est notre Dieu personnel. Elle porte attention à nos intérêts et peut donc être sollicitée d'une manière personnelle. Une autre communication médiumnique corrobore cette action de Dieu en nous : Cet « Être est engagé dans un modus operandi suprêmement personnel avec chacun des êtres humains. Il motive toute existence et

dirige toute attention divisée et incessante sur chaque partie de la création, depuis les grandes sphères de lumière et les sources d'énergie jusqu'à la plus petite fleur qui ouvre ses pétales sur la terre. [...] Sa véritable essence est l'Énergie vitale qui fonctionne perpétuellement pour perpétuer la Vie^[192] ».

Seth dit encore :

Vous êtes cocréateurs. Ce que vous appelez Dieu est la somme de toute conscience. De plus, la totalité est plus que la somme de ses parties. Dieu est plus que la somme de toutes les personnalités et, pourtant, toutes les personnalités sont ce qu'il est [...]. Il y a création constante [...] Vous formez vos propres rêves et vous créez la réalité physique. Le monde est ce que vous êtes. C'est la matérialisation des moi intérieurs qui l'ont formé^[193].

Ceci rejoint les exposés d'Alan Watts sur le Moi et le Cela des hindous. D'ailleurs, Seth affirme que les conceptions du Bouddhisme sur la réalité sont les plus exactes, sauf en ce qui concerne l'identité des âmes. « Ils n'ont pourtant pas compris la permanence de l'âme, relativement à son invulnérabilité. Ils n'ont pas non plus été capables de ressentir son caractère unique^[194] ». Car Tout Ce Qui Est est conscient de lui-même dans sa globalité et de chaque personnalité dans son individualité. Il n'est donc pas question de perdre notre identité en nous diluant dans le nirvana !

De plus, Seth nous invite à voyager en nous-mêmes pour y découvrir l'unité de notre conscience avec celle des autres,

ainsi que l'amour et l'énergie multidimensionnels « qui donnent conscience à toute chose ». Nous serons ainsi amenés « à prendre une part plus importante au travail de la création », et nous parviendrons à trouver et à sentir la divine présence.

« Car vous l'éprouverez derrière la danse des molécules, et en vous-mêmes et chez vos amis [...] Dieu est habilement caché dans Ses créations, de telle sorte qu'Il est ce qu'elles sont et qu'elles sont ce qu'Il est ; et en les connaissant, vous Le connaissez^[195] ». C'est ce qu'Alan Watts a tenté d'expliquer au Chapitre 3 en disant que Dieu joue à cache-cache dans la création.

Santé et guérison

L'énergie de l'univers s'exprime à travers votre image physique. Vous, en tant qu'individu, conscience individuelle, faites partie de ce Tout, et vous ne pouvez pas exprimer pleinement ni accomplir votre but, si vous n'êtes pas en bonne santé. Car les effets de l'esprit sont ressentis par le corps^[196].

Au cours de son enseignement, Seth a souvent répété que notre conscience crée notre réalité physique, celle-ci reflétant nos idées et nos émotions intérieures. Il en est donc de même pour l'état de notre corps. Si vous imaginez des événements sinistres, un mauvais état de santé ou une solitude désespérée, ceux-ci seront automatiquement matérialisés, car ces pensées elles-mêmes créent les

conditions qui leur permettront de prendre corps dans la réalité physique^[197].

Devant nos difficultés d'ordre physiologique, psychologique ou relationnel, il y a donc lieu de nous questionner sérieusement sur nos pensées, nos sentiments, nos émotions et les mobiles qui animent nos actions. Car « la vraie connaissance de soi, affirme Seth, est indispensable à la santé et à la vitalité^[198] ». C'est que nous créons nous-mêmes nos difficultés à partir du mental. Mais celui-ci n'abrite pas seulement nos propres pensées, mais aussi toutes celles reçues télépathiquement des autres, à l'état de veille ou dans le rêve. Nous devons apprendre à effacer une pensée ou une image négative et à la remplacer par son contraire. Ainsi, dans un cas de migraine récurrente, si vous prévoyez avoir mal à la tête et êtes obsédé par cette idée, vous disposez automatiquement le corps à exprimer cet état. « À défaut de prendre l'aspirine, suggère Seth, abrégez vos souffrances en les contrôlant vous-même. » Comment ? Dès que nous ressentons un mal de tête, Seth nous incite à dire : « Ceci appartient au passé. Maintenant, en ce moment présent, je commence déjà à me sentir mieux ». Ceci fait, il faut immédiatement détourner son attention de l'état physique et se concentrer sur quelque chose d'autre ou entreprendre une autre activité. La répétition de cet exercice empêchera le corps de reproduire les conditions du mal de tête.

La vraie connaissance de soi suppose d'abord que l'on prenne conscience de ce que nous pensons de nous-mêmes dans notre subconscient. Si l'image est bonne, nous devons

« bâtir sur elle ». Si elle est mauvaise, il faut éviter de l'accentuer par un sentiment de dépit, mais la considérer plutôt « comme une opinion passagère et non comme un état absolu ». Pour nous protéger contre les pensées négatives, Seth suggère de dire souvent : « Je ne réagirai qu'aux suggestions constructives, car ceci confère une protection contre les pensées négatives, les miennes et celles des autres ». Une pensée négative, non effacée et remplacée, engendrera presque certainement une situation négative : un abattement passager ou une migraine, dont le niveau dépendra de la force de la pensée^[199] . Ce sont les mémoires-fantômes dont parle le Dr Chopra.

Si l'origine de nos troubles se situe au niveau des émotions, il ne faut surtout pas faire du refoulement. Mais on doit, par exemple, bien identifier le ressentiment qu'on éprouve et se rendre compte qu'on peut le dominer. On imaginera ensuite qu'on arrache le ressentiment « avec ses racines profondes » et qu'on « le remplace par un sentiment positif ». Il est important d'imaginer l'acte d'arracher. « Il y a une différence, dit Seth, entre refoulement et action positive. Dans le refoulement, le ressentiment est repoussé au plus profond de soi-même. Avec notre méthode, il est reconnu, arraché comme étant indésirable et remplacé par la pensée d'une énergie pacifique et constructive^[200] ». Nous ne sommes pas nos émotions. Elles coulent à travers nous et nous les sentons. Et puis, elles disparaissent. Quand nous essayons de les refouler, nous en faisons des montagnes^[201].

Il ne faut donc pas réprimer l'émotion quelle qu'elle soit, mais l'exprimer spontanément. Selon Seth, si nous étions vraiment spontanés, notre santé se maintiendrait normalement, sans que nous ayons à nous en préoccuper. Et il ajoute que la vie est luxuriante, pleine de ressources et forte et que nous devons avoir confiance en nos propres défenses immunitaires^[202].

Si nous comprenons bien qu'un mauvais état physique « est la projection d'idées déformées qui s'extériorisent par le corps », nous nous efforçons alors de clarifier les problèmes intérieurs. Cette prise de conscience, selon Seth, « peut même guérir des maladies qui sont en relation avec des vies antérieures », car ces moi « parallèles » qui existent en nous présentement peuvent être atteints par la thérapie. Nous devons toujours souhaiter être en bonne santé, car la santé est l'état naturel de notre être^[203].

Si nous faisons bon usage de nos énergies, nous serions, en théorie, dotés d'une excellente santé et comblés. Mais bon nombre de manques viennent souvent perturber ce processus. Pour rétablir l'équilibre et l'harmonie de notre être, Seth suggère des méthodes pratiques. D'abord, l'autohypnose^[204] et les états de transe lumineuse^[205] peuvent nous aider à découvrir les problèmes intérieurs qui sont la cause de nos difficultés. Puis, notre moi intérieur peut nous apporter une réponse appropriée, si nous le lui demandons. Enfin la thérapie par le rêve, comme elle était pratiquée dans certains temples grecs à Delphes et à Épidaure.

Les rêves sont très importants pour découvrir les problèmes et pour les traiter. « Quand vous êtes malades,

vous faites souvent, à l'état de rêve, des expériences au cours desquelles vous êtes pourvus d'un corps en très bonne santé. Un tel rêve a souvent une valeur thérapeutique. Un corps antérieur réincarné vous est venu en aide. Vous absorbez sa force en faisant appel à la santé encore présente sous forme de mémoire^[206] ». Voici un exercice que Seth suggère comme thérapie par le rêve : avant le sommeil, persuadez-vous que vous aurez un rêve agréable ou joyeux qui vous restituera complètement vos bonnes dispositions et votre vitalité. À votre réveil, vous sentirez une nette amélioration de votre état. Car, nous dit encore Seth : « L'imagination est le lien entre l'homme à l'état de veille et le système onirique^[207] » .

Ces propos de Seth sur la santé et la guérison présentent des similitudes étroites avec les explications de Cayce sur ces deux thèmes. Même Jung, dans un langage un peu différent, abonde dans ce sens : les personnalizations des archétypes en rêve ne sont pas très éloignées des interventions des « moi parallèles », dont parle Seth.

Pour compléter ce qui vient d'être dit, voici quelques considérations de Seth sur la relation entre la conscience et l'état du corps.

« Pour être en santé, dit-il, vous devez croire en la santé. Un bon médecin est un changeur de croyances. Il remplacera une idée de maladie par une idée de santé. Quelles que soient les méthodes ou les drogues qu'il utilise, elles ne seront efficaces que si un changement de croyance a lieu ».

« Vous êtes immunisés contre une mauvaise santé dans la mesure où vous croyez que vous l'êtes ». Une croyance, c'est une idée que nous tenons pour une vérité. Nos idées ont une réalité électromagnétique et une valeur sonore intérieure. Le son intérieur, c'est « le son de vos pensées dans votre tête ». Les sons intérieurs, physiquement inaudibles, « affectent les atomes et les molécules qui composent vos cellules ». Il existe aussi, ajoute Seth, une lumière intérieure, invisible à la vue, qui se combine avec le son intérieur « pour former mentalement » notre image physique. C'est ce même genre de son qui a construit les Pyramides. Chaque atome, chaque molécule, et donc chaque organe, a sa propre valeur sonore spécifique. « Lorsque quelque chose ne va pas, les sons intérieurs sont discordants ». Car ils sont souvent le fruit de suggestions négatives (qui sont également traduites en sons intérieurs).

Pour employer l'analogie de la peinture, nos pensées tiennent lieu de palette : vos pensées donnent le contour général de la réalité que vous expérimentez physiquement. Vos émotions rempliront les motifs de lumière. Votre imagination va les souder ensemble. Le son de vos pensées intérieures est le moyen que vous utilisez, de fait.

Le son extérieur peut aussi s'avérer efficace pour la santé : dans les moments de tranquillité le son O-O-O-O-O-M-M-M-M-M, prononcé lentement, mentalement ou à voix haute, sera bénéfique pour tonifier votre condition physique générale. Les sons comportent en eux-mêmes un élan vers l'énergie et le bien-être.

« Le Moi intérieur s'efforce toujours de maintenir l'équilibre du corps et la santé. Mais souvent vos propres

croyances l'empêchent de vous transmettre la moitié de l'énergie dont il dispose pour vous venir en aide ». Le corps possède une conscience pleine d'énergie et de vitalité qui « redresse automatiquement tout déséquilibre, mais vos croyances conscientes influencent cette conscience du corps. Vos muscles croient ce que vous leur dites les concernant. Ainsi font toutes les autres parties de votre corps physique ». Donc « si un homme croit avoir des troubles cardiaques, il affectera par son anxiété, le fonctionnement de son système 'involontaire', à moins de revenir sur sa croyance. [...] Encore une fois, vous ne serez pas malade si vous pensez que vous êtes bien – mais il peut y avoir d'autres idées qui vous font croire à la nécessité d'une mauvaise santé ».

D'où la nécessité d'analyser la nature de nos croyances, les modifier ou les remplacer si elles constituent une menace pour notre santé. Nous avons à notre disposition, insiste Seth, les moyens d'assurer notre santé^[208] ». Il suggère l'exercice pratique suivant pour le faire.

Changer ses croyances

Nos croyances nous rendent malades ou nous guérissent. Comment les changer ? Comment pouvons-nous améliorer notre situation ? En utilisant l'hypnose naturelle, nous dit Seth.

Dans les domaines où vous êtes insatisfait, vous vous voyez impuissants et sans volonté ou encore vous croyez que ces conditions persistent, malgré l'intention que vous

pensez avoir. Mais si vous suivez bien le cours de vos réflexions, vous verrez que vous vous concentrez précisément sur ces aspects négatifs qui vous horripilent tant. Vous avez l'art de vous hypnotiser et de renforcer la situation. Vous pourriez alors vous écrier, stupéfaits : « Que puis-je faire, puisque je me suis ensorcelé moi-même par l'embonpoint (ou la solitude ou une santé fragile) ? » Par contre, en d'autres domaines de votre vie, vous avez pu vous attirer richesse et satisfaction, mais ici, vous ne vous en plaignez pas. Il s'agit du même processus. Les mêmes principes jouent. Dans vos expériences positives de vie, vous êtes sûrs de vos actes. Vous ne doutez pas. Vos croyances deviennent réalité.

À présent, quand vous êtes insatisfaits, vous devez comprendre ceci : là aussi il n'y a aucun doute. Vous êtes totalement convaincus que vous êtes malades, pauvres, spirituellement bornés ou malheureux.

Alors, les conséquences s'ensuivent tout naturellement. L'hypnose naturelle, selon la définition que je vous donne, s'applique dans un cas comme dans l'autre.

Que devez-vous faire ? D'abord, vous devez comprendre que vous êtes l'hypnotiseur. Vous devez prendre votre vie en main, tout comme vous le faites pour les aspects positifs de votre quotidien. Malgré la fragilité de vos arguments, vous devez vous dire ceci : « Pour un certain temps, je vais suspendre ma croyance en ce domaine et accepter avec détermination la croyance que je choisis. Je vais faire comme si j'étais sous hypnose, en étant moi-même hypnotiseur et sujet. Le désir et la croyance ne feront alors qu'un. Il n'y aura aucun conflit parce que je le veux ainsi.

Pendant cette période, je vais complètement changer mes vieilles croyances. Même si je suis là assis calmement, en esprit je me comporte comme si ma nouvelle croyance faisait totalement partie de mon monde ».

Pendant cet exercice, ne pensez pas au futur, seulement au présent. Si vous faites de l'embonpoint, commencez à penser à votre poids idéal. Imaginez que vous êtes en bonne santé, si vous croyez ne pas l'être. Si vous êtes seul, croyez que vous êtes imprégné du sentiment d'amitié. C'est vous qui prenez l'initiative d'imaginer de telles situations, soyez-en conscient. Ici, il n'y a aucune comparaison possible avec votre situation normale. Utilisez des images ou des mots, selon ce qui vous vient le plus naturellement. Encore une fois, ne consacrez pas plus de dix minutes à cet exercice.

Si vous le faites fidèlement, d'ici un mois, vous allez voir les nouvelles conditions se matérialiser dans votre expérience. Votre structure nerveuse s'ajustera automatiquement. Votre inconscient sera stimulé et mettra à contribution toutes ses capacités pour vous apporter les nouveaux résultats. Ne ressassez pas ces nouvelles croyances, ne vous tourmentez pas à longueur de journée à leur sujet. Cette attitude ne ferait que créer un écart entre ce que vous avez et ce que vous désirez. Oubliez cet exercice une fois terminé. Des impulsions vous viendront en accord avec vos nouvelles croyances. Alors, vous pourrez choisir de les suivre ou de les ignorer.

Ce sera votre initiative. Vous ne le saurez pas tant que vous n'aurez pas essayé cet exercice. Si vous êtes de santé fragile et que vous avez l'habitude de consulter un médecin, continuez à le faire, car vous dépendez encore de ce

système de croyances ; mais utilisez ces exercices comme supplément, pour renforcer votre perception de la santé intérieure et pour vous protéger ainsi de toute suggestion négative de votre médecin. Servez-vous de votre foi en la médecine puisque vous y croyez déjà^[209].

Ma fausse guérison

Pour illustrer ces considérations de Seth sur la santé et la guérison, je rapporterai ici une expérience personnelle vécue il y a près de 40 ans. J'avais malencontreusement fait un faux mouvement qui me causa une hernie discale. Lors d'une visite à Delphes, en Grèce, il se produisit un curieux phénomène qui me combla de bien-être durant toute la suite de la visite. Je dois, pour l'expliquer, faire un retour en arrière. À Paris, le 7 mars 1967, en descendant du bus pour me rendre à mes cours, j'allongeai la jambe pour atteindre la chaîne du trottoir. Ce faisant, je ressentis une douleur intense au niveau lombaire : cela s'avéra, par la suite, être une hernie discale. Le médecin qui m'examina et en fit le diagnostic me mit au lit pendant quatre jours. Je l'informai que je devais partir, le dimanche suivant, pour un voyage-pèlerinage en Terre-Sainte et au Moyen-Orient. Je tenais beaucoup à ce voyage. Il répondit que je pouvais y aller, mais que je ne devais pas porter mes bagages. Il me prescrivit de simples « Aspirines » pour calmer la douleur.

Heureusement, un ami s'offrit pour s'occuper de mes bagages durant le voyage. J'arrivai donc à Delphes avec cette sourde douleur au bas du dos que je combattais tant

bien que mal avec des analgésiques. En descendant la colline qui mène du stade au temple d'Apollon que l'on voyait en bas, toute douleur dorsale disparut subitement et je me mis à gambader allègrement alertant mes compagnons de mon état euphorique. Ceux-ci s'empressèrent de tempérer mon enthousiasme et me conseiller la prudence dans mes mouvements. Ce bien-être se maintint durant toute la visite à Delphes et la douleur ne reparut que durant le trajet qui nous ramenait à Athènes.

