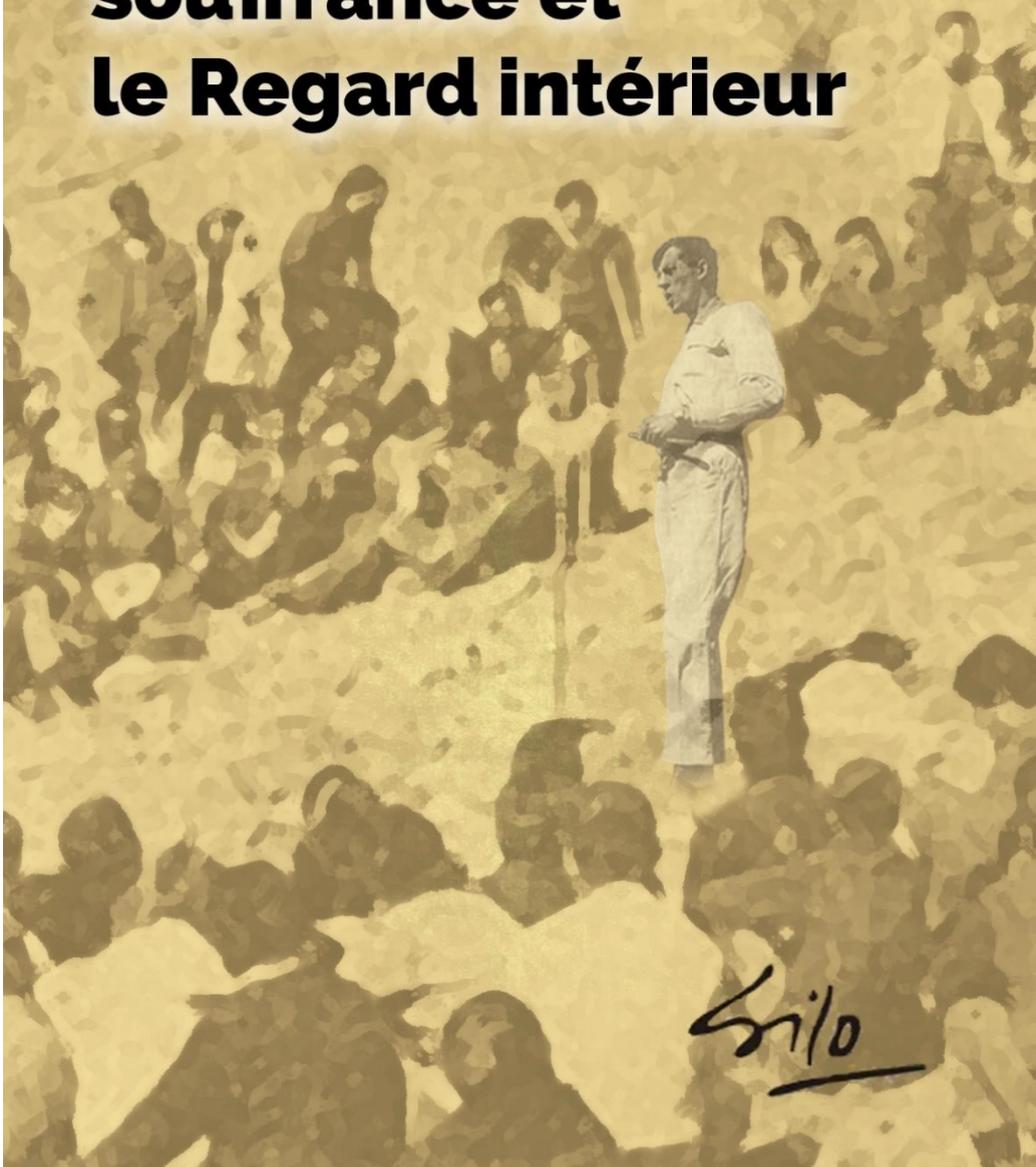


La Guérison de la souffrance et le Regard intérieur



Silo
La Guérison de la souffrance
et Le Regard intérieur

SILO

La guérison de la Souffrance

Le Regard Intérieur

©Silo

Compilateur: Mario Gazel Rojas

ISBN: 978-9930-529-83-6

L'édition et l'impression numérique:

EdiNexo E.I.R.L

San Jose, Costa Rica,

3ème édition, Novembre 2016

www.signewords.com

SILO

SOMMAIRE

Note de la présente édition.....	6
La Guérison de la souffrance	7
Arengue	8
Notes	13
Le Regard intérieur	15
I. La Méditation	16
II. Disposition Pour Comprendre.....	17
III. Le Non-Sens.....	19
IV. La Dépendance	21
V. Soupçon Du Sens	22
VI. Sommeil Et Éveil.....	23
VII. Présence De La Force	24
VIII. Contrôle De La Force.....	25
IX. Manifestations De L'énergie.....	27
X. Évidence Du Sens.....	29
XII. Les Découvertes	31
XIII. Les Principes	32
XIV. Le Guide Du Chemin Intérieur	35
XV. L'expérience De Paix Et Le Passage De La Force.....	38
XVI. Projection De La Force	41
XVII. Perte et répression de la force.....	43
Xviii. Action et réaction de la force.....	46
XIX. Les États Intérieurs.....	47

XX. La Réalité Intérieure	53
L'EXPÉRIENCE	59
Office	59
Imposition	62
Bien-Être	65
Protection	67
Mariage	69
Assistance	71
Mort	73
Reconnaissance	75
Le Chemin	79
Le Message	83
Genèse du Message	84
Le Discours précurseur, « La Guérison de la souffrance »	86
Le Livre précurseur, <i>Le Regard intérieur</i>	88
A propos de l'auteur	90

SILO

Note de la présente édition

L'impression en un seul volume du discours « La Guérison de la souffrance » et du livre *Le Regard intérieur*, deux œuvres signées de la main de Mario Luis Rodríguez Cobos, Silo, penseur latinoaméricain (6 janvier 1938 - 16 septembre 2010), s'est inspirée des explications de l'auteur lui-même, qui mentionnait ces deux œuvres en question en toile de fond de son ouvrage *Le Message de Silo*, à ces œuvres mentionnées: la harangue "La guérison de la souffrance" et le livre *Le Regard intérieur*. Pour cette édition (3ème édition), la harangue "La guérison de la souffrance" a été extraite du livre *Silo Parle* (Dans: *Oeuvres Complètes Mexique: Plaza et Valdés*, 2002, vol. I). De l'œuvre *Le message de Silo* (Madrid: Editorial EDAF, 2008), ils prennent 1 ° "Le livre", sous le titre *Le Regard Intérieur*, 2° "L'expérience", y 3° " Le Chemin".

Centre d'études

Parcs d'étude et de réflexion *Las Nubes*

Costa Rica, 2014.

Eduardo Monge Meza

SILO

La Guérison de la souffrance

Arengue

Si tu es venu écouter un homme censé transmettre la sagesse, tu t'es trompé de chemin, car la vraie sagesse ne se transmet ni par les livres ni par les discours ; la vraie sagesse habite le fond de ta conscience, tout comme le véritable amour habite le fond de ton cœur.

Si tu es venu, poussé par les calomniateurs et les hypocrites, écouter cet homme pour utiliser ses propos comme arguments à son encontre, tu t'es trompé de chemin ; en effet, cet homme n'est pas ici pour te demander quoi que ce soit, ni pour se servir de toi, car il n'a pas besoin de toi.

Tu écoutes un homme qui ne connaît ni les lois régissant l'Univers, ni celles de l'Histoire, et qui ignore les relations qui régissent les peuples. Cet homme s'adresse à ta conscience, bien loin des villes et de leurs ambitions malsaines. Là-bas, dans les villes, où chaque jour est une aspiration tronquée par la mort, où l'amour laisse place à la haine, où le pardon laisse place à la vengeance ; là-bas, dans les villes des riches et des pauvres ; là-bas, dans les immenses espaces des hommes, s'est posé un voile de souffrance et de tristesse.

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

Il te faut distinguer deux types de souffrance. L'une est produite en toi par la maladie (cette souffrance peut s'estomper grâce aux progrès de la science, tout comme la faim peut s'assouvir grâce au règne de la justice). L'autre ne

SILO

dépend pas de la maladie de ton corps, mais en découle : si tu es handicapé ou si tu ne peux voir ni entendre, tu souffres ; mais bien que cette souffrance provienne de ton corps ou des maladies auxquelles celui-ci est confronté, celle-ci est celle de ton mental.

Il est un type de souffrance auquel ni le progrès de la science ni celui de la justice ne peuvent remédier. Ce type de souffrance, strictement lié à ton mental, s'estompe devant la foi, la joie de vivre et l'amour. Il faut que tu saches que cette souffrance repose toujours sur la violence qui habite ta propre conscience. Tu souffres par crainte de perdre ce que tu as, ou de ce que tu as déjà perdu, ou bien de ce à quoi tu aspiras vraiment. Tu souffres de ne pas avoir, ou bien par peur en général... Les voici les grands ennemis de l'homme : la peur de la maladie, la peur de la pauvreté, la peur de la mort, la peur de la solitude. Tous ces souffrances sont propres à ton mental ; toutes révèlent la violence intérieure, la violence qui se niche dans ton mental. Vois comment cette violence découle systématiquement du désir. Plus un homme est violent, plus ses désirs sont rustres.

Je voudrais te raconter une histoire qui s'est passée il y a très longtemps.

C'était l'histoire d'un voyageur qui devait parcourir un long périple. Il attela donc son animal à une charrette et entrepris une longue marche vers une destination lointaine, en un temps limité. Il appela l'animal « Nécessité », la charrette « Désir », l'une des roues « Plaisir » et l'autre « Douleur ». Et c'est ainsi que le voyageur allait cahincaha, mais toujours vers sa destination. Plus la voiture accélérât et plus les roues du Plaisir et de la Douleur tournaient rapidement, toutes reliées

SILO

qu'elles étaient au même essieu, transportant la charrette du Désir. Comme le voyage était extrêmement long, notre voyageur s'ennuyait. Il décida alors de décorer sa charrette, en la parant de beaux atours, et c'est ce qu'il fit. Mais plus il l'embellissait, plus lourde elle devenait pour la Nécessité. De sorte que dans les virages et les pentes raides, le pauvre animal défaillait, n'en pouvant plus de tirer la charrette du Désir. Sur les chemins sablonneux, les roues du Plaisir et de la Souffrance s'enfonçaient dans le sol. C'est alors qu'un jour, le désespoir s'empara du voyageur, car le chemin était très long et sa destination très lointaine. Il décida de réfléchir à la question cette nuit-là et, ce faisant, entendit le hennissement de son vieil ami. Ayant compris le message, le lendemain matin, il enleva la décoration de sa charrette, l'allégeant de tout son poids et, très tôt, remis son animal au trot, en route vers sa destination. Il avait néanmoins perdu un temps irrécupérable. La nuit suivante, il s'en retourna méditer, et comprit, grâce à un nouvel avertissement de son ami, qu'il devait désormais entreprendre une tâche doublement difficile, car elle signifiait le détachement. Dès l'aube, il sacrifia la charrette du Désir. Ce faisant, il est vrai qu'il perdit la roue du Plaisir, mais dans le même temps, il abandonna également de la roue de la Souffrance. Il enfourcha sa monture, se mit à galoper à travers les vertes prairies, puis finit par atteindre sa destination.

