



P.D. OUSPENSKY, 1934-1940

L'HOMME ET SON EVOLUTION POSSIBLE

CONFÉRENCE 1 (sur 5)

Je vais vous parler de l'étude de la psychologie, mais je dois vous prévenir que la psychologie dont il est question ici est très différente de tout ce que vous connaissez sous ce nom.

Pour commencer, je dois préciser que pratiquement jamais dans l'histoire, la psychologie ne s'est située à un niveau aussi bas qu'à l'époque actuelle. Elle a perdu tout contact avec son origine et son sens au point qu'il est même devenu difficile de définir le terme «psychologie», c'est-à-dire de préciser ce qu'est la psychologie et ce qu'elle étudie. Et ceci est vrai en dépit du fait que jamais, dans l'histoire, on n'a assisté à l'éclosion d'autant de théories psychologiques ni d'autant d'écrits sur le sujet.

La psychologie est parfois qualifiée de nouvelle science. Rien n'est plus faux. La psychologie est peut-être la plus ancienne des sciences et malheureusement, pour ce qui est de ses traits essentiels, c'est une science oubliée.

Pour comprendre comment il est possible de définir la psychologie, il est nécessaire de se rendre compte, qu'en dehors de la période contemporaine, la psychologie n'a jamais existé sous son propre nom. Pour de multiples raisons, la psychologie a toujours été suspectée de tendances nocives ou subversives, qu'elles soient morales, religieuses ou politiques et elle a toujours dû se protéger sous quelque déguisement.

Pendant des millénaires, la psychologie a existé sous le nom de philosophie. En Inde, toutes les formes de yoga, qui sont essentiellement de la psychologie, sont décrites comme l'un des six systèmes de la philosophie. Les enseignements soufis, qui eux aussi sont en majeure partie psychologiques, sont considérés comme moitié religieux, moitié métaphysiques. En Europe, même très récemment, dans les dernières décennies du XIXe siècle, de nombreux ouvrages de psychologie étaient considérés comme philosophiques. Et, bien que presque toutes les subdivisions de la philosophie, telles que la logique, la théorie de la connaissance, l'éthique, l'esthétique, ont trait au travail du cerveau humain ou des sens, la psychologie a été jugée inférieure à la philosophie et n'ayant de rapports qu'avec les côtés les plus vils et triviaux de la nature humaine.

Parallèlement à son existence sous le nom de philosophie, la psychologie a existé plus longtemps encore en association avec l'une ou l'autre des religions. Ce qui ne veut nullement dire que la religion et la psychologie aient jamais été un seul et même domaine ou même que le lien entre religion et psychologie ait toujours été reconnu. Mais il est hors de doute que presque toutes les religions connues — je ne veux évidemment pas parler des pseudo-religions modernes — ont élaboré une forme ou une autre d'enseignement psychologique, souvent lié à une certaine pratique; si bien que

l'étude de la religion proprement dite comportait déjà par elle-même celle de la psychologie.

Il existe, dans la littérature canonique des diverses religions — quel que soit le pays ou l'époque — de nombreux ouvrages de psychologie. Il existait par exemple dans le christianisme primitif une collection d'ouvrages de divers auteurs réunis sous le titre général de *Philocalie* — ouvrages encore en usage de nos jours dans l'Église orthodoxe, en particulier pour l'instruction des moines.

A l'époque où la psychologie était associée à la philosophie et à la religion, elle existait également sous la forme de l'art. La poésie, la tragédie, la sculpture, la danse, l'architecture même étaient des moyens de transmettre un enseignement psychologique. Les cathédrales gothiques, par exemple, furent essentiellement des traités de psychologie.

Dans l'antiquité, avant que la philosophie, la religion et l'art aient adopté les formes indépendantes sous lesquelles nous les connaissons aujourd'hui, la psychologie trouvait son expression dans les Mystères, tels que ceux de l'Égypte ou de la Grèce ancienne.

Plus tard, après la disparition des Mystères, la psychologie a survécu sous la forme *d'enseignements symboliques* qui étaient parfois liés à la religion de l'époque, parfois pas, c'est le cas de l'astrologie, de l'alchimie, de la magie et, parmi les plus modernes, de la maçonnerie, de l'occultisme et de la théosophie.

A ce stade, il est utile de noter que tous les systèmes et doctrines psychologiques, ceux qui existent ou ont existé ouvertement comme ceux qui ont été cachés ou déguisés, peuvent se répartir en deux catégories principales.

En premier lieu, les systèmes qui étudient l'homme *tel qu'ils le trouvent ou tel qu'ils le supposent ou imaginent être*. La psychologie «scientifique» contemporaine ou ce qui se présente sous ce nom relève de cette catégorie.

En second lieu, les systèmes qui étudient l'homme non pas du point de vue de ce qu'il est ou de ce qu'il paraît être, mais du point de vue de ce qu'il peut devenir, c'est-à-dire du point de vue de son *évolution possible*.

Ces derniers systèmes sont en réalité les systèmes originels ou en tous cas les plus anciens et ils sont les seuls à pouvoir expliquer l'origine oubliée de la psychologie et sa signification.

Lorsque nous reconnaissons l'importance de l'étude de l'homme du point de vue de *son évolution possible*, nous comprendrons que la première réponse à la question : qu'est ce que la psychologie ? La psychologie est l'étude des principes, lois et faits relatifs à l'évolution possible de l'homme.

Au cours de ces conférences, j'aborderai le sujet de cet unique point de vue.

Notre première question sera : que signifie l'évolution de l'homme; et la seconde : requière-t-elle des conditions particulières ?

Je dois préciser, avant tout, que nous ne saurions accepter les conceptions modernes sur l'origine de l'homme et son évolution passée. Nous devons nous rendre compte que nous ne savons rien de l'origine de l'homme et que nous n'avons aucune preuve de son évolution physique ou mentale.

Bien au contraire, si nous considérons l'humanité historique, c'est-à-dire l'humanité

des derniers dix à quinze mille ans, nous pouvons déceler des signes indéniables de l'existence d'un type supérieur d'humanité, dont la présence peut être démontrée au travers des monuments anciens et des mémoriaux qui ne peuvent être ni recréés ni imités par l'humanité actuelle.

Quant à l'homme *préhistorique*, ou ces créatures en apparence semblables à l'homme et en même temps si différentes de lui dont on découvre parfois les ossements dans des dépôts des époques glaciaires ou préglaciaires, nous pouvons parfaitement adopter l'hypothèse selon laquelle leurs ossements appartiendraient à un être très différent de l'homme et disparu depuis longtemps.

Niant l'idée d'une évolution passée de l'homme, nous devons aussi contester toute possibilité d'une *évolution mécanique future*, c'est-à-dire d'une évolution apparaissant d'elle-même en fonction des lois de l'hérédité et de la sélection, et ne dépendant pas du résultat des efforts conscients de l'homme et de la compréhension de son évolution possible.

Notre idée fondamentale est que l'homme tel que nous le connaissons *n'est pas un être accompli*. La nature le développe jusqu'à un certain point, puis l'abandonne à lui-même et le laisse se développer d'avantage *au moyen de ses propres efforts et de sa propre initiative*, ou vivre et mourir comme il est né, ou bien encore dégénérer et perdre toute capacité d'évolution.

Dans le premier cas, l'évolution de l'homme signifie le développement de certaines qualités et traits *intérieurs* qui restent d'ordinaire à l'état embryonnaire *et qui ne peuvent se développer par eux mêmes*.

L'expérience et l'observation montrent que ce développement n'est possible que dans des conditions bien spécifiques, par des efforts d'un certain type venant de l'homme lui-même et une *aide suffisante* de la part de ceux qui ont avant lui entrepris un travail semblable et qui ont déjà atteint un certain degré de développement ou, pour le moins, une certaine connaissance des méthodes.

Nous devons partir de l'idée que sans efforts l'évolution est impossible et que sans aide elle l'est tout autant.

Après cela, nous devons comprendre que sur la voie du développement, l'homme doit *changer d'être*. Nous devons apprendre et comprendre dans quel sens et dans quelle direction il doit devenir un être différent, c'est-à-dire ce que signifie un être différent.

Nous devons ensuite comprendre que les hommes ne peuvent pas *tous* se développer et devenir des êtres différents. L'évolution est une question d'efforts personnels et, par rapport à la masse humaine, elle reste une exception rare. Cela peut paraître étrange mais nous devons comprendre l'idée que non seulement le fait est rare mais *qu'il devient de plus en plus rare*.

Les propos qui précèdent suscitent bien entendu de nombreuses questions :

Que signifie cette phrase : sur le chemin de l'évolution, l'homme doit devenir un être différent ? Que signifie «un être différent»?

Quelles qualités ou traits intérieurs peuvent être développés chez l'homme et comment y parvenir ?

Pourquoi tous les hommes ne peuvent-ils pas se développer et devenir des êtres différents ?

Pourquoi une telle injustice ?

Je tenterai de répondre à ces questions et je commencerai par la dernière.

Pourquoi tous les hommes ne peuvent-ils se développer et devenir des êtres différents ? La réponse est simple. *Parce qu'ils ne le désirent pas.* Parce qu'ils ne savent pas, et qu'ils ne comprendront pas, même si on le leur explique, sans y avoir été longuement préparés.

L'idée principale est que, pour devenir un *être différent*, l'homme doit le désirer intensément et pendant très longtemps.

Un désir passager ou vague, né de l'insatisfaction envers les conditions extérieures ne créera pas l'impulsion suffisante.

L'évolution de l'homme dépend de la compréhension de ce qu'il pourra atteindre et de ce qu'il devra sacrifier en échange.

Si l'homme ne le désire pas, ou s'il ne le désire pas assez *intensément*, et ne fait pas les efforts nécessaires, il ne se développera jamais. Il n'y a donc là aucune injustice. Pourquoi l'homme obtiendrait-il ce qu'il ne désire pas ? Si l'homme était contraint de devenir un être différent alors qu'il est satisfait de ce qu'il est, c'est là qu'il y aurait injustice.

Nous devons à présent nous demander ce que signifie un *être différent*. Si nous examinons toutes les données en notre possession se référant à cette question, nous trouvons l'affirmation selon laquelle, en devenant différent, l'homme acquiert de nombreuses qualités et des pouvoirs nouveaux qu'il ne possédait pas auparavant. Cette affirmation est commune à de nombreux systèmes qui admettent l'idée de la croissance psychologique ou intérieure de l'homme.

Mais c'est insuffisant. Même les descriptions les plus détaillées de ces nouveaux pouvoirs ne nous aideront en aucune manière à comprendre comment ils surgissent et d'où ils proviennent.

Un chaînon manque dans les théories généralement admises, même dans celles que j'ai déjà mentionnées et qui se fondent sur l'idée d'une évolution possible de l'homme.

La vérité réside dans le fait qu'avant d'acquérir des facultés et des pouvoirs *nouveaux*, que l'homme ne connaît pas et ne possède pas encore, il doit acquérir des facultés et des pouvoirs qu'il *ne possède pas davantage*, mais qu'il s'attribue indûment, c'est-à-dire qu'il croit connaître, employer et maîtriser.

Voici le chaînon manquant et *c'est là le point principal*.

Selon la voie de l'évolution décrite précédemment comme une voie fondée sur l'effort et sur l'aide, l'homme doit acquérir des qualités qu'il croit déjà posséder mais à propos desquelles il s'abuse.

Pour mieux comprendre ceci et connaître les facultés et les pouvoirs insoupçonnés que l'homme peut également acquérir, nous devons partir de l'idée générale que l'homme se fait de lui-même.

L'homme ne se connaît pas lui-même.

Nous touchons là un point très important.

Il ignore à la fois ses limites et ses possibilités. Il ignore même à quel point il se méconnaît.

L'homme a inventé de nombreuses machines et il sait qu'une machine complexe requiert parfois des années d'études avant de pouvoir être utilisée et maîtrisée. Mais il

n'applique pas cette connaissance à lui-même, bien qu'il constitue par lui-même une machine bien plus complexe qu'aucune de celles qu'il a inventées.

Il entretient envers lui-même toutes sortes d'idées fausses. En premier lieu il ne se rend pas compte qu'il *est réellement une machine*.

Que signifie : l'homme est une machine?

Cela signifie qu'il n'a pas de mouvements indépendants, que ce soit sur le plan interne ou externe. Il est une machine mise en branle par *les influences et les chocs extérieurs*. Tous ses mouvements, ses actions, ses paroles, ses idées, ses émotions, ses humeurs et ses pensées sont provoquées par des influences extérieures. Livré à lui-même, il est simplement un automate doté d'un certain stock de souvenirs, liés à des expériences antérieures, et d'une certaine réserve d'énergie.

Nous devons comprendre que l'homme ne peut rien faire.

Mais il ne s'en rend pas compte et s'attribue la *capacité de faire*. C'est le premier pouvoir qu'il s'arroge.

Ceci doit être compris très clairement. L'homme *ne peut pas faire*. Tout ce qu'il croit faire, en réalité *arrive*, arrive comme «il pleut», comme «il gèle».