Le temple de Delphes, dédié à Apollon, dieu de la lumière, était-il un lieu de guérison ? Ce n'est que plusieurs années plus tard en étudiant ces hauts-lieux de l'Antiquité que j'ai fait le rapprochement avec l'expérience que j'avais vécue à Delphes ce 13 mars 1967 (le chiffre 13 est très important dans ma vie : beaucoup d'événements sont reliés au 13). Rien de surprenant à cela, car ce site enchanteur entouré de hautes falaises qui s'élèvent vers un ciel toujours bleu, constitue, à n'en pas douter, un centre d'énergie bénéfique à l'instar de ceux de notre monde moderne, tel Lourdes dans les Pyrénées. D'ailleurs, les nombreux ex-voto qui bordent la route conduisant au temple du Trésor des Athéniens, témoignent des faveurs obtenues par les pèlerins. Mais un autre lieu que nous visiterions deux jours plus tard était plus spécifiquement consacré à la guérison : le temple d'Épidaure dédié au dieu de la médecine, Esculape.

Chose curieuse, cet heureux événement, qui m'affectait personnellement, ne m'avait pas trop frappé au cours de ce voyage. Certes, j'ai bénéficié d'un sursis de douleur pendant quelques heures. Mais ce fait m'apparaissait alors

secondaire, mon intérêt était concentré sur l'histoire et l'art de la Grèce antique. Après les nombreuses années consacrées, par la suite, au phénomène de guérison psi, je peux maintenant expliquer pourquoi ce bien-être ressenti à Delphes n'a pas duré et ne s'est pas transformé en guérison définitive. Et ceci confirme l'enseignement de Seth sur nos croyances. Les énergies thérapeutiques du lieu ont pallié un temps les souffrances de ma lombalgie. Mais une fois sorti de ce lieu, elles se dispersèrent, car je ne les avais pas assimilées consciemment et dirigées vers ma propre guérison. D'ailleurs, l'idée de me guérir ne m'habitait pas alors, je « subissais » tout simplement une hernie discale contractée à Paris, que seule la médecine pourrait guérir. Telle était ma croyance d'alors. Mais il reste tout de même que cette hernie discale fut ensuite, pour moi, l'occasion de m'intéresser à la parapsychologie et de découvrir les énergies guérisseuses et l'art de les manipuler. (Voir mon ouvrage : L'énergie et le pouvoir des mains publié aux Éditions de Mortagne, 1988).

CHAPITRE 6

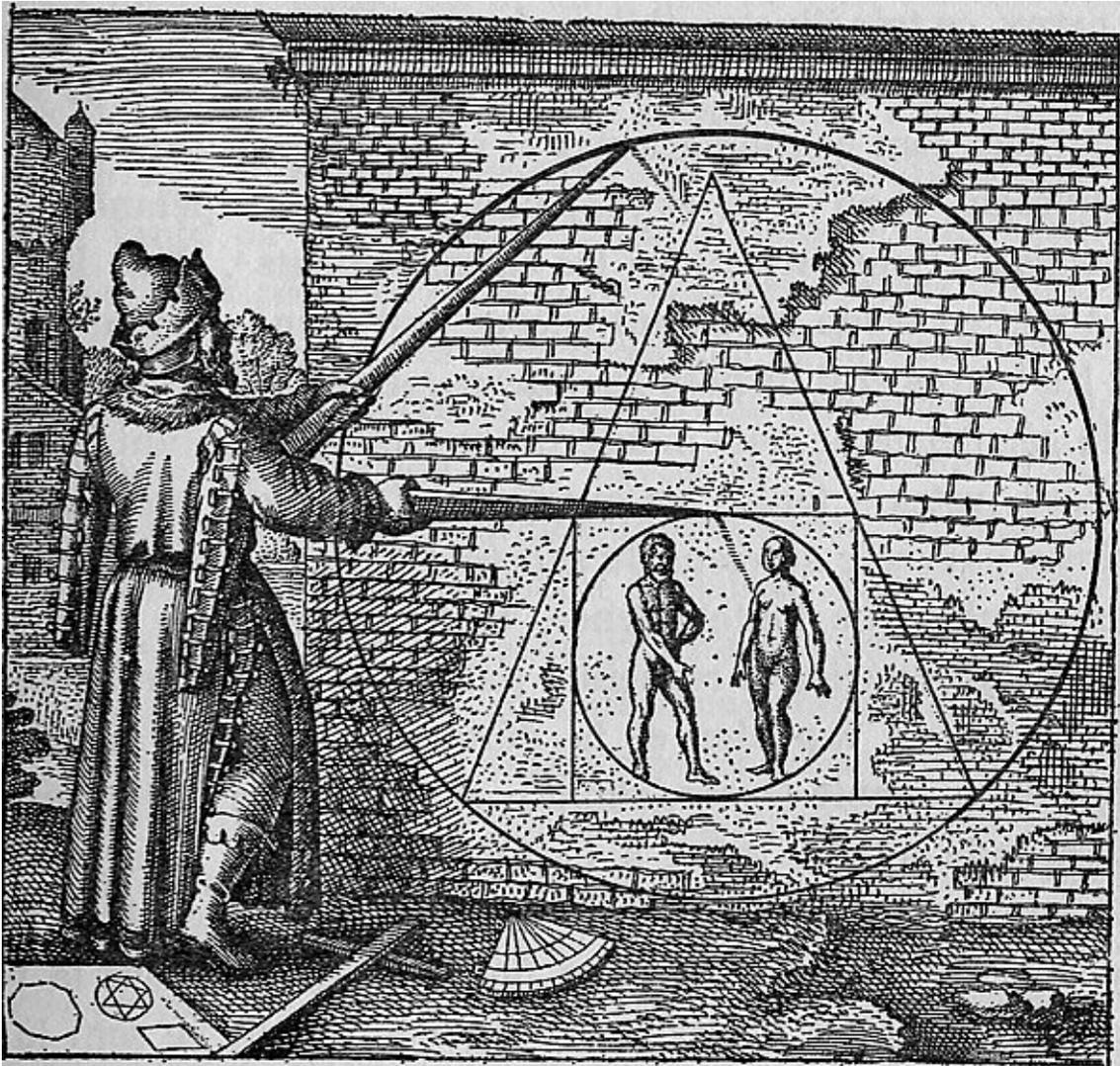
Connais-toi toi-même^[210]

Aux exposés précédents sur la santé de l'âme, ce chapitre tiendra lieu de conclusion. Nous avons appris que l'être humain est fait de conscient et d'inconscient qu'il doit unifier (Jung), que son esprit est le créateur et le guérisseur de son corps (Chopra), qu'il est plus que ce qu'il croit : non pas un « Je » séparé du monde et de la nature, mais un Moi aux dimensions cosmiques (Watts), que son pouvoir de guérison réside dans son mental qui influence le corps par l'imagination (Cayce), et qu'il est un être multidimensionnel qui vit et agit à la fois dans le monde physique et ailleurs (Seth). Ces guides ont tenté de nous éclairer sur le parcours de la connaissance de soi, en rapportant leurs observations personnelles et leurs expériences professionnelles. Ils ont voulu partager avec nous ce que leurs recherches leur ont appris sur la nature de l'homme.

Si nous avons le sentiment que les exposés précédents ont une certaine valeur, il est tout à fait plausible de leur accorder quelque créance. Cela suffit, à mon avis, à nous convaincre que le moyen de retrouver notre santé psychique et spirituelle, c'est de devenir qui nous sommes et de réintégrer notre paradis perdu.

Comme nous avons affaire aux implications conjuguées de notre petit Moi (ego) et de notre immense inconscient (âme),

retournons à la pensée et à la méthode thérapeutique de Jung, pour aborder le processus de l'individuation, qui nous mènera à la réalisation de Soi. Les alchimistes y travaillaient comme au Grand Œuvre (Magnum Opus), c'est-à-dire à la fabrication de la Pierre philosophale, symbole du Soi.



Michael Maier. La Pierre philosophale

Le texte qui accompagne cette figure alchimique indique comment obtenir la pierre philosophale (symbole du Soi) :

Trace un cercle autour d'un homme et d'une femme, puis un carré, puis un triangle : trace un cercle et tu posséderas la pierre philosophale. Voici une interprétation de cette figure symbolique : tracer un cercle autour d'un homme et d'une femme, c'est intégrer les deux principes masculin (animus) et féminin (anima) dans l'unité (cercle) pour réaliser l'individuation (carré) ; puis tracer un triangle, c'est distinguer dans cette unité les trois niveaux (corps, âme et esprit), unifiés à leur tour sur un plan supérieur (le grand cercle, symbole de l'inconscient, source de l'énergie vitale). On obtient ainsi le pouvoir (la pierre philosophale) de tout transformer en or (santé et vitalité).

Dans ce travail de transformation intérieure, tous les archétypes qui peuplent notre inconscient se manifesteront pour nous contrer, si nous négligeons de les intégrer, ou pour nous seconder, si nous leur donnons la chance d'accéder à la conscience : ce qu'ils recherchent précisément. L'accent sera toutefois mis sur l'archétype de la transformation, car il faut changer son ego ou son Moi extérieur pour devenir soi-même ou exprimer son Moi intérieur, son entité. Nous tenterons aussi de saisir la signification des autres personnalizations psychiques que nous rencontrons dans nos rêves ou dans nos visions hypnagogiques : l'ombre, la persona, l'anima, l'animus et le Vieux Sage. Ces diverses manifestations de notre inconscient ont pour but d'engager un dialogue vivant et efficace avec le Moi conscient pour apporter à ce dernier un élargissement de sa conscience et une plus grande liberté d'être et d'action. Mais, pour ce faire, le Moi doit éviter de tomber sous la fascination de ces archétypes. Il risquerait alors, comme nous l'avons dit, d'être saisi et possédé par eux au détriment d'une véritable intégration, qui ne peut être que

consciente. L'inflation du Moi représente le danger d'une intrusion de l'inconscient dans le Moi sans y être assimilé. Il ne peut en résulter rien de plus qu'une sorte de chaos au niveau psychique. L'inconscient, sans la direction du conscient, est un tohu-bohu de potentialités où n'existent ni ordre ni direction, car il est protéiforme. Nous avons besoin d'un guide sûr pour nous orienter vers notre santé psychique.

Jung, le grand psychiatre suisse, nous l'avons dit, fut un pionnier de la psychologie moderne. Sa pensée et les perspectives de ses recherches sur la psyché humaine sont toujours d'actualité. Le terme de « psychologie analytique » qu'il a adopté pour désigner sa méthode thérapeutique fait « appel à un concept général qui englobe la 'psychanalyse', la 'psychologie individuelle' d'Adler et d'autres tendances de la psychologie complexe^[211]. Ce qui explique sans doute que les courants psychologiques les plus contemporains s'en inspirent comme d'une source limpide et inépuisable de la connaissance de l'âme.

On lui doit, comme je l'ai signalé au début de cet ouvrage, les notions de complexe, d'archétypes et d'inconscient collectif. Ce grand chercheur n'a jamais voulu ériger en système une quelconque théorie psychologique. Mais en phénoménologue averti, il a observé les manifestations inconscientes de la psyché dans les agissements conscients de l'homme et nous en a fait part dans ses écrits.

L'histoire des mythes, l'analyse des rêves et l'étude des symboles alchimiques l'ont conduit, comme nous l'avons dit au Chapitre 1, à la découverte d'un inconscient collectif, peuplé de schèmes de pensée et d'action que l'homme a élaborés au cours de son histoire. Ceux-ci se sont cristallisés peu à peu dans ce qu'il a appelé les archétypes qui sont à

l'origine des images oniriques ou hypnagogiques que le Moi conscient élabore par son imagination, telles l'anima, l'animus, le Vieux Sage, etc.



**Ma vie est l'histoire d'un inconscient qui
a accompli sa réalisation. (C. Jung, *Ma vie*^[212])**

« Le mythe est le degré intermédiaire inévitable et indispensable entre l'inconscient et la connaissance consciente », dit-il dans son autobiographie^[213]. C'est au moyen du mythe et de la science que l'homme, au cours de son histoire, a tenté de connaître le monde et lui-même. Pour être rigoureuse, la science ne doit se fier qu'aux informations apparentes (superficielles) que les sens lui apportent de la réalité extérieure. Le mythe, quant à lui, pénètre dans le clair-obscur de l'inconscient. Comme dans le rêve, il en rapporte, sous forme de contes et de légendes, les échos de la vie mystérieuse et fascinante qui se joue dans les profondeurs de la psyché. Nos rêves sont symboliques et souvent de nature mythologique : ils nous apportent des échos quotidiens de nos activités inconscientes.

Pour acquérir la connaissance, le mythe n'est pas, quoiqu'on puisse en penser, un moyen inférieur à la science, mais différent. Fabuler est une activité nécessaire, au moins utile, dans l'économie de la vie humaine. Selon Jung, elle constitue « pour le cœur et la sensibilité une activité salutaire : elle confère à l'existence un éclat auquel on ne voudrait pas renoncer^[214] ». Et, ajoute-t-il encore, « plus nous sommes aptes à rendre conscient ce qui est inconscient et ce qui est mythe, plus est grande la quantité de vie que nous intégrons^[215] ».

Jung s'est toujours intéressé à l'étude des rêves et aux créations artistiques ou artisanales comme à autant d'expressions de l'inconscient. Il les a souvent utilisés pour se mieux connaître lui-même et comme instruments thérapeutiques pour aider ses patients : modelage, dessin de rêves ou de mandalas. Ce savant a également étudié l'alchimie, dans laquelle il voyait l'effort déployé par l'homme pour projeter dans les symboles de la matière sa quête spirituelle, le Grand Œuvre (Magnum Opus) qui symbolise la réalisation de soi. Quant au Tarot, sur lequel il n'a pas fait d'étude spécifique, il en a parlé comme des « rejets des archétypes de la Transformation^[216] ».



Le Monde^[217]

Il a beaucoup insisté sur le symbole du Mandala, image dont la structure essentielle consiste à inscrire un carré dans un cercle et qu'il appelle, pour cela, la quadrature du cercle, ou mieux « une quadripartition du cercle ». La projection d'un Mandala sous la forme d'un dessin ainsi structuré se manifeste souvent dans les rêves et signifie, selon lui, un besoin pressant de se connaître pour s'unifier, pour s'individualiser. Dessiner un Mandala peut être également

thérapeutique. Jung en a lui-même dessiné plusieurs au cours de ses recherches.



Un Mandala tibétain^[218]

Aussi, le rattachement des images du Tarot aux archétypes et à la projection du Mandala comme symbole du Soi, n'est pas sans fondement pour suggérer un Jeu du Moi et du Soi^[219] comme instrument thérapeutique de guérison de l'âme tout comme l'analyse des rêves au cours d'une thérapie psychologique. Ce projet pourrait être fondé sur l'analyse jungienne du mythe, du symbole et de l'inconscient.

Il intéressera le lecteur de savoir que Jung a fait lui-même un rêve curieux portant sur le Mandala. Voici le récit qu'il en a fait dans son autobiographie^[220].

Le problème des relations entre « l'homme intemporel », le Soi, et l'homme terrestre dans le temps et l'espace soulève les questions les plus difficiles. Deux rêves sont venus les éclairer.

Dans un rêve que j'eus en octobre 1958, j'aperçus de chez moi deux disques de métal brillant en forme de lentilles ; ils filaient vers le lac, au-dessus de la maison en décrivant un arc de faible rayon. C'étaient deux U.F.O. (Unidentified Flying Objects = soucoupes volantes). Puis, un autre corps sembla se diriger directement vers moi. C'était une lentille circulaire, comme l'objectif d'un télescope. À une distance de quatre à cinq cents mètres environ, l'objet s'immobilisa un instant, puis fila au loin. Immédiatement après, un autre corps arriva en traversant les airs : une lentille d'objectif avec un prolongement métallique aboutissant à une boîte, sorte de lanterne magique. À soixante ou soixante-dix mètres, il s'arrêta dans l'air et me visa. Je me réveillai, en proie à un sentiment d'étonnement. Encore à moitié dans mon rêve, une idée me traversa l'esprit : « Nous croyons toujours que les

U.F.O. seraient nos projections, or il semble bien que c'est nous qui sommes les leurs. La lanterne magique me projette sous la forme de C. G. Jung, mais qui manipule l'appareil ? »

J'avais déjà rêvé une fois à propos du problème des relations entre le Soi et le moi. Dans ce rêve d'autrefois, je me trouvais en excursion sur une petite route ; je traversais un site vallonné, le soleil brillait et j'avais sous les yeux, tout autour de moi, un vaste panorama. Puis, j'arrivai près d'une petite chapelle, au bord de la route. La porte était entrebâillée et j'entrai. À mon grand étonnement, il n'y avait ni statue de la Vierge, ni crucifix sur l'autel, mais simplement un arrangement floral magnifique. Devant l'autel, sur le sol, je vis, tourné vers moi, un yogi dans la position du lotus, profondément recueilli. En le regardant de plus près, je vis qu'il avait mon visage ; j'en fus stupéfait et effrayé et je me réveillai en pensant : « Ah ! par exemple ! Voilà celui qui me médite. Il a un rêve, et ce rêve c'est moi. » Je savais qu'à son réveil, je n'existerais plus.