Vois comme le désir peut te limiter. Il existe des désirs de toutes sortes. Certains désirs sont rustres, alors que d'autres sont plus élevés. Éleve le désir, dépasse le désir, purifie le désir ! Car il te faudra certainement sacrifier la roue du plaisir, mais tu te libèreras par la même occasion de celle de la

SILO

souffrance. La violence chez l'homme, mue par les désirs, ne se cantonne pas seulement à sa conscience à l'état de maladie, mais elle interagit également avec les autres en pénétrant dans leur monde. Quand j'évoque la violence, ne va pas croire que je m'en réfère uniquement aux armes et aux actes de guerre par lesquels certains hommes détruisent d'autres hommes. Il s'agit là d'une forme de violence physique. Mais il existe également une violence économique : la violence économique est celle qui te pousse à exploiter l'autre ; c'est cette violence qui s'exprime quand tu voles l'autre, quand tu cesses d'être son frère pour te transformer en un oiseau de proie à son égard. Il existe, par ailleurs, une violence raciale : crois-tu ne pas te livrer à la violence quand tu persécutes l'autre qui est d'une autre race que toi, crois-tu ne pas exercer la violence quand tu le diffames parce qu'il est d'une autre race que la tienne ? Il existe une violence religieuse : crois-tu ne pas exercer la violence quand tu ne donnes pas de travail, quand tu fermes les portes à autrui ou quand tu licencies parce ce que l'autre n'est pas de la même religion que toi ? Crois-tu ne pas être violent quand tu renies, en le diffamant, celui qui n'adhère pas à tes principes ; quand tu le renies dans sa famille ou parmi les êtres qui lui sont chers, au motif qu'il ne partage pas ta religion ? Il existe d'autres formes de violence qui sont celles imposées par la morale philistine. Tu veux imposer ton mode de vie à autrui, tu dois imposer ta vocation à autrui... Mais, qui t'a dit que tu étais un exemple à suivre ? Qui t'a dit que tu étais en mesure d'imposer un mode de vie sous prétexte que c'est celui qui te plaît ? Où sont le moule et le modèle qui t'autorisent à agir ainsi ?... En voilà une autre forme de violence. Ce n'est que par la foi et la méditation intérieure que tu peux mettre fin à

SILO

la violence qui t'habite, à celle d'autrui et à celle de ton entourage. Les fausses portes de sortie ne peuvent mettre fin à la violence. Ce monde est en passe d'exploser et il n'y a pas moyen de mettre fin à la violence ! Ne cherche pas de fausses portes de sortie ! Il n'est de politique qui puisse éteindre cette soif insensée de violence. Il n'est de parti ni de mouvement sur la planète qui puissent mettre un terme à la violence. Il n'est de fausses échappatoires capables d'éradiquer la violence dans le monde... On me dit que les jeunes d'ici et d'ailleurs sont en quête de fausses portes de sortie pour échapper à la violence et fuir leur souffrance intérieure. Et qu'ils se tournent vers la drogue comme vers un remède. Ne cherche pas de fausses portes de sortie pour en finir avec la violence.

Mon frère, suis des règles simples, à l'image de la simplicité de ces pierres, de cette neige et de ce soleil qui nous bénit. Porte la paix en toi et apporte-la aux autres. Mon frère, l'Histoire lointaine est là pour nous montrer un être humain au visage de souffrance, regarde ce visage de souffrance... mais rappelle-toi qu'il est nécessaire d'avancer, nécessaire d'apprendre à rire et nécessaire d'apprendre à aimer.

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

Notes

1. *La dictature militaire en Argentine avait interdit toute réunion publique dans les villes. Par conséquent, nous nous réunîmes dans une contrée isolée, Punta de Vacas, à la frontière du Chili et de l'Argentine. Dès l'aube, les autorités en contrôlaient les voies d'accès. On distinguait des nids de mitrailleuses, des véhicules militaires et des hommes armés. Pour passer, il fallait montrer ses papiers et fournir des renseignements personnels, ce qui créa quelques frictions entre les militaires et la presse internationale. Dans un cadre magnifique de monts enneigés, Silo commença à s'adresser à un auditoire de deux cents personnes. La journée était froide et ensoleillée. Aux environs de midi, tout était fini.*
2. *Il s'agit là de la première intervention publique de Silo. Dans un langage plus ou moins poétique, il explique que la connaissance la plus essentielle à la vie (« la vraie sagesse ») n'est pas la connaissance des livres ni des lois universelles, etc., mais une question d'expérience personnelle, intime. La connaissance la plus essentielle à la vie est liée à la compréhension de la souffrance et à son dépassement.*

Voici une thèse très simple, qui s'articule en plusieurs parties : 1. On commence par distinguer la douleur physique et ses dérivés, en soutenant qu'ils peuvent s'estomper grâce aux progrès de la science et de la justice, contrairement à la souffrance mentale qui ne peut être éliminée par aucun progrès de ce genre ; 2. On souffre de trois manières : par la perception, le souvenir et l'imagination ; 3. La souffrance trahit un état de violence ; 4. La violence s'enracine dans le désir

SILO

; 5. Le désir se manifeste à différents degrés et sous différentes formes. Le progrès est possible si le problème est traité (« par la méditation intérieure »). Par conséquent : 6. Le désir (« plus les désirs sont rustres ») engendre la violence, laquelle ne se cantonne pas à l'intérieur des individus, mais contamine le milieu relationnel ; 7. On observe différentes formes de violence car celle-ci ne se résume pas à la seule violence primaire qu'est la violence physique ; 8. Il est nécessaire d'adopter une conduite simple, à même d'orienter la vie (« Suis des règles simples ») : apprendre à apporter la paix, la joie et surtout l'espoir. Conclusions : la science et la justice sont nécessaires à l'espèce humaine pour vaincre la douleur. Le dépassement des désirs primitifs est indispensable pour vaincre la souffrance mentale.

SILO

Le Regard intérieur

SILO

I. La Méditation

1. Ici est raconté comment on convertit le non-sens de la vie en sens et en plénitude.
2. Ici, on trouve joie, amour du corps, de la nature, de l'humanité et de l'esprit.
3. Ici, on renie les sacrifices, le sentiment de culpabilité et les menaces d'outretombe.
4. Ici, on n'oppose pas le terrestre à l'éternel.
5. Ici, on parle de la révélation intérieure à laquelle parvient celui qui, soigneusement, médite en une humble recherche.

- II. Disposition Pour Comprendre
1. Je sais ce que tu sens car je peux faire l'expérience de ton état, mais tu ne sais pas comment l'on expérimente ce que je dis. Par conséquent, si je te parle de façon désintéressée de ce qui rend l'être humain heureux et libre, cela vaut la peine que tu essaies de comprendre. Ne pense pas que c'est en débattant avec moi que tu comprendras. Si tu penses que prendre le contrepied éclairera ton jugement, tu es libre de le faire, mais ce n'est pas la voie à suivre présentement.
 2. Ne pense pas que c'est en discutant avec moi que tu vas comprendre. Si tu crois que contredire cela éclaircira ton jugement, tu peux le faire, mais ce n'est pas la voie à suivre dans ce cas. Si tu rétorques avoir des choses plus urgentes à faire, je te répondrai que puisque ton vœu est de dormir ou de mourir, je ne ferai rien pour m'y opposer.
 3. Si tu me demandes quelle est l'attitude appropriée, je te dirai que c'est de méditer en profondeur et sans hâte ce que je t'explique ici.
 4. Si tu rétorques avoir des choses plus urgentes à faire, je te répondrai que si ton désir est de dormir ou de mourir, je ne ferai rien pour m'y opposer.

SILO

5. N'allègue pas non plus que ma façon de présenter les choses te déplaît car tu ne dis pas cela de la peau du fruit dont la chair te plaît.
6. Je m'exprime de la façon qui me semble convenir et non comme le souhaiteraient ceux dont les aspirations sont éloignées de la vérité intérieure.

III. Le Non-Sens

Au long des jours, je découvris ce grand paradoxe : ceux qui portèrent l'échec en leur cœur purent illuminer l'ultime triomphe ; ceux qui s'étaient sentis triomphateurs restèrent sur le chemin tels des végétaux à la vie diffuse et éteinte. Au long des jours, je parvins à la lumière depuis les obscurités les plus épaisses, guidé non par l'enseignement mais par la méditation. Ainsi, je me suis dit le premier jour :

1. Il n'y a pas de sens à la vie si tout se termine avec la mort.
2. Toute justification des actions, qu'elles soient méprisables ou excellentes, est toujours un nouveau rêve qui laisse face au vide.
3. Dieu est quelque chose d'incertain.
4. La foi est aussi variable que la raison et le rêve.
5. "Ce qu'il faut faire" peut être entièrement discuté et il n'est rien qui vienne appuyer définitivement les explications.
6. "La responsabilité" de celui qui prend un engagement n'est pas plus grande que la responsabilité de celui qui n'en prend pas.
7. J'agis selon mes intérêts ; cela ne fait pas de moi un lâche mais pas non plus un héros.
8. "Mes intérêts" ne justifient ni ne discréditent rien.

SILO

9. "Mes raisons" ne sont ni meilleures ni pires que les raisons des autres.
10. La cruauté me fait horreur mais elle n'est pas pour autant, ni en elle-même, meilleure ou pire que la bonté.
11. Ce qui est dit aujourd'hui, par moi ou par d'autres, n'est pas valable demain.
12. Mourir n'est pas mieux que vivre ou que ne pas être né, mais ce n'est pas pire non plus.
13. J'ai découvert non par enseignement, mais par expérience et méditation, qu'il n'y a pas de sens à la vie si tout se termine avec la mort.