Il n'existe en français aucune forme verbale impersonnelle qui puisse être utilisée pour exprimer les actions humaines. Aussi devons-nous continuer à dire que l'homme pense, lit, aime, hait, déclare la guerre, combat et ainsi de suite. De fait, tout cela *arrive*.

L'homme ne peut bouger, penser ou parler par lui-même. C'est une marionnette tirée de-ci de-là par d'invisibles ficelles. S'il comprend cela, il peut apprendre davantage sur lui-même et il est possible alors que pour lui, les choses se mettent à changer. Mais s'il ne peut prendre conscience de sa *totale mécanicité* et la comprendre, ou s'il ne désire pas accepter cela comme un fait, il ne pourra apprendre davantage et les choses, pour lui, ne pourront pas changer.

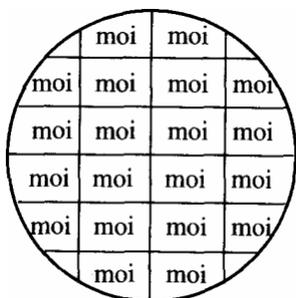
L'homme est une machine, mais une machine d'un genre particulier. C'est une machine qui, dans de bonnes conditions, *peut savoir qu'elle est une machine* et, l'ayant pleinement compris, cesser de l'être.

Tout d'abord, l'homme doit savoir qu'il n'est pas un; il est multiple. Il ne possède pas un Moi, ou ego, permanent et immuable. Il est sans cesse différent. A un moment donné, il est une personne ; le moment suivant, une autre, puis une troisième, et ainsi de suite, presque sans fin.

L'illusion de son l'unité ou de son unicité est produite chez l'homme d'une part par la sensation de son corps physique, d'autre part *par son nom*, qui dans la plupart des cas ne change pas, et en troisième lieu, par un certain nombre d'habitudes mécaniques implantées en lui par l'éducation ou acquises par imitation. Recevant en permanence les mêmes impressions physiques, s'entendant toujours appeler par le même nom et observant en lui les habitudes et penchants qu'il a toujours connus, il reste persuadé qu'il est en permanence le même.

En réalité, il n'y a pas d'unité en l'homme et pas de centre de commande unifié, pas de moi ou d'ego permanent.

Voici un schéma général de l'homme :



Chaque pensée, chaque sentiment, chaque sensation, chaque désir, chaque attirance ou répulsion constitue un «moi». Ces «moi» ne sont ni coordonnés ni reliés entre eux. Chacun d'eux dépend d'un changement de circonstances extérieures et d'impressions reçues.

Certains d'entre eux prennent mécaniquement la suite de certains autres ou apparaissent toujours en compagnie de certains autres, mais il n'y a en cela ni ordre ni système.

Toutefois, certains groupes de «moi» sont naturellement liés. Nous parlerons plus tard de ces groupes. Pour le moment nous devons tenter de comprendre que ces groupes de «moi» sont uniquement reliés par des associations accidentelles, des souvenirs fortuits ou par toute autre similitude imaginaire.

Chacun de ces «moi», à un moment donné, ne représente qu'une part infime de nos «fonctions», ou «cerveau», ou «intelligence», mais chacun d'entre eux prétend représenter *le tout*. Lorsqu'un homme dit «moi», on pense qu'il exprime par là la totalité de lui-même, mais en fait – même en croyant être sincère – il ne s'agit que d'une pensée fugitive, d'un état d'âme passager, d'un bref désir. Une heure plus tard, il peut parfaitement l'avoir oublié et, avec la même conviction, affirmer une opinion, un point de vue ou des intérêts inverses. Le pire est que l'homme ne s'en souvient pas. Dans la plupart des cas, il croit au dernier «moi» qui s'est exprimé et cela tant qu'il dure, c'est-à-dire tant qu'un autre «moi», parfois sans lien avec le précédent, n'exprime pas plus fortement son opinion et ses désirs.

Examinons à présent deux autres questions.

Que signifie se développer ? et que signifie le fait qu'un homme puisse devenir un être différent ? Ou, en d'autres termes, quelle sorte de changement est *possible* pour l'homme ? *quand* et comment ce changement commence-t-il ?

Il a déjà été précisé que le changement commence avec ces pouvoirs et capacités que l'homme *s'attribue* mais qu'en réalité il ne possède pas.

Ceci veut dire qu'avant d'acquérir tout *nouveau* pouvoir et capacité, il doit développer en lui-même les qualités qu'il *imagine* posséder et au sujet desquelles il entretient les plus grandes illusions.

Le développement de soi ne peut être fondé sur le mensonge à soi-même, sur le fait de s'abuser soi-même. L'homme doit savoir ce qu'il possède et ce qu'il ne possède pas. Ceci signifie qu'il doit se rendre compte qu'il ne possède pas les qualités décrites ci-dessus et qu'il s'attribue indûment, à savoir : *la capacité de faire, l'individualité ou unité, un moi permanent* et, pour couronner le tout, *la conscience et la volonté*.

Il doit absolument s'en convaincre, car tant qu'il s'imaginera posséder ces qualités, il ne fera pas d'efforts corrects pour les acquérir, de la même façon qu'un homme n'acquerra

pas d'objets précieux – et ne sera pas disposé à les payer le prix fort – s'il croit déjà les posséder.

La plus importante et la plus trompeuse de ces qualités est la *conscience*. Et le changement de l'homme commence par un changement de sa compréhension de la *signification de la conscience* et se poursuit par l'acquisition progressive de la maîtrise de cette conscience.

Qu'est ce que la conscience ?

Dans le langage courant, le mot «conscience» est usuellement substitué au mot «intelligence», dans le sens *d'activité mentale*.

En réalité, la conscience est chez l'homme une forme particulière de «perception intérieure», indépendante de l'activité mentale – et, en premier lieu, *la prise de conscience de lui-même*, la perception de *ce qu'il est, où il est* et, de plus, la perception de ce qu'il connaît ou de ce qu'il ne connaît pas et ainsi de suite.

Seul l'homme lui-même est en mesure de savoir s'il est «conscient» ou non à un moment donné. Il a d'ailleurs été prouvé depuis longtemps, par un certain courant de pensée ****de la psychologie**** européenne, qu'un homme est seul à pouvoir connaître certaines choses sur lui-même.

Appliqué à la question de la conscience, ceci signifie que seul l'homme peut, à un moment donné, savoir si sa conscience existe ou si elle n'existe pas. Ainsi, la présence ou l'absence de conscience chez l'homme ne peut pas être prouvée par l'observation de ses actes extérieurs. Comme je l'ai dit, ce fait a été établi il y a de nombreuses années, mais son importance n'a pas été totalement comprise, car elle est toujours liée à la compréhension de la conscience en tant que processus mental ou activité mentale. Si l'homme réalise qu'avant sa prise de conscience il n'était pas conscient, par la suite il oublie cette prise de conscience, et même s'il s'en souvient, ce n'est pas la conscience. C'est seulement le souvenir d'une perception forte.

Je veux à présent attirer votre attention sur un autre fait passé inaperçu de toutes les écoles modernes de psychologie.

C'est le fait que la conscience chez l'homme, de quelque façon qu'on l'envisage, ne demeure jamais identique. Elle est soit présente, soit absente. Les instants privilégiés de conscience créent la *mémoire*. Des autres moments, l'homme, tout simplement, ne se souvient pas. Ceci, plus que tout autre chose, crée l'illusion d'une conscience permanente ou d'une perception continue de soi.

Certaines écoles actuelles de psychologie nient entièrement l'existence de la conscience, nient jusqu'à l'utilité même d'un tel terme, mais il s'agit là d'un excès d'incompréhension. D'autres écoles – si toutefois elles méritent ce nom – parlent *d'états de conscience*, sous-entendant par là : pensées, émotions, impulsions motrices et sensations. Ceci résulte d'une erreur fondamentale : la confusion entre conscience et fonctions psychiques. Nous aborderons ce sujet plus tard.

En réalité, dans la plupart des cas, la pensée moderne se fie toujours à la vieille formulation selon laquelle *la conscience ne connaît pas de degrés*. La reconnaissance générale, bien que tacite, de cette idée, contredite pourtant par nombre de découvertes ultérieures, a empêché bien des observations possibles sur les variations de la conscience.

En fait, la conscience présente des degrés tout à fait visibles et observables ; *en tout cas, visibles et observables en soi-même*.

Il y a d'abord la question de la durée : pendant *combien de temps* a-t-on été conscient?

Ensuite la fréquence de ces apparitions de la conscience : *combien de fois a-t-on été conscient ?*

Enfin, son amplitude et sa profondeur : *de quoi a-t-on été conscient ?* Cela peut beaucoup varier avec la croissance intérieure de l'homme.

En examinant seulement les deux premières questions, nous pouvons comprendre l'idée d'une évolution possible de la conscience. Cette idée est reliée à un fait essentiel, bien connu des anciennes écoles psychologiques, connu, par exemple des auteurs de la *Philocalie*, mais complètement ignoré de la philosophie et de la psychologie modernes des derniers deux ou trois siècles. C'est le fait selon lequel, par des efforts spéciaux et une étude spéciale, la conscience peut être rendue continue et contrôlable.

Je vais tenter d'expliquer comment on peut étudier la conscience. Prenez une montre et observez l'aiguille des minutes *en restant conscients de vous-même*, et en vous concentrant sur la pensée suivante : «Je suis Pierre Ouspensky», «Je suis ici maintenant». Tâchez de ne penser à rien d'autre, observez seulement le mouvement de cette grande aiguille et soyez conscients de vous-même, de votre nom, de votre existence et de l'endroit où vous vous trouvez. Écartez toute autre pensée.

Si vous êtes persévérants, vous serez capable de faire cela *pendant deux minutes*. *C'est la limite de votre conscience*. Et si, tout de suite après, vous tentez de répéter l'expérience, vous la trouverez plus difficile que la première fois.

Cette expérience montre qu'un homme, dans son état ordinaire, par un grand effort, peut être conscient *d'un sujet* (lui-même) pendant deux minutes au plus.

La déduction majeure que l'on puisse tirer de cette expérience, si on l'a menée correctement, est que *l'homme n'est pas conscient de lui-même*. L'illusion qui l'habite – celle d'être – conscient – est créée par le souvenir et par les processus de pensée.

Un homme, par exemple, se rend au théâtre. S'il en a l'habitude, il n'a pas spécialement conscience d'être là où il est, et cela bien qu'il puisse observer des choses et les voir, qu'il puisse apprécier ou détester le spectacle, s'en souvenir, se souvenir des gens qu'il a rencontrés et ainsi de suite.

De retour chez lui, il se souvient d'avoir été au théâtre et, bien entendu, d'y avoir été conscient. Il n'a aucun doute là-dessus, et il ne se rend pas compte que sa conscience puisse être totalement absente alors qu'il peut encore se comporter raisonnablement, penser et observer.

En règle générale, l'homme peut connaître quatre états de conscience. Ce sont : *le sommeil, l'état de veille, la conscience de soi et la conscience objective*.

Mais, bien qu'il ait la possibilité de vivre ces quatre états de conscience, il ne vit, de fait, que *deux d'entre eux* : une partie de sa vie se passe dans le sommeil et l'autre dans ce que l'on appelle «l'état de veille», quoique en réalité son état de veille diffère très peu du sommeil.

Dans la vie ordinaire, l'homme ne connaît rien de la «conscience objective» et aucune expérimentation de cet ordre n'est possible. Le troisième état ou «conscience de soi», l'homme se l'attribue, c'est-à-dire qu'il imagine le posséder alors qu'en fait il ne peut être conscient de lui-même que lors de très rares éclairs et, même en ces occasions, il ne reconnaît probablement pas cet état, car il ne connaît pas ce qu'impliquerait le fait de le

posséder réellement. Ces éclairs de conscience surviennent en des moments d'exception, dans des états émotionnels intenses, face à un danger, au cours de circonstances et dans des situations entièrement nouvelles ou inattendues ; ou alors, parfois, à des moments tout à fait ordinaires où rien de particulier ne se passe. Mais, dans son état ordinaire ou «normal», l'homme ne possède sur eux pas le moindre contrôle.

Quant à notre mémoire ordinaire, ou nos moments de mémoire, nous ne nous rappelons en réalité que de nos seuls moments de conscience, bien que nous ne sachions pas qu'il en est ainsi.

J'expliquerai plus tard ce que veut dire la mémoire, du point de vue technique, et les différentes sortes de mémoire que nous possédons. A présent, je veux simplement attirer votre attention sur vos propres observations de votre mémoire. Vous remarquerez que vos instants de mémoire sont de natures diverses. De certaines choses, vous gardez un souvenir vivace ; d'autres restent floues ; il en est même dont vous ne vous rappelez pas du tout. *Vous savez seulement qu'elles sont arrivées.*

Vous serez très étonnés du peu dont vous vous souvenez vraiment. Et il en est ainsi parce que vous ne vous *souvenez* que des *moments où vous avez été conscients*.

Ainsi, pour en revenir au *troisième état de conscience*, nous pouvons dire que l'homme bénéficie d'instantanés fortuits de conscience qui lui laissent un vif souvenir des circonstances qui les accompagnaient, mais il ne peut pas les contrôler. Ils surgissent et disparaissent d'eux-mêmes sous l'influence des circonstances extérieures, d'associations accidentelles ou de souvenirs émotionnels.