J'eus ce rêve après ma maladie en 1944. C'est une parabole : mon Soi entre en méditation, pour ainsi dire comme un yogi, et médite sur ma forme terrestre. On pourrait dire aussi : il prend la forme humaine pour venir dans l'existence à trois dimensions, comme quelqu'un revêt un costume de plongeur pour se jeter dans la mer. Le Soi renonçant à l'existence dans l'au-delà assume une attitude religieuse, ainsi que l'indique aussi la chapelle dans l'image du rêve ; dans sa forme terrestre, il peut faire les expériences du monde à trois dimensions et par une conscience accrue, progresser vers sa réalisation.

Le personnage du yogi représenterait, en quelque sorte, ma totalité prénatale inconsciente et l'Orient lointain – comme il

arrive souvent dans les rêves – un état psychique opposé à la conscience et qui nous est étranger. Comme la lanterne magique, la méditation du yogi « projette » aussi ma réalité empirique. En général, nous saisissons ce rapport causal en sens inverse : nous découvrons dans les productions de l'inconscient des symboles de mandalas, c'est-à-dire des figures circulaires ou des quaternités exprimant la totalité, et, quand nous avons à exprimer la totalité, nous utilisons précisément de telles figures. [...]

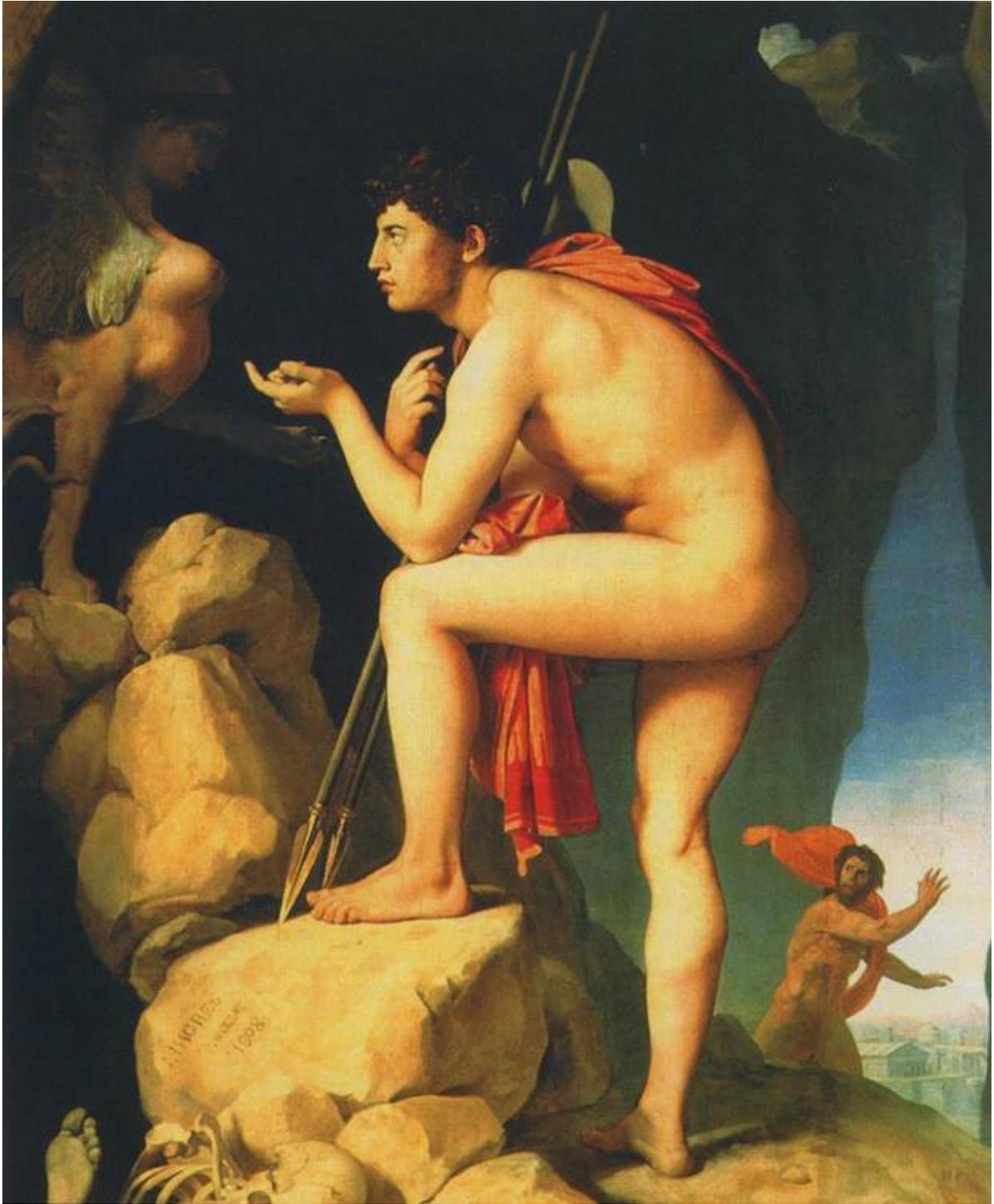
Les deux rêves tendent au renversement total des rapports entre la conscience du moi et l'inconscient, pour faire de l'inconscient, le créateur de la personne empirique. Le renversement indique que, de l'avis de « l'autre côté de nous », notre existence inconsciente est l'existence réelle et que notre monde conscient est une espèce d'illusion ou une réalité apparente fabriquée en vue d'un certain but, un peu comme un rêve qui, lui aussi, semble être la réalité tant qu'on s'y trouve plongé. Il est clair que cette vue des choses a beaucoup de ressemblance avec la conception du monde oriental, dans la mesure où celle-ci croit à la Maya^[221].

Le symbole du Mandala préfigure, dans les rêves, la réalisation de soi, but de l'individuation. C'est le terme d'une longue recherche personnelle pour connaître le monde et soi-même. Et cette quête de la connaissance que chacun poursuit depuis sa naissance, est représentée symboliquement dans différents contes et légendes des peuples.

Le récit mythologique qui rapporte l'histoire d'Œdipe illustre bien cette recherche acharnée de la connaissance de soi. Elle dévoile une vérité inattendue, souvent non désirée, qui correspond peu à nos propres représentations. Ce mythe est en relation étroite avec l'éveil de la conscience. Il intéresse

notre sujet d'autant plus qu'il fait état des deux modes de connaissance humaine : la divination ou intuition (l'oracle de Delphes) et le discours rationnel (la question énigmatique du Sphinx). En fait, nous avons ici affaire à un double mythe : celui du Sphinx qui terrorisait la ville de Thèbes, et celui d'Œdipe qui l'en délivra.

À l'époque où il était associé aux travaux de Freud, Jung connaissait le fameux complexe d'Œdipe élaboré par le Maître de Vienne pour expliquer l'éveil de la sexualité chez l'enfant. C'est Jung lui-même qui proposa à Freud le terme « complexe » pour désigner cette situation psychique. Cette expression acquit par la suite une telle diffusion et une telle vulgarisation tant en Europe qu'en Amérique qu'elle passa dans le langage populaire.



Ingres. Œdipe et le Sphinx (Musée du Louvre)

Voici donc ce mythe, vu dans la perspective d'une connaissance de soi en profondeur selon la pensée du grand sage que fut le fondateur de la psychologie analytique. Le Sphinx est le symbole synthétique des quatre aspects de l'homme représentés par les quatre animaux de l'Apocalypse : Lion, Taureau, Aigle et Ange. Ceux-ci symbolisent à leur tour les quatre éléments, qui selon les Anciens Alchimistes, formaient toutes les choses, l'homme inclus : le Feu (Lion), la Terre (Taureau), l'Air (Aigle) et l'Eau (Ange). Ces symboles font partie du langage alchimique, astrologique et tarotique. Nous avons ici un exemple de la « plurivocité » des symboles qui n'épuise jamais leur sens multiple profond.

Pour résoudre l'énigme du Sphinx, il faut, comme Œdipe, répondre à la question que le monstre posait aux habitants de Thèbes : quel est l'animal qui, le matin, marche sur quatre pieds, sur deux à midi et sur trois le soir. C'est le résumé symbolique de l'évolution de l'homme. Le Sphinx semait la terreur dans la ville en faisant périr ceux qui ignoraient la réponse (qui ne se connaissaient pas !). À la demande des habitants de Thèbes, Œdipe se présenta devant le Sphinx pour le confondre : L'Homme, dit-il, est cet animal qui se traîne sur quatre pieds pendant l'enfance, qui marche sur deux à sa maturité et qui s'appuie sur un bâton au soir de sa vie. Vaincu par cette réponse, le monstre disparut en se précipitant dans la mer (s'évanouit dans le néant). Œdipe délivra ainsi la ville de Thèbes de l'ignorance, devint roi et épousa la reine Jocaste, femme du roi défunt Laïos.

Le symbolisme du Sphinx est ici intéressant : il représente l'Homme dont le mystère menaçant pour l'individu ignorant, est assimilé au monstre qui pose la question. La réponse

d'Œdipe révèle ce mystère de l'Homme, en conséquence le Sphinx disparaît.

Avant son arrivée à Thèbes, Œdipe s'était rendu à Delphes pour consulter l'oracle qui avait prédit qu'il tuerait son père et épouserait sa mère. Ne voulant pas devenir parricide, Œdipe ne retourna pas à Corinthe où régnait Polybe, son père. Mais Œdipe ignorait que ce dernier n'était, en réalité, que son père adoptif. En chemin, il rencontre un étranger qui refuse de lui céder la route et l'insulte. Une vive dispute s'ensuit au cours de laquelle Œdipe tue l'étranger qui, en fait, se trouve être son vrai père, Laïos, roi de Thèbes. Ce dernier, avait fait exposer son fils à sa naissance pour le faire périr, afin de n'être pas tué par lui, comme l'avait annoncé l'oracle. Mais le serviteur, chargé de cette triste besogne, ému de pitié pour le fils du roi, le confia à un berger du roi de Corinthe, qui le remit à son maître. C'est ainsi que Polybe, qui n'avait pas d'enfant, adopta Œdipe.

Les mythes comme les rêves sont pleins de symboles. Voici une interprétation psychologique de cette légende tragique : elle renferme un enseignement riche et profond sur la relation entre conscient et inconscient. Pour résoudre l'énigme du Sphinx, symbole du mystère de l'homme, Œdipe doit tuer son père qu'il ne connaît pas (son inconscient) et épouser sa mère (l'anima, son archétype féminin). Enivré et infatué par son accession à la royauté, Œdipe devint arrogant, mais lorsqu'il apprit la vérité de la bouche du devin Tirésias (archétype du Vieux sage), il quitta sa superbe (inflation psychique) et devint cet humble pèlerin recherchant l'aide des dieux (le Soi). Son voyage, en compagnie de sa fille Antigone (autre figure de son anima), se termine à Athènes où, devant le roi Thésée (autre symbole du Vieux Sage), il est enlevé vers l'Olympe (autre

symbole du Soi). Précisons davantage le symbolisme intéressant de cette légende. Le suicide de Jocaste à la suite de la révélation de la véritable identité d'Œdipe symbolise la « mort » de l'anima, comme personnage autonome, et son intégration au Moi conscient : elle sera désormais représentée par Antigone au service de son père. La cécité d'Œdipe (il s'est crevé les yeux avec la fibule de Jocaste) symbolise l'accès du Moi à une conscience supérieure (intuition). Œdipe, le vieil homme qui fuit Thèbes peut être figuré par les trois Arcanes du Tarot : l'Hermitte, le Pendu ou le Mat (Fou), qui symbolisent et expriment la recherche de Soi.

Ce mythe, issu de l'inconscient collectif, nous enseigne l'accession de l'Homme à une conscience de plus en plus élargie et de plus en plus lumineuse. Les trois exemples que je viens de citer nous montrent que les images du Tarot, comme symboles de la vie inconsciente, s'apparentent à celles du rêve que Freud appelait « la voie royale vers l'inconscient ». Les rêves^[222] et les cartes du Tarot nous offrent donc deux langages symboliques par lesquels l'inconscient peut dialoguer avec le Moi. Ces deux voies conduisent à la connaissance de Soi. Encore faut-il savoir interpréter leurs messages thérapeutiques. Les tests projectifs, la méditation sur les cartes du Tarot ou l'analyse des rêves peuvent être avantageusement utilisés pour comprendre « qui nous sommes » et trouver un sens à notre vie. « Ce sont les couches profondes et intimes de l'âme qui deviennent actives et portent leurs fruits, lorsqu'on médite sur les Arcanes du Tarot^[223] ».

Synchronicité

C'est en vertu du phénomène de synchronicité que l'étalement des cartes du Tarot et l'analyse des images oniriques, vont exprimer l'état psychique du joueur, car la synchronicité révèle un ordre qui existe dans l'inconscient au-delà de l'ordre logique du conscient.

C'est Carl Gustav Jung, psychiatre, et Wolfgang Pauli, physicien qui, en leur domaine respectif, ont découvert et expliqué par une relation dite a-causale, la coïncidence significative de deux phénomènes se produisant simultanément. L'étude qu'ils ont publiée ensemble sur ce sujet porte le titre suivant : « La synchronicité comme principe d'enchaînement a-causal ». Auparavant, Jung avait étudié le Yi-King^[224] chinois et en avait pratiqué « la technique en rapportant l'un à l'autre les 'oracles' qui en résultaient comme en un jeu de questions et de réponses. Il en advint, écrit-il, toutes sortes d'indéniables et remarquables résultats, des relations pleines de sens avec mes propres pensées – et que je ne pouvais m'expliquer^[225] ». C'était une première expérience de « synchronicité » qu'il a vécue, avant d'y attribuer ce terme. La technique du Yi-King utilise des tiges d'achillée (Jung se servait de bouts de roseau) qu'on laisse tomber d'une certaine manière, comme le Tarot utilise la disposition des cartes qu'on aura mélangées au préalable.

Jung rapporte dans son autobiographie, un exemple très significatif de ce phénomène. Lors d'une entrevue, une de ses patientes, qui refusait de prêter foi aux messages oniriques qu'elle recevait, lui raconta néanmoins un rêve qu'elle avait fait la veille au cours duquel on lui remettait un scarabée en or. Au même instant, Jung, le dos appuyé contre la fenêtre de son bureau, entend un bruit feutré dans la vitre. Il aperçoit un insecte qui essaie d'entrer à l'intérieur. Ouvrant alors la

fenêtre, il saisit l'insecte au vol. C'était une cétoine dorée, sorte de scarabée de jardin, qu'on rencontre pourtant très rarement à cette époque de l'année. Cette coïncidence frappa la patiente à tel point que, par la suite, elle s'intéressa davantage à ses rêves et put ainsi résoudre plus facilement ses problèmes personnels.

Aucune explication logique ne peut rendre compte de cet événement, car il est impossible d'établir un lien de causalité entre le rêve du scarabée en or et la présence de la cétoine dorée à la fenêtre, qui vient pourtant souligner l'importance du rêve que la patiente était en train de raconter. C'est de là qu'on déduit la relation significative entre ces deux événements. C'est un phénomène analogue qui se produit lorsque, dans l'étalement des cartes du Tarot sous la forme d'un Mandala, on voit projeté devant soi son propre état psychologique, son panorama intérieur. Tout se passe comme si l'inconscient du joueur utilisait les cartes comme un langage par lequel il adresse un message au Moi conscient et comme un support à une interprétation. Ces deux événements synchronisés : étalement des cartes et situation psychique du consultant, obéissent à un ordre de correspondance existant dans l'inconscient et non à un ordre logique du conscient.

Les images du Tarot^[226] illustrent un ensemble de situations ou d'actions de la vie humaine. Dans la cartomancie, l'inconscient utilise donc la disposition des images pour dialoguer avec le Moi conscient du consultant. Encore faut-il que ce dernier se mette à son écoute, participe activement à ce dialogue et en garde le contrôle.

De même que les messages des rêves se manifestent lorsque le sujet est dans un état de conscience altéré, c'est-à-dire dans l'état de sommeil, de même les messages du Tarot arriveront à

la conscience du consultant s'il se met à l'écoute de son inconscient, par un certain recueillement, le silence de son esprit critique (dans une transe légère ou l'état alpha) et une réceptivité respectueuse du langage symbolique des Arcanes. C'est dans ces dispositions psychologiques que chacun pourra « deviner » son propre état intérieur et inconscient en se livrant au Jeu du Moi et du Soi. Mais il y a des situations ou des moments privilégiés qui peuvent favoriser de meilleurs résultats dans une méditation sur les Tarots : ceux qui dérangent notre décours quotidien. En voici quelques exemples : après un deuil, à la suite d'une déception, au cours d'une maladie prolongée, à la suite d'un rêve surprenant, pour comprendre un rêve récurrent, après une humiliation publique, après une rebuffade inattendue de la part d'un proche, devant un malaise inexplicable, lorsqu'on se sent plus euphorique que d'ordinaire, lorsqu'on se prend à porter des jugements négatifs sur les gens, lorsqu'on sent de la méfiance de la part des collègues de travail, etc.