IV. La Dépendance

Le deuxième jour.

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

V. Soupçon Du Sens

Le troisième jour.

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

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

VI. Sommeil Et Éveil

Le quatrième jour.

1. Je ne peux considérer comme réel ce que je vois dans mes rêves, ni ce que je vois en demi-sommeil, ni même ce que je vois éveillé mais plongé dans la rêverie.
2. Je peux considérer comme réel ce que je vois éveillé et sans rêverie. Cela ne se réfère pas à ce qu'enregistrent mes sens mais à des activités de mon mental quand elles se rapportent aux "données" pensées. Car les données naïves et douteuses sont fournies par les sens externes, les sens internes, et aussi par la mémoire. Ce qui est valable, c'est que mon mental le sait quand il est éveillé et le croit quand il est endormi. De rares fois je perçois le réel sous un jour nouveau, et alors je comprends que ce que l'on voit normalement ressemble au sommeil ou ressemble au demi-sommeil.

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

VII. Présence De La Force

Le cinquième jour.

1. Quand j'étais réellement éveillé, je m'élevais de compréhension en compréhension.
2. Quand j'étais réellement éveillé et que la vigueur me manquait pour continuer l'ascension, je pouvais extraire la Force de moi-même. Elle était dans tout mon corps. Toute l'énergie se trouvait jusque dans les plus petites cellules de mon corps. Cette énergie circulait et était plus rapide et plus intense que le sang.
3. Je découvris que l'énergie se concentrait dans des points de mon corps lorsque ceux-ci agissaient, et s'en absentait lorsqu'ils n'étaient plus en action.
4. Lors des maladies, l'énergie manquait ou s'accumulait exactement dans les points affectés. Mais si je parvenais à rétablir son passage normal, de nombreuses maladies commençaient à régresser.

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

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

VIII. Contrôle De La Force

Le sixième jour.

1. Il y a une façon de diriger et de concentrer la Force qui circule au travers du corps.
2. Il y a des points de contrôle dans le corps. C'est d'eux que dépend ce que nous expérimentons comme mouvement, émotion et idée. Quand l'énergie agit sur ces points, se produisent des manifestations motrices, émotive et intellectuelles.
3. Selon que l'énergie agit dans le corps plus à l'intérieur ou plus en surface, survient le sommeil profond, le demi-sommeil ou l'état d'éveil... Les auréoles entourant le corps ou la tête des saints (ou des grands éveillés), dans les tableaux des différentes religions, font sûrement allusion à ce phénomène de l'énergie qui parfois se manifeste plus extérieurement.
4. Il y a un point de contrôle de l'état d'éveil-véritable et il y a un moyen d'amener la Force jusqu'à celui-ci.
5. Lorsque l'énergie est amenée à cet endroit, tous les autres points de contrôle se meuvent de manière altérée.

SILO

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

IX. Manifestations De L'énergie

Le septième jour.

1. Cette énergie en mouvement pouvait “se rendre indépendante” du corps tout en gardant son unité.
2. Cette énergie unie était une sorte de “double corps”, qui correspondait à la représentation cénesthésique que l’on a de son propre corps à l’intérieur de l’espace de représentation. Les sciences traitant des phénomènes mentaux ne donnaient d’information suffisante ni sur l’existence de cet espace ni sur les représentations correspondant aux sensations internes du corps.
3. L’énergie dédoublée (c’est-à-dire imaginée “à l’extérieur” du corps, ou “séparée” de sa base matérielle) soit se dissolvait en tant qu’image, soit était représentée correctement, en fonction de l’unité intérieure de celui qui opérait ainsi.
4. Je pus vérifier que “l’extériorisation” de cette énergie, qui représentait le propre corps comme “en dehors” du corps, se produisait déjà depuis les niveaux les plus bas du mental. Dans ces cas, il arrivait que l’atteinte à l’unité la plus primaire de la vie provoquât cette réponse pour sauvegarder ce qui était menacé. C’est pourquoi, dans la transe de certains médiums dont le niveau de conscience était bas et l’unité intérieure en péril, ces réponses étaient involontaires ; elles n’étaient pas reconnues comme

SILO

produites par eux-mêmes mais attribuées à d'autres entités.

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

Ceci modifiait complètement aussi bien ma conception de la vie courante que celle de la vie après la mort. Par ces pensées et ces expériences, je perdis de plus en plus foi en la mort et, depuis lors, je ne crois plus en elle, de même que je ne crois pas au nonsens de la vie.

X. Évidence Du Sens

Le huitième jour :

1. La véritable importance de la vie éveillée m'apparut comme une évidence.
2. La véritable importance de détruire les contradictions internes me convainquit.
3. La véritable importance de maîtriser la Force pour parvenir à l'unité et à la continuité, m'emplit d'un sens joyeux.

XI. LE CENTRE LUMINEUX

Le neuvième jour:

1. Dans la Force, était la « lumière », émanant d'un « centre ».
2. Dans la dissolution de l'énergie, était l'éloignement du centre et dans son unification et son évolution, un fonctionnement correspondant du centre lumineux.

Je ne fus pas surpris de trouver chez les Anciens la dévotion au dieu-Soleil et je compris que, si certains adorèrent l'astre parce qu'il donnait vie à leur terre et à la nature, d'autres virent dans ce corps majestueux le symbole d'une réalité transcendante.

Certains allèrent plus loin encore et reçurent de ce centre d'innombrables dons qui « descendirent » audessus des inspirés, tantôt sous forme de langues de feu, tantôt sous forme de sphères lumineuses, tantôt sous forme de buissons ardents qui apparurent au croyant apeuré.

XII. Les Découvertes

Le dixième jour :

Peu nombreuses mais importantes furent mes découvertes que je résume ainsi :

1. La Force circule dans le corps de manière involontaire, mais peut être canalisée par un effort conscient. Parvenir à la maîtrise d'un changement au niveau de la conscience, offre à l'être humain la possibilité d'entrevoir des indices de libération des conditions « naturelles » qui semblent s'imposer à la conscience.
2. Il existe, dans le corps, des points de contrôle concernant ses diverses activités.
3. Il y a des différences entre le véritable état d'éveil et les autres niveaux de conscience.
4. La Force peut être conduite au point de l'éveil véritable (entendons par « Force », l'énergie mentale accompagnant certaines images, et par « point », l'emplacement d'une image en un « lieu » de l'espace de représentation donné).

Ces conclusions me firent reconnaître dans les prières des Anciens le germe d'une grande vérité qui s'obscurcit dans les rites et les pratiques extérieures, ces peuples n'étant pas parvenus à approfondir le travail intérieur qui, réalisé à la perfection, met l'homme au contact de sa source lumineuse. Enfin, je constatai que mes « découvertes » n'en étaient pas, mais qu'elles étaient dues à la révélation intérieure à laquelle parvient toute personne qui, exempte de contradictions, cherche la lumière en son propre cœur.

XIII. Les Principes

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

En suivant lentement pas à pas, en méditant sur ce qui a été dit et sur ce qui reste encore à dire, tu peux donner sens au non-sens. Ce que tu fais de ta vie n'est pas banal. Ta vie, sujette à des lois, a devant elle des possibilités de choix. Je ne te parle pas de liberté, mais de libération, de mouvement, de processus. Je ne parle pas de liberté comme d'une chose figée, mais de libération graduelle, tout comme se libère du chemin qu'il avait à parcourir celui qui arrive aux abords de sa ville. Par conséquent, « ce qu'il faut faire » ne tient pas à une morale lointaine, incompréhensible et conventionnelle, mais à des lois : lois de vie, de lumière et d'évolution.

Voici lesdits « Principes » susceptibles d'aider dans la quête de l'unité intérieure.

1. Aller à l'encontre de l'évolution des choses, c'est aller contre soi-même.
2. Lorsque tu forces les choses pour atteindre un but, c'est l'effet contraire que tu produis.
3. Ne t'oppose pas à une grande force. Fais marche arrière jusqu'à ce qu'elle s'amenuise, puis avance avec détermination.

SILO

4. Les choses réussissent quand elles s'agencent entre elles, non quand elles fonctionnent séparément.
5. Si pour toi le jour comme la nuit et l'été comme l'hiver ne sont pas problématiques, tu as dépassé la contradiction

38

6. Si tu poursuis le plaisir, tu t'enchaînes à la souffrance. Mais, tant que tu ne nuis pas à ta santé, jouis sans inhibition quand l'opportunité s'en présente.
7. Si tu poursuis un but, tu t'enchaînes. Si tout ce que tu fais, tu l'accomplis comme une fin en soi, tu te libères
8. Tu effaceras tes conflits quand tu les auras compris jusque dans leurs racines les plus profondes, et non lorsque c'est toi qui aura décidé de les résoudre.
9. Lorsque tu nuis à autrui, tu restes enchaîné. Par contre, si tu ne nuis à personne, tu peux faire tout ce que bon te semble, en toute liberté.
10. Lorsque tu traites les autres de la façon dont tu voudrais qu'ils te traitent, tu te libères.
11. Peu importe le camp dans lequel t'ont placé les événements, l'important pour toi est de comprendre que tu n'as choisi aucun camp.
12. Les actes contradictoires ou unitifs s'accumulent en toi. Si tu répètes tes actes d'unité intérieure, rien ne pourra plus t'arrêter.

SILO

Tu seras semblable à une force de la Nature qui ne trouve aucune résistance sur son passage. Apprends à discerner ce qui est difficulté, problème et inconvénient de ce qui est contradiction. Si les premiers te poussent ou t'incitent, cette dernière te campe dans une boucle sans fin.

Lorsque tu auras trouvé une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sentiras libre et exempt de contradictions, remercie sans attendre en ton for intérieur. Lorsque le contraire qui produira, supplie avec foi et cette reconnaissance que tu auras accumulée te sera rendue transformée et multipliée en bienfaits.

XIV. Le Guide Du Chemin Intérieur

Si tu as compris ce qui a été expliqué jusqu'ici, tu peux expérimenter la manifestation de la Force par un travail simple. Cela dit, il y a une différence entre observer une attitude mentale plus ou moins correcte (comme s'il s'agissait d'une disposition à un travail technique), et adopter une posture et une ouverture émotive proche de l'inspiration poétique. C'est pourquoi le langage utilisé pour transmettre ces vérités tend à faciliter cette attitude, mettant plus facilement au contact de la perception intérieure, bien loin d'une idée au sujet de la « perception intérieure ».