La question se pose : est-il possible d'acquérir un contrôle sur ces éclairs de conscience, de les susciter plus souvent et de les conserver plus longtemps ou même de les rendre permanents? En d'autres termes : *est-il possible de devenir conscient ?*

Ce point est essentiel et il faut bien comprendre, dès le début de notre étude, qu'il a été ignoré, même en théorie, par toutes les écoles contemporaines de psychologie et ceci *sans la moindre exception*.

Car l'homme, grâce aux méthodes appropriées et aux efforts corrects, *peut acquérir le contrôle de la conscience* et peut *devenir conscient de lui-même*, avec tout que ce cela implique. Et, dans notre état actuel, nous pouvons pas même imaginer ce que cela implique.

Une étude sérieuse de la psychologie ne peut être entreprise sans une parfaite compréhension de ce point.

Cette étude doit commencer par l'examen en nous-mêmes des obstacles à la conscience, car la conscience ne peut commencer à croître sans qu'au moins un certain nombre d'entre eux ait été levés.

Au cours des conférences qui suivront, je parlerai de ces obstacles, dont le plus grand est *notre ignorance de nous-mêmes* et notre illusion de croire que nous nous connaissons au moins dans une certaine mesure et que nous pouvons compter sur nous-mêmes; alors qu'en réalité nous ne nous connaissons pas du tout et ne pouvons aucunement compter sur nous-même, même pour les *plus petites choses*.

Nous devons à présent comprendre que la psychologie signifie en fait l'étude *de soi*. C'est la seconde définition de la psychologie.

On ne peut étudier la psychologie comme on étudierait l'astronomie, c'est-à-dire comme un sujet hors de soi.

Et en même temps, on doit s'étudier comme on étudierait n'importe quelle machine

nouvelle et compliquée. On doit connaître les pièces de cette machine, ses fonctions principales, les conditions nécessaires à son bon fonctionnement, les causes d'un dérèglement, et quantité d'autres choses difficiles à décrire sans l'emploi d'un langage spécial qu'il est indispensable de connaître pour pouvoir étudier la machine.

La machine humaine se compose de sept fonctions distinctes :

1. *La pensée* (ou intellect)
2. *Le sentiment* (ou les émotions)
3. *La fonction instinctive* (tout le travail interne de l'organisme)
4. *La fonction motrice* (tout le travail externe de l'organisme, le mouvement dans l'espace et ainsi de suite)
5. *Le sexe* (les fonctions des deux principes, mâle et femelle, dans toutes leurs manifestations).

En plus de ces cinq fonctions, il en existe deux autres pour lesquelles nous ne possédons pas de nom dans le langage courant et qui n'apparaissent que dans les états supérieurs de conscience ; l'un est *la fonction émotionnelle supérieure*, qui apparaît dans *l'état de conscience de soi* et l'autre *la fonction intellectuelle supérieure*, qui se manifeste dans *l'état de conscience objective*. Comme nous ne nous trouvons pas dans ces états de conscience, nous ne pouvons étudier leurs fonctions ni les soumettre à l'expérience, et nous n'en apprenons l'existence qu'indirectement, à travers le témoignage de ceux qui les ont atteints et vécus.

Dans les anciennes littératures religieuses et philosophiques de différents pays, on trouve de multiples allusions aux états supérieurs de conscience ainsi qu'aux fonctions supérieures. Ces allusions sont d'autant plus difficiles à comprendre que nous ne faisons aucune distinction entre les états supérieurs de conscience. Ce qu'on appelle, *samadhi*, ou *état d'extase*, ou *illumination*, ou, dans des ouvrages plus récents, *conscience cosmique*, peuvent se référer à l'un ou à l'autre, parfois à des expériences de conscience de soi, parfois à des expériences de conscience objective. Et, si étrange que cela puisse paraître, nous disposons de plus d'indications sur l'état le plus haut, c'est-à-dire la *conscience objective* que sur l'état intermédiaire, c'est-à-dire la *conscience de soi* ; bien que le premier ne puisse survenir qu'après ce dernier. L'étude de soi doit commencer par les quatre premières fonctions : la pensée, le sentiment, la fonction instinctive et la fonction motrice. La fonction sexuelle ne peut être étudiée que longtemps après, c'est-à-dire quand ces quatre premières fonctions sont suffisamment bien comprises. Contrairement à certaines théories modernes, la fonction sexuelle apparaît après les autres, c'est-à-dire beaucoup plus tard dans la vie, lorsque les quatre premières fonctions sont déjà pleinement manifestées – elle est *conditionnée par elles*. En conséquence, l'étude de la fonction sexuelle ne peut être utile que lorsque les quatre premières fonctions sont pleinement connues dans toutes leurs manifestations. De même, il faut bien comprendre que toute irrégularité sérieuse ou anomalie de la fonction sexuelle rend le développement de soi et même l'étude de soi impossible.

Essayons de comprendre les quatre fonctions principales.

Je tiens pour acquis que vous saisissez clairement ce que j'entends par *fonction de la pensée*, ou intellectuelle. Elle comprend tous les processus mentaux : perception des

impressions, la formation de représentations et de concepts, le raisonnement, la comparaison, l'affirmation, la négation, la formation des mots, la parole, l'imagination et ainsi de suite.

La seconde fonction concerne le *sentiment* ou les *émotions* : joie, chagrin, peur, étonnement et ainsi de suite. Même si vous êtes persuadés que vous comprenez en quoi et comment les émotions diffèrent des pensées, je vous conseillerai de vérifier toutes vos opinions sur le sujet. Dans notre pensée et langage ordinaire, nous confondons la pensée et les émotions mais, au début de l'étude de soi, il est nécessaire d'établir clairement leur différence. Selon notre manière usuelle de penser et de parler, nous mélangeons l'émotion et la pensée; mais, pour un début d'étude de soi, il est nécessaire d'établir clairement leur différence.

Les deux fonctions suivantes, *instinctive* et *motrice*, sont plus longues à comprendre car il n'existe aucun système de psychologie courante qui les décrive et les différencie correctement.

Les mots «instinct», «instinctif» sont généralement utilisés à tort et souvent hors de propos. En particulier, on tend à attribuer à l'instinct les fonctions externes qui sont en réalité d'ordre moteur et parfois émotionnel.

La *fonction instinctive*, chez l'homme, comprend quatre sortes de fonctions :

1. Tout le travail interne de l'organisme, *toute la physiologie* en quelque sorte ; la digestion et l'assimilation de la nourriture, la respiration, la circulation sanguine, tout le travail des organes internes, la constitution des nouvelles cellules, l'élimination des déchets, le travail des glandes à sécrétion interne et ainsi de suite.

2. Ce que l'on appelle les cinq sens : la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher; ainsi que tous les autres sens tels que le sens du poids, de la température, de la sécheresse ou de l'humidité, etc.; c'est-à-dire *toutes les sensations indifférentes* — les sensations qui par elles-mêmes ne sont ni plaisantes ni déplaisantes.

3. Toutes les émotions physiques; c'est-à-dire toutes les sensations physiques qui sont *soit agréables, soit désagréables*. Toutes sortes de douleurs ou sensations désagréables, telles qu'une saveur ou une odeur désagréable et toutes sortes de plaisirs physiques, telles que les saveurs agréables, les odeurs agréables etc.

4. Tous les réflexes, même les plus complexes, tels que le rire et le bâillement ; toutes sortes de souvenirs physiques, tels que la mémoire du goût, la mémoire de l'odeur, la mémoire de la douleur, qui constituent en réalité des réflexes internes.

La *fonction motrice* comprend tous les mouvements externes : marcher, écrire, parler, manger, ainsi que les souvenirs qui en restent. A la fonction motrice appartient aussi ces mouvements qui, en langage courant, sont qualifiés d'«instinctifs», comme celui de rattraper sans y penser un objet qui tombe.

La différence entre les fonctions instinctive et motrice est très nette et peut être aisément saisie si l'on se rappelle simplement que toutes les fonctions instinctives sans exception sont innées et qu'il ne faut pour les utiliser aucun apprentissage ; alors qu'à l'inverse, aucune des fonctions motrices n'est innée et qu'il faut les apprendre toutes, comme l'enfant apprend à marcher, comme l'on apprend à écrire ou à dessiner.

En dehors de ces fonctions motrices normales, il existe aussi d'étranges fonctions

motrices qui représentent le travail inutile de la machine humaine ; travail non prévu par la nature mais qui occupe une très large place dans la vie de l'homme et consomme une grande part de son énergie. Ce sont la formation des rêves, l'imagination, la rêverie, le fait de se parler à soi-même ou de parler pour parler et, d'une façon générale, *toutes les manifestations incontrôlées et incontrôlables*.

Les quatre fonctions — intellectuelle, émotionnelle, instinctive et motrice — doivent être d'abord comprises dans toutes leurs manifestations et, plus tard, observées en soi-même. Une telle observation de soi, c'est-à-dire une observation menée selon une base juste, incluant une compréhension préalable des états de conscience et des différentes fonctions, constitue la base de l'étude de soi ; c'est-à-dire *le début de la psychologie*.

Il est très important de se rappeler qu'en observant les différentes fonctions il est utile en même temps d'observer leurs relations aux différents états de conscience.

Prenons les trois états de conscience — le sommeil, l'état de veille et des éclairs possibles de conscience de soi —, et les quatre fonctions — pensée, émotion, instinct et motricité. Chacune des quatre fonctions peut se manifester dans le sommeil, mais leurs manifestations y sont irrationnelles, dénuées de sens et dépourvues d'intérêt; elles ne peuvent en rien être utiles. Dans l'état de conscience de veille ou de conscience relative, elles peuvent dans une certaine mesure servir à notre orientation. Leurs résultats peuvent être comparés, vérifiés, rectifiés et, bien qu'elles puissent susciter nombre d'illusions, elles constituent, dans notre état ordinaire, le seul matériel à notre disposition, et nous devons les utiliser au mieux. Si nous savions combien d'observations fausses, de théories fausses, de déductions et de conclusions fausses naissent de cet état, nous cesserions totalement de croire en nous-même. Mais les hommes ne se rendent pas compte à quel point leurs observations et leurs théories peuvent être trompeuses et ils continuent à y adhérer. C'est ce qui les empêche d'observer les rares moments au cours desquels leurs fonctions se manifestent en liaison avec des éclairs du troisième état de conscience, à savoir, la conscience de soi.

Tout ceci veut dire que chacune des quatre fonctions peut se manifester dans chacun des trois états de conscience, mais les résultats diffèrent entièrement.

Lorsque nous apprendrons à observer ces résultats et leurs différences, nous comprendrons la relation exacte entre les fonctions et les états de conscience.

Mais, avant même de considérer les différences des fonctions par rapport aux états de conscience, il est nécessaire de comprendre que la conscience et les fonctions de l'homme sont des phénomènes d'ordre très différents, de natures différentes, dépendant de causes différentes et que l'une peut exister sans l'autre. *Les fonctions peuvent exister sans la conscience et la conscience peut exister sans les fonctions*.

CONFÉRENCE 2 (sur 5)

P.D. Ouspensky, 1934-1940

Poursuivant notre étude de l'homme, nous abordons à présent plus en détail les différents états de conscience.

Comme je l'ai dit précédemment, il existe quatre états de conscience possibles pour l'homme : le sommeil, la conscience lucide, la conscience de soi et la conscience objective; mais l'homme ne vit que dans deux de ces états : en partie dans le sommeil et en partie dans ce que l'on nomme parfois conscience de veille. C'est comme s'il possédait un immeuble de quatre étages mais n'habitait que les deux étages inférieurs.

Le premier, ou le plus bas des états de conscience est *le sommeil*. C'est un état purement subjectif et passif. L'homme y est environné de rêves. Toutes ses fonctions psychiques travaillent sans direction. Il n'y existe ni logique, ni continuité, ni causes, ni résultats. Des images purement subjectives – échos d'expériences passées ou reflets de vagues perceptions du moment, tels que des sons atteignant le dormeur, des sensations en provenance du corps, comme des légères douleurs, des sensations de tensions musculaires – traversent notre esprit, ne laissant qu'une trace infime dans la mémoire ou, le plus souvent, pas de traces du tout.

Le second niveau de conscience survient lorsque l'homme s'éveille. Ce second état, celui où nous nous trouvons en ce moment, c'est-à-dire celui dans lequel nous travaillons, parlons, imaginons que nous sommes des êtres conscients, nous l'appelons *conscience de veille* ou *conscience lucide*, mais il devrait plus justement être nommé «sommeil éveillé» ou «conscience relative». Ce dernier terme sera expliqué plus tard.