Comment se prendre à son propre jeu

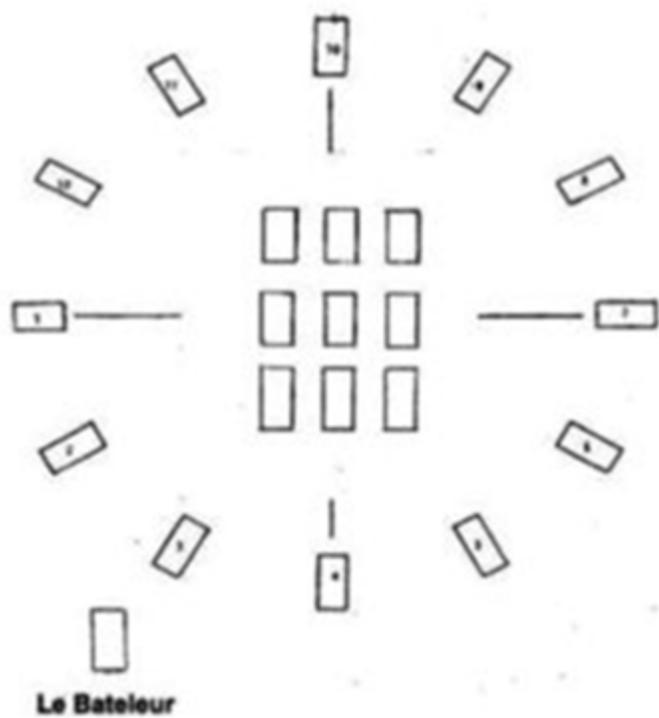
Dans ce Jeu du Moi et du Soi, le « joueur » peut utiliser son imagination et sa créativité pour projeter son « image intérieure » sous la forme d'un Mandala personnel en disposant les cartes en cercle avec un carré à l'intérieur du cercle. Au cours de ses méditations sur cette projection, il pourra y observer la transformation progressive de sa personnalité et un accord de plus en plus profond entre son Moi conscient et son inconscient, condition indispensable à son individuation, à l'unification de son « être multiple ». Pour ce faire, il devra donc, parallèlement à ses méditations, se

livrer à un travail sérieux sur lui-même pour découvrir sa véritable nature sous ses trois aspects : corps, âme et esprit ; assumer son entière responsabilité dans l'exercice de son libre arbitre pour les choix de ses actions et la recherche du sens de sa vie. Dans l'éclairage qu'apporte l'enseignement de Seth, il prendra conscience qu'il crée sa santé physique (corps), ses émotions (âme), ses pensées et ses croyances (esprit), et qu'il ne doit pas s'identifier à ses propres productions. Son être est donc différent de ses actions quelles qu'elles soient ; s'il n'en est pas conscient, il ne pourra jamais modifier ses comportements et accéder à son vrai Moi.

Procédure suggérée

Après avoir extrait du paquet de cartes l'Arcane du Bateleur qui le représente, le joueur se recueille et se détend quelques instants, puis brasse les autres Arcanes majeurs du Tarot pour les mélanger. Il place ensuite sur la table la carte du Bateleur à l'endroit désigné c'est-à-dire en bas à sa gauche comme l'indique le diagramme présenté ci-après, puis étale, selon l'ordre des maisons astrologiques, les autres cartes en commençant par le cercle extérieur, pour terminer par le carré à l'intérieur du cercle. Il a ainsi formé un Mandala dans lequel il pourra voir une projection de son environnement intérieur ou de son histoire psycho-spirituelle. Mais le procédé n'est pas magique. L'authenticité de ce paysage psychique dépend de l'ouverture qu'il montrera aux messages de son inconscient, de sa détermination à se mieux connaître et de sa persévérance à utiliser ce moyen thérapeutique pour le faire. Plusieurs essais peuvent s'avérer nécessaires au début, avant que des révélations commencent à se manifester.

**DIAGRAMME
POUR
LE JEU DU MOI ET DU SOI**



DEUXIÈME PARTIE

Retour chez Soi ou la ressouvenance

Introduction

[...] l'homme devrait disposer d'un mythe de la mort, car la « raison » ne lui offre rien que la fosse obscure, dans laquelle il est sur le point d'entrer ; le mythe pourrait mettre sous ses yeux d'autres images, des images secourables et enrichissantes de la vie au pays des morts. (Carl G. Jung, Ma vie)

Les chapitres qui suivent ont été écrits dans la perspective de créer ce mythe de la mort aux images secourables et enrichissantes dont parle Jung dans le texte ci-dessus.

Le monde vivant et merveilleux qui se révèle au trépassé devrait annihiler le tabou de la mort si ancré dans notre inconscient collectif (chapitre 7).

Sortie de l'environnement spatio-temporel de sa vie physique, l'âme fait l'expérience du présent intemporel où elle prend conscience de tout ce qu'elle a appris au cours de ses nombreuses vies antérieures dans le temps (chapitre 8).

Dans la vie éternelle, l'âme comprend que commencement et fin sont deux aspects d'une même réalité : elle a toujours existé parce qu'elle est en Dieu dont elle exprime une parcelle d'existence en créant elle-même son environnement (chapitre 9).

Puis, dans le présent intemporel, elle apprend qu'elle est une entité, un esprit qui existe et s'exprime dans une

multitude de personnalités simultanées, chacune jouant un rôle différent selon l'exercice de sa créativité (chapitre 10).

Dans ce monde des esprits, elle pourra se manifester sur le plan physique par la télépathie avec des âmes encore incarnées (chapitre 11).

Entre deux incarnations, elle pourra expérimenter d'autres formes de vie, étudier les lois de l'univers, ou seconder des humains qui continuent la mission qu'elle avait entreprise sur terre (chapitre 12).

Enfin, son besoin de connaître le Créateur continuera à stimuler sa curiosité et la poussera à une quête éternelle de cet Être infini et objectivement inconnaissable dont elle fait partie (Chapitre 13).

CHAPITRE 7

Le tabou de la mort

La mort de l'individu n'est pas une rupture de contact, mais un simple retrait. Le cadavre est comme une empreinte de pas ou un écho – la trace d'une chose que le Moi a cessé de faire. Alan Watts, Le livre de la Sagesse, p. 79.

Dans notre société aseptisée et superficielle, la mort est devenue, plus qu'ailleurs, un sujet tabou. Elle est le « grand épouvantail^[227] ». Soit qu'on embaume et embellit le corps décédé pour retarder sa déchéance qui irriterait par trop notre sensibilité, soit qu'on supprime plus radicalement sa forme physique par la crémation. Dernière tentative pour camoufler la réalité d'un départ vers ce domaine inconnu qu'on appelle le « pays des morts ». Comme l'on tient beaucoup à la forme que l'on revêt en cette vie, c'est-à-dire au corps physique, on n'ose pas regarder en face la dépouille en voie de décomposition qui nous a permis de vivre une expérience inédite dans les trois dimensions. Mais le conducteur n'est pas le véhicule, la personnalité n'est pas le corps ! Une image me vient à l'esprit, celle du Jugement dernier que Michel-Ange a peint sur le mur au-dessus de l'autel de la chapelle Sixtine : aux pieds du Christ glorieux, l'Apôtre Barthélémy, plein de vie, tient d'une main sa

dépouille, telle une vulgaire guenille, sur laquelle le peintre a dessiné son effigie : façon originale de proclamer sa croyance en la survie !



Ce que nous appelons la mort, est un changement d'état qui fait partie intégrante du processus de la vie. La chenille meurt-elle lorsque, dans son cocon inerte en apparence, elle devient papillon ? Cette nouvelle forme qu'elle revêt va lui permettre, au lieu de ramper au ras du sol, de voler dans l'air et d'aller butiner au loin les fleurs odorantes des champs et des jardins. Là aussi, l'enveloppe qu'elle a quittée pour s'envoler, n'est pas son être de papillon, mais une coque devenue inutile et sans vie. Merveilleux symbole de l'âme qui s'échappe de la matière !



Cette séparation de l'âme du corps physique, nous l'expérimentons pourtant toutes les nuits lorsque nous tombons dans les bras de Morphée. Au cours du sommeil, nous voyageons dans d'autres dimensions où notre être global, notre entité, existe et agit en pleine liberté et créativité. Font de même ceux qui expérimentent spontanément ou volontairement la sortie du corps, lors d'un voyage astral ou d'une mort clinique. Les rêves dont nous retenons quelques souvenirs ne sont que des approximations, très modifiées par notre conscience physique, de ce que nous avons vécu pendant cette phase onirique de notre existence.

Durant la vie physique, nous passons d'un état de conscience à l'autre (éveil – sommeil), puis revenons, au réveil, à cet état tridimensionnel qui nous sert à accumuler de nouvelles expériences pour élargir notre conscience. Mais à la fin de cette existence terrestre, au moment de ce qu'on appelle la « mort », il n'y a plus de retour possible à la vie physique dans ce corps défunt. L'âme a définitivement franchi la Grande Porte pour rentrer dans son vrai chez soi. Il lui revient alors d'évaluer et de décider si elle a encore

besoin d'apprendre d'autres leçons dans une future vie physique.

Ce « Retour chez Soi » se produit instantanément de façon agréable, si on s'y est préparé, ou dans un sentiment étrange de crainte et d'angoisse, si on ne s'en est peu ou pas préoccupé pendant notre bref séjour terrestre. Certaines âmes, à cause du nouveau corps qu'elles possèdent alors, et qu'elles utilisent spontanément, ne réalisent pas tout de suite qu'elles ont quitté la réalité physique et se croient toujours ici-bas : opinion erronée qu'elles peuvent garder pendant des centaines d'années terrestres. Mais « un jour », voulant savoir ce qu'il en est de sa nouvelle existence, chacune se pose la vraie question : suis-je trépassée ? Elle reçoit alors la réponse désirée qui la délivre de son erreur, tout en se rendant compte qu'elle a un corps de nature spirituelle qui ressemble en tous points à la forme physique qu'elle avait sur terre : c'est qu'elle a toujours possédé cette forme qui se cachait dans son enveloppe matérielle pour animer celle-ci.

Si la naissance ici-bas est douloureuse, le retour à la « Maison du Père » est, en général, joyeux ou, à tout le moins, non traumatisant. Un comité d'accueil formé la plupart du temps de parents et d'amis décédés ajoute encore un effet de surprise. Les grands malades et ceux qui étaient affligés de maux divers, expérimentent un état de bien-être ineffable : c'est la guérison ultime et totale. Ceux qui sont victimes d'accidents graves (route, avion, naufrage, incendie...), à cause de leur arrivée brusque et soudaine au « Paradis », se demandent où ils se trouvent et croient rêver, car ils se voient eux aussi entourés de parents et d'amis

décédés. Les âmes trop attachées à leur vie charnelle retournent avec obstination à leur dernière résidence, mais en reviennent toujours déçues de ne pouvoir communiquer avec les leurs. Elles se rendent enfin aux propos de leurs guides qui tentent de les convaincre qu'elles sont « mortes ».

Car le grand agent qui régit nos états d'âme et nos actions en ce lieu, c'est notre conscience qui, enrichie de toutes les idées, les pensées et les opinions, les sentiments et les émotions que nous avons expérimentés sur la Terre, crée, par projection, notre nouveau corps et son propre environnement. Ces images familières, formées à partir de toutes les expériences terrestres qu'elle a vécues, permettent à l'âme de se repérer dans ce nouveau domaine et de l'appriivoiser. Mais celle-ci n'est jamais seule (à moins qu'elle refuse tout contact social), car des esprits bienveillants (des guides ou des amis décédés) se présentent pour l'aider à mieux comprendre son nouvel état et les lois qui vont régir désormais ses progrès et son évolution.

Mais cet environnement qu'elle crée selon ses croyances, n'est pas définitif, même celui d'un ciel stéréotypé ou d'un enfer brûlant. Cependant, elle rejette plus vite l'image de l'enfer que celle du ciel, et pour cause ! Alors, le désir d'en savoir plus sur ce nouvel état de vie, attire des esprits-guides qui ont pour tâche de l'aider à progresser dans son environnement spirituel qui se modifie selon l'accroissement de sa compréhension. Elle rejoint bientôt le groupe avec lequel elle se reconnaît certaines affinités : elle y retrouve d'autres âmes qu'elle a connues dans plusieurs expériences terrestres et avec lesquelles elle continuera d'évoluer dans de nouvelles aventures.

Ainsi libérée de son corps physique, l'âme garde toute sa liberté d'action et sa responsabilité personnelle. Nul ne s'imposera à ses vœux, si ce n'est elle-même par les actes négatifs qu'elle aura posés à l'encontre de sa nature spirituelle, retenant ou retardant par là même son élan vers une vie plus heureuse. Il lui restera toujours la possibilité de désirer qu'on l'aide à progresser : ce qui lui sera facilité si, dans son expérience terrestre, elle a su s'ouvrir aux autres et participer à quelque œuvre commune. Dans le domaine de l'esprit, la communication télépathique est vitale comme la respiration dans l'atmosphère terrestre : les âmes de même famille forment ensemble leur propre environnement qui leur permet d'échanger et de s'aider mutuellement.

Il faut donc regarder l'autre face de la mort, et non plus se concentrer uniquement et obstinément sur la disparition ici-bas de l'être cher, son absence et le deuil qui accablent ceux qui restent, mais prendre plutôt conscience de sa résurrection et de sa vitalité accrue après sa transition du plan terrestre à celui de l'esprit. Ne faut-il pas considérer l'expérience personnelle du défunt lui-même plutôt que nos réactions émotives qui sont souvent liées à un profond égoïsme de notre part ? On se désole et on pleure parce qu'on a subi une perte.

Ne devrait-on pas plutôt changer ces pleurs de peine et de tristesse en pleurs d'allégresse parce que celui ou celle qui a disparu physiquement a obtenu une promotion : un corps plus parfait et un accueil chaleureux dans une existence plus merveilleuse comme semblaient l'exprimer les

personnages pleins de vie qui reposaient sur les tombeaux étrusques ?



Tombeau étrusque (Louvre)

CHAPITRE 8

Temps et éternité

Voilà deux notions bien différentes et qui, à première vue, paraissent s'opposer. En réalité, elles sont complémentaires. Dans notre mode de pensée linéaire, ces concepts nous permettent, par leur confrontation, d'approcher l'idée du Présent intemporel. Ce sont toutefois des expériences personnelles, vécues au-delà du temps, qui entraînent la conviction. Mais l'éternité déborde notre saisie fragmentée de la réalité et ne peut être enfermée dans un concept qui pourrait satisfaire notre intellect. Sur le plan rationnel, on ne peut l'approcher que par des approximations ou des affirmations négatives, telles que : l'éternité ne comporte pas de succession, les événements y sont simultanés, elle est infinie, etc. Mais qu'est-ce que l'infini ? Qu'est-ce qu'une saisie globale de la réalité sans énumération des objets, sans révision des composants par notre esprit analytique ? Seule l'intuition peut l'approcher efficacement, bien que cette faculté soit toujours quelque peu suspecte aux yeux de la raison « raisonnante ».

Le temps mesure la durée d'une action, d'un événement ou d'une réflexion. Il se conforme à un étalon chronologique appelé horloge, que celle-ci soit à ressort, à poids ou atomique. On sait, depuis Einstein et la relativité, que cet

étalon varie d'un individu à l'autre, d'un objet à l'autre, selon la vitesse relative de leur déplacement. Des observations astronomiques sur la courbure de l'espace l'ont mesurée et démontrée, prouvant ainsi la théorie de la relativité. On en a déduit qu'un astronaute voyageant à la vitesse de la lumière vers l'étoile Proxima du Centaure (la plus proche de la terre), aurait, à son retour, à peine vieilli, alors que ceux qu'il retrouverait sur terre auraient vécu 8,4 années de plus depuis son départ. Est-ce à dire que vivre à la vitesse de la lumière ou plus vite nous situerait dans le Présent intemporel ? C'est ce que semblent insinuer des communications médiumniques, au cours desquelles les entités affirment qu'elles doivent abaisser leurs vibrations pour s'adapter à celles du médium et qu'elles doivent toujours se focaliser sur sa vie tridimensionnelle actuelle, alors que c'est le complexe entier de toutes leurs vies qui leur apparaît. Il en est de même dans les expériences de transcommunication^[228] (communications d'entités par le truchement d'un magnétophone) : les messages enregistrés à partir d'une fréquence radio, doivent être décryptés en abaissant la vitesse de l'enregistrement dont le débit est trop rapide pour une saisie auditive.

À la vitesse de la lumière, la matière se transforme en énergie selon la fameuse formule d'Einstein : $E=mc^2$. En tant qu'être de lumière, notre âme, dans sa conscience extratemporelle, se situe déjà dans l'éternité (Présent intemporel ou permanent). On comprend alors que ceux qui ont fait une expérience près de la mort puissent avoir vécu une séquence d'événements très longue, alors que, selon nos mesures du temps, leur coma n'a duré que quelques

secondes. Une autre expérience, onirique celle-là, a été racontée par Alfred Maury^[229], un pionnier de la recherche sur les rêves : il se voyait arrêté pendant la Révolution française, traduit devant le Tribunal révolutionnaire, jugé, condamné et exécuté à la guillotine pour sentir enfin sa tête se détacher de son tronc. Toute cette fantasmagorie onirique s'est déroulée dans l'instant même où la flèche de son lit lui tomba sur la nuque. S'ils ne nous renseignent pas sur la nature de l'éternité, ces exemples ont du moins le mérite de nous faire comprendre la relativité du temps.