À présent, suis attentivement mes explications car elles portent sur le paysage intérieur que tu peux découvrir en travaillant avec la Force et les orientations que tu peux imprimer à tes mouvements mentaux. « Au cours de ton périple sur le chemin intérieur, tu peux être obscurci ou lumineux. Prête attention aux deux voies qui s'ouvrent à toi.

Si tu laisses ton être s'élancer vers des régions obscures, c'est ton corps qui gagnera la bataille et c'est lui qui dominera. Alors, surgiront des sensations et des faux esprits, des fausses forces et des faux souvenirs. Par là, on descend toujours plus bas. C'est là que résident la Haine, la Vengeance, l'Étrangeté, la Possession, la Jalousie, le Désir de demeurer. Si tu descends encore davantage, tu seras envahi par la Frustration, le Ressentiment, et par toutes ces rêveries et désirs qui ont été sources de ruine et de mort pour l'humanité.

SILO

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

Les pas au cours de l'ascension dévoilent d'étranges régions aux couleurs pures et aux sons inconnus.

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

Repousse l'effroi et le découragement.

Repousse le désir de fuir vers de basses régions obscures. Repousse l'attachement aux souvenirs.

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

La lumière pure luit sur les cimes des hautes chaînes montagneuses et les eaux aux mille couleurs s'écoulent au son de mélodies méconnaissables vers des prairies et des plateaux cristallins.

Ne crains pas la pression de la lumière qui t'éloigne de son centre avec toujours plus de force. Absorbe-la comme si elle était liquide ou vent car elle recèle assurément la vie.

Lorsque dans la grande chaîne montagneuse, tu trouveras la cité cachée, tu devras en connaître l'entrée. Mais cela, tu le sauras dès l'instant où ta vie sera transformée. Ses énormes murailles sont écrites en figures, en couleurs et sont « ressenties ». Cette cité préserve ce qui est fait et ce qui reste

SILO

à faire... Mais pour ton œil intérieur, le transparent est opaque. Oui, pour toi, les murs sont impénétrables !

Puise la Force de la cité cachée. Retourne au monde de la vie dense, les mains et le front lumineux ».

XV. L'expérience De Paix Et Le Passage De La Force

1. Détends ton corps tout entier et apaise le mental. Imagine alors une sphère transparente et lumineuse qui, descendant vers toi, finit par se loger dans ton cœur. Tu constateras sur-le-champ que la sphère cesse d'apparaître en tant qu'image pour devenir sensation à l'intérieur de ta poitrine.
2. Observe comment, à partir de ton cœur, la sensation de la sphère se propage lentement vers l'extérieur de ton corps, tandis que ta respiration devient plus ample et plus profonde. Lorsque la sensation parvient aux limites de ton corps, tu peux cesser toute activité et enregistrer l'expérience de paix intérieure. Tu peux rester ainsi aussi longtemps que bon te semble.

Dissipe ensuite cette expansion antérieure (jusqu'à ton cœur, comme au début) afin de te détacher de ta sphère et conclure l'exercice, calme et réconforté. On appelle ce travail « expérience de paix ».

3. En revanche, si tu veux faire l'expérience du passage de la Force, au lieu de dissiper l'expansion, il te faut l'amplifier en laissant tes émotions et tout ton être l'accompagner. N'essaye pas de porter ton attention sur la respiration. Laisse-la agir par elle-même, tout en suivant l'expansion hors de ton corps.
4. Je dois te répéter ceci : à cet instant-ci, ton attention doit se focaliser sur la sensation de propagation de la

sphère. Si tu n'y parviens pas, il vaut mieux t'arrêter et recommencer à un autre moment. Quoi qu'il en soit, si tu ne produis pas le passage, tu pourras éprouver une sensation de paix intéressante.

5. Si, en revanche tu as été plus loin, tu commenceras à faire l'expérience du passage. Une vigueur sensitive, différente de celle que tu connais habituellement, te parviendra de tes mains et des autres parties de ton corps. Tu percevras ensuite des ondulations progressives, et très vite, jailliront avec force images et émotions. Laisse alors le se produire passage...
6. En recevant la Force, tu percevras la lumière ou des sons étranges en fonction de ton propre mode de représentation habituelle. Dans tous les cas, l'important sera d'expérimenter l'expansion de la conscience, dont l'un des indicateurs devra être une plus grande lucidité et une plus grande disposition à comprendre ce qui se passe.
7. Tu peux mettre fin à cet état singulier quand bon te semble, (à moins qu'il ne se soit déjà estompé avec le temps), en imaginant ou en sentant la contraction de la sphère qui s'extraira ensuite de toi, comme cela s'était produit initialement.
8. Il est intéressant de comprendre que de nombreux états modifiés de conscience ont été et sont obtenus, presque systématiquement, par déclenchement de mécanismes similaires à ceux décrits plus haut. Ils ont été, bien évidemment, accompagnés de rituels étranges ou

SILO

parfois renforcés par des pratiques d'épuisement, une motricité déchaînée, la répétition, et des positions qui, dans tous les cas, altèrent la respiration et faussent la sensation générale de l'intracorps. Dans ce domaine, il te faut reconnaître l'hypnose, la médiumnité et également l'action des drogues qui, agissant par d'autres voies, produisent des altérations similaires. Il est certain que tous les cas mentionnés se caractérisent par l'absence de contrôle et l'ignorance de ces manifestations. Méfies-en toi et considère-les comme de simples « transes », par lesquelles sont passés les ignorants, les expérimentateurs et même les « saints », aux dires des légendes.

9. Si tu as travaillé en suivant ces recommandations, il peut néanmoins arriver que tu ne sois pas parvenu à produire le passage. Cela ne doit pas devenir une source de préoccupations, mais simplement le signe d'un manque de « lâcher-prise » intérieur, ce qui pourrait être le reflet d'une grande tension, de problèmes au niveau de la dynamique d'image et, finalement, d'une fragmentation au niveau du comportement émotif... Ce qui, du reste, sera présent dans ta vie quotidienne.

XVI. Projection De La Force

1. Si tu as fait l'expérience du passage de la Force, tu pourras comprendre comment, en s'appuyant sur des phénomènes similaires, mais sans aucune compréhension, différents peuples ont initié des rites et des cultes qui n'ont eu de cesse de se multiplier par la suite. Par des expériences du type évoqué, de nombreuses personnes ont senti leur corps « dédoublé ». L'expérience de la Force leur donna la sensation de pouvoir projeter cette énergie à l'extérieur d'eux-mêmes.

2. La Force fut « projetée » sur d'autres ainsi que sur des objets particulièrement « aptes » à la recevoir et à la conserver. Je suis persuadé que tu n'auras aucun mal à comprendre la fonction exercée par certains sacrements dans diverses religions, ainsi que la signification des lieux sacrés et des prêtres soi-disant « chargés » de la Force. Lorsque certains objets furent vénérés avec foi dans les temples et qu'on les entoura de cérémonies et de rites, sans doute « restituèrent-ils » aux croyants l'énergie accumulée à travers les répétitions de prières. C'est poser des limites à la connaissance du fait humain que l'on ait presque toujours expliqué ces phénomènes depuis une perspective extérieure, selon la culture, l'espace, l'histoire et la tradition, alors que l'expérience intérieure de base est une donnée essentielle à la compréhension de tout cela.

3. Nous reviendrons plus loin sur ce qui est de « projeter », « charger » et « restituer » la Force.

Mais je peux déjà te dire que ce même mécanisme est toujours d'actualité, même dans des sociétés désacralisées où les dirigeants et les hommes de prestige sont nimbés d'une représentation particulière aux yeux de ceux qui les voient, et qui voudraient même « les toucher », ou s'accaparer d'un bout de leurs vêtements ou de leurs effets personnels.

4. Parce que toute représentation de ce qui est « haut » part de l'œil pour s'élever au-dessus de la ligne normale de regard. Et que « hautes » sont les personnalités à « posséder » la bonté, la sagesse et la force. Et qu'en « haut », se trouvent les hiérarchies, les pouvoirs, les drapeaux et l'État. Alors, nous autres, communs des mortels, il nous faut « gravir » l'échelle sociale et nous rapprocher à tout prix du pouvoir. Quelle erreur que la nôtre que de nous faire encore manipuler par ces mécanismes concordant avec notre représentation interne, la tête en « haut » et les pieds collés au sol. Quelle erreur que la nôtre que de croire en ces choses-là (si l'on y croit, c'est bien qu'elles ont leur « réalité » dans notre représentation interne). Quelle erreur que la nôtre, alors que notre regard extérieur n'est autre qu'une projection ignorée de notre regard intérieur.

XVII. Perte et répression de la force

- 1 Les plus grandes décharges d'énergie sont provoquées par des actes incontrôlés, à savoir : l'imagination débridée, la curiosité sans réserve, le bavardage sans retenue, la sexualité excessive, et la perception exagérée (regarder, écouter, goûter, etc., de manière exubérante et sans but). Mais tu dois aussi reconnaître que beaucoup agissent de la sorte afin de se décharger de leurs tensions qui, autrement, leur seraient douloureuses. Prenant cela en considération et sachant le rôle joué par ces décharges, tu seras de mon avis qu'il n'est pas raisonnable de les réprimer et qu'il convient plutôt de les ordonner.
- 2 Pour ce qui est de la sexualité, tu dois interpréter correctement ceci : cette fonction ne doit pas être réprimée car cela entraînerait des effets mortifiants et une contradiction interne. La sexualité s'oriente et s'achève en l'acte lui-même, mais il n'est pas souhaitable qu'elle continue à affecter l'imaginaire ou qu'elle s'obstine à chercher un nouvel objet de possession de manière obsessionnelle.
3. Le contrôle du sexe par une « morale » sociale ou religieuse déterminée a servi des desseins qui n'avaient rien à voir avec l'évolution, bien au contraire.
4. La Force (l'énergie de la représentation de la sensation de l'intracorps) s'est dédoublée vers le crépusculaire dans les sociétés réprimées, multipliant dès lors les cas de « possédés du démon », de « sorciers », de sacrilèges

SILO

et de criminels de tous bords, qui jouirent de la souffrance, de la destruction de la vie et de la beauté. Dans certaines tribus et civilisations, les criminels appartenrent aussi bien au clan des justiciers qu'à celui des suppliciés. Dans d'autres cas, la persécution fut exercée contre tout ce qui était science et progrès car cela s'opposait à l'irrationnel, au crépusculaire et à ce qui était réprimé.