Il est nécessaire ici de comprendre que le premier état de conscience – le sommeil – ne se dissipe pas quand apparaît le second, c'est-à-dire lorsque l'homme s'éveille. Le sommeil demeure présent avec tous ses rêves et ses impressions, s'y ajoute simplement une attitude plus critique envers ses propres impressions, des pensées mieux coordonnées et des actions plus disciplinées. A cause de la vivacité des impressions sensorielles, des désirs et des sentiments – en particulier le sentiment de *contradiction* ou *d'impossibilité*, entièrement absents au cours du sommeil – les rêves deviennent alors invisibles, de la même manière que sous l'éclat du soleil, les étoiles et la lune pâlisent. Mais les rêves sont toujours présents et exercent souvent, sur l'ensemble de nos pensées, de nos sentiments et de nos actes, une influence dont la force dépasse même parfois les impressions réelles du moment.

A ce sujet, je dois préciser que je ne parle pas ici de ce que la psychologie moderne qualifie de «subconscient» ou de «pensée subconsciente». Ces expressions sont simplement erronées – des mots qui ne signifient rien et ne se réfèrent à aucun fait réel. Il n'existe en nous rien de subconscient en permanence, pour la raison qu'il n'existe rien de conscient en permanence et il n'existe aucune «pensée subconsciente» pour la raison

très simple qu'il n'existe pas de «pensée consciente». Plus tard, vous comprendrez comment cette erreur a pris corps et comment cette terminologie erronée a pu s'imposer pour être aujourd'hui largement admise.

Mais revenons à notre classification des états réels de conscience. Le premier est le sommeil. Le second est le «sommeil éveillé» ou «conscience relative».

Le premier, ai-je dit, est un état purement subjectif. Le second l'est moins; déjà l'homme y distingue le «moi» et le «non-moi», c'est-à-dire son corps et les objets distincts de son corps et il peut, dans une certaine mesure, s'orienter parmi eux et connaître leurs positions et qualités. Mais, dans cet état, on ne peut pas vraiment dire que l'homme soit éveillé, parce qu'il reste fortement influencé par les rêves et qu'en fait il vit davantage dans les rêves que dans la réalité. Toutes les absurdités et contradictions des hommes et de la vie humaine en général s'expliquent lorsque nous réalisons que les gens *vivent dans le sommeil*, agissent en tout dans le sommeil et pourtant ignorent qu'ils *sont endormis*.

Il est utile de se rappeler que tel est bien le sens intérieur de nombreux enseignements anciens. Celui qui nous est le plus proche est le christianisme ou *l'enseignement des évangiles*, selon lequel la compréhension de la vie humaine se base sur l'idée que les hommes vivent dans le sommeil et doivent avant tout s'éveiller. Cette idée est très rarement comprise comme elle le devrait, en l'occurrence : au pied de la lettre.

Mais la question demeure : *comment* s'éveiller ? L'enseignement des évangiles dit qu'il faut veiller, mais il ne précise pas comment.

L'étude psychologique de la conscience montre que lorsqu'un homme réalise qu'il est endormi, il est déjà sur le chemin de l'éveil. Jamais il ne pourra s'éveiller sans d'abord se rendre compte qu'il est endormi.

Ces deux états, le sommeil et le sommeil éveillé, sont les deux seuls états de conscience dans lesquels l'homme vive. En dehors d'eux, il existe deux autres états de conscience possibles pour l'homme, mais ils ne lui sont accessibles qu'après une lutte dure et prolongée.

Ces deux états supérieurs de conscience se nomment «conscience de soi» et «conscience objective».

Nous estimons généralement que nous possédons la conscience de soi, c'est-à-dire que nous sommes conscients de nous-mêmes ou, en tout cas, que nous sommes capables d'être conscients de nous-même au moment où nous le désirons. Mais, en vérité, la «conscience de soi» est un état que *nous nous attribuons sans droit*. Et la «conscience objective» est un état dont nous ne connaissons rien.

Dans l'état de conscience de soi, l'homme devient objectif envers lui-même, et dans l'état de conscience objective, il entre en contact avec le monde réel ou objectif — monde dont il est pour l'heure séparé par les sens, les rêves et les états subjectifs de conscience.

Une autre définition des quatre états de conscience peut être établie à partir de la possibilité qu'ils offrent de *connaître la vérité*.

Dans le premier état de conscience, le sommeil, nous ne pouvons rien savoir de la vérité. Même si certaines perceptions ou sentiments réels nous parviennent, ils se mêlent aux rêves et nous sommes dans l'incapacité de distinguer les rêves de la réalité.

Dans le second état de conscience — le sommeil éveillé — nous n'avons accès qu'à une vérité relative, d'où l'expression «conscience relative».

Dans le troisième état de conscience — l'état de conscience de soi — nous pouvons connaître toute la vérité *sur ce qui nous concerne*.

Dans le quatrième état de conscience, l'état de *conscience objective*, nous sommes capables de connaître la vérité sur *tout*. Nous pouvons alors étudier les «choses en elles-mêmes» et «le monde tel qu'il est».

Ceci est tellement éloigné de nous que nous ne pouvons pas même y penser de manière juste et nous devons nous efforcer de comprendre que même des éclairs de conscience objective ne peuvent survenir que dans un état pleinement réalisé de conscience de soi.

Dans l'état de sommeil, nous pouvons avoir des lueurs de conscience relative. Dans l'état de conscience relative, nous pouvons avoir des lueurs de conscience de soi. Mais si nous voulons faire l'expérience de périodes de conscience de soi plus longues, plutôt que se contenter de brèves lueurs, nous devons comprendre qu'elles ne peuvent pas venir d'elles-mêmes. Elles nécessitent un acte de *volonté*. Ceci signifie que la fréquence et la durée des moments de conscience de soi dépendent du contrôle que l'on a sur soi-même. Et donc, que la conscience et la volonté sont presque une seule et même chose ou, en tous cas, qu'elles représentent deux aspects d'une même réalité.

A ce point, il doit être compris que le premier obstacle rencontré sur le chemin du développement de la conscience de soi est la conviction, chez l'homme, qu'il la possède déjà ou en tous cas qu'il peut en disposer au moment où il le désire.

Il est très difficile de persuader un homme qu'il n'est pas conscient et qu'il ne peut le devenir à son gré. C'est particulièrement difficile parce que la nature, à ce point, lui joue un mauvais tour.

Demandez à un homme s'il est conscient, ou dites-lui qu'il ne l'est pas, il répliquera aussitôt qu'il est pleinement conscient et qu'il est absurde de lui dire qu'il ne l'est pas puisqu'il vous entend et vous comprend.

Et il aura parfaitement raison, bien qu'en même temps il soit dans l'erreur. Voilà où est le piège tendu par la nature. Il aura raison parce que pour un instant votre question ou votre remarque l'ont rendu vaguement conscient. L'instant d'après, cette conscience aura disparu. Mais il se souviendra de ce que vous avez dit et de sa réponse, et il persistera à se croire conscient.

En réalité, l'acquisition de la conscience de soi nécessite un travail dur et prolongé. Comment un homme accepterait-il de se plier à ce travail s'il estime posséder déjà cette chose même qu'on lui promet comme résultat d'un travail long et difficile? Naturellement, cet homme n'entreprendra pas ce travail, ni même n'en éprouvera-t-il la nécessité, avant d'être convaincu qu'il ne possède *ni* la conscience de soi *ni* tout ce qui s'y rapporte, à savoir l'unité intérieure ou individualité, un Moi permanent et la volonté.

Ce qui nous amène à la question des écoles. En effet, les méthodes de développement de la *conscience de soi*, de l'unité, du *moi permanent* et de la *volonté*, ne peuvent être apportées que par des écoles spéciales. Ceci doit être bien compris. *Les hommes qui se situent au niveau de la conscience relative ne peuvent pas découvrir ces méthodes par eux-mêmes* et ces méthodes ne peuvent pas être décrites dans des livres ou enseignées dans des écoles ordinaires pour la très simple raison qu'elles sont différentes pour chacun et qu'il n'existe aucune méthode universelle applicable à tous.

En d'autres termes, cela signifie que les hommes qui désirent changer leur état de conscience ont besoin d'une école. Mais ils doivent d'abord commencer par prendre conscience qu'ils en ont besoin. Aussi longtemps qu'ils pensent pouvoir faire quelque chose par eux-mêmes, ils ne seront capables en rien de profiter d'une école, même au cas où ils en trouveraient une. Les écoles n'existent que pour ceux qui en ont besoin et qui savent qu'ils en ont besoin.

La notion d'école — l'étude des différentes écoles qui peuvent exister, l'étude des principes et des méthodes d'école — tient une place très importante dans l'étude de cette psychologie fondée sur l'idée d'évolution car, sans école, pas d'évolution possible. On ne peut même pas commencer, car on ne sait comment faire ; encore moins peut-on poursuivre et atteindre quoi que ce soit.

Ce qui veut dire qu'après s'être débarrassé de la première illusion — celle de déjà posséder ce que l'on peut espérer acquérir — on doit se défaire de la seconde illusion — celle de pouvoir obtenir quoi que ce soit par soi-même ; parce que tout seul on ne peut parvenir à rien.

Ces conférences ne constituent pas une école — pas même le commencement d'une école. Une école exige une bien plus grande pression de travail. Mais, dans ces conférences, je peux proposer à ceux qui veulent entendre quelques idées sur la façon dont les écoles travaillent et comment on peut les découvrir.

J'ai déjà proposé deux définitions de la psychologie : j'ai d'abord dit que la psychologie est l'étude de l'évolution possible de l'homme ; ensuite que la psychologie est l'étude de soi.

Je veux dire par là que seule la psychologie dont l'objet est l'évolution de l'homme mérite d'être étudiée et que celle qui s'occupe d'une seule phase de cette évolution, sans rien connaître des phases suivantes, est d'évidence incomplète et ne peut présenter aucune valeur, même sous un aspect purement scientifique, c'est-à-dire celui de l'expérimentation et de l'observation. En effet, la phase actuelle, telle que l'étudie la psychologie ordinaire, ne peut pas être considérée séparément : elle comporte de nombreuses subdivisions qui relient les phases inférieures aux plus hautes.

De plus, les mêmes observations et expériences montrent que l'on ne peut étudier la psychologie comme on étudie toute autre science qui n'est pas directement liée à soi-même. Pour l'étude de la psychologie, il est nécessaire de partir de soi.

Lorsque nous confrontons, d'une part, ce que nous pouvons savoir sur la phase suivante de l'évolution de l'homme — à savoir l'acquisition de la conscience, de l'unité intérieure, d'un Moi permanent et de la volonté — et, d'autre part, certaines données que nous pouvons acquérir par l'observation de soi — à savoir la prise de conscience que nous ne possédons pas les pouvoirs et facultés que nous nous attribuons — nous nous heurtons à une nouvelle difficulté dans la compréhension du sens de la psychologie et ressentons la nécessité d'une nouvelle définition.

Les deux définitions proposées dans la précédente conférence ne sont pas suffisantes parce que, livré à lui-même, l'homme ne sait pas quelle évolution lui est possible, ne voit pas où il en est actuellement et s'attribue des caractéristiques qui appartiennent à des stades supérieurs de l'évolution. En fait, il ne peut pas s'étudier lui-même dans la mesure où il est incapable de distinguer en lui la part du réel et celle de l'imaginaire.

Qu'est ce que mentir?

Tel qu'on le comprend dans le langage ordinaire, mentir signifie déformer ou, dans certains cas, dissimuler la vérité ou ce que les gens estiment être la vérité. Ce genre de mensonge joue un rôle très important dans la vie, mais il existe des formes bien pires de mensonge, lorsque les gens ne savent pas qu'ils mentent. J'ai dit dans la dernière conférence que, dans notre présent état, nous ne pouvions connaître la vérité, qu'il ne nous sera donné de la connaître que dans l'état de conscience objective. Comment donc pourrions-nous mentir ? Il semble qu'il y ait là une contradiction, mais en réalité il n'y en a aucune. Nous ne pouvons pas connaître la vérité mais nous pouvons prétendre la connaître. *Et c'est là où est le mensonge.* Le mensonge emplit notre vie entière. Les gens prétendent connaître toutes sortes de choses concernant Dieu, la vie future, concernant l'univers, l'origine de l'homme, l'évolution et tout le reste ; mais en réalité ils ne savent rien, même en ce qui les concerne. Et chaque fois qu'ils parlent d'un sujet qu'ils ignorent *comme s'ils le connaissaient, ils mentent.* Par conséquent, l'étude du mensonge est de première importance en psychologie, et ceci pourrait même conduire à cette troisième définition : la psychologie est l'étude du mensonge.

La psychologie s'intéresse tout particulièrement aux mensonges que l'homme émet et pense à propos de lui-même. Ces mensonges rendent très difficile l'étude de l'homme. L'homme, tel qu'il est, n'est pas un produit authentique. Il est l'imitation de quelque chose, et plutôt une très mauvaise imitation.

Imaginez un savant d'une planète éloignée recevant de la terre des spécimens de fleurs artificielles, *sans avoir la moindre idée de ce que sont les vraies fleurs.* Il lui sera extrêmement difficile de les définir – d'expliquer leurs formes, leurs couleurs, les matériaux dont elles sont faites : fil de fer, coton, papier coloré – et de les classer d'une manière quelconque.

Par rapport à l'homme, la psychologie se situe dans une position comparable. Elle étudie un homme artificiel sans rien connaître de l'homme réel.