Mais ce qui peut nous donner un meilleur aperçu du Présent intemporel (ou de l'éternité), ce sont les moments pendant lesquels nous « perdons » la notion du temps, par exemple, en écoutant une musique qui nous enchante ; en regardant un film où l'intensité des sentiments et des émotions des acteurs nous saisissent au point que nous nous identifions au héros ou à l'héroïne (rien d'autre, alors, n'occupe le champ de notre conscience) ; ou encore au cours de rêveries dans lesquelles s'estompe l'écoulement du temps : des moments d'extase (extase signifie se tenir en dehors) pendant lesquels nous sommes ailleurs ! À la fin d'une conversation animée et fort intéressante, ne vous est-il pas arrivé de dire : On n'a pas vu le temps passer ? C'est le « temps psychologique » caractérisé par l'intensité d'un état émotionnel et non par la succession de ses étapes : début, manifestation et fin. La plupart du temps, nous expérimentons ces états psychologiques sans les rechercher : ils se présentent et nous les vivons. Mais, vivre dans le moment présent « volontairement » est également possible, et comporte de grands avantages pour la santé physique et

psychologique. C'est qu'alors, les affects négatifs, enracinés dans le passé et accompagnant toujours nos actions et nos préoccupations conscientes, sont oubliés, laissant à l'esprit toute sa liberté qu'exprime le bien-être du corps. L'âme peut retrouver ainsi son état de grâce naturelle. Nous sommes doués de sens internes pour ce faire.

Les événements passés ou futurs de notre vie présente ou d'une vie antérieure (ou même d'une vie future), toujours vivaces et actifs, témoignent, à leurs façons, du Présent intemporel. Car lorsque nous « ressassons nos souvenirs », nous changeons nécessairement de niveau de conscience et plongeons alors dans le Présent intemporel où toutes nos actions présentes, passées et même futures sont « contemporaines ». Nous faisons alors appel à nos sens internes qui nous permettent de « court-circuiter » notre conscience physique limitée et d'y avoir accès. C'est le cas dans les distractions (absent-mindedness). Toutes les actions de chaque individu, affirme Cayce, sont des énergies enregistrées sur « l'écran de la lumière dans le temps et l'espace » et restent actives dans la vie d'une entité (Lecture 487-17). Nos souvenirs ne sont donc pas de simples images, tels des clichés, mais des actions mêmes ou des événements que vit notre entité globale dans la simultanéité du Présent intemporel. Le fait de s'en souvenir est un plongeon dans une autre dimension et un « voyage au-delà du temps ».

Socrate « accouchait » les esprits de ses disciples en leur faisant se ressouvenir de ce qu'ils avaient appris dans leurs vies antérieures. Certains rescapés de la mort, affirment que, dans leur coma, ils avaient alors reçu toutes les

réponses à leurs problèmes existentiels, ajoutant qu'ils connaissaient déjà toutes ces réponses, mais qu'ils les avaient oubliées ! Dans cet état hors du corps et en dehors du temps, ils s'étaient instantanément ressouvenus de ce savoir et avaient constaté que tout avait un sens, même les épreuves les plus incompréhensibles et les événements les plus douloureux de leur vie. Quelqu'un a conclu ainsi son voyage dans l'au-delà : « L'expérience a duré cinq minutes ou cinq heures », affirmant ainsi, la vanité du temps.

CHAPITRE 9

Vie éternelle ou permanence de l'âme

Ce qui se passe après la mort est si indiciblement glorieux que notre imagination et nos sentiments ne suffisent pas à nous en donner une représentation même approximative [...] La dissolution de notre forme temporelle transitoire ne nous dépossède pas de notre conscience. (Carl G. Jung, Lettres, vol.1^[230]).

On peut discuter longtemps de la survie ou du néant après la mort. Mais, sous ce discours rationnel où souvent l'on tourne en rond, subsiste le sentiment « viscéral » de la continuité et de la permanence de « mon existence ». C'est que l'intuition en sait plus que la raison, car elle puise ses connaissances dans son réservoir inconscient, alors que la raison ne peut se fier qu'à ce que lui présente son expérience tridimensionnelle extérieure. Cette vue limitée de la réalité c'est, pourrait-on dire, le karma de la science humaine ! Il doit être changé, par l'usage de nos sens internes, pour obtenir une approche plus globale et plus exacte de la réalité.

Les âmes, nous disent les désincarnés, ont toutes été créées dès le commencement. Mais, de quel commencement s'agit-il ? Celui de la création, direz-vous. Alors, Dieu aurait créé dans le temps...qui n'existait pas encore ! Nous voyons bien là que notre discours est anthropomorphique et donc limité. Il me

paraît plus raisonnable, dans ce contexte de la Vie éternelle, d'identifier le « commencement » à Tout Ce Qui Est, c'est-à-dire à Dieu considéré comme le Créateur de toutes choses : Je suis l'Alpha et l'Omega, le commencement et la fin (Apocalypse, 1, 8) ou l'Ancien des jours dont parle Daniel (7, 9) et autres prophètes.



William Blake. L'Ancien des jours

« Au commencement, Dieu créa le ciel et la terre » (Genèse, 1, 1) : c'est donc en Lui, le Commencement, que Dieu créa l'Univers, en rêvant le monde et en s'y projetant en tant qu'Adam, son image humaine. Vu sous cet angle, l'Univers est le rêve de Dieu et chaque âme fait partie de ce rêve, car elle exprime une pensée de Dieu...qui devient elle-même créatrice comme Celui qui la rêve. Dans le tableau de la Création d'Adam, Michel-Ange semble avoir voulu exprimer cela : on voit le Créateur retenant Ève de son bras gauche dans son rêve, alors qu'il projette Adam de sa main droite en lui communiquant la vie. Chaque âme est donc Dieu qui s'exprime d'une manière différente et unique. Et, comme identité, nous existons depuis « toujours » comme Celui qui nous donne existence en nous « rêvant ». Notre vie est éternelle dans notre entité globale, même si, à l'image de Dieu, nous nous créons diverses personnalités dans le temps, mais qui existent toutes simultanément dans l'éternité.



Chapelle Sixtine : La création d'Adam (Michel-Ange)

Seth affirme qu'il n'y a pas eu de commencement et qu'il n'y aura pas de fin. Les récits de la création du monde sont calqués sur nos idées erronées concernant le temps. Commencement et fin sont des « événements valables et indissociables ». Il ajoute même que Dieu est une idée ^[231] ; mais pas dans le sens d'une notion abstraite : « [...] si je déclare que Dieu est une idée, vous vous méprenez et pensez aussitôt qu'il est moins que réel, nébuleux, sans réalité, sans action effective ». Pourtant, notre image physique est la matérialisation de l'idée que nous avons de nous-mêmes en fonction des propriétés de la matière : sans cette idée, notre image physique n'existerait pas. Il en est de même de toutes les personnalités que nous assumons au cours de nos réincarnations : c'est la matérialisation d'autant d'idées élaborées entre deux incarnations ; ce qui fait que notre

existence est multidimensionnelle dans « un milieu aux probabilités infinies. « Partant de là, poursuit Seth, vous pouvez imaginer la réalité qui est derrière le concept de Dieu et en déduire qu'il est presque impossible de la saisir avec des mots^[232] ». On comprend qu'ainsi idée et rêve de Dieu sont identiques. Voir plus loin : Dieu ou Tout Ce Qui Est.

« Le royaume de Dieu est au-dedans de vous » (Luc 17, 21). Certains exégètes traduisent : « parmi vous ». Mais le texte grec dit bien : εντος υμων^[233], c'est-à-dire au-dedans, à l'intérieur de vous. Cette parole du Maître est claire et nette : le Paradis n'est pas un lieu de villégiature où l'on va passer des vacances dans un absolu farniente. C'est un état psycho-spirituel dynamique d'harmonie et de spontanéité que nous exprimons dans un environnement créé par notre conscience. Cet état plus ou moins parfait est l'image de ce que nous sommes intérieurement, c'est-à-dire selon le degré de notre avancement spirituel. Ce qui nous empêche de le percevoir, ce sont nos peurs, nos craintes, nos sentiments de culpabilité (comme si la marche du monde ne dépendait que de nous !) : « N'ayez pas peur ! », nous dit le Maître (Marc 6, 50). Cet environnement s'exprimera, dans le Présent intemporel, selon l'image mentale que nous nous en faisons maintenant.

CHAPITRE 10

Nature d'une entité

L'âme, ou entité, est constituée d'une énergie spirituelle hautement individualisée. Elle élabore le corps qui est actuellement le vôtre et constitue le pouvoir moteur qui assure votre survie physique. C'est d'elle que vous tirez votre vitalité. La conscience ne connaît pas de repos, mais recherche un surcroît de vitalité. (Jane Roberts. L'enseignement de Seth, p. 85).

Entité, mot étrange, qui provient étymologiquement du participe latin ens (étant). Il désigne donc tout « ce qui existe », les êtres animés et inanimés. Si l'existence est la forme la plus réelle d'un être, le mot entité convient, on ne peut mieux, à toute âme immortelle. Mais la plénitude d'être de l'âme est telle, qu'elle ne peut s'exprimer totalement dans une seule incarnation, qui est une des formes de créativité de sa conscience. Ce mode d'existence n'est pas sans limites : un certain nombre de réincarnations est nécessaire pour permettre à l'âme d'apprendre des leçons essentielles qui faciliteront son évolution spirituelle sur d'autres plans de conscience. Mais, par son libre arbitre, elle en a la responsabilité totale. Aussi, il peut arriver qu'elle se laisse distraire par les expériences charnelles au détriment de son avancement spirituel. Il lui faudra alors reprendre les leçons

non apprises (qu'elle s'est fixée elle-même avant de s'incarner), pour accéder à un mode d'existence plus avancé que celui des trois dimensions. Et cela pourra se traduire par des centaines, voire des milliers de vies terrestres, de manière à boucler son apprentissage de base. Certains pourraient être surpris de ce nombre imposant d'incarnations successives dans le temps, mais elles sont toutes simultanées et contemporaines dans l'éternité.

Elle se créera, ce faisant, une pluralité de personnalités, chacune synthétisant une partie de ses expériences de vie, positives ou négatives. Des incarnations ultérieures lui permettront de corriger ou de compléter les leçons omises ou mal apprises : c'est ce qu'on appelle des « dettes karmiques ». En fait, il serait plus juste de dire que nous faisons des expériences plus ou moins riches d'enseignements plutôt que des expériences positives ou négatives. Une analogie peut nous aider à saisir la relation entre l'Entité et les diverses personnalités (réincarnations) par lesquelles elle tente de s'exprimer. Tel un orateur, notre entité invente une histoire, un scénario dans lequel elle expose ses plans et ses projets. Chaque incarnation (personnalité) constitue une page de son histoire. Il peut se glisser, dans l'une ou l'autre page, une erreur ou une faiblesse d'expression. Alors, notre entité reprend la page et la corrige (nouvelle incarnation). Lorsqu'elle parvient à la conclusion (dernière incarnation) de son conte, elle change de registre d'existence, comme un professeur change de classe ou de niveau de conscience, et s'adresse alors à un autre auditoire. On peut aussi la comparer à un artiste, musicien ou peintre, qui crée une œuvre d'art. Chaque incarnation représente soit une mélodie en majeure ou en mineure, soit un tableau dont les couleurs ont des nuances

brillantes ou sombres. Quand l'œuvre est terminée, l'entité passe à autre chose.

Des révélations médiumniques nous enseignent que ces différentes facettes de l'âme, que sont ses diverses personnalités, peuvent être perçues dans d'autres dimensions comme une galaxie ou un ciel parsemé d'étoiles aux couleurs variées, comme celles qui existent dans notre univers matériel (qui est peut-être lui aussi l'expression d'entités appartenant à d'autres dimensions). Cela semble suggéré par ce que certains rescapés de la mort racontent au sujet de leurs guides qu'ils décrivent souvent comme des flammes de bougies ou des formes lumineuses.

L'âme est un mot désignant un esprit qui utilise le processus d'incarnation pour apprendre. Les esprits qui ne se réincarnent pas, sont considérés comme de purs esprits, des « anges ». Voilà un terme ambigu, nous dit saint Augustin, car : « Si vous voulez savoir le nom de leur nature, ce sont des esprits ; si vous voulez savoir le nom de leur fonction, ce sont des anges, ce qui signifie messenger » (S. Augustin in Psalmo. 103.1, 15). De ces anges non incarnés, nous ne connaissons, d'après la Bible, que trois identités : Michel, Gabriel et Raphaël.



Beato Angelico. L'Annonciation

L'esprit grec des théologiens occidentaux leur a fait établir neuf ordres hiérarchiques de ces esprits angéliques. Distribués comme les diverses catégories de courtisans dans une cour impériale, on trouve au plus près du Créateur, les Séraphins (les brûlants), puis, en descendant vers les hommes, les Chérubins, les Trônes, les Dominations, les

Vertus, les Puissances, les Principautés, les Archanges et les Anges. Il semble toutefois exister une zone floue dans ces catégories d'esprits. Les trois archanges dont nous connaissons les noms, font partie, selon la Bible, des Sept esprits qui se tiennent constamment devant la face de Dieu : Je suis Raphaël, l'un des sept Anges qui se tiennent toujours prêts à pénétrer auprès de la Gloire du Seigneur (Tobie, 12, 15). Il faudrait alors les confondre avec les Séraphins ; ce qui supprimerait les Archanges et réduirait à huit les ordres angéliques au lieu des neuf traditionnels !

Cette nomenclature des purs esprits satisfait peut-être l'esprit logique des théologiens qui croient encore à l'existence des anges ! Mais je préfère une division plus dynamique des esprits (ou des âmes) qu'ils soient incarnés ou pas, telle que la présentent des entités très avancées dans des révélations obtenues sous hypnose^[234]. Ces catégories ne sont pas statiques et définitives, mais changent selon l'évolution des esprits en quête de leur Conjonction avec la Source. Ce sont plutôt des étapes qu'ils traversent dans leur périple spirituel, qui se fait non pas isolément, mais en parfaite collaboration avec d'autres esprits, dont les plus avancés aident les moins évolués. Le degré d'avancement d'un esprit se manifeste par la couleur de son rayonnement énergétique.

Ainsi, les Débutants, c'est-à-dire des âmes nouvelles (des esprits qui ont décidé de s'incarner) qui ne comptent que quelques vies sur terre, émettent un rayonnement blanc et homogène. Les Débutants-intermédiaires, des jeunes âmes ayant déjà vécu plusieurs expériences terrestres, irradient un blanc cassé, c'est-à-dire avec d'abord des nuances rougeâtres, puis finalement avec des traces de jaune. Les Intermédiaires, qui sont déjà des âmes en progrès, présentent un

rayonnement jaune uniforme. Les Intermédiaires-avancés sont des guides juniors qui aident les âmes des premiers stades : leur rayonnement est jaune foncé pour finalement présenter des traces de bleu. Les Avancés ont le statut de Guide seniors et aident les guides juniors et les âmes des premiers stades : leur rayonnement est d'abord bleu clair pour finalement présenter des traces de violet. Les Très Avancés sont désignés comme des Maîtres et aident les Guides seniors et juniors et indirectement les âmes des premiers stades. Leur irradiation est bleu-violet foncé.

Parmi cette dernière catégorie, on distingue les Sages, véritables gardiens de la terre : ceux-ci choisissent de se réincarner pour aider directement les gens en leur qualité de prophètes, messagers de la Vérité (des Speakers, selon Seth). Puis, les Anciens représentent les éléments de pensée les plus purs. Ces âmes ne se réincarnent plus, mais fusionnent leur énergie avec la Source, devenant ainsi des Créateurs qui engendrent des univers et président aux réincarnations des âmes.

Il est intéressant de constater que les esprits, des « commençants » jusqu'aux « Anciens », augmentent graduellement leur taux vibratoire au gré de leur évolution spirituelle. De plus, on remarque que les esprits ne rayonnent pas le vert, qui est la couleur de l'humanité. Le vert est présent dans l'aura humaine et constitue une vibration régénératrice très efficace pour le corps physique. Le vert est une vibration composée des deux couleurs primaires (simples) : bleu et jaune, caractéristiques des âmes en progrès. Le violet des Anciens (les âmes les plus évoluées) est également une vibration composée de deux couleurs primaires : rouge et bleu. La vibration rouge pur désigne l'Énergie vitale, essence de

Dieu. Cette couleur bleu violet foncée est donc propre aux âmes qui n'ont plus besoin de se réincarner, mais qui peuvent fusionner avec la Source, Dieu.

Esprit, Âme, Moi intérieur, Identité, tous ces termes désignent l'Entité que nous sommes dans le présent intemporel et qui s'exprime dans le temps par différentes personnalités, qui nous permettent d'apprendre en utilisant notre pouvoir de créativité : « Vous apprenez à être des co-créateurs, des dieux, en quelque sorte, au sens où vous l'entendez. Vous apprenez à être responsables -selon les critères propres à la conscience individuelle – et à manier l'énergie qui est votre essence même, en vue d'atteindre des buts créatifs^[235] ».

CHAPITRE 11

Des esprits nous rendent visite

Il n'y a pas de séparation étanche entre le monde terrestre et le monde des esprits. Les deux coexistent sans interférences, puisqu'ils ne vibrent pas sur les mêmes longueurs d'onde, comme les fréquences radio rayonnent ensemble, sans se nuire. Et puisque la télépathie fonctionne toujours au niveau des esprits, les communications entre ces deux mondes peuvent donc s'établir sous certaines conditions : affinités entre les esprits désincarnés et les humains, fondées sur des buts communs, des métiers semblables ou des intérêts partagés. La qualité de ces communications varie selon l'âge et le développement psychique des personnes.