5. La répression du sexe subsiste chez certains peuples primitifs, ainsi que chez d'autres réputés appartenir à une « civilisation avancée ». Chez les uns comme chez les autres, il est évident que le signe destructeur est notable, même si l'origine d'une telle situation est différente dans les deux cas.
6. Si tu me demandes de plus amples explications, je te dirai que le sexe est saint en réalité, et qu'il est le centre impulseur de la vie et de toute créativité. De même que c'est de lui qu'émane toute destruction quand sa problématique de fonctionnement n'est pas résolue.
7. Ne crois jamais aux mensonges des empoisonneurs de la vie qui se réfèrent au sexe comme à quelque chose de méprisable. Au contraire, en lui se trouve

la beauté, et ce n'est pas en vain qu'il est lié aux plus précieux sentiments d'amour.
8. Prêtes-y donc attention et considère-le comme une grande merveille qui mérite d'être traitée avec délicatesse, sans faire de lui une source de contradiction

SILO

ni un élément désintégreur de l'énergie vitale.

Xviii. Action et réaction de la force

Précédemment, je t'ai expliqué : « Lorsque tu trouveras une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sentiras libre et exempt de contradictions, remercie sans attendre en ton for intérieur ».

1. « Remercier » signifie concentrer les états d'âme positifs associés à une image, à une représentation. Cette liaison avec l'état positif permet, en situation défavorable, de faire surgir, à l'évocation d'une chose, celle qui l'accompagnait auparavant. De plus, puisque cette « charge » mentale peut être élevée par des répétitions passées, elle est capable de déloger les émotions négatives éventuellement imposées par certaines circonstances.
2. C'est pour toutes ces raisons que tes demandes te seront rendues, du plus profond de toi-même, multipliées en bienfaits, à condition d'avoir accumulé en toi de nombreux états positifs. Il n'y a donc pas lieu de répéter que ce mécanisme sert (confusément) à « charger de l'extérieur » des objets, des personnes ou des entités intérieures qui se sont extériorisés, croyant que demandes et prières seraient exaucées.

XIX. Les États Intérieurs

À présent, tu dois, acquérir une perception suffisante des états intérieurs auxquels tu peux être confronté au cours de ta vie, et en particulier, au cours de ton travail évolutif. Je ne peux les décrire autrement qu'avec des images (en l'occurrence, des allégories). Celles-ci présentent l'avantage, me semble-t-il, de concentrer « visuellement » des états d'âme complexes. D'autre part, la particularité d'enchaîner ces états comme s'il s'agissait de moments distincts faisant partie intégrante d'un seul et même processus, introduit une variante dans les descriptions toujours fragmentées auxquelles nous ont habitués ceux qui s'occupent de ces choses.

1. Le premier état, dans lequel prévaut le non-sens (celui que nous avons évoqué au début) sera appelé « vitalité diffuse ». Tout est orienté en fonction des besoins physiques, mais ceux-ci sont souvent confondus avec les désirs et les images contradictoires. Là, les motifs et les occupations sont obscurs. On reste dans cet état végétatif, perdu au milieu de formes variables. De là, l'évolution ne peut se produire que par deux voies : celle de la mort ou celle de la mutation.
2. La voie de la mort te met en présence d'un paysage chaotique et obscur. Les Anciens connaissaient ce passage et le situaient presque toujours « sous terre », ou dans les profondeurs abyssales. Certains

visitèrent également ce royaume pour ensuite « ressusciter » en des niveaux lumineux. Saisis bien ceci : « en-deçà » de la mort, se trouve la vitalité diffuse. Le mental humain établit peut-être un lien entre la désintégration de la mort et des phénomènes postérieurs de transformation, et il associe peut-être aussi le mouvement diffus avec celui de l'avantnaissance. Si ta direction va dans le sens ascendant, la « mort » signifie une rupture avec ton étape antérieure. Par la voie de la mort, on s'élève vers un autre état.

3. En y accédant, on trouve le refuge de la régression. De là, partent deux chemins : celui du repentir et celui-là même qui servit à l'ascension, c'est-à-dire le chemin de la mort. Si tu prends le premier, c'est parce que ta décision cherche à rompre avec ta vie passée. Si tu retournes au chemin de la mort, tu retombes dans les abîmes avec cette sensation de tourner en rond.
4. Cependant, je t'ai parlé d'un autre sentier qui permet d'échapper à la vitalité abyssale, celui de la mutation. Si tu choisis cette voie, c'est parce que tu veux émerger de ton pénible état, sans toutefois être disposé à abandonner certains de ses bénéfiques apparents. C'est donc un faux chemin, connu sous le nom de « chemin de la main gauche ». De nombreux monstres sont sortis des profondeurs de ce tortueux passage. Ils ont voulu prendre le ciel d'assaut sans abandonner les enfers et, ce faisant,

ont projeté sur le monde médian une contradiction infinie.

5. Je suppose qu'en t'élevant depuis le royaume de la mort et par ton repentir conscient, tu es déjà parvenu à la demeure de la tendance. Deux minces corniches soutiennent ta demeure : la conservation et la frustration. La conservation est fautive et instable. En la parcourant, tu te réjouis à l'idée de permanence, mais en réalité tu descends rapidement. Si tu prends le chemin de la frustration, ta montée est pénible, bien qu'elle soit l'unique-non fautive.

6. D'échec en échec, tu peux atteindre le prochain palier appelé « demeure de la déviation ». Attention aux deux voies qui s'offrent à toi à présent : tu prends soit le chemin de la résolution, qui te mène à la génération, soit celui du repentir qui te fait redescendre vers la régression. Tu es là, face au dilemme : ou bien tu choisis le labyrinthe de la vie consciente (et tu le fais avec résolution), ou bien tu reviens, aigri, à ta vie antérieure. Nombreux sont ceux qui, faute d'avoir réussi à se surpasser, interrompent là leurs possibilités.

7. Mais toi qui t'es élevé avec résolution, tu te retrouves à présent dans la demeure connue sous le nom de « génération ». Là, trois portes s'offrent à toi : l'une s'appelle « Chute », l'autre « Tentative » et la troisième « Dégradation ». La Chute te mène tout droit

aux profondeurs, et seul un accident extérieur pourrait t'y pousser. Il est peu probable que tu choisisses cette porte. Alors que celle de la Dégradation te mène indirectement aux abîmes, te faisant rebrousser chemin, dans une sorte de spirale turbulente dans laquelle tu ne cesses de ressasser tout ce que tu as perdu et sacrifié. Cet examen de conscience qui mène à la Dégradation est d'ailleurs un faux examen dans lequel tu sous-estimes et disproportionnes certaines choses que tu compares. Tu confrontes l'effort de l'ascension avec ces « bénéfiques » auxquels tu as renoncés. Mais, si tu regardes les choses de plus près, tu t'apercevras que ce n'est pas cette raison qui t'y as fait renoncé, mais d'autres. La Dégradation commence donc par falsifier les raisons qui semblaient étrangères à l'ascension. Je pose maintenant la question : qu'est-ce qui trahit le mental ? Seraient-ce les fausses raisons de l'enthousiasme initial ? Serait-ce la difficulté de l'entreprise ? Serait-ce le faux souvenir de sacrifices qui n'ont nullement existé ou qui ont eu d'autres motifs ? Je te dis et te demande à présent : ta maison a brûlé il y a longtemps. Est-ce pour cette raison que tu as décidé d'entreprendre l'ascension, ou penses-tu à présent que c'est parce que tu es monté qu'elle a brûlé ? As-tu par hasard regardé un peu ce qui était arrivé à d'autres maisons alentours ?... Tu dois assurément choisir la porte du milieu.

8. Gravis le perron de la Tentative et tu parviendras à une coupole instable. De là, emprunte un couloir étroit et sinueux que tu connaîtras comme étant celui de la « volatilité » jusqu'à déboucher sur un grand espace vide (tel une plate-forme), qui porte le nom de : « espace-ouvert-de-l'énergie ».
9. Dans cet espace, tu pourras être effrayé par l'immense paysage désertique et le silence terrifiant de cette nuit transfigurée par d'énormes étoiles immobiles. Là, juste au-dessus de ta tête, tu verras, clouée dans le firmament, la forme insinuante de la Lune Noire... une étrange lune éclip­sée, exactement opposée au Soleil. Là, tu dois attendre l'aube patiemment et avec foi, car rien de mal ne peut t'arriver si tu gardes ton calme.
10. En pareilles circonstances, tu pourrais être saisi d'une envie soudaine de t'échapper. Dans ce cas, tu risquerais de te diriger à tâtons n'importe où, au lieu d'attendre prudemment le jour. Tu dois te rappeler que là (dans l'obscurité), tout mouvement est faux, et porte le nom générique d'« improvisation ». Si tu oubliais ce que je mentionne à présent et que tu commençais à improviser des mouvements, sois certain que tu serais entraîné dans un tourbillon au milieu des sentiers et des demeures jusqu'au fin fond le plus obscur de la dissolution.
11. Qu'il est difficile de comprendre que les états intérieurs sont enchaînés les uns aux autres ! Si tu savais à quel point la logique de la conscience est inflexible, tu constaterais

que dans la situation décrite, celui qui improvise à l'aveugle commence fatalement à avilir et à s'avilir ; après, surgissent en lui les sentiments de frustration qui le feront tomber progressivement par la suite dans le repentir et dans la mort ; survient alors l'oubli de tout ce qu'il était parvenu à percevoir un jour.

12. Si, sur l'esplanade, tu réussis à atteindre le jour, surgira devant tes yeux le Soleil radieux qui t'éclairera, pour la première fois, la réalité. Alors, tu verras que toute existence recèle un Plan.
13. De là, ta chute sera improbable, à moins que ta volonté ne soit de descendre vers des régions plus obscures pour apporter la lumière aux ténèbres.

Il est inutile de s'étendre davantage sur ces questions car, sans expérience, elles trompent, transposant le réalisable dans le champ de l'imaginaire. Puisse ce qui a été dit jusqu'à présent t'être utile ! Dans le cas contraire, que pourrais-tu objecter puisque rien ne saurait appuyer ni justifier le scepticisme, pareil à l'image d'un miroir, au son d'un écho, à l'ombre d'une ombre.