De toute évidence, il n'est pas facile d'étudier un être tel que l'homme qui ne sait pas lui-même ce qui, en lui, relève du réel ou de l'imaginaire. Aussi la psychologie doit commencer par distinguer, en l'homme, le réel de l'imaginaire.

Il est impossible d'étudier l'homme comme un tout, car l'homme est divisé en deux parties : l'une d'elles, en certains cas, *peut être presque entièrement réelle* et l'autre, en certains cas, *entièrement imaginaire.* Chez la plupart des hommes ordinaires, ces deux parties sont mélangées et difficiles à distinguer bien qu'elles soient toutes deux présentes et qu'elles aient toutes deux leur signification et leurs effets particuliers.

Dans l'enseignement que nous étudions, ces deux parties se nomment *essence* et *personnalité.*

L'essence est ce qui est *inné en l'homme.*

La personnalité est ce qui est *acquis.*

L'essence est son bien propre. La personnalité est ce qui ne lui appartient pas.

L'essence ne peut être perdue, ne peut être modifiée ni dégradée aussi facilement que la personnalité. La personnalité peut être presque entièrement modifiée par un changement de circonstances ; elle peut être perdue ou facilement blessée.

Si j'essaye de décrire ce qu'est l'essence, je dois dire tout d'abord qu'elle constitue la base de la structure physique et psychique de l'homme. Par exemple, un homme a naturellement ce que l'on appelle le pied marin, un autre pas ; l'un a l'oreille musicale, l'autre en est dépourvu ; l'un a le don des langues, pas l'autre. C'est cela l'essence.

La personnalité est tout ce qui, d'une façon ou d'une autre, c'est-à-dire en langage ordinaire «consciemment» ou «inconsciemment», a pu être *appris*. Dans la plupart des cas, «inconsciemment» signifie par imitation, ce qui de fait joue un rôle très important dans la construction de la personnalité. Même dans les fonctions instinctives, qui devraient normalement être exemptes de personnalité, il existe habituellement de nombreux soi-disant «goûts acquis», ce qui veut dire toutes sortes d'attirances et de répulsions artificielles qui sont toutes acquises par l'imitation et l'imagination. Ces attirances et répulsions artificielles jouent un rôle important et désastreux dans la vie de l'homme. Par nature, il devrait aimer ce qui lui est favorable et repousser ce qui lui est nuisible. Mais ceci n'arrive que lorsque l'essence domine la personnalité, comme cela devrait être le cas – en d'autres termes, lorsque l'homme est sain et normal. Quand la personnalité se met à dominer l'essence, c'est-à-dire lorsque l'homme devient moins sain, il commence à aimer ce qui lui est nuisible et à rejeter ce qui est bon pour lui.

Nous touchons là la conséquence principale d'un dysfonctionnement dans les relations entre l'essence et la personnalité.

Dans les conditions normales, l'essence domine la personnalité et la personnalité peut alors se révéler très utile. Mais si la personnalité domine l'essence, cela produit toutes sortes de résultats nuisibles.

Il faut comprendre que la personnalité est aussi nécessaire à l'homme; on ne peut vivre sans personnalité, avec notre seule essence. Mais l'essence et la personnalité doivent croître parallèlement et l'une ne doit pas l'emporter sur l'autre.

Chez certaines personnes n'ayant pas reçu d'éducation, l'essence domine la personnalité. Ces gens qualifiés de simples peuvent être très bons, même très malins, mais ils sont incapables de se développer autant que ceux qui sont pourvus de personnalités plus affirmées.

Chez d'autres plus cultivés, la personnalité dépasse l'essence et, dans ce cas, l'essence demeure à un stade à demi-réalisé ou à demi-développé.

Ceci signifie qu'à la suite d'un développement trop rapide et prématuré de la personnalité, la croissance de l'essence peut être pratiquement bloquée à un âge très tendre. Ainsi, nous pouvons rencontrer des hommes et des femmes d'âge adulte dont l'essence stagne depuis l'âge de dix ou douze ans.

Bien des conditions de la vie moderne favorisent ce sous-développement de l'essence. Par exemple, l'engouement pour le sport, *en particulier la compétition sportive*, peut irrémédiablement arrêter le développement de l'essence et parfois à un âge si tendre que l'essence, par la suite, ne pourra plus jamais croître.

Ceci montre que l'essence ne peut être considérée comme relevant uniquement de la seule constitution physique dans la plus simple acception de cette notion. Afin d'expliquer plus clairement ce que signifie l'essence je dois à nouveau revenir à l'étude des fonctions.

J'ai dit dans la dernière conférence que l'étude de l'homme commence par l'étude de quatre fonctions : l'intellectuelle, l'émotionnelle, la motrice et l'instinctive. Nous savons, par la psychologie et la pensée ordinaire que les fonctions intellectuelles, les pensées et ainsi de suite, sont dirigées ou produites par un certain *centre*, que nous appelons : «mental», «intellect» ou «cerveau».

Et ceci est tout à fait exact. Mais, pour être tout à fait précis, nous devons comprendre

que les autres fonctions sont également contrôlées par un cerveau, ou centre, propre à chacune d'elles. Ainsi, du point de vue de cet enseignement, il existe quatre cerveaux ou centres qui dirigent nos actions ordinaires : le cerveau intellectuel, le cerveau émotionnel, le cerveau moteur et le cerveau instinctif. Lorsque nous les évoquerons par la suite, nous emploierons le mot *centres*. Chaque centre, tout à fait indépendant des autres, possède sa propre sphère d'activité, ses propres forces et son propre programme de développement.

Les centres, c'est-à-dire leur structure, leurs fonctions, leurs côtés forts et leurs lacunes appartiennent à l'essence. Leurs *contenus*, c'est-à-dire tout ce qu'un centre acquiert, relèvent de la personnalité – les contenus des centres seront expliqués par la suite.

Comme je l'ai déjà dit, la personnalité est aussi nécessaire que l'essence au développement de l'homme; elle doit simplement se tenir à sa juste place. Ceci est difficilement possible car la personnalité entretient sur elle-même quantité d'idées fausses. Elle ne souhaite pas rester à sa place qui est secondaire et subordonnée, et elle ne souhaite pas connaître la vérité sur elle-même car cela signifierait l'abandon d'une position faussement dominante et, par conséquent, l'occupation d'une position inférieure de celle qui est la sienne en réalité.

La position fausse qu'occupent l'essence et la personnalité l'une par rapport à l'autre est à l'origine du manque d'harmonie de l'homme dans son état présent. Et le seul moyen de sortir de cet état de dysharmonie est la connaissance de soi.

Se connaître soi-même était le premier principe et la première exigence des anciennes écoles de psychologie. Nous nous souvenons encore de ces paroles, mais nous en avons oublié le sens. Nous pensons que *nous connaître nous-même* signifie connaître nos particularités, nos désirs, nos goûts, nos capacités et nos intentions alors qu'en fait cela signifie nous connaître en tant que machines, c'est-à-dire connaître la *structure* de notre machine, ses *rouages*, les fonctions de ses différentes parties, les conditions qui régissent leur travail et ainsi de suite. Nous comprenons qu'il est impossible de connaître une quelconque machine sans l'étudier au préalable. Nous devons donc appliquer à nous-même ce principe et étudier notre propre machine en tant que machine. Le moyen de cette étude est *l'observation de soi*. Il n'existe aucune autre méthode et personne ne peut effectuer ce travail à notre place. Nous devons le mener à bien nous-mêmes. Mais auparavant, nous devons apprendre *comment observer*, je veux dire que nous devons saisir l'aspect technique de l'observation. Nous devons savoir qu'il est nécessaire d'observer les *différentes fonctions* et les distinguer entre elles tout en se souvenant des *différents états de conscience*, de notre sommeil et des nombreux «moi» qui nous habitent.

De telles observations donneront très vite des résultats. Tout d'abord l'homme remarquera qu'il ne peut observer *impartialement* ce qu'il trouve en lui-même. Certains traits lui plairont, d'autres l'agaceront, l'irriteront ou même lui feront horreur. Et il ne peut en être autrement. L'homme ne peut s'étudier lui-même comme il le ferait d'une étoile lointaine ou d'un fossile intéressant. Bien naturellement, il aimera en lui ce qui favorise son développement et détestera ce qui rend ce développement difficile, sinon impossible. Ce qui signifie que, dès le début de l'observation de soi, il commencera à distinguer en lui-même les traits *utiles* des traits *nuisibles*, c'est-à-dire utiles ou nuisibles

du point de vue d'une connaissance possible de lui-même, de son éveil possible, de son développement possible. Il discernera en lui ce qui *peut* devenir conscient, ce qui ne le peut pas et *qui doit être éliminé*. S'observant lui-même, il doit toujours garder en mémoire que l'étude de soi est le premier pas sur la voie de son évolution possible.

Examinons à présent quels sont ces traits nuisibles que l'homme observera en lui-même. D'une façon générale, ce sont toutes les manifestations mécaniques. La première, comme il a déjà été souligné, est *le mensonge*. Mentir est inévitable dans la vie mécanique. Personne ne peut y échapper et plus on croit se libérer du mensonge, plus il nous tient. La vie *telle qu'elle est* aujourd'hui ne pourrait se poursuivre sans le mensonge. Mais, du point de vue psychologique, le mensonge a un sens différent. *Il signifie parler de ce qu'on ne connaît pas – et que l'on ne peut même pas connaître – comme si l'on savait et que l'on pouvait savoir.*

Vous devez comprendre que je ne me place pas ici d'un point de vue moral. Nous n'en sommes pas encore arrivés à la question de ce qui est bien ou mal en soi. Je ne parle ici que du seul point de vue pratique – je parle de ce qui est utile ou nuisible pour l'étude de soi et le développement de soi.

En commençant ainsi l'homme apprend très vite à reconnaître des signes qui lui indiquent des manifestations nuisibles en lui-même. Il découvre que *plus il peut maîtriser une de ses manifestations, moins elle est nuisible*, et que moins il la contrôle – c'est-à-dire plus elle est mécanique – plus elle peut devenir nuisible.

Lorsque l'homme comprend cela, il a peur de mentir – et de nouveau, non pas pour des raisons morales, mais parce qu'il ne peut maîtriser son mensonge et que le mensonge le domine, c'est-à-dire dirige ses autres fonctions.

Le second trait dangereux qu'il découvre en lui-même est *l'imagination*. Très vite, après ses premières observations, il arrive à la conclusion que l'obstacle principal à l'observation est l'imagination. Il souhaite observer quelque chose mais, au lieu de cela, l'imagination s'en empare et il oublie d'observer. Très rapidement, il se rend compte que les gens attribuent au mot «imagination» un sens artificiel et non fondé, celui de *faculté créative ou sélective*. Il se rend compte que l'imagination est une *faculté destructrice*, qu'il ne peut *jamais* juguler et qui le détourne *toujours* de ses décisions les plus conscientes pour une direction vers laquelle il n'avait pas l'intention d'aller. L'imagination est presque aussi pernicieuse que le mensonge ; imaginer c'est, en fait, se mentir à soi-même. L'homme commence à imaginer quelque chose pour se faire plaisir, et très vite il commence à croire en ce qu'il imagine, du moins en partie.

De plus, parfois même avant cela, il découvre les nombreuses conséquences désastreuses de *l'expression des émotions négatives*. Les termes «émotions négatives» désignent les émotions exprimant la violence ou la dépression : apitoiement sur soi-même, colère, suspicion, peur, irritation, ennui, méfiance, jalousie et ainsi de suite. D'ordinaire, on accepte comme tout à fait naturelle, ou même utile, cette expression des émotions négatives. Très souvent, les gens la qualifient de «sincérité». Bien évidemment cela n'a rien à voir avec la sincérité, c'est simplement un signe de faiblesse, un signe de mauvais caractère ou d'incapacité à garder par devers soi ses propres griefs. C'est en s'opposant à ces tendances que l'homme les comprend. Et ainsi, c'est pour lui une leçon de plus. Il voit qu'il n'est pas suffisant d'observer les manifestations mécaniques, il faut leur résister car, sans cette résistance, il est impossible de les observer. Leur apparition

est si rapide, si familière, si imperceptible, qu'il n'est pas possible de les remarquer si l'on ne fait pas des efforts suffisants pour leur créer des obstacles.

Après *l'expression des émotions négatives* chacun peut remarquer en lui-même et chez les autres une autre caractéristique particulière. C'est le fait de *parler*. En soi, il n'y a aucun mal à parler. Mais chez certaines personnes, particulièrement chez celles qui le remarquent le moins, cela devient vraiment un vice. Elles parlent sans arrêt, en quelque endroit qu'elles se trouvent, au travail, en voyage, même pendant leur sommeil. Elles ne cessent de parler à quelqu'un, s'il y a quelqu'un de disponible et, s'il n'y a personne, elles se parlent à elles-mêmes.

De nouveau, il ne suffit pas simplement d'observer; il faut, dans la mesure du possible, s'y opposer. Si on se laisse aller à parler sans cesse, sans y résister, il est impossible d'observer le phénomène et tous les résultats de l'observation se transforment immédiatement en bavardages.