Pendant l'enfance, le monde intermédiaire étant encore tout proche, des manifestations d'esprits peuvent se produire sous la forme de compagnons de jeu ou d'une projection du double de l'enfant. Le double ne serait-il pas une de ses personnalités réincarnationnelles qui vient lui tenir compagnie ? Ces phénomènes se produisent surtout quand celui-ci est seul et s'ennuie. Son besoin d'une présence attire ces esprits bienveillants qui se présentent sous forme de lutins, d'elfes, de fées^[236], etc., selon ses

désirs. Son imaginaire créateur lui permet cette vision médiumnique parce qu'il n'a pas encore appris à refouler cette faculté afin, le lui inculquera-t-on plus tard, « de se conduire normalement comme tout le monde ».

À l'adolescence ou à l'âge adulte, ces facultés extra-sensorielles, latentes, mais présentes (elles ont été développées dans une vie antérieure), pourront se réveiller sous le choc d'une forte émotion liée à un traumatisme physique, au décès d'une personne chère (parent ou ami) ou à d'autres problèmes d'ordre affectif. Ces personnes se révéleront alors comme des sensitifs (clairvoyants ou guérisseurs). Que de parents ont été surpris et embarrassés en entendant leur jeune progéniture annoncer à l'avance tel événement désagréable ou même le trépas prochain de tel personnage influent de la communauté ! Après avoir rabroué l'enfant pour son imagination déplacée et son sang-gêne irresponsable, ils étaient des plus surpris et décontenancés quand les faits venaient corroborer les prédictions de ce dernier. Leur opinion d'adulte sur « l'ignorance native » des enfants en était grandement ébranlée !

Puis, les événements amenèrent certains de ces médiums à utiliser leur « don » pour rendre service aux autres (Edgar Cayce, George Chapman, Léon Alalouf, Rosemary Brown, Ruth Montgomery, Jane Roberts, Ian D.Borts, Kevin Ryerson, etc. en sont des exemples). Le scepticisme des uns et l'incrédulité des autres ne leur facilitaient pas toujours l'existence. La chasse aux sorcières ne s'est pas arrêtée avec les tortures de l'Inquisition ou les tristes procès de Salem. Elle a pris des formes de persécution plus subtiles : le

discrédit personnel, sinon la pure calomnie. Les fondamentalistes excellent dans le dénigrement de ces personnages « encombrants », dont les pouvoirs paranormaux ne peuvent être, à leurs yeux, que l'œuvre des démons (la Bible dixit !). C'est que l'existence de ces facultés paranormales dérangent leurs idées arrêtées sur la réalité et obligerait leur intellect à entamer une recherche dans ce domaine inconnu dont l'existence menace de balayer d'un coup leurs convictions bien assises sur les lois newtoniennes du monde. Heureusement, les romans ou les films de science-fiction, les programmes télévisés pour enfants, malgré leur manque flagrant de réalisme, préparent tout de même les jeunes esprits à accepter l'existence de réalités invisibles. Les enfants d'aujourd'hui seront les penseurs et les réalisateurs de demain : ils jouiront, contrairement à nous qui devons lutter contre nos conditionnements psychiques et sociaux, d'une largeur et d'une liberté d'esprit qui leur faciliteront, selon certaines prédictions de Cayce, le contact avec les autres dimensions et influenceront leurs activités terrestres.

Ces phénomènes ne se sont-ils pas déjà produits ? Que penser des apparitions d'ovnis (objets volants non identifiés) ? Ces objets « ronds » et lumineux ne sont-ils pas des symboles du Soi, une sorte de Mandala (Jung) ? N'est-ce pas là une nouvelle forme que prennent les Speakers pour nous rappeler, en cette ère technologique et matérialiste, les vérités fondamentales sur notre nature spirituelle ? J'ai personnellement été témoin de quelques-unes de ces apparitions mystérieuses, une fois en compagnie de mon

épouse qui avait déjà reçu des communications par ce truchement^[237].

CHAPITRE 12

Entre deux incarnations

Peut-on s'ennuyer dans l'état intermédiaire entre deux vies physiques ? Il semble que oui, si on considère les réincarnations précipitées d'âmes qui se sont replongées dans les trois dimensions sans prendre en compte le bilan de leur dernière existence terrestre. Une nouvelle expérience très souvent désastreuse, par manque de préparation nous disent des entités ! Mais la plupart des âmes, surtout les plus avancées, profitent de cet état désincarné pour décanter leurs acquis de leurs pertes et choisir les nouvelles leçons qu'ils désirent apprendre dans leur prochaine incarnation. De notre point de vue, nous employons les expressions : omissions, actions négatives, pertes, karma, etc., pour désigner ce qui semble être des fautes, des erreurs commises au cours de nos existences terrestres. Pour avoir une certaine compréhension de la vie dans l'au-delà, nous devons accepter, sans en être dupes, les limites du langage anthropomorphique que nous utilisons. Sur le plan cosmique, ce sont des expériences décidées « à l'avance » par les entités, des rôles qu'elles se sont donnés dans l'exercice de leur créativité. On devra garder ces considérations à l'esprit pour comprendre ce qui suit.

Les plans d'action sont nombreux et variés selon les différentes caractéristiques des âmes, reliées à leur identité. Les unes préféreront se reposer, surtout après une vie physique traumatisante ; ce qu'elles réaliseraient en se plongeant dans une sorte de sommeil hypnotique leur permettant de récupérer leur énergie vitale ou en parcourant les différents règnes de vie (végétale, minérale) et en s'y immisçant de quelque façon par télépathie. Il ne s'agit pas de réincarnation, mais d'une autre façon d'apprendre. Une âme peut ainsi partager « énergétiquement » la vie d'un arbre de la forêt pendant une cinquantaine d'années (terrestres), expérimentant par là sa quiétude et son rayonnement vital ou encore, visiter d'autres dimensions où les formes de vie présentent des caractéristiques très différentes de celles de la terre.

Mais la plupart, après avoir fait le bilan de leur précédente vie (jugement), s'adonneront, sous la direction et la surveillance de Maîtres, à compléter leurs connaissances philosophiques. Et lorsqu'à un moment de leurs études, l'expérience pratique des leçons s'imposera, elles décideront, sur les conseils de leurs guides, de se réincarner pour faire de nouvelles expériences : elles feront alors un nouveau stage d'apprentissage dans les trois dimensions.

Même dans cet état intermédiaire, les âmes ne sont soumises à aucun impératif : leur libre arbitre est sauvegardé de sorte qu'elles sont toujours responsables de leurs actes positifs ou négatifs. Seth raconte qu'une âme peut vouloir s'incarner dans une forme de vie intelligente, mais inférieure à la vie humaine qu'elle a connue sur terre.

On le lui déconseillera, car cela constituerait un retour en arrière, une régression. Mais l'âme persistant dans son projet, décide quand même de se réincarner dans cette forme de vie. Elle n'en tirera que déception et amertume, car ces êtres, bien qu'intelligents, ont l'allure d'empâtés et manquent complètement d'humour. Cette expérience l'empêchera désormais de retourner en arrière et l'incitera à travailler à ses progrès spirituels : c'est la leçon qu'elle aura apprise !

Une vie douloureuse ou difficile n'est pas une punition pour des actions passées, mais une leçon à apprendre qui a été décidée à l'avance par l'âme et ses conseillers pour développer des habiletés particulières qui lui permettront d'accéder à des états de conscience plus élevés. De notre point de vue, le karma est simplement le résultat des actions accomplies ou omises, et interpelle l'âme pour qu'elle corrige ou complète ce qui a été laissé en friche. La notion de péché n'existe que dans le contexte tridimensionnel et obéit à une façon légale de juger des motivations apparentes des actions. Les meurtriers, les persécuteurs et les dictateurs sanguinaires, ont appris de dures leçons qui, après des millénaires de réflexion et de changements dans leur compréhension, pourront faire d'eux des esprits aptes à se réincarner pour améliorer profondément le sort de l'humanité. Mais ce n'est pas, par exemple, la personnalité d'un Néron ou d'un Hitler qui se réincarnera en bienfaiteur de l'humanité, mais leur entité globale, après avoir intégré cette expérience malheureuse (à nos yeux) d'une de leurs personnalités (Néron ou Hitler) et en avoir retiré un vif désir de réparation ou de

compensation par une vie incarnée, vouée au service de l'humanité pour laquelle elle nourrit désormais un amour plus profond.

D'autres âmes, surtout celles qui auraient exercé les fonctions de chef d'État, de président de république, d'ambassadeur efficace ou de préposé à des œuvres humanitaires, décideront de retarder leur réincarnation pour continuer à œuvrer aux buts qu'elles poursuivaient sur terre en inspirant et influençant ceux qui continuent leurs projets. C'est par les liens télépathiques les unissant à leurs collaborateurs sur terre, qu'elles peuvent ainsi aider à l'avancement de l'humanité dans les chemins de la paix et de la coopération. Les âmes en attente de se réincarner ne sont donc pas si éloignées de nous, ni absentes de l'histoire du monde physique : elles y participent invisiblement par leur inspiration et leur influence énergétique.

Des médiums nous ont transmis des informations intéressantes à ce sujet. Ruth Montgomery a reçu de ses Guides quelques exemples de ces relations télépathiques entre des esprits désincarnés et la poursuite de leurs missions terrestres^[238]. L'esprit de John Kennedy, par exemple, s'intéresserait aux problèmes des Arabes et des Israélites : son dessein étant de trouver un arrangement valable pour ces deux peuples. Anouar el Sadat, le président égyptien assassiné, œuvrerait également pour inspirer le gouvernement de l'Égypte dans son rôle de médiateur. Il évalue présentement la possibilité de se « réincarner » comme walk-in (en remplaçant l'esprit d'un corps adulte : voir ci-après) pour accélérer la solution des

problèmes entre Juifs et Musulmans^[239]. Edgar Cayce assiste certains médiums-guérisseurs pendant leurs traitements^[240].

Enfin, il y a les âmes qui, avec leur dernière incarnation, ont terminé leurs leçons terrestres et n'ont plus rien à apprendre d'une nouvelle incarnation. Ces âmes ont le choix de s'orienter vers des sphères spirituelles plus hautes qui les rapprocheront davantage de la Source divine. À ce stade de développement spirituel, c'est-à-dire en se rapprochant de plus en plus de la Source, ces âmes ne sentent plus le besoin d'assumer quelque forme que ce soit, car ce qui focalise désormais leur conscience, c'est l'être plus que la forme, ressemblant ainsi davantage à Celui vers lequel elles tendent.

En nous harmonisant avec ces forces puissantes, avec ces fréquences élevées, nous nous trouvons dans un état presque fluide. Il n'est certes pas question de liquide proprement dit, mais nous nous déversons dans le cadre universel, si je puis dire, et nous nous y intégrons si intimement que, pendant un temps, nous perdons conscience de notre propre personnalité. Nous sommes une partie de ce fluide, et cela nous fait mieux comprendre que nous sommes une parcelle d'un Tout^[241].

Toutefois, elles ne perdent pas, pour autant, cette faculté de prendre diverses formes selon les besoins : par exemple, si elles reviennent à des niveaux inférieurs pour apporter leur aide et leurs conseils à des âmes en progrès, ou encore si elles désirent, pour les mêmes raisons, communiquer avec les humains via des médiums. De façon générale, ces

âmes, au terme de leurs réincarnations, ont le choix entre trois fonctions qui concourent à l'avancement des esprits : celles d'instructeur, de créateur ou de guérisseur. La fonction d'instructeur échoit à ceux que Seth appelle Speakers ; celle de créateur, à ceux qui créent des mondes et qui inspirent les « artistes » et enfin celle de guérisseur, à ceux que préoccupe la santé psychique et spirituelle des âmes. Sur le plan intemporel, ces fonctions s'exercent vis-à-vis de toutes les personnalités quelle que soit l'époque où elles ont vécu sur terre. Une personnalité incarnée peut donc être enseignée, inspirée ou guérie, de son point de vue, par une entité passée ou future. Certaines entités peuvent assumer ces trois fonctions à la fois, ou encore exercer d'autres fonctions conformes à leurs tendances et à leur choix. Il y a toujours liberté et créativité infinies pour la conscience des âmes, affirme Seth

Mais plusieurs, mues par la compassion et l'altruisme qu'elles ont cultivés et développés au cours de leurs nombreuses incarnations, gardent un intérêt, une prédilection ou un souci pour les humains qui se traînent encore ici-bas. Cela les motivera à se réincarner de nouveau, non pas pour apprendre de nouvelles leçons, mais pour faire profiter leurs frères et leurs sœurs humains de leurs expériences terrestres et de leur savoir spirituel. Mais comme elles n'ont plus rien à retirer de l'expérience natale, scolaire et autres, elles auront la possibilité de prendre le corps adulte (malade ou traumatisé) d'une autre âme qui ne peut plus en assurer la survie. Ce sont les âmes dites « de remplacement » (walk-in). Le transfert se fait habituellement lors d'une opération risquée, ou au cours d'une période de

découragement profond de l'âme désemparée qui veut quitter la vie physique. Les proches sont les premiers à s'apercevoir qu'il y a eu un changement radical dans la personnalité du malade. Et l'âme « réincarnée » en walk-in, n'a aucun souvenir de son état antérieur, car elle a hérité de tout le bagage psychique de l'âme précédente. Mais, elle sait d'instinct qu'elle doit d'abord guérir le corps qu'elle a assumé ou régler les problèmes psychologiques du premier propriétaire, avant de vaquer au projet qui la hante : celui de servir et de répandre la paix autour d'elle.

Mais une brève réincarnation peut avoir été décidée antérieurement et de concert, entre les parents et l'enfant pour apporter à ceux-ci une expérience dont ils ont besoin pour leur évolution spirituelle. Ainsi, une entité hautement évoluée et n'ayant plus besoin de se réincarner, le fera dans ce but et ne vivra que quelques années. Les parents comblés par la précocité de leur bambin feront aussi l'expérience d'un deuil douloureux lors de sa disparition subite qu'ils devront assumer pour assurer leur progrès spirituel.

CHAPITRE 13

Dieu ou Tout Ce Qui Est

Dieu ou Tout Ce Qui Est est une part intime de vous. Jane Roberts, L'enseignement de Seth, p. 507.

Dieu est l'Être mystérieux qu'ont vénéré les hommes de toutes les races et à toutes les époques sous des noms divers : Yahvé, Allah, Baal, Brahma, Zeus, Grand Manitou, Amon-Ra... Le mot Dieu, comme le vocable deus en latin, vient du sanscrit div et signifie « le lumineux ». Moïse le révéla sous la formule JE SUIS (en Hébreu : YAHVE, Exode, 3,13-14), expression reprise par Jésus en réponse aux pharisiens qui contestaient sa divinité : Avant qu'Abraham fut, JE SUIS (Jean, 7, 58). Nous sommes UN avec Dieu c'est Jésus qui nous l'enseigne : Le Père est en moi et moi dans le Père (Jean, 14, 11) ; Car nous ignorons en fait qui nous sommes, c'est pourquoi il demande au Père (Dieu) de nous unir à Lui pour être parfaitement unifiés en Lui (Jean, 17, 20-23) en prenant conscience de notre nature divine.

Être UN avec Dieu c'est exister avec, co-exister. Ici, encore il faut éviter le piège du langage anthropomorphique : le Père est un terme signifiant celui qui engendre, celui qui est à l'origine d'un autre. Comme « être » (entité), nous sommes existentiellement Dieu, mais comme homme, nous sommes

une manifestation de Dieu parmi d'innombrables autres êtres. Notre intellect limité nous empêche de « comprendre » (de prendre ensemble) ces deux aspects qui ne font qu'UN. Dieu se cache dans ses créatures (Watts). On peut également dire, sans trop le comprendre aussi, que nous permettons à Dieu d'exister, de se manifester. Ou mieux, Dieu nous crée pour se manifester sous notre forme individuelle. Lorsque nous progressons en connaissance et en amour, Dieu progresse en nous en savoir et en amour. Par exemple, un professeur et son élève, c'est Dieu S'enseignant une leçon, et Dieu qui apprend ; un couple qui s'unit, c'est Dieu qui S'aime à travers l'homme et la femme, faits à Son image.

Notre langage anthropomorphique nous renvoie à une image illusoire d'un Dieu mâle, issue de notre civilisation encore « phallocrate ». Dieu n'a pas de sexe, car ce serait se limiter, étant Tout Ce Qui Est. Teilhard de Chardin, dans sa quête de la Vérité au-delà de l'image du Dieu chrétien, a tenté de corriger -maladroitemment -cette image illusoire par l'expression Dieu à la fois « cosmisé » et « féminisé^[242] ».

Si cet Être qui est plus que la somme des parties est inconnaissable, Il n'est pas inaccessible, puisqu'Il réside au plus intime de nous-mêmes et donne existence à nos demandes d'aide. En soi, Il n'est pas personnel, car une personne est un être limité, mais Il crée les personnalités ; en nous, Il est notre « dieu personnel » qui nous connaît mieux que nous-mêmes, nous chérit et s'occupe minutieusement de notre bien-être, comme de chacun des moineaux « qui ne tombe pas sur terre sans sa permission » (Matthieu 10, 29).

Comme rien n'existe en dehors de Lui, Il est Tout Ce Qui Est et donc, Il est chacune des créatures : êtres physiques animés et inanimés, êtres spirituels, incarnés ou non, hommes et femmes, animaux, pensées, univers, galaxies, étoiles, planètes, climats, rayonnement énergétique, sentiments, émotions, activités vitales, changements, modifications, évolution, perfection, etc., en un mot, toutes ses créatures et ce qui les affecte et ce qu'elles produisent. Dieu est tout en tout ; Il est partout et nulle part, car Il ne peut être isolé !