XX. La Réalité Intérieure

1. Sois attentif à mes considérations. En elles, tu n'auras d'intuitions que des phénomènes allégoriques et des paysages du monde extérieur. En revanche, elles comportent aussi des descriptions réelles du monde mental.
2. Tu ne dois pas croire non plus que les « lieux » que tu traverses au cours de ton périple, aient en quelque sorte une existence indépendante. Une telle confusion a souvent obscurci de profonds enseignements et c'est ainsi, qu'encore aujourd'hui, certains croient que le ciel, les enfers, les anges, les démons, les monstres, les châteaux enchantés, les cités lointaines et autres, ont une réalité visible pour les « illuminés ». Ce même préjugé, interprété cette fois à l'inverse, a eu une emprise sur des sceptiques sans sagesse qui prirent ces choses-là pour de simples illusions ou des hallucinations d'esprits enfiévrés.
3. Il me faut alors répéter que tu dois bien comprendre qu'il s'agit là de véritables états mentaux, quand bien même ils sont symbolisés par des objets propres au monde extérieur.
4. Tiens compte de ce qui a été dit et apprends à découvrir la vérité qui se cache derrière les allégories ; parfois, elles déroutent le mental, mais parfois aussi, elles traduisent des réalités autrement insaisissables sans représentation.

Quand on parla des cités des dieux que cherchaient à atteindre de nombreux héros issus de différents peuples ; quand on parla de paradis où les dieux et les hommes cohabitaient dans une nature originelle transfigurée ; quand on parla de chutes et de déluges, une grande vérité intérieure fut exprimée.

Les rédempteurs apportèrent ensuite leurs messages et vinrent à nous, investis d'une double nature, afin de rétablir cette nostalgique unité perdue. Alors, une grande vérité intérieure fut également énoncée.

Cependant, lorsque tout cela fut exprimé hors du cadre mental, on fit place à l'erreur et au mensonge.

Inversement, le monde extérieur, dans sa confusion avec le regard intérieur, oblige ce dernier à parcourir de nouveaux chemins.

Ainsi, s'envole aujourd'hui vers les étoiles le héros de cet âge. Il vole à travers des régions jusqu'alors ignorées.

Il vole hors de son monde et va, poussé sans le savoir, jusqu'au centre lumineux intérieur.

Notes

Le Regard intérieur est divisé en vingt chapitres et chacun d'eux est subdivisé en extraits. Les idées maîtresses du livre peuvent être regroupées comme suit :

- A. Les deux premiers chapitres servent d'introduction et présentent l'intention de celui qui explique, l'attitude de celui qui prête attention, et la façon d'avancer dans cette relation.
- B. Les chapitres III à XIII développent les sujets les plus généraux sous la forme d'explications et sont répartis en dix « jours » de réflexion.
- C. Le chapitre XIII marque un changement. Après l'exposition générale, l'auteur examine les comportements et les attitudes face à la vie.
- D. Les chapitres suivants abordent le travail intérieur.
L'ordre des thèmes est le suivant :
 - I. LA MÉDITATION - Objet du livre : donner sens au non-sens.

- II. DISPOSITION POUR COMPRENDRE -
Position mentale requise à la compréhension des thèmes.
- III. LE NON-SENS - Le sens de la vie et de la mort.
- IV. LA DÉPENDANCE - L'action du milieu sur l'être humain.
- V. SOUPÇON DU SENS - Quelques phénomènes mentaux inhabituels.
- VI. SOMMEIL ET ÉVEIL - Différences entre les niveaux de conscience et la perception de la réalité (sommeil, demi-sommeil, éveil avec rêveries et plein éveil). Sens externes, internes et mémoire.
- VII. PRÉSENCE DE LA FORCE - Élévation de la compréhension à l'état d'éveil. Énergie ou force, localisée et en mouvement dans le corps.
- VIII. CONTRÔLE DE LA FORCE - Profondeur et superficialité de l'énergie, liée aux niveaux de conscience.
- IX. MANIFESTATIONS DE L'ÉNERGIE Contrôle et perte de contrôle de l'énergie.
- X. ÉVIDENCE DU SENS - Contradiction interne, unité et continuité.

- XI. LE CENTRE LUMINEUX - L'énergie, liée à l'allégorisation intérieure du « centre lumineux ». Les phénomènes d'intégration interne « ascendant vers la lumière ». La dissolution intérieure ressentie comme « éloignement de la lumière ».
- XII. LES DÉCOUVERTES - Circulation de l'énergie. Niveaux. Nature de la force représentée comme « lumière ». Les exemples des peuples sur ces questions.
- XIII. LES PRINCIPES - Les Principes comme référence d'unité intérieure.
- XIV. LE GUIDE DU CHEMIN INTERNE - Représentation des phénomènes accompagnant les directions de « descente » et de « montée ».
- XV. L'EXPÉRIENCE DE PAIX ET LE PASSAGE DE LA FORCE - Procédés.
- XVI. PROJECTION DE LA FORCE - Sens de la « projection ».
- XVII. PERTE ET REPRESSION DE LA FORCE Décharges d'énergie. Le sexe comme centre producteur d'énergie.
- XVIII. ACTION ET RÉACTION DE LA FORCE -

L'association des représentations à charges émotives. L'évocation de l'image liée à des états émotifs, suscite (restitue) à nouveau les états émotifs qui lui sont associés. Le « remerciement », comme technique d'association d'images à des états émotifs, applicable dans la vie quotidienne.

- XIX. LES ÉTATS INTÉRIEURS - Situations mentales dans lesquelles est susceptible de se trouver celui qui est intéressé par le travail intérieur.
- XX. LA RÉALITÉ INTÉRIEURE - Les processus mentaux liés aux représentations allégoriques du monde extérieur.

L'EXPÉRIENCE

Office

L'Office est réalisé à la demande d'un ensemble de personnes.

Officiant : Mon mental est inquiet.

Ensemble : Mon mental est inquiet.

Officiant : Mon cœur est agité.

Ensemble : Mon cœur est agité.

Officiant : Mon corps est tendu.

Ensemble : Mon corps est tendu.

Officiant : Je relâche mon corps, mon cœur et mon mental.

Ensemble : Je relâche mon corps, mon cœur et mon mental.

Si possible, les participants sont assis. L'Auxiliaire se lève, cite un Principe ou une pensée du Regard Intérieur en

accord avec les circonstances et invite à méditer sur le thème évoqué. Quelques minutes passent et finalement, l'Officiant, debout, lit lentement les phrases suivantes, en s'arrêtant après chacune d'elles

Officiant : Relâche pleinement ton corps et tranquillise le mental...

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

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

La sensation de la sphère s'étend de ton cœur jusqu'au-dehors de ton corps, alors que tu amplifies ta respiration...

Dans tes mains et le reste du corps, tu auras de nouvelles sensations...

Tu percevras des ondulations progressives et des émotions et des souvenirs positifs surgiront...

Laisse se produire librement le passage de la Force. Cette Force qui donne de l'énergie à ton corps et à ton mental...

Laisse la Force se manifester en toi...

Essaie de voir sa Lumière à l'intérieur de tes yeux et n'empêche pas qu'elle agisse par elle-même...

Sens la Force et sa luminosité interne...

Laisse-la se manifester librement...

Auxiliaire : Avec cette Force que nous avons reçue, concentrons le mental sur l'accomplissement de ce dont nous avons réellement besoin.

Il invite alors tout le monde à se lever pour effectuer la Demande. On laisse passer un peu de temps.

Officiant : Paix, Force et Joie !

Ensemble : Pour toi aussi, Paix, Force et Joie !

Imposition

L'Imposition est réalisée à la demande d'une ou de plusieurs personnes. L'Officiant et l'Auxiliaire sont debout.

Officiant : Mon mental est inquiet.

Ensemble : Mon mental est inquiet.

Officiant : Mon cœur est agité.

Ensemble : Mon cœur est agité.

Officiant : Mon corps est tendu.

Ensemble : Mon corps est tendu.

Officiant : Je relâche mon corps, mon cœur et mon mental.

Ensemble : Je relâche mon corps, mon cœur et mon mental.

L'Officiant et l'Auxiliaire s'assoient et laissent passer un moment. L'Officiant se met debout.

Officiant : Si tu veux recevoir la Force, tu dois comprendre qu'au moment de l'Imposition, tu commenceras à expérimenter de nouvelles sensations. Tu percevras des ondulations progressives et des émotions et des souvenirs positifs surgiront. Quand cela arrivera, laisse se produire librement le passage de la Force...

Laisse la Force se manifester en toi et n'empêche pas qu'elle agisse par elle-même...

Sens la Force et sa luminosité interne...

Laisse-la se manifester librement...

On laisse passer un moment ; l'Auxiliaire se met debout.

Auxiliaire : Celui qui désire recevoir la Force peut se mettre debout.

Selon le nombre de participants, l'Auxiliaire invite à rester debout près de son siège ou à former un cercle autour de l'Officiant. Passé un moment, l'Officiant commence l'Imposition. L'Auxiliaire, si nécessaire, facilite les déplacements des participants et occasionnellement, en accompagne certains jusqu'à leur siège. Une fois l'Imposition terminée, on laisse passer un moment qui permet d'assimiler l'expérience.

Auxiliaire : Avec cette Force que nous avons reçue, concentrons le mental sur l'accomplissement de ce dont nous avons réellement besoin, ou concentrons le mental sur ce dont un être très cher a réellement besoin.

Il invite alors tous les participants à se lever pour effectuer silencieusement leurs demandes. Parfois, l'un des participants formule une Demande pour une personne présente ou absente.

SILO

On laisse passer un moment.

Officiant : Paix, Force et Joie !

Ensemble : Pour toi aussi, Paix, Force et Joie !

Bien-Être

La cérémonie est réalisée à la demande d'un ensemble de personnes. Si possible, les participants sont assis. L'Officiant et l'Auxiliaire sont debout

Auxiliaire : Nous sommes réunis ici pour nous souvenir des êtres qui nous sont chers. Certains d'entre eux ont des difficultés dans leur vie affective, dans leur vie relationnelle ou des problèmes de santé. Nous dirigeons vers eux nos pensées et nos meilleurs souhaits.

Officiant : Nous sommes certains que notre demande de bien-être leur parviendra. Nous pensons à nos êtres

chers ; nous sentons la présence de nos êtres chers et nous expérimentons le contact avec nos êtres chers.