Les difficultés que l'homme affronte en observant ces quatre manifestations – le mensonge, l'imagination, l'expression des émotions négatives et le bavardage inutile – lui révéleront sa complète mécanicité et l'impossibilité même où il se trouve de lutter sans aide contre cette mécanicité, c'est-à-dire sans un nouveau savoir et sans une assistance concrète. Car, même si l'homme a reçu certaines données, il oublie de s'en servir, il oublie de s'observer; en d'autres termes, il retombe dans le sommeil et doit perpétuellement être réveillé.

Cette perpétuelle chute dans le sommeil possède certains traits spécifiques, inconnus de la psychologie ordinaire ou, pour le moins, qui ne sont ni recensés ni désignés. Ces traits nécessitent une étude particulière.

Il en existe deux. Le premier s'appelle *Identification*.

«S'identifier» ou «l'identification» est un état étrange dans lequel l'homme passe plus de la moitié de sa vie. Il «s'identifie» à tout : à ce qu'il dit, à ce qu'il éprouve, à ce qu'il croit, à ce qu'il ne croit pas, à ce qu'il désire, à ce qu'il ne désire pas, à ce qui l'attire, à ce qui le repousse. Tout l'absorbe et il ne peut se séparer de l'idée, de l'émotion ou de l'objet qui l'absorbe. Ceci signifie que, en *état d'identification*, l'homme est dans l'incapacité d'observer impartialement l'objet de son identification. Il est difficile de trouver la plus petite chose avec laquelle l'homme ne puisse «s'identifier». En même temps, en état d'identification, l'homme dispose d'un contrôle minimum sur ses réactions mécaniques. Des manifestations telles que le mensonge, l'imagination, l'expression des émotions négatives, le bavardage incessant exigent l'identification. Elles ne peuvent exister sans identification. Si l'homme pouvait se libérer de l'identification, il pourrait se défaire de nombre de manifestations inutiles et stupides.

L'identification, son sens, ses causes et ses résultats sont remarquablement décrits dans la *Philocalie*, que nous avons citée lors de la première conférence. Mais l'on ne saurait en trouver, dans la psychologie moderne, la moindre trace de compréhension. Cela reste une «découverte psychologique» tout à fait oubliée.

Le second facteur producteur de sommeil, proche parent de l'identification, est la *considération*. En fait, la considération est l'identification aux personnes. C'est un état dans lequel l'homme se soucie sans cesse de ce que les autres pensent de lui : le traitent-ils selon ses mérites, l'admirent-ils suffisamment et ainsi de suite à l'infini. La «considération» joue un rôle prédominant dans la vie de chacun d'entre nous, mais pour

certains, elle tourne à l'obsession. Toute leur vie est tissée de considération – c'est-à-dire de soucis, de doute et de suspicion – si bien qu'il ne reste de place pour rien d'autre.

Le mythe du «complexe d'infériorité», ainsi que d'autres «complexes» est né de ces phénomènes vaguement perçus, mais mal compris, que sont «l'identification» et la «considération».

L'«identification» et la «considération» doivent être examinées avec soin. Seule la pleine connaissance que l'on peut en avoir permettra de les résorber. Si l'on ne parvient pas à les observer en soi-même, on peut facilement les observer chez les autres. Mais on doit se rappeler qu'on ne diffère en rien des autres. A cet égard, tous les hommes sont égaux.

Pour revenir à ce qui a été dit précédemment, nous devons nous efforcer de comprendre plus clairement de quelle manière doit commencer le développement de l'homme et comment l'étude de soi peut y aider.

Dès le départ, nous nous heurtons à une difficulté de langage. Nous souhaitons, par exemple, parler de l'homme du point de vue de l'évolution. Mais, dans le langage ordinaire, le mot «homme» est compris sans variation ni graduation. L'homme qui n'est jamais conscient et qui ne le soupçonne pas, l'homme qui lutte pour devenir conscient et l'homme pleinement conscient ne sont pas différenciés dans notre langage habituel. Dans tous les cas il s'agit de l'«homme». Afin d'éviter cette difficulté et d'aider l'étudiant à classer ses idées nouvelles, cet enseignement divise l'homme en *sept catégories*.

Les trois premières catégories se situent pratiquement au même niveau.

L'homme n°1 est un homme chez lequel les centres moteur et instinctif l'emportent sur les centres émotionnel et intellectuel. C'est l'homme physique.

L'homme n°2 est un homme chez lequel le centre émotionnel domine les centres intellectuel, moteur et instinctif. C'est l'homme émotionnel.

L'homme n°3 est un homme chez lequel le centre intellectuel prévaut sur les centres émotionnel, moteur et instinctif. C'est l'homme intellectuel.

Dans la vie ordinaire, nous ne rencontrons que ces trois catégories d'hommes. Chacun d'entre nous, et tous ceux que nous connaissons, est soit n°1, soit n°2, soit n°3. Il existe des catégories supérieures d'hommes, mais, à la naissance, les hommes n'appartiennent pas à ces catégories supérieures. Les hommes naissent tous n°1, n°2, ou n°3 et ne peuvent atteindre les catégories supérieures qu'en passant par des écoles.

L'homme n°4 n'est pas né tel. Il est le produit d'une culture d'école. Il se différencie des hommes n°1, n°2 et n°3 par la connaissance qu'il a de lui-même, par la compréhension qu'il a de sa propre situation et, pour employer un terme précis, par l'acquisition d'un *centre de gravité permanent*. Cette dernière expression signifie que pour lui, l'idée d'acquérir l'unité, la conscience, un Moi permanent et la volonté — c'est-à-dire l'idée de son développement — est déjà devenue pour lui plus importante que ses autres intérêts.

On doit ajouter aux particularités de l'homme n°4 que ses fonctions et ses centres sont mieux équilibrés, et ce à un niveau qu'il n'aurait pu atteindre sans un travail sur lui-même mené en fonction de principes et de méthodes d'école.

L'homme n°5 est un homme qui a acquis *l'unité* et la *conscience de soi*. Il diffère des autres hommes parce qu'en lui un des centres supérieurs est déjà en fonction et il possède de nombreuses fonctions et pouvoirs que l'homme ordinaire, c'est-à-dire

l'homme n°1, 2 ou 3, ne possède pas.

L'homme n°6 est un homme qui a acquis la *conscience objective*. Un second centre supérieur fonctionne en lui. Il possède un bien plus grand nombre de facultés et de pouvoirs nouveaux, au-delà de la compréhension d'un homme ordinaire.

L'homme n°7 est un homme qui a atteint tout ce qu'il est possible à un homme d'atteindre. Il possède un *Moi permanent* et une *volonté libre*. Il peut contrôler en lui-même tous les états de conscience et il ne peut désormais plus perdre ce qu'il a acquis. Selon une autre formulation, *il est immortel dans les limites du système solaire*.

Il est très important de comprendre cette division de l'homme en sept catégories, car elle trouve des applications dans toutes les formes possibles d'étude de l'activité humaine. Elle procure un instrument, ou un outil, puissant et aigu dans les mains de ceux qui la comprennent, et permet de définir des manifestations qui, sans elle, sont impossibles à définir.

Prenez, par exemple, les concepts généraux de religion, d'art, de science et de philosophie. Pour commencer avec la religion, nous pouvons constater qu'il doit exister une religion de l'homme n°1, qui rassemble toutes les formes de fétichisme, quel que soit le nom qu'on leur donne ; une religion de l'homme n°2, c'est-à-dire une religion émotionnelle, sentimentale qui peut parfois tourner au fanatisme, aux formes les plus arbitraires de l'intolérance, à la persécution des hérétiques, etc. ; une religion de l'homme n°3, théorique et scolastique – religion riche en arguties sur les mots, les formes, les rituels qui prennent la prédominance sur tout le reste ; une religion de l'homme n°4, c'est-à-dire la religion de l'homme qui travaille au développement de soi; la religion de l'homme n°5, c'est-à-dire celle de l'homme qui est parvenu à l'unité et qui peut voir et connaître maintes choses hors de portée des hommes n°1, 2 et 3; enfin une religion de l'homme n°6 et une religion de l'homme n°7 dont nous ne pouvons rien savoir.

Les mêmes divisions s'appliquent à l'art, à la science et à la philosophie. Il doit exister un art de l'homme n°1, un art de l'homme n°2, un art de l'homme n°3 ; une science de l'homme n°1, une science de l'homme n°2, une science de l'homme n°3, une science de l'homme n°4 et ainsi de suite. Tâchez d'en trouver des exemples par vous-mêmes.

Cette extension des concepts augmente de beaucoup notre possibilité de trouver la bonne solution à nombre de nos problèmes.

Et ceci signifie que cet enseignement nous fournit la possibilité d'étudier *un nouveau langage* – c'est-à-dire nouveau pour nous – établissant un pont entre les idées de différentes catégories qui sont de fait unies, et opérant un clivage entre des idées apparemment de mêmes catégories, mais qui sont de fait différentes. La division du mot «homme» en sept catégories distinctes – homme n°1, 2, 3, 4, 5, 6 et 7, avec tout ce qui en découle, est un exemple de ce nouveau langage.

Ceci nous amène à une quatrième définition de la psychologie : c'est *l'étude d'un nouveau langage*. Et ce nouveau langage est la langue universelle que les hommes tentent parfois de découvrir ou d'inventer.

L'expression «langage universel» ou «langage philosophique» ne doit pas être prise dans un sens métaphorique ; cette langue est universelle dans le même sens que les symboles mathématiques sont universels. De plus, elle contient en elle-même toutes les interprétations que les hommes sont capables de formuler. Les quelques mots de ce langage qui viennent d'être expliqués vous donnent déjà la possibilité de penser et de parler avec une plus grande précision que ne vous le permet le langage ordinaire, même si

vous employez l'une quelconque des terminologies ou nomenclatures scientifiques ou philosophiques en usage.

CONFÉRENCE 3 (sur 5)

P.D. Ouspensky, 1934-1940

L'idée que l'homme est une machine n'est pas neuve. C'est, en fait, l'unique point de vue scientifique acceptable, car c'est une vue fondée sur l'expérience et sur l'observation. Une excellente définition de la mécanicité de l'homme a été donnée dans la seconde moitié du XIX^e siècle par ce qui fut appelé la «psychophysiologie». L'homme était alors considéré comme incapable de tout mouvement s'il ne recevait des impressions extérieures. Les savants de cette époque soutenaient que si, dès sa naissance, il était possible de priver l'homme de toutes impressions extérieures et intérieures tout en le maintenant en vie, il serait incapable *de faire le moindre mouvement*.

Une telle expérience est bien entendu impossible, serait-ce avec un animal, car le processus de maintien de la vie – respiration, alimentation, etc. – produira quantité d'impressions qui déclencheront certains mouvements réflexes et éveilleront le centre moteur.

Mais l'idée est intéressante parce qu'elle montre à l'évidence que l'activité de la machine dépend d'impressions extérieures et qu'elle est déclenchée par des réactions à ces impressions.

Dans la machine, chaque centre est parfaitement adapté à recevoir les impressions qui lui sont particulièrement destinées et à y répondre de manière conforme. Aussi, lorsque les centres fonctionnent correctement, il est possible de calculer le travail de la machine, de prévoir et d'annoncer nombre d'événements futurs et de réactions, de les étudier et de les diriger.

Malheureusement, même chez celui que l'on appelle un homme sain et normal, les centres travaillent rarement comme ils le devraient. Et cela parce qu'ils sont faits de manière à pouvoir, en quelque sorte, se remplacer les uns les autres. Selon le plan originel de la nature, le but était, sans nul doute, d'assurer la continuité du travail des centres et de créer une sécurité les protégeant d'une interruption possible du travail de la machine – car, dans certains cas, une interruption pourrait être fatale.

Mais la capacité des centres à travailler l'un pour l'autre – comme c'est le cas pour nos machines non-entraînées et non-développées – devient si excessive qu'ils fonctionnent rarement *par le travail propre à chacun d'eux*. Presque à chaque minute, un centre ou un autre abandonne son propre travail et tente d'effectuer celui d'un autre centre qui, à son tour, prend la place d'un troisième.

J'ai dit que les centres pouvaient se remplacer l'un l'autre dans une certaine mesure mais pas entièrement et il est inévitable, dans de pareils cas, que leur travail soit bien moins efficace. Le centre moteur, par exemple, peut dans une certaine mesure imiter le

travail du centre intellectuel, mais il ne peut produire que des pensées vagues et décousues comme celles qui surviennent dans les rêves ou la rêverie. De même, le centre intellectuel peut travailler à la place du centre moteur. Tentez, par exemple, d'écrire en pensant à chaque lettre que vous allez tracer et de quelle manière vous aller la tracer. Vous pouvez vous livrer à des expériences de ce type en essayant de faire avec la tête ce que vos mains et pieds peuvent effectuer sans son aide : par exemple, descendez un escalier en notant chaque mouvement ou faites un travail manuel courant en calculant et en préparant mentalement chaque petit geste ; vous constaterez tout de suite à quel point le travail devient plus difficile, plus lent et plus maladroit quand il est conduit par le centre intellectuel plutôt que par le centre moteur

Vous pouvez également observer ceci lorsque vous apprenez un nouveau type de mouvement. Supposons que vous appreniez à taper à la machine ou tout nouveau type de travail physique – ou bien, prenez le cas du soldat qui s'exerce à manier un fusil – pendant un certain temps, tous ses mouvements dépendront du centre intellectuel, et ce n'est que plus tard qu'ils seront pris en charge par le centre moteur. Chacun sait le soulagement que l'on éprouve quand un geste devient habituel, quand la coordination se fait automatiquement et qu'il n'est plus nécessaire, à chaque instant, de *penser* et de contrôler ses mouvements. Cela signifie qu'ils sont passés sous la direction du centre moteur auquel ils appartiennent naturellement.