Certaines paroles du Maître ne peuvent se comprendre pleinement que si nous faisons partie de Dieu. Ainsi : « Qui m'accueille, accueille Celui qui m'a envoyé » (Matthieu, 10, 40) ; « Aimez vos ennemis et priez pour ceux qui vous persécutent, afin d'être vraiment les fils de votre Père qui est aux cieux, car il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, et tomber la pluie sur les justes et les injustes » (Matthieu, 5, 44-45). « Pardonnez et il vous sera pardonné » (Luc, 6, 37). Cet enseignement du Christ dépasse les simples conseils d'une conduite morale positive. Il tend surtout à nous faire prendre conscience de notre UNITÉ avec TOUT CE QUI EST comme l'ont affirmé et enseigné Cayce et Seth.

Dieu existait-il avant la Création ? Question oiseuse ! La poser témoigne de l'imperfection de notre intellect. Dieu est Toute Conscience, Dieu est l'Esprit de tous les esprits, l'Idée de toutes les idées, Dieu est l'Action, l'Énergie, l'Amour, la Lumière et la Vie. Il n'est donc rien moins qu'un être figé dans un concept, immobile et perdu dans son immensité et dans une vacuité de manifestations. L'existence de Dieu est

indissociable de son Action créatrice, des produits de sa Pensée infinie, de ses rêves efficaces. Il est Tout Ce Qui Est, et plus encore, car le Tout est plus que la somme de ses parties.

Pour notre intellect en quête de vérité, Dieu est un paradoxe qu'on ne peut exprimer que par des formules négatives ou superlatives : il est omniscient, omniprésent, infini, immense, tout-puissant, tout amour, éternel... Nous Lui attribuons ces qualités par projection à partir de notre nature humaine. Ici nous utilisons encore un langage anthropomorphique. Si nous nions ou dépassons ce langage, il n'y a plus rien à dire sur Dieu, comme l'ont constaté maints mystiques : saint Jean de la Croix, dans La nuit obscure, a opté pour le langage symbolique de la poésie qui fait appel à l'intuition plutôt qu'à la logique.

O nuit ! toi qui m'as guidée,

O nuit ! plus que l'aurore aimable, O nuit ! toi qui a uni

L'Aimé avec son Aimée,

L'Aimée en son Aimé transformée^[243].

Pour Maître Eckart, « Dieu est semblable à une sphère infinie dont le centre est partout et la circonférence nulle part ». Il « n'est ni être ni raison, ni ne connaît ceci et cela ! C'est pourquoi Dieu est vide de toutes choses et c'est pourquoi il est toutes choses... C'est au milieu des choses que l'homme doit saisir Dieu et habituer son cœur à le posséder en tout temps comme quelqu'un de présent, dans le sentiment, dans l'esprit et dans la volonté^[244].

La science de Dieu (la vraie théologie) est une scientia ignota, une science ignare ou une « docte ignorance » (Nicolas de Cuse) ; une nescientia, un non-savoir, qui nous pousse à dire comme Job devant la majesté et la puissance de Yahvé : « J'ai parlé à la légère ; que te répliquerai-je ? Je mettrai plutôt ma main sur ma bouche » (Job, 40-4), ou comme le prophète Jérémie : « Ah ! Seigneur Yahvé, vraiment je ne sais pas parler, car je suis un enfant ! » (Jérémie, 1, 6). Mais comme le prophète Isaïe devant la Gloire du Seigneur, il faut reconnaître en soi, avec crainte et respect, la présence et la grandeur de Dieu : « Malheur à moi, s'écria-t-il, je suis perdu ! Car je suis un homme aux lèvres impures, et mes yeux ont vu le Roi, Yahvé Sabaot ». (Isaïe, 6, 1-5). Image grandiose par laquelle le prophète tente d'exprimer l'inconcevable : Yahvé (JE SUIS) Sabaot (LA CRÉATION), c'est-à-dire l'unité de Dieu et de tout ce qui existe ! Tout Ce Qui Est. Mais Dieu est Amour, car seul l'Amour peut rassembler toutes choses dans l'UNITÉ.

Ayant dit tout cela, je me moque bien de comprendre ou de ne pas comprendre le « Père » qui me donne l'existence ; mais, lâchant prise de mon intellect, je L'adore en silence avec le sourire béat de celui qui sait qu'il ne sait rien ! « Il a disposé dans l'ordre les merveilles de sa sagesse, car il est depuis l'éternité jusqu'à l'éternité, sans que rien lui soit ajouté ni ôté et il n'a besoin du conseil de personne » (Eccl. 42, 20-21). Devant cet Être incompréhensible qui me donne vie et existence et qui m'aime éternellement, je ne puis que me réjouir avec Paul de Tarse : « En effet, ceux-là sont fils de Dieu qui sont conduits par l'Esprit de Dieu (Romains, 8, 14). [...] l'Esprit de son Fils, qui crie : Abba – Père ! »

(Galates, 4, 6). « Car c'est en Lui que nous avons la vie, le mouvement et l'être » (Actes, 17, 28). Et comme la Mère est l'archétype de la Vie, mieux vaudrait corriger notre langage et même celui du misogyne Paul de Tarse, et s'adresser à Dieu plutôt comme Père-Mère. Aucune image ne peut le représenter, mais toutes les créatures sont Lui, comme Il est chacune d'elle et plus encore !

Vous n'êtes pas destinés à vous dissoudre dans Tout Ce Qui Est. Les aspects de votre personnalité tels que vous les connaissez actuellement seront conservés. Tout Ce Qui Est est le Créateur de l'individualité et ne possède pas les moyens de sa destruction. L'enseignement de Seth, p. 463.

Ce que souhaitent de nombreuses personnes, c'est un dieu familier qui se manifeste dans les faits et gestes de tous les jours. Mais Dieu est habilement caché dans Ses créations, de telle sorte qu'Il est ce qu'elles sont et qu'elles sont ce qu'Il est ; et en les connaissant, vous Le connaissez. Ibidem, p. 512.

Conclusion

Guérir son âme, c'est donc guérir son corps, l'aimer et le respecter en tant que Temple de l'Esprit. C'est ainsi que nous retrouvons le paradis perdu, car le royaume des cieux est au-dedans de nous. C'est là que se trouvent toutes les solutions à nos problèmes. Mais, dans notre société, nous réagissons trop souvent selon l'opinion des autres, surtout en ce qui a trait à la maladie et à la santé. Et ceux qui, médecins et infirmières, ont charge de nous aider à reconquérir notre harmonie physiologique, sont eux-mêmes contraints de soigner selon les normes médicales reconnues. Mais celles-ci sont présentement régies par une vision mécaniciste de la vie et de la santé. Dans cette optique, les malades sont, en pratique, traités comme des robots défectueux qu'on doit réparer... !

Selon la mentalité occidentale et avec la médication moderne, vous êtes en quelque sorte dans une impasse. Le corps sait comment réagir aux remèdes « naturels », qu'ils soient moulus ou bouillis, hachés ou cuits à la vapeur. Une grande variété de médicaments « fabriqués » ne sont pas assimilés par l'organisme, et cela peut provoquer d'importantes réactions défensives. Ces mécanismes réagissent contre le médicament et non contre la maladie, ce qui vous oblige à utiliser un autre remède pour neutraliser le premier^[245].

Tant qu'on continuera à enseigner aux futurs médecins à traiter des maladies et non des malades, à expérimenter sur des corps et non à soigner des personnes, la science médicale ne comprendra jamais la cause des maladies ni les sources de la guérison. Les médecins se sentiront toujours mal à l'aise et déçus devant des guérisons qui échappent à leur contrôle rationnel et instrumental : parler alors de « rémissions spontanées », ce n'est pas, quoi qu'on en pense, avancer une explication scientifique, mais avouer son ignorance des lois de la vie. Les biochimistes et les généticiens devront toujours faire face aux résistances récurrentes des virus quels que soient les leurres chimiques qu'ils leur opposeront. Seul l'esprit du malade pourra dompter ces bestioles qui font partie de notre environnement vital et, sans en avoir peur, les contraindre à ne pas dépasser leur aire écologique.

Un être vivant possède la propriété de se régénérer lui-même. C'est un fait scientifique primaire et fondamental. Et chez l'homme, cette loi s'applique consciemment et inconsciemment. Et la preuve, par la négative, de cette influence du mental (pensée, croyances, émotions, etc.) sur le corps est manifeste dans notre société de consommation. Nous sommes, en masse, influencés par la publicité pharmaceutique et par la technologie médicale. On s'est donné les moyens de « se faire soigner » gratuitement, et, la paresse et l'irresponsabilité de la majorité des gens font le reste : le plus petit malaise trouve, sur les tablettes des pharmacies, une drogue qui « endort le contrôle de soi » ; les salles d'urgence sont encombrées outre capacité. On

développe une dépendance aux soins de santé, comme le fumeur à la cigarette ou comme l'alcoolique à sa bouteille.

Et le cercle devient vicieux : les préposés aux soins (médecins et infirmières) surchargés de travail, se retrouvent, avec le temps, déprimés ou complètement lessivés (burn out). Seuls ceux qui ont une personnalité assez forte pour résister à l'entraînement général conservent une bonne santé et ne cultivent nullement le goût de se « faire soigner » pour le plus petit dérangement. Cela ne s'applique certes pas aux blessés victimes d'accidents de travail ou de la route, encore moins aux grands brûlés. Car, dans ces cas, les nouvelles techniques médicales (biochimiques et mécaniques) ont leur raison d'être et s'avèrent des aides de guérison efficaces. Encore faut-il reconnaître que ce sont des aides extérieures et que la récupération et la convalescence de ces malades dépendent essentiellement de leur système guérisseur interne et donc aussi de leur moral et de leurs croyances.

Mind is the builder (l'esprit est le bâtisseur) répétait Edgar Cayce. Vous créez votre corps et ses conditions par vos croyances et vos attentes, affirmait en écho l'entité Seth par le médium Jane Roberts. Ils signifiaient par-là que nous créons nos maladies et notre santé par nos pensées, nos émotions et nos croyances. Pour guérir efficacement, le médecin et le thérapeute doivent être des changeurs de croyances : les leurs et celles de leurs patients. Ainsi, renonçant à exercer un pouvoir illusoire sur la maladie, il prendront davantage conscience qu'ils sont au service des malades auxquels ils doivent révéler qu'ils sont, en

définitive, leurs propres guérisseurs et leurs propres médecins...

À l'avenir, la science médicale devra changer de paradigme pour remplir sa mission qui consiste à restituer la santé aux malades ou, pour mieux dire, à aider ces derniers à se guérir. Les tenants des sciences humaines devront désormais inclure dans leur recherche l'influence du mental sur la physiologie du corps physique. La santé se manifestant dans un équilibre et une harmonie de l'homme intégral (corps, âme et esprit), la description de ses pensées, de ses émotions, de son sens de la vie et la nature de ses relations avec les autres, devrait être prise en considération et figurer dans le rapport médical du malade, dans le diagnostic et le pronostic au même titre que les symptômes de sa maladie. En bref, médecine et psychologie devront fusionner, du moins collaborer.

Si l'exercice de la médecine doit être repensé, la population devra, elle aussi, être rééduquée quant au sens de sa vie et de sa responsabilité personnelle : s'il y avait autant de publicité sur la manière de rester en bonne santé sans recourir aux médicaments, que pour la vente des produits pharmaceutiques, il y a gros à parier que le problème de l'engorgement des hôpitaux et le manque de spécialistes de la santé seraient par là même résolus. La publicité des médicaments joue le rôle de suggestion de la maladie : celle-ci n'est-elle pas normale puisqu'il y a des remèdes ? Il est impossible de demander aux grosses entreprises de changer leur politique de publicité et de vente, car leur souci premier n'est pas la santé des gens, mais les profits pour leurs actionnaires. Comme c'est la

pensée qui change le monde, il appartient à chacun de nous de changer sa façon de penser et d'exiger des soins plus humains et plus conformes à la vraie nature des êtres humains. Ce qui, à la longue, influencera la pensée collective.

Hildegarde de Bingen (née en 1098), mystique et visionnaire, proposait, en son temps, une philosophie que nous sommes en train de redécouvrir : elle insistait sur les interrelations entre corps, esprit, émotions et âme. Elle enseignait que la guérison des maladies se trouvait dans l'énergie vitale qu'elle nommait *viriditas*. Par ce terme, elle désignait toutes choses vivantes, l'énergie de vie qui provient de Dieu, le pouvoir de la jeunesse et de la sexualité, le pouvoir des semences, la reproduction des cellules, le pouvoir de la régénération, de la nouveauté et de la créativité^[246]. Il n'y a donc rien de nouveau sous le soleil : Cayce et Seth ont repris le même enseignement.

Mes sources

Anonyme, *Méditations sur les 22 Arcanes Majeurs du Tarot*, Aubier, 1984.

Borgia, Anthony, *Ma vie au Paradis*, Édition du Roseau, 1989.

Le Paradis retrouvé, Édition du Roseau, 1992.

Brune, François, *Les morts nous parlent*, Félin/Philippe Lebaud. Choisy, Maryse,

La guerre des sexes, Éditions Publications Premières, 1970.

Chopra, Dr Deepak, *La Guérison ou Quantum Healing*, Stanké, 1990.

Esprit éternel et Corps sans âge, Stanké, 1996.

Couture, André, Mercier, Marcel et Prieur, Jean, *Précis sur la réincarnation*, Les Éditions Saint-Yves Inc., 1980.

Dabrowski, Goguen, et autres, *S'il y a un toxicomane dans votre famille*, Les Éditions Saint-Yves Inc., 1977.

De Becker, Raymond, *Interprétez vos rêves*, Productions de Paris, N.O.E. 1969.

Dicta et Françoise, *Mythes et Tarot*, Mercure de France, 1983. Haich, Élisabeth, *Sagesse du Tarot*, Dervy-Livres, Paris, 1972.

Jean de la Croix, *Les œuvres spirituelles*, Desclée, de Brouwer, Paris 1949.

Jung, Carl Gustav, *Les racines de la conscience*, Buchet/Chastel, Paris, 1971.

Psychologie et Alchimie, Buchet/Chastel, Paris, 1970.

L'homme à la découverte de son âme, P.B.Payot, 1962.

Dialectique du Moi et de l'inconscient, Gallimard, 1964.

Essai d'exploration de l'inconscient, Édition Gonthier, 1964.

Ma vie, Gallimard, 1973.

Koechlin de Bizemont, Dorothée, L'univers d'Edgar Cayce, R.Laffont, 1985.

Mc Garey, William A., Les remèdes de Edgar Cayce, Inter, 1985.

Mercier, Marcel, L'énergie et le pouvoir des mains, Éditions de Mortagne, 1988.

Les couleurs de la guérison, Éditions du Dauphin Blanc, 2002.

Millard, Joseph, L'homme du mystère, Edgar Cayce, J'ai Lu, A 232, 1970.

Montgomery, Ruth, Au-delà de notre monde, J'ai Lu New Age, 1990.

Threshold to Tomorrow, Fawcett Crest, N.Y. 1982. (with Joanne Garland) Ruth Montgomery : Herald of the New Age, Fawcett Crest, N.Y. 1987.

Newton, Michael, *Un autre corps pour mon âme*, Club Québec Loisirs inc.

Paquin, Yves, *Le Tarot idéographique du Kébec*, De Mortagne, 1983.

Robert, Marthe, *La révolution psychanalytique*, Petite Bibliothèque Payot, Paris 1964.

Roberts, Jane, Le livre de Seth, J'ai Lu New Age, No 2801, 1990.

L'enseignement de Seth, J'ai Lu New Age, No 3088, 1991.

La réalité personnelle, Éd. De Mortagne, 2 tomes.

Robinson, Lytle W., Edgar Cayce et le destin de l'homme, J'ai Lu, A 305, 1973.

Roussel, Dr Denise, Le Tarot psychologique, miroir de soi, Éditions de Mortagne, 1984.

Ruyer, Raymond, La gnose de Princeton, Fayard, 1974.

Ryerson, Kevin et Harolde Stephanie, *La communication avec les esprits*, J'ai Lu New Age, 1991.

Stearn, Jess, *Edgar Cayce, le prophète*, Québec-Amérique, 1975.

Watts, Alan, *Être Dieu*, Denoël/Gonthier, 1977.

Le Livre de la Sagesse, Denoël/Gonthier, 1966.

Weil, Pierre, *Le Sphinx, symbole et structure de l'homme*, Épi, 1972.