Auxiliaire : Prenons un court moment pour méditer sur les difficultés dont souffrent ces personnes...

On laisse quelques minutes pour que les participants puissent méditer.

Officiant : Nous aimerions maintenant faire sentir nos meilleurs souhaits à ces personnes. Une vague de soulagement et de bien-être doit leur parvenir...

Auxiliaire : Prenons un court moment pour préciser mentalement la situation de bien-être que nous souhaitons à nos êtres chers...

On laisse quelques minutes pour que les participants puissent concentrer leur mental.

Officiant : Nous concluons cette cérémonie en donnant l'opportunité à ceux qui le désirent, de sentir la présence de ces êtres très chers qui, bien qu'ils ne soient pas ici, dans notre temps, dans notre espace, sont en relation avec nous dans l'expérience de l'amour, de la paix et de la joie chaleureuse...

On laisse passer un peu de temps.

Officiant : Cela a été bon pour d'autres, réconfortant pour nous-mêmes et inspirateur pour nos vies. Nous saluons tous ceux qui baignent dans ce courant de bien-être, courant fortifié par les meilleurs souhaits des personnes ici présentes.

Protection

Cérémonie de participation individuelle ou collective. Tous sont debout. L'Officiant et l'Auxiliaire sont face aux enfants et ces derniers sont entourés par les participants.

Auxiliaire : Cette cérémonie a pour objet de faire participer les enfants à notre communauté. Depuis des temps très anciens, les enfants ont fait l'objet de cérémonies comme les baptêmes, l'attribution d'un nom, etc. Par elles, on a reconnu les changements de situation, les changements d'étape de l'être humain. Il y a toujours eu, et il y a encore, certaines formalités civiles par lesquelles on constate la naissance, le lieu où cela s'est produit, etc. Mais la transcendance spirituelle qui accompagne une cérémonie de ce type n'a rien à voir avec la froideur des constats écrits. Elle est liée à la joie qu'éprouvent les

parents et la communauté à présenter publiquement les enfants. C'est une cérémonie par laquelle l'état des enfants **change** : ils se transforment en participants d'une communauté qui s'engage à les prendre en charge dans le cas où des circonstances malheureuses les laisseraient démunis. Dans cette cérémonie, on demande protection pour les enfants et la communauté les accueille comme ses nouveaux enfants.

Après quelques instants, l'Officiant se dirige aimablement vers les personnes présentes.

Officiant : Nous demandons protection pour ces enfants.

Auxiliaire : Nous les accueillons avec joie et nous nous engageons à leur donner notre protection.

Officiant : Nous élevons maintenant nos meilleurs souhaits...
Paix et Joie pour tous !

L'Officiant pose aimablement une main sur la tête de chaque enfant et lui donne un baiser sur le front.

Mariage

Tous sont debout. Un ou plusieurs couples. L'Officiant et l'Auxiliaire sont face aux couples.

Auxiliaire : Depuis des temps reculés, les mariages ont été des cérémonies de changement d'état des personnes. Lorsque quelqu'un termine ou commence une nouvelle étape de sa vie, il a coutume d'accompagner cette situation d'un rituel déterminé. Notre vie personnelle et sociale est liée à des rituels plus ou moins acceptés par les coutumes. Nous saluons différemment le matin et le soir, nous serrons la main à une personne connue, nous fêtons un anniversaire, l'aboutissement des études ou un changement de travail. Nos sports sont accompagnés de rituels et nos cérémonies religieuses, partisanes, civiques nous placent dans la situation adéquate suivant les cas.

Le mariage est un important changement d'état des personnes et, dans toutes les nations du monde, un tel fait exige certaines formalités légales. C'est-à-dire que la relation conjugale place les conjoints dans une nouvelle situation face à la communauté et à l'État. Mais quand un couple établit des liens conjugaux, il le fait en pensant à un nouveau style de vie, il le fait avec un sentiment profond et non avec un esprit formel. Il y a par conséquent, dans cette cérémonie de changement d'état, l'intention d'établir un nouveau lien, si possible durable, avec une autre personne. Il y a le désir de

recevoir le meilleur de l'autre et de lui donner le meilleur de soi. Il y a l'intention de mener

plus loin cette union en mettant au monde ou en adoptant des enfants. En voyant ainsi le mariage, nous donnons de l'importance à la légalité du lien, mais quant au sens spirituel et émotionnel, nous disons que seuls les conjoints donnent signification à cette cérémonie. En d'autres termes, cette cérémonie met deux êtres humains en situation d'entreprendre une vie nouvelle et c'est dans cette cérémonie que ceux qui se marient réalisent cette profonde union en accord avec ce qu'ils ressentent. Nous ne les marions pas, ce sont eux qui se marient devant notre communauté.

Officiant : Pour que cette cérémonie soit vôtre et qu'elle soit véritable, nous demandons (s'adressant à l'un des conjoints) : que représente ce mariage pour toi ? La personne interrogée explique à haute voix... Officiant : (s'adressant à l'autre conjoint) Que représente ce mariage pour toi ? La personne interrogée explique à haute voix... Officiant : Par conséquent, ce mariage sera en accord avec les souhaits exprimés et les intentions les plus profondes. (Il salue affectueusement le(s) couple(s).)

Assistance

Il s'agit d'une cérémonie où l'on exprime beaucoup d'affection, une cérémonie qui exige que celui qui la réalise donne le meilleur de lui-même.

La cérémonie peut être répétée à la demande de l'intéressé ou de ceux qui s'occupent de lui.

L'Officiant est seul avec la personne mourante.

Quel que soit l'état apparent de lucidité ou d'inconscience du mourant, l'Officiant s'approche de lui en parlant avec une voix douce, claire et posée.

Officiant : Les souvenirs de ta vie sont le jugement de tes actions. Tu peux, en peu de temps, te souvenir en grande partie de ce qu'il y a de meilleur en toi. Souviens-toi donc, mais sans sursaut, et purifie ta mémoire. Rappelle-toi doucement et tranquillise ton mental...

On fait silence pendant quelques minutes, reprenant ensuite sur le même ton et la même intensité.

Repousse maintenant l'effroi et le découragement...

Repousse maintenant le désir de fuir vers d'obscures régions...

Repousse maintenant l'attachement aux souvenirs...

Reste maintenant en état de liberté intérieure, indifférent à l'illusion du paysage...

.....

Prends maintenant la résolution de l'ascension...

La Lumière pure luit sur les cimes des hautes chaînes montagneuses et les eaux des mille-couleurs s'écoulent parmi des mélodies indéfinissables vers des prairies et des plateaux cristallins...

Ne crains pas la pression de la Lumière qui t'éloigne de son centre avec toujours plus de force. Absorbe-la comme si elle était un liquide ou un vent car en elle, assurément, est la vie.

Lorsque, dans la grande chaîne montagneuse, tu trouves la cité cachée, tu dois connaître l'entrée. Mais cela, tu le sauras dès l'instant où ta vie sera transformée. Ses énormes murailles sont écrites en figures, elles sont écrites en couleurs, elles sont "senties".

En cette cité est gardé ce qui est fait et ce qui est à faire...

On fait un bref silence, on reprend sur le même ton et la même intensité.

Tu es réconcilié...

Tu es purifié...

Prépare-toi à entrer dans la plus belle Cité de Lumière, dans cette cité jamais perçue par l'œil, dont le chant n'a jamais été entendu par l'ouïe humaine...

Viens, prépare-toi à entrer dans la plus belle Lumière...

Mort

Officiant : La vie a cessé dans ce corps. Nous devons faire un effort pour séparer dans notre mental l'image de ce corps et l'image de la personne dont nous nous souvenons maintenant...

Ce corps ne nous écoute pas, ce corps n'est pas celui dont nous nous souvenons...

Que celui qui ne sent pas la présence d'une autre vie séparée du corps considère que, bien que la mort ait paralysé le corps, les actions réalisées continuent d'agir et leur influence ne s'arrêtera jamais.

Cette chaîne d'actions devenues vie ne peut pas être arrêtée par la mort.

Quelle est profonde la méditation autour de cette vérité, même si l'on ne comprend pas totalement la transformation d'une action en une autre !

Et que celui qui sent la présence d'une autre vie séparée du corps considère également que la mort a seulement paralysé

le corps, et que le mental, une fois de plus, s'est libéré triomphalement et se fraie un chemin vers la Lumière...

Quel que soit ce que l'on pense, ne pleurons pas les corps. Méditons plutôt sur la racine de nos croyances et une joie douce et silencieuse nous parviendra...

Paix dans le cœur, Lumière dans la compréhension !

Reconnaissance

La Reconnaissance est une cérémonie d'inclusion dans la Communauté. Inclusion par des expériences communes, par des idéaux, des attitudes et des procédés partagés.

Elle est réalisée à la demande d'un ensemble de personnes et après un Office. Ceux qui vont participer doivent disposer du texte écrit.

L'Officiant et l'Auxiliaire sont debout

Auxiliaire : La réalisation de cette cérémonie a été demandée par les personnes qui souhaitent s'inclure activement dans notre Communauté. Ici, un engagement personnel et commun sera exprimé pour travailler à l'amélioration de la vie de chacun et à l'amélioration de la vie de notre prochain.

L'Auxiliaire invite ceux qui désirent faire un témoignage à se mettre debout.

Officiant : La douleur et la souffrance que nous, êtres humains, expérimentons, reculeront si avance la bonne connaissance et non la connaissance au service de l'égoïsme et de l'oppression.

La bonne connaissance mène à la justice. La bonne connaissance mène à la réconciliation. La bonne connaissance mène aussi à déchiffrer le Sacré dans la profondeur de la conscience.

Auxiliaire(*et l'ensemble de ceux qui témoignent lisent*) : Nous considérons l'être humain comme la valeur maximale au-dessus de l'argent, de l'État, de la religion, des modèles et des systèmes sociaux. Nous impulsions la liberté de pensée.

Nous favorisons l'égalité des droits et l'égalité des opportunités pour tous les êtres humains.

Nous reconnaissons et nous encourageons la diversité de culture et de coutumes. Nous nous opposons à toute discrimination.

Nous consacrons la résistance juste face à toute forme de violence physique, économique, raciale, religieuse, sexuelle, psychologique et morale.

Officiant : D'autre part, de la même manière que personne n'a le droit de discriminer d'autres pour leur religion ou leur irrégiosité, nous réclamons pour nous le

droit à proclamer notre spiritualité et notre croyance dans l'immortalité et dans le sacré.