Le centre instinctif peut travailler pour le centre émotionnel et, à l'occasion, le centre émotionnel peut travailler pour tous les autres centres. Dans certains cas, le centre intellectuel doit travailler pour le centre instinctif, bien qu'il ne puisse effectuer qu'une infime partie de son travail, la partie en relation avec les mouvements visibles, tels que ceux du thorax lors de la respiration. Il est très dangereux d'intervenir dans les fonctions normales du centre instinctif, comme dans le cas de la respiration artificielle, parfois décrite sous le nom de respiration des yogis. Celle-ci ne doit jamais être entreprise sans les conseils d'un maître compétent et expérimenté, ni sans sa surveillance.

Pour en revenir au mauvais travail des centres, je dois dire qu'il emplit pratiquement notre vie entière. Nos impressions mornes, nos impressions vagues, notre manque d'impressions, notre lenteur à comprendre tant de choses, très souvent notre identification et notre considération, notre *mensonge* même, dépendent du mauvais travail des centres.

L'idée du travail incorrect des centres n'entre pas dans notre façon de penser ni dans notre compréhension habituelles, et nous ne nous rendons pas compte du tort qu'il nous cause, de l'énergie gaspillée ainsi inutilement et les difficultés où nous mène le travail incorrect des centres.

La méconnaissance du travail incorrect de notre machine est généralement lié à la notion illusoire que nous nous faisons de notre unité. Lorsque nous comprenons à quel point nous sommes divisés en nous-mêmes, nous commençons à saisir le danger que constitue le fait qu'à notre insu une partie de nous-mêmes travaille à la place d'un autre.

Dans la voie de l'étude de soi et de l'observation de soi, il est nécessaire d'étudier et d'observer non seulement le travail correct des centres mais aussi leur travail incorrect. Il est nécessaire de connaître tous les dysfonctionnements et les traits particuliers des dysfonctionnements spécifiques de chacun d'entre nous

Il est impossible de se connaître sans connaître ses propres défauts et ses faiblesses. Et, en plus des faiblesses courantes que nous partageons tous, chacun de nous a les siennes propres qui doivent être étudiées en leur temps.

J'ai souligné, en commençant, que l'idée selon laquelle l'homme *est* une machine mue par les influences extérieures est une idée réellement et véritablement scientifique.

Ce que la science ignore, c'est que :

Premièrement, *la machine humaine ne fonctionne pas à son niveau normal – elle fonctionne généralement bien au-dessous de sa norme. C'est-à-dire, ni à sa pleine puissance ni avec la totalité de ses parties.*

Deuxièmement, *qu'en dépit des nombreux obstacles, elle est capable de développer pour elle-même des normes toutes différentes de réceptivité et d'action.*

Nous parlerons maintenant des conditions nécessaires au développement, car il faut se rappeler que si ce développement est possible, il est très rarement atteint et exige un grand nombre de conditions extérieures et intérieures.

Quelles sont ces conditions ?

La première est que l'homme doit comprendre sa situation, ses difficultés et ses possibilités et qu'il doit, soit avoir un très fort désir de dépasser son état actuel, soit avoir un très grand intérêt pour *le nouvel état inconnu que doit lui apporter ce changement.* En un mot, il doit être soit complètement dégoûté par son état actuel, soit très fortement attiré par l'état futur qu'il peut atteindre.

De plus, une certaine préparation est requise. Un homme doit être capable de comprendre ce qu'on lui dit.

Il doit également se trouver dans de bonnes conditions extérieures ; il doit disposer de suffisamment de temps libre pour l'étude et doit vivre dans des conditions qui rendent cette étude possible.

Il est impossible d'énumérer toutes les conditions nécessaires, mais elles incluent, entre autres choses, l'existence d'une école. Et l'école implique des conditions sociales et politiques qui rendent son existence possible dans tel pays, car une école ne peut exister *dans n'importe quelles conditions* ; et une vie plus ou moins ordonnée et un certain degré de culture et de *liberté individuelle lui* sont nécessaires. De ce point de vue, notre époque est particulièrement défavorisée. En Orient, les écoles disparaissent rapidement. Dans de nombreux pays, leur existence devient absolument impossible. Par exemple il ne pourrait exister aucune école en Russie bolchevique, dans l'Allemagne nazie, dans l'Italie fasciste ou dans la Turquie kémaliste.

Dans *A New Model of the Universe*, j'ai cité à ce propos quelques versets des Lois de Manu.

«EXTRAIT DES RÈGLES POUR UN *SNATAKA*, (MAÎTRE DE MAISON) :

61. Qu'il ne réside pas dans un pays gouverné par des *Sudras*, ni dans un pays habité par des hommes impies, ni dans un pays conquis par des hérétiques, ni dans un pays où abondent les hommes des castes inférieures.

79. Qu'il ne séjourne pas en compagnie des hors-castes, ni des *Kandalas*, les plus abjects des hommes, ni des *Pukkases*, ni des idiots, ni en celle d'hommes arrogants, ni d'hommes de condition inférieure, ni d'*Antyavasayins* (fossoyeurs).

CHAPITRE VIII

22. Un royaume peuplé en majorité de *Sudras*, empli d'hommes sans Dieu et privé d'habitants deux fois nés, doit rapidement périr en sa totalité, frappé par la famine et par l'épidémie.»

Ces idées des *Lois de Manu* sont très intéressantes, car elles nous fournissent une base nous permettant d'évaluer les différentes conditions politiques et sociales *du point de vue du travail d'école* et de voir quelles conditions sont réellement favorables et lesquelles entraînent la perte des valeurs véritables, quand bien même leurs tenants prétendraient que ces conditions sont favorables, parvenant ainsi à tromper nombre de faibles d'esprit.

Mais les conditions extérieures ne dépendent pas de nous. Dans une certaine mesure, et parfois avec de grandes difficultés, nous pouvons choisir le pays où nous préférons vivre, mais nous ne pouvons choisir ni l'époque ni le siècle et nous devons chercher ce qui nous convient dans la période où le destin nous a fait naître.

Ainsi, nous devons comprendre que le début de la préparation au développement exige lui-même une combinaison de conditions extérieures et intérieures qui sont rarement réunies.

Mais nous devons aussi comprendre qu'au moins en ce qui concerne ses conditions intérieures l'homme n'est pas entièrement abandonné à la loi de l'accident. Bien des lumières sont disposées à son intention grâce auxquelles il peut trouver son chemin s'il le désire réellement et s'il a de la *chance*. Ses possibilités sont si minimes qu'il ne faut pas écarter le facteur *chance*.

Tentons à présent de répondre à la question : d'où naît en l'homme le désir d'acquérir une nouvelle connaissance et de changer?

Dans la vie, l'homme est soumis à *deux sortes d'influences*. Ceci doit être bien compris et la différence entre les deux sortes d'influences doit être parfaitement claire.

La première consiste en intérêts et attirances créés par *la vie elle-même* : intérêts pour sa santé, sa protection, sa fortune, ses distractions, sa sécurité, sa vanité, son orgueil, sa célébrité, etc.

La seconde consiste en intérêts d'un autre ordre, suscités par des idées non pas créées par la vie mais *émanant, à l'origine, des écoles*. Ces influences n'atteignent jamais directement l'homme. Elles sont jetées dans le tourbillon général de la vie, traversent de nombreux esprits différents et parviennent à l'homme par le biais de la philosophie, de la science, de la religion et de l'art, toujours mêlées aux influences de la première sorte et méconnaissables par rapport à ce qu'elles étaient à leur origine.

Dans la majorité des cas, les hommes ne discernent pas l'origine différente des influences de la seconde sorte et souvent les expliquent comme ayant la même origine que celles de la première sorte.

Bien que l'homme ignore l'existence de deux sortes d'influences distinctes, elles agissent toutes deux sur lui et, d'une manière ou d'une autre, il y réagit.

Il peut s'identifier davantage à une ou plusieurs des influences de la première sorte et estimer ne pas être influencé par celles de la seconde. Ou bien il peut se sentir attiré et touché par une ou plusieurs des influences de la seconde sorte. Dans chaque cas, le résultat diffère.

Nous appellerons la première sorte d'influence, l'influence A; et la seconde,

l'influence B.

Si un homme est entièrement au pouvoir de l'influence A, ou d'une influence A particulière, et tout à fait indifférent à l'influence B, rien ne changera pour lui et sa possibilité de développement diminuera chaque année de sa vie ; et, à un certain âge, parfois même très tôt, elle disparaîtra à jamais. Ceci revient à dire que l'homme meurt, bien qu'il reste physiquement en vie, tout comme une graine hors d'état de germer et de produire une plante.

Mais si, d'un autre côté, l'homme n'est pas entièrement au pouvoir des influences A et si des influences B l'attirent, l'émeuvent et l'incitent à penser, *les résultats des impressions qu'elles produisent en lui se concentrent*, attirent d'autres influences d'un type semblable et se développent, occupant une place plus importante dans sa pensée et dans sa vie.

Si les résultats produits par les influences B deviennent suffisamment forts, ils fusionnent pour former en l'homme ce que l'on appelle un *centre magnétique*. Il faut tout de suite préciser que le mot «centre» n'a pas ici le même sens que dans les expressions : centre «intellectuel» ou centre «moteur»; c'est-à-dire les centres de l'essence. Le *centre magnétique* appartient à la personnalité ; c'est simplement un groupe d'intérêts qui, lorsqu'il devient suffisamment puissant, sert, dans une certaine mesure, de facteur d'orientation et de direction. Le centre magnétique conduit nos intérêts dans une certaine direction et aide à les y maintenir.

En même temps, il ne peut pas faire grand chose par lui-même. Une école est nécessaire. Le centre magnétique ne peut tenir lieu d'école — mais il peut aider à prendre conscience de la nécessité d'une école; il peut aider à se mettre en quête d'une école ou, dans le cas d'une rencontre fortuite avec une école, il peut aider à la reconnaître et à éviter de la perdre. Car rien n'est plus facile que de perdre une école.

La possession d'un centre magnétique est la première des exigences, non formulée, d'une école. Si un homme est dépourvu de centre magnétique, ou s'il possède un centre magnétique insignifiant ou faible, ou encore s'il a plusieurs centres magnétiques contradictoires, c'est-à-dire s'il est intéressé à la fois par de nombreuses activités incompatibles, au moment où il rencontrera une école, il ne s'y intéressera pas, ou il deviendra instantanément critique à son égard, et ce avant même d'en apprendre quoi que ce soit, ou bien son intérêt se perdra très vite, dès les premiers obstacles que suscite le travail d'école. Ceci assure la principale sauvegarde des écoles. Autrement, elles seraient encombrées d'élèves non qualifiés qui déformeraient immédiatement son enseignement.

Un centre magnétique juste nous aide non seulement à reconnaître que nous avons bien à faire à une école, mais nous aide également à en assimiler l'enseignement, qui diffère à la fois des influences A et des influences B et que l'on peut qualifier d'influence C.

L'influence C ne peut être transmise que par la parole, par instructions, explications et démonstrations directes.

Lorsque un homme entre en contact avec l'influence C et se montre capable de l'assimiler, il est dit qu'en un point de lui-même – à savoir dans son *centre magnétique* – il se libère de la loi de l'accident. A partir de là, le centre magnétique a joué son rôle. Il a conduit l'homme vers une école, et l'a aidé à y faire ses premiers pas. Dès lors, les idées et l'enseignement de l'école prennent la relève du centre magnétique et commencent à pénétrer lentement les différentes parties de sa personnalité, puis, avec le temps, jusque dans son essence.

On peut beaucoup apprendre sur les écoles, de leur organisation et de leurs activités, par les moyens ordinaires, en se documentant sur les périodes de l'histoire où elles étaient plus

apparentes et plus accessibles. Mais il est certaines choses à propos des écoles que l'on ne peut apprendre que en leur sein même. Et, dans l'enseignement d'école, l'explication des principes et des règles occupe une place considérable.

Un des principes majeurs que l'on apprend de cette façon est qu'un réel travail d'école doit être mené *simultanément selon trois lignes*. Un travail sur une ou deux lignes seulement ne peut pas être qualifié de travail d'«école».

Quelles sont ces trois lignes ?

Lors de la première conférence, j'ai dit que ces conférences ne constituaient pas une école. Je vais expliquer à présent pourquoi il en est ainsi.

Cette question, une fois, fut posée : «Les gens qui étudient cet enseignement, travaillent-ils uniquement pour eux-mêmes ou travaillent-ils aussi pour les autres ?» Je vais maintenant y répondre.