-
- [1] Voir Caryle Hirshberg et Marc Barasch, *Guérisons remarquables*, France Loisirs, 1996, pp. 108-112 et 302-307.
- [2] J'ai signalé ce cas dans mon ouvrage précédent *Les couleurs de la guérison* (Éd. Le Dauphin Blanc).
- [3] Aux Éditions du Dauphin Blanc, 2002.
- [4] Marthe Robert, *La révolution psychanalytique*, T-2, p. 86. Voir C.G. Jung, *Essai d'exploration de l'inconscient*, Introduction de Raymond de Becker, p. 12.
- [5] Alan Watts, *Le livre de la Sagesse (Savoir qui nous sommes)*, Denoël/ Gonthier.
- [6] Alan Watts, *Le livre de la Sagesse (Savoir qui nous sommes)*, Denoël/ Gonthier.
- [7] Speaker=Haut-parleur : c'est un esprit évolué qui a pour mission de nous rappeler nos valeurs intérieures. C'est un enseignant.
- [8] L'enseignement de Seth, p. 42.
- [9] Le mythe est une image de la réalité, perçue à travers le prisme des sentiments et exprimée en langage poétique.
- [10] C.G. Jung, *Ma vie*, Gallimard, p. 364.
- [11] Abraham Maslow, « Religious Aspects of Peak-Experiences » *Personality and Religion*, Harper & Row, N.Y. 1970.
- [12] Tiré du Site Internet : psiconet.org/jung, photothèque No 51.
- [13] C.G. Jung, *Ma vie*, p. 177. Freud exigeait que ses disciples acceptent sans réserve sa théorie de l'inconscient, de la résistance et du refoulement ainsi que l'importance de la sexualité et du complexe d'Œdipe. Marthe Robert, *Op. Cit.*, Tome 1, p. 228.
- [14] Trois œuvres littéraires dans lesquelles Freud a appliqué ses théories psychanalytiques.
- [15] C.G. Jung, *Essai d'exploration de l'inconscient*, Introduction de Raymond de Becker, pp. 17 et 19.
- [16] D'après Jung, Freud souffrait d'un complexe paternel. Voir *Ibidem*, p. 13.

- [17] C.G. Jung, Les racines de la conscience, Buchet/Chastel, pp. 94-95
- [18] C.G. Jung, Ibidem, p. 460.
- [19] C.G. Jung, Dialectique du Moi et de l'Inconscient, p. 255.
- [20] L'homme à la découverte de son âme, p. 62.
- [21] Carl G. Jung, Psychologie et Alchimie, Buchet/Chastel, p. 97.
- [22] Les Racines de la conscience, Buchet/Chastel, pp. 13 et 14.
- [23] Ce mot désignait le masque que portaient les acteurs dans les tragédies grecques et qui leur servait de haut-parleur dans leurs théâtres en plein air à Delphes et à Épidaure.
- [24] La guérison psychologique, pp. 119-120.
- [25] Ibidem, p. 77.
- [26] L'homme à la découverte de son âme, Petite Bibliothèque Payot, p. 78.
- [27] Les racines de la conscience, p. 34.
- [28] Les racines de la conscience, p. 34.
- [29] Perçues dans un état proche du sommeil.
- [30] Dialectique du Moi et de l'Inconscient, p. 232.
- [31] Ibidem, p. 216.
- [32] Voir Ibidem, pp. 258-259.
- [33] Dialectique du Moi et de l'Inconscient, p. 236.
- [34] Ibidem, p. 240.
- [35] Ibidem, p. 215.
- [36] Ibidem, p. 222.
- [37] Ma vie, p. 364.
- [38] Ma vie, p. 370.

- [39] Racines de la conscience, pp. 32-33.
- [40] Ou psychokinèse. Ce terme désigne l'influence à distance d'un corps sur un autre, sans intermédiaire physique.
- [41] Éd. Stanké, Montréal, 1990.
- [42] Extrait du site Internet : www.peakofhealth.ch/deepakchopra_fr.html
- [43] Il avait sous-titré « Comment la pensée guérit » son premier ouvrage : Vivre la santé (Stanké, 1988).
- [44] L'Ayurvéda est la « science de la vie », c'est la médecine traditionnelle hindoue.
- [45] On désigne par ce terme, par comparaison avec le terme placebo, les diagnostics négatifs, les opinions défaitistes des médecins qui ont pour effet de faire augmenter les symptômes chez leurs patients, et d'accélérer parfois leur mort.
- [46] J'ai traité ce thème brièvement dans mon ouvrage Les couleurs de la guérison, Éd. Le Dauphin Blanc, 2002.
- [47] C'est un neuropeptide qui assure le passage de l'influx nerveux d'un neurone à un autre.
- [48] Molécule d'Acide désoxyribonucléique.
- [49] La Guérison ou Quantum Healing, pp. 115-117.
- [50] Ibidem, p. 121.
- [51] Voir Raymond Ruyer, La gnose de Princeton, Éditions Fayard, 1974.
- [52] Ibidem, p. 122
- [53] Ibidem, p. 119
- [54] Voir Jane Roberts, L'enseignement de Seth, p. 390.
- [55] Ibidem, p. 120.
- [56] Voir Dabrowski, Goguen et autres, S'il y a un toxicomane dans votre famille, Les Éditions Saint-Yves, 1977, pp. 121-122.

- [57] La « suspension » est un autre terme pour indiquer la « sortie hors-du-corps » provoquée par un opérateur.
- [58] Ibidem, p. 80.
- [59] Ibidem, p. 109.
- [60] Acide ribonucléique.
- [61] Ibidem, p. 76,
- [62] Ibidem, p. 29.
- [63] Méditation transcendantale.
- [64] Ibidem, p. 17.
- [65] On retrouvera cette constatation dans la vision d'Alan Watts au Chapitre suivant.
- [66] Ibidem, p. 26.
- [67] Sorte de prophètes ou sages hindous.
- [68] Ibidem, p. 256.
- [69] Ibidem, pp. 126-127.
- [70] Ibidem, p. 70.
- [71] Voir Dr Deepak Chopra, Esprit éternel et Corps sans âge, Éd. Stanké, Montréal 1996, pp.36-38.
- [72] L'enseignement de Watts continue à être diffusé sur Internet par son fils Mark.
- [73] Extrait du site Internet : <http://deoxy.org/watts.html>
- [74] Voir sur Internet The Alan Watts Story (www.AlanWatts.com)
- [75] Cité dans Alan Watts, Le Livre de la Sagesse, p. 105.
- [76] Ibidem, pp. 106-107.
- [77] Ibidem, p. 152.

- [78] A.K. Coomoraswamy, cité Ibidem, p. 91.
- [79] Ibidem, pp. 91-92.
- [80] Ibidem, pp. 7-8.
- [81] Le livre de la Sagesse, p. 80.
- [82] Être Dieu, pp. 64-66.
- [83] Le Livre de la Sagesse, p. 12.
- [84] Ibidem, p. 17.
- [85] Ibidem, pp. 62-63.
- [86] Ibidem, p. 13.
- [87] Ibidem, p. 13.
- [88] Le Livre de la Sagesse, p. 15.
- [89] Le livre de la Sagesse, p. 55.
- [90] Ibidem, p. 79.
- [91] Ibidem, p. 29.
- [92] Ibidem, p. 13.
- [93] Ibidem, p. 104
- [94] Le Livre de la Sagesse, pp. 32-33.
- [95] Ibidem, p. 101. Voir aussi Être Dieu, pp. 211-212.
- [96] Être Dieu, p. 212.
- [97] Ibidem, pp. 100-101.
- [98] Ibidem, p. 102.
- [99] Ibidem, p. 99.
- [100] Être Dieu, p. 78.

- [101] Le Livre de la Sagesse, p. 152.
- [102] Ibidem, p. 19.
- [103] Ibidem, pp. 78-79.
- [104] Ibidem, p. 115.
- [105] Ibidem, p. 121.
- [106] Ibidem.
- [107] Ibidem, p. 122.
- [108] Ibidem, p. 124.
- [109] Ibidem, p. 37.
- [110] Ibidem.
- [111] Ibidem, pp. 124-125.
- [112] Extrait du site Internet : <http://deoxy.org/watts.htm>
- [113] Le Livre de la Sagesse, pp. 126-127.
- [114] Cité dans Ibidem, p. 22.
- [115] Être Dieu, pp. 142, 143.
- [116] Le Livre de la Sagesse, pp. 129-130.
- [117] Être Dieu, p. 43.
- [118] Extrait du site Internet : www.edgarcayce.org
- [119] Extrait du site Internet : http://home.hetnet.nl/~timothy_of_lystra/index.htm
- [120] Joseph Millard, L'homme du mystère, Edgar Cayce, p. 312.
- [121] Communication médiumnique, Dorothee Koeclin de Bizemont, Op. Cit., Tome II, p. 19.
- [122] Kevin Ryerson et Stephanie Harolde, La communication avec les esprits, p. 52 ss.
- [123] Extrait du site Internet : www.cayce.egympie.com.au/

- [124] Jess Stearn, *The Sleeping Prophet*.
- [125] Akasha est un mot indien désignant Le Livre de vie de l'Apocalypse.
- [126] W.H. Church, Les retours d'Edgar Cayce, p. 26.
- [127] Edgar Cayce, *What I Believe*, A.R.E. Press, Virginia Beach, Va., 1946.
- [128] Lecture 815-2.
- [129] Lecture 487-17.
- [130] Lecture 294, 19 mars 1919.
- [131] W.H. Church, Les retours d'Edgar Cayce, pp. 30-31.
- [132] William McGarey, Les remèdes d'Edgar Cayce, pp. 13-14.
- [133] Les Lectures citées verbatim sont entre guillemets.
- [134] Il rejoint ainsi ce qu'affirme Jung. Voir la fin du Chapitre 1.
- [135] W. McGarey, Les remèdes de Edgar Cayce, p. 27.
- [136] Ibidem, p. 29.
- [137] Jess Stearn, *Edgar Cayce, le prophète*, p. 12.
- [138] Amas de cellules situées entre les gonades et les surrénales. Elles sécrètent des hormones.
- [139] Le livre de Seth, p. 21.
- [140] Le livre de Seth, p. 21.
- [141] Le livre de Seth, p. 89.
- [142] L'enseignement de Seth, p. 25.
- [143] Extrait du site Internet : <http://www.spiritweb.org/spirit/seth.htm>
- [144] Ibidem, pp. 163-164.
- [145] Extrait du Site Internet http://members.aon.at/alfseth/J_Roberts.htm
- [146] Photo Rich Conz dans Jane Roberts, *The Seth Material*, Prentice Hall, encart.

- [147] Le livre de Seth, p. 288.
- [148] Ibidem, pp. 144-145.
- [149] Photo de Rich Conz dans Jane Roberts, *The Seth Material*, Prentice-Hall, encart.
- [150] Voir Ibidem, 303-309, passim.
- [151] Voir W.H. Church, *Les retours d'Edgar Cayce*, Éd. De Mortagne, 1994.
- [152] L'enseignement de Seth, p. 376.
- [153] Ibidem, p. 317.
- [154] Entre autres, *La réalité personnelle*, volume édité en français aux Éditions de Mortagne.
- [155] Ibidem, préface, pp.15-16.
- [156] Ibidem, p. 132.
- [157] Ibidem, p. 32.
- [158] Le Livre de Seth, 408, 412.
- [159] L'enseignement de Seth, p. 32.
- [160] Ibidem, p. 250.
- [161] Ibidem, p. 31.
- [162] Ibidem, p. 70.
- [163] Ibidem, p. 68-69.
- [164] Jane Roberts, *La réalité personnelle*, T-1, pp. 162-163.
- [165] Ibidem, p. 182.
- [166] Jane Roberts, *La réalité personnelle*, T-1, pp. 186-187.
- [167] Ibidem, p. 192.
- [168] Ibidem, T-1, p. 185.
- [169] Ibidem, p. 188.

- [170] En Gestalt=en organisation psychique. Un cadre ordonnateur.
- [171] Ibidem, p. 189.
- [172] Ibidem, p. 42 et 73.
- [173] Voir Jane Roberts, Le Livre de Seth, pp. 398-412.
- [174] On appelle ainsi la capacité de plier des objets métalliques par une activité mentale comme faisait Uri Geller.
- [175] L'enseignement de Seth, pp. 389-390.
- [176] Ibidem, p. 123.
- [177] Ibidem, p. 121-122.
- [178] Ibidem, pp. 80 et 84.
- [179] Ibidem, pp. 117 et 120.
- [180] Ibidem, p. 101.
- [181] Ibidem.
- [182] Ibidem, p. 72.
- [183] Ibidem, p. 43.
- [184] Ibidem, p. 116.
- [185] Voir L'enseignement de Seth, pp. 243-252.
- [186] Maryse Choisy, La guerre des sexes, Éditions Publications Premières, 1970.
- [187] L'enseignement de Seth, p. 400.
- [188] Ibidem, p. 415.
- [189] Ibidem, p. 265.
- [190] Ibidem, p. 271.
- [191] Le Livre de Seth, p. 336.

- [192] Rosemary Brown, En communication avec l'au-delà, Éditions J'ai Lu, pp. 117 ; 118.
- [193] Le livre de Seth, p. 337.
- [194] L'enseignement de Seth, p. 309.
- [195] Ibidem, pp. 511-512.
- [196] Le Livre de Seth, p. 239.
- [197] Ibidem, p. 222.
- [198] Ibidem, p. 225.
- [199] Ibidem, p. 225.
- [200] Ibidem, p. 226.
- [201] Ibidem, p. 228-229.
- [202] Ibidem, p. 227.
- [203] Ibidem, p. 237-238.
- [204] Ibidem, p. 239. Voir plus loin : Changer ses croyances.
- [205] Il s'agit d'un état de conscience (souvent vécu dans l'état alpha) dans lequel nous faisons une prise de conscience « illuminatrice ».
- [206] L'enseignement de Seth, p. 247.
- [207] Le Livre de Seth, p. 257.
- [208] Jane Roberts, La réalité personnelle, pp. 138-157, passim.
- [209] Jane Roberts, La réalité personnelle, Tome II : Votre corps, sculpture vivante, pp. 171-172.
- [210] C'est le conseil que donnait Socrate à ses disciples. L'aphorisme complet inscrit au fronton du temple de Delphes s'énonçait ainsi : Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux. Socrate en avait fait sa devise personnelle.
- [211] Carl G. Jung, La guérison psychologique, p. 31.
- [212] Photo de Jung tiré du site Internet : www.jung.asso.fr/Phototheque.htm

- [213] Ma vie, p. 355.
- [214] Ibidem, p. 342-343.
- [215] Ibidem, p. 344.
- [216] Les racines de la conscience, Buchet/Chastel, p. 56.
- [217] Le Monde est la dernière carte du Tarot et symbolise l'Unité de l'Homme et de Tout Ce Qui Est. Extrait de Yves Paquin, Le Tarot idéographique du Québec, Édition de Mortagne. Voir C.G.Jung, Les racines de la conscience, p. 56.
- [218] voyagerloin.com
- [219] On pourrait s'inspirer pour cela de C.G. Jung, Dialectique du moi et du soi. Gallimard, 1964.
- [220] Carl G. Jung, Ma vie, Gallimard, pp. 367-369.
- [221] Carl G. Jung, Ma vie, Gallimard, pp. 367-369. Réflexions qui ressemblent beaucoup à la philosophie d'Alan Watts.
- [222] Je traite des rêves comme moyen de se connaître dans mon ouvrage Grandir et guérir par ses rêves (à paraître).
- [223] Méditations sur les vingt-deux Arcanes Majeurs du Tarot, p. 22.
- [224] Il s'agit d'un vieux livre d'oracles et de sagesse datant de quatre mille ans avant Jésus-Christ.
- [225] Ma vie, p. 430.
- [226] Certains psychothérapeutes se servent des images du Tarot comme test projectif. Voir Dr Denise Roussel, Le Tarot psychologique, miroir de soi, Éditions de Mortagne, 1984.
- [227] Alan Watts, Le livre de la Sagesse, p. 37.
- [228] Voir François Brune, Les morts nous parlent, Éd. Félin/Philippe Lebaud.
- [229] Raymond de Becker, Interprétez vos rêves, Productions de Paris, N.O.E., 1969, p. 28.
- [230] Cité dans Shirley MacLaine, L'amour foudre, J'ai Lu, p. 53. Jung a fait une expérience près-de-la-mort dans un coma à la suite d'un infarctus qu'il fit en 1944. Voir Ma vie, pp. 331-339.

- [231] Voir Chapitre 5 : Tout Ce Qui Est.
- [232] Jane Roberts, L'enseignement de Seth, p. 265.
- [233] Erwin Nestle, Novum Testamentum, Graece and Latine, p. 203.
- [234] Michael Newton, Un autre corps pour mon âme (Souvenir de voyage dans l'au-delà), pp. 111-117.
- [235] Jane Roberts, L'enseignement de Seth, p. 86.
- [236] C'était le cas chez Edgar Cayce. Voir Dorothée Koechlin de Bizemont, L'Univers d'Edgar Cayce T-3, pp. 35-42.
- [237] Voir Paulette Mercier, Et si c'était vrai, Édition de Mortagne, 1985. La page couverture reproduit ce phénomène dont je fus témoin et que Paulette avait peint à la suite de l'événement : formation d'un nuage, longue traînée lumineuse, puis apparition de l'ovni.
- [238] Ruth Montgomery, Au-delà de notre monde, Éd. J'ai Lu, pp. 105 et ss.
- [239] Ruth Montgomery, Threshold to Tomorrow Fawcett Crest, pp. 101-110.
- [240] Voir mon ouvrage La vie étrange des médiums, pp. 55-56.
- [241] Ruth Montgomery, Au-delà de notre monde, Éd. J'ai Lu New Age, p. 226.
- [242] Cité dans Maryse Choisy, La guerre des sexes, p. 201.
- [243] Jean de la Croix, La nuit obscure, (Cantique de l'âme), Etrophe V, Desclée, De Brower, p. 482.
- [244] Cité dans Le nouveau PLANÈTE, (Grands textes spirituels : Maître Eckhart, p. 70.
- [245] Jane Roberts, La réalité personnelle, T-1, pp. 184-185.
- [246] Caryle Hirshberg et Marc Ian Barasch, Guérisons remarquables, p. 367.