Notre spiritualité n'est pas la spiritualité de la superstition,

elle n'est pas la spiritualité de l'intolérance,

elle n'est pas la spiritualité du dogme,

elle n'est pas la spiritualité de la violence religieuse ;

elle est la spiritualité qui s'est réveillée de son profond sommeil pour nourrir les êtres humains dans leurs meilleures aspirations.

Auxiliaire (*et l'ensemble de ceux qui témoignent lisent*) : Nous voulons donner cohérence à nos vies en faisant coïncider ce que nous pensons, sentons et faisons.

Nous désirons dépasser la mauvaise conscience en reconnaissant nos échecs.

Nous aspirons à persuader et à réconcilier. Nous nous proposons de respecter de plus en plus cette règle qui nous rappelle de "traiter les autres comme nous voulons être traités".

Officiant : Nous commencerons une vie nouvelle. Nous chercherons dans notre intérieur les signes du sacré et nous amènerons à d'autres notre message.

Auxiliaire (*et l'ensemble de ceux qui témoignent lisent*) :

Aujourd'hui, nous commencerons la rénovation de notre vie. Nous commencerons en cherchant la paix mentale et la Force qui nous donne joie et conviction. Ensuite, nous irons vers les personnes les plus proches pour partager avec elles tout ce qui nous est arrivé de grand et bon.

Officiant : Pour tous, Paix, Force et Joie.

SILO

Auxiliaire (et toutes les personnes présentes) : Pour toi aussi,
Paix, Force et Joie.

Le Chemin

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

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

Si tu es indifférent à la douleur et à la
souffrance des autres, toute aide que tu
demandes ne trouvera pas de justification.

Si tu n'es pas indifférent à la douleur et à la
souffrance des autres, tu dois faire en sorte

que coïncide ce que tu sens avec ce que tu
penses et ce que tu fais pour aider les autres.

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

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

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

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

Ne laisse pas passer ta vie sans te

demander : « Qui suis-je ? »

Ne laisse pas passer ta vie sans te

demander : « Vers où vais-je ? »

Ne laisse pas passer un jour sans te

répondre qui tu es.

Ne laisse pas passer un jour sans te

répondre vers où tu vas.

Ne laisse pas passer une grande joie sans

remercier en ton intérieur.

Ne laisse pas passer une grande tristesse

sans réclamer en ton intérieur cette joie qui

est restée conservée.

N' imagine pas que tu es seul dans ton

village, dans ta ville, sur la Terre et dans les
mondes infinis.

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

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

SILO

Le Message

Commentaires de Silo

Centre de travail

Parcs d'étude et de Réflexion, Punta de Vacas, avril

2008

(Troisième transmission ; silo.net)

Aujourd'hui, nous allons particulièrement nous adresser aux Messagers réunis dans différents parcs à travers le monde. Nos commentaires devront faire référence aux caractéristiques les plus générales du Message.

Genèse du Message

Nous commencerons par examiner la toile de fond du Message, présente dans deux matériaux produits en 1969. Le premier est un écrit connu sous le nom *Le Regard intérieur* ; ayant vu le jour en ces lieux, à Punta de Vacas, en 1969, il a été édité pour la première fois en 1972. Le second est un discours intitulé *Le Discours sur la guérison de la souffrance*. Il s'agit d'une allocution prononcée en ces mêmes lieux, le 4 mai 1969.

Ces matériaux ont continué à être diffusés sous différents formats auxquels sont venus s'ajouter des développements publiés séparément, sous différents titres et livres, le résultat final ayant donné naissance aux volumes des *Œuvres complètes (Obras Completas)* de l'auteur. Il nous paraît juste de dire que l'ensemble de la production n'est autre qu'un assemblage d'adaptations et de développements thématiques des deux créations précitées. Par conséquent, bien que le travail soit déclinable en différents genres littéraires, psychologiques, sociaux et autres, le noyau des différents développements se restreint aux deux productions susvisées. C'est la raison pour laquelle les divers écrits et diverses interventions publiques ne sont autres que des expansions, des développements et des explications des productions d'origine susvisées.

Le Message est une récente parution qui s'incarne pour la première fois dans un volume publié en juillet 2002, sous le

titre : *Le Message de Silo*. Ces écrits se divisent en trois parties : Le Livre, L'Expérience et Le Chemin.

« Le Livre » n'est autre que *Le Regard intérieur*.

« L'Expérience » constitue le volet pratique du *Message* et s'exprime au travers de huit cérémonies. Enfin, « le Chemin » est un ensemble de réflexions et de suggestions.

Nos considérations relatives au Message et à sa genèse pourraient bien s'arrêter là. Nous tenons toutefois à souligner brièvement quelques points saillants du *Discours sur La Guérison de la souffrance* qui ont servi de référence, et ont permis le développement de thématiques importantes, tant sur le plan individuel que social, telles que celles relatives à la distinction entre douleur et souffrance.

Le Discours précurseur, « La Guérison de la souffrance »
Dans le discours, la connaissance la plus essentielle à la vie a trait à la compréhension de la souffrance et à son dépassement. L'important est de faire la distinction entre douleur physique et souffrance mentale.

On souffre de trois manières : par la perception, le souvenir et l'imagination. La souffrance trahit l'état de violence, violence associée à la crainte. Crainte de perdre ce que l'on a, ce que l'on a perdu et ce à quoi l'on aspire vraiment. On souffre de ce que l'on n'a pas, ou bien par peur en général, peur de la maladie, de la pauvreté, de la solitude et de la mort. La violence s'enracine dans le désir. Le désir se manifeste à différents degrés et sous différentes formes, allant de l'ambition la plus démesurée jusqu'aux aspirations les plus simples et les plus légitimes qui soient.

Sur ce point, l'être humain peut réorienter sa vie grâce à la méditation intérieure.

Le désir engendre la violence, laquelle ne se cantonne pas à l'intérieur des individus, mais contamine le milieu relationnel.

On observe également ici différentes formes de violence, car celle-ci ne se résume pas à la seule violence primaire qu'est la violence physique. Bien entendu, viennent également s'ajouter les formes de violence économique,

raciale, religieuse, sexuelle, psychologique et morale, parmi d'autres, plus ou moins déguisées ou dissimulées.

[*Extrait du Discours sur la Guérison de la souffrance* : « *La violence chez l'homme (...) Les fausses chappatoires ne peuvent mettre un terme à la violence dans le monde.* »] Ce discours met l'accent sur la nécessité d'adopter une conduite simple, à même d'orienter la vie. On dit aussi que la science et la justice sont nécessaires pour vaincre la douleur, mais le dépassement des désirs primitifs est nécessaire pour vaincre la souffrance mentale.

Nombreuses sont les reprises des éléments de ce discours dans différents ouvrages tels que *Humaniser la Terre*, *Lettres à mes amis*, *Dictionnaire de l'humanisme*, et *Silo parle*, et on les retrouve également dans des exposés tels que « L'Action valable », « Le Sens de la vie », « Humanisme et nouveau monde », « La Crise de la civilisation et l'humanisme », « Qu'entendons-nous aujourd'hui par humanisme universaliste? », etc.

Le Livre précurseur, *Le Regard intérieur*
L'autre support précurseur, *Le Regard intérieur*, traite du sens de la vie. Le principal sujet de réflexion abordé est l'état psychologique de contradiction. Il y est précisé que le registre que l'on obtient de la contradiction est la souffrance et que le dépassement de la souffrance mentale est possible dans la mesure où la vie de tout un chacun s'oriente vers des actions généralement non contradictoires, et particulièrement, vers des actions non contradictoires vis-à-vis des autres.

Empreint d'une psychologie et d'une anthropologie très vastes, ce livre contient le germe de la spiritualité sociale et personnelle que l'on retrouve depuis les ouvrages *Psychologie de l'image* et *Notes de psychologie jusqu'aux Mythes Racines universels*. Celle-ci ressort également dans des interventions publiques telles que « À propos de l'humain », « La Religiosité dans le monde actuel », et « La question de Dieu ». L'auteur y expose de nouveaux développements et des applications du *Regard intérieur*.

Il est clair que les matériaux précurseurs mentionnés concernant *Le Message de Silo* s'entremêlent et s'imbriquent mutuellement, surtout dans les deuxième et troisième parties, la première partie étant une transcription directe du *Regard intérieur*.

Ces transcriptions, ces traductions, apparaissent dans des œuvres littéraires, telles que *Expériences guidées*, ou dans des contes : il y a des récits et des fictions. De même, « La

Rêverie et l'Action » ou « La Forêt de Bormazo » laissent transparaître un fort contenu psychologique qui se manifestait déjà dans les matériaux précurseurs mentionnés dès le début. Pour clore ces brefs commentaires, nous tenons à signaler que Le Message est l'expression d'une spiritualité non seulement personnelle mais aussi sociale, qui vient confirmer sa vérité d'expérience au fil du temps, et qu'elle se manifeste dans différentes cultures, nationalités, couches sociales et générations. Une vérité de ce genre n'a nul besoin de dogmes ni de formes organisationnelles figées pour fonctionner et se développer. Voilà pourquoi les Messagers, c'est-à-dire ceux qui sentent et portent le Message à d'autres, insistent toujours sur la nécessité de n'accepter aucune contrainte à la liberté des idées et à la liberté de croyance, et de traiter tout être humain exactement tel qu'on souhaiterait soi-même être traité. Cette auto-valeur dans les relations interpersonnelles et sociales fait en même temps œuvrer les Messagers contre toutes formes de discrimination, d'inégalités et d'injustices.

Silo

A propos de l'auteur

Mario Luis Rodríguez Cobos, également connu sous son nom de plume, Silo, est né le 6 janvier 1938 à Mendoza (Argentine).

Écrivain et penseur, il est l'auteur de plusieurs ouvrages. Il est le fondateur du courant de pensée l'Humanisme universaliste, encore appelé Nouvel humanisme. Il propose la méthodologie de la Nonviolence comme seule alternative pour échapper à la crise humaine mondiale. Il aborde également les thématiques du développement personnel et du développement social, qu'il traite de façon simultanée.

Dans *Le Message de Silo*, il invite à la libre interprétation de ses idées et à la libre organisation.

Parmi ses principales propositions, il aborde le dépassement de la douleur physique et la souffrance mentale.

Silo meurt chez lui, le 16 septembre 2010, dans son village natal à Chacras de Coria, dans la province de Mendoza.

Autres ouvrages de l'auteur :

www.silo.net