La première ligne est l'étude de soi et l'étude de l'enseignement, du «langage». Celui qui travaille sur cette ligne, travaille certes *pour lui-même*.

La seconde ligne est le travail avec d'autres personnes au sein de l'école, et en travaillant avec les autres, on travaille alors non seulement avec eux mais *pour eux*. Ainsi, sur la seconde ligne, on apprend à travailler avec les gens et pour les gens. C'est pourquoi la seconde ligne est particulièrement difficile pour certains.

Sur la troisième ligne, on travaille *pour l'école*. Mais pour travailler ainsi, il est nécessaire de *comprendre* le travail, ses buts et ses besoins. Et ceci prend du temps – à moins d'y être bien préparé, car certaines personnes peuvent commencer par la troisième ligne ou, en tout cas, la découvrir très facilement.

Lorsque j'ai dit que ces conférences ne constituaient pas une école, j'entendais par là qu'elles n'offrent la possibilité que d'une seule ligne de travail; à savoir l'étude de l'enseignement et l'étude de soi. Il est vrai qu'en apprenant ensemble les personnes étudient le début de la seconde ligne de travail – du moins, ils apprennent à *se tolérer les uns les autres* et, si leur pensée est assez large et leur perception assez rapide, ils peuvent même avoir un aperçu de la seconde et de la troisième ligne. Toutefois, on ne peut pas attendre beaucoup des seules conférences.

Sur la seconde ligne de travail, dans une école bien organisée, les étudiants ne doivent pas seulement *parler ensemble* mais *travailler ensemble* ; ce travail peut prendre des formes très diverses, mais doit toujours, d'une manière ou d'une autre, *être utile à l'école*. Ce qui signifie qu'en travaillant sur la première ligne, on étudie la seconde, et que travaillant sur la seconde ligne on étudie la troisième. Vous comprendrez plus tard pourquoi trois lignes sont nécessaires et pourquoi il faut trois lignes pour que le travail progresse efficacement vers un but défini.

Dès à présent, vous pouvez comprendre la raison principale de la nécessité de trois lignes de travail si vous vous rendez compte que l'homme est endormi et que, quel que soit le travail qu'il entreprenne, il perd rapidement tout intérêt et continue à le poursuivre de façon mécanique. Trois lignes de travail sont nécessaires, tout d'abord, parce que le travail sur une ligne éveille l'homme qui s'endort sur une autre. Si l'on travaille réellement sur les trois lignes, on ne peut jamais s'endormir complètement ; en tout cas, on ne peut pas dormir aussi tranquillement qu'avant, on se réveillera toujours pour constater que le travail s'est arrêté.

Je peux aussi indiquer une des différences les plus caractéristiques entre les trois

lignes de travail.

Sur la première ligne, on travaille surtout à l'étude de l'enseignement ou à l'étude de soi ainsi qu'à l'observation de soi et, au cours de son travail, il est nécessaire de faire preuve d'un certain degré d'initiative envers soi-même.

Sur la seconde ligne, on participe à un certain travail organisé et l'on ne doit *faire que ce qui est prescrit*. Aucune initiative n'est requise ou même admise sur la seconde ligne; l'essentiel y étant la *discipline*. On se conforme scrupuleusement aux instructions sans y apporter la moindre idée personnelle, même si elle paraît meilleure que celles qui ont été données.

De nouveau, sur la troisième ligne, il est possible de faire preuve d'une certaine initiative mais on doit toujours *se contrôler soi-même* et ne pas s'autoriser à prendre des décisions contraires aux règles et aux principes, ou contraires à ce qui a été demandé.

J'ai dit précédemment que le travail commence par l'étude du langage. Il sera très utile, à ce propos, que vous tentiez de voir que vous connaissez déjà un certain nombre de mots de ce nouveau langage et il vous sera également très utile d'essayer d'en faire le compte et d'en établir la liste. Il faut toutefois qu'ils soient notés sans aucun commentaire; c'est-à-dire sans interprétations – les commentaires, les interprétations et les explications doivent rester au niveau de votre compréhension. Vous ne pouvez les coucher sur le papier. Si cela était possible, l'étude des enseignements psychologiques en serait grandement simplifié. Il suffirait alors de publier une sorte de dictionnaire ou de glossaire et les gens sauraient d'emblée tout ce qui leur est utile de savoir. Mais heureusement, ou malheureusement, ceci est impossible et les hommes doivent travailler et apprendre chacun pour soi.

Revenons aux centres afin de découvrir pourquoi il est impossible de se développer plus vite sans avoir à s'astreindre à un long travail d'école.

Nous savons que lorsque nous apprenons quelque chose, nous accumulons de nouvelles données dans notre mémoire. Mais qu'est-ce que la mémoire? Pour le comprendre, nous devons apprendre à considérer chacun de nos centres comme une machine distincte et indépendante – faite d'une matière sensible, analogue à celle *des matrices phonographiques*. Tout ce qui nous arrive, tout ce que nous voyons, tout ce que nous entendons, tout ce que nous éprouvons, tout ce que nous apprenons est enregistré sur ces matrices. Ce qui signifie que tout événement extérieur ou intérieur laisse certaines «impressions» sur les matrices. «Impression» est le mot qui convient, parce qu'il s'agit effectivement d'une *impression* ou d'une *empreinte*. Une impression peut être profonde ou superficielle ; elle peut être simplement fugitive et disparaître rapidement sans laisser de traces. Mais, profondes ou superficielles, ce sont toujours des impressions et ces impressions sur les matrices sont tout ce dont nous disposons, tout ce que nous possédons. Tout ce que nous connaissons, tout ce que nous avons appris, tout ce dont nous avons fait l'expérience est là, inscrit sur nos matrices. De la même façon, tous nos processus de pensée, calculs, spéculations, reviennent à comparer les inscriptions sur les matrices, à les relire encore et encore, à tenter de les comprendre en les comparant et ainsi de suite. Nous ne pouvons rien penser de nouveau, rien qui ne soit déjà gravé sur nos matrices. Nous ne pouvons rien dire ou faire qui ne corresponde à une inscription des matrices. Nous sommes dans l'incapacité

d'inventer une pensée nouvelle, de même que nous sommes dans l'incapacité d'inventer un nouvel animal, car toutes nos idées concernant les animaux sont tirées de notre observation d'animaux existants.

Les inscriptions ou impressions des rouleaux sont reliés par les associations. Les associations relient des impressions qui ont été perçues simultanément ou qui présentent entre elles quelques similitudes.

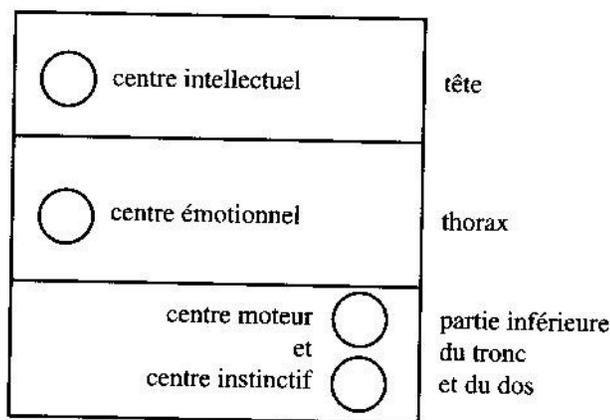
Lors de ma première conférence, j'ai dit que la mémoire dépend de la conscience et que, en fait, nous ne nous rappelons que des moments où nous avons eu des éclairs de conscience. Il est évident que des impressions différentes et simultanées, reliées entre elles, demeureront plus longtemps en mémoire que des impressions décousues. Dans un éclair de conscience de soi, ou dans un état approchant, toutes les impressions du moment sont associées et demeurent reliées dans la mémoire. Il en est de même des impressions reliées par une ressemblance interne. Si l'on est davantage conscient au moment où l'on reçoit des impressions, on relie plus solidement les impressions nouvelles aux anciennes qui leur ressemblent et elles restent inscrites dans la mémoire.

En revanche, si l'on reçoit des impressions dans un état d'identification, on ne les remarque tout simplement pas et leurs traces disparaissent avant d'être évaluées ou associées. Dans l'état d'identification, on ne voit ni n'entend. On est entièrement absorbé par ses griefs, ses désirs ou son imagination. On ne peut se séparer des choses, des sentiments ou des souvenirs et on est coupé du monde environnant.

CONFÉRENCE 4 (sur 5)

P.D. Ouspensky, 1934-1940

Nous commencerons aujourd'hui par un examen plus détaillé des centres. Voici le diagramme des quatre centres :



Ce diagramme représente l'homme vertical, de profil et regardant vers la gauche. De manière très schématique, il indique les positions relatives des centres.

En réalité, chaque centre occupe la totalité du corps, pénètre, si l'on peut dire, la totalité de l'organisme. En même temps, chaque centre possède ce que l'on appelle son «centre de gravité». Le centre de gravité du centre intellectuel se situe dans le cerveau ; le centre de gravité du centre émotionnel se situe dans le plexus solaire ; les centres de gravité des centres instinctif et moteur se situent dans la moelle épinière.

Il faut comprendre que, dans l'état actuel de la connaissance scientifique, il est impossible pour nous de vérifier cette affirmation, et ceci surtout parce que chaque centre contient en lui-même de nombreuses propriétés encore inconnues de la science ordinaire, *même sur le plan de l'anatomie*. Cela peut paraître surprenant mais c'est un fait que l'anatomie du corps humain reste une science incomplète.

Ainsi l'étude des centres, qui nous sont invisibles, doit commencer par l'observation de leurs fonctions qui, elles, sont accessibles à notre recherche.

Ceci est une manière habituelle de procéder. Dans les diverses sciences – physique, chimie, astronomie, physiologie – lorsque nous ne pouvons atteindre les faits, objets ou matières que nous souhaitons étudier, nous devons commencer par l'étude de leurs *résultats* ou de leurs *traces*. Dans le cas présent, nous aurons affaire aux fonctions directes des centres ; ainsi tout ce que nous constaterons à propos des fonctions pourra s'appliquer aux centres.

Tous les centres partagent de nombreux points communs et, en même temps, chacun d'entre eux possède ses caractéristiques particulières qui doivent toujours être prises en compte.

Un des principes les plus importants à comprendre est la grande différence qui existe entre les vitesses des centres, c'est-à-dire entre les vitesses de leurs fonctions.

Le plus lent est le centre intellectuel. Puis – bien qu'étant beaucoup plus rapides – viennent les centres instinctif et moteur qui ont tous deux plus ou moins la même vitesse. Le plus rapide de tous est le centre émotionnel, bien que dans son état habituel de «sommeil éveillé» il ne travaille que rarement à une vitesse proche de sa vitesse réelle, il travaille généralement à une vitesse équivalente à celle des centres instinctif et moteur.

L'observation peut nous aider à constater cette grande différence entre les vitesses des fonctions, mais elle ne peut nous fournir de chiffres exacts. En réalité, la différence est très grande, plus grande qu'on ne pourrait l'imaginer possible entre fonctions relevant d'un même organisme. Comme je viens de le dire, avec nos moyens ordinaires nous ne sommes pas capables de calculer la différence entre les vitesses des centres mais, si on nous indique ce qu'elle est, nous pouvons trouver de nombreux exemples qui viendront confirmer non pas les chiffres, mais l'existence d'une énorme différence.

Aussi, avant de citer des chiffres, je parlerai des observations ordinaires que l'on peut effectuer sans connaissances spéciales.

Essayez, par exemple, de comparer la vitesse des processus mentaux à celle des fonctions motrices. Essayez de vous observer vous-même lorsque vous devez faire en même temps de nombreux mouvements rapides, comme conduire une voiture dans une rue encombrée ou sur un chemin défoncé, ou effectuer tout travail requérant des choix et des actions rapides. Vous constaterez immédiatement qu'il ne vous est pas possible d'observer tous vos mouvements. Vous devrez, soit ralentir, soit perdre la majeure partie de vos observations ; ou alors vous risqueriez un accident et en auriez probablement un si vous persistiez à vous observer. De nombreux constats similaires peuvent être faits, en particulier sur le centre émotionnel qui est encore plus rapide. Chacun de nous a certainement réuni de nombreuses observations sur la différence de vitesses des fonctions ; mais il est rare que nous sachions reconnaître la valeur de nos observations et de nos expériences. C'est seulement lorsque nous connaissons le principe que nous commençons à comprendre nos observations antérieures.

Cependant, il convient de préciser que tous les chiffres relatifs à ces écarts de vitesse sont établis et connus dans l'enseignement des écoles. Comme vous le verrez par la suite, le rapport entre les vitesses des centres est un nombre très étrange qui revêt un sens cosmique, c'est-à-dire qu'il intervient dans de nombreux processus cosmiques ou, pour mieux dire, qu'il différencie les processus cosmiques. Ce nombre est 30 000. Ceci signifie que les centres instinctif et moteur sont 30 000 fois plus rapides que le centre intellectuel. Et le centre émotionnel, lorsqu'il travaille à sa vitesse propre, va 30 000 plus vite que les centres instinctif et moteur.

Il est difficile de croire qu'il existe un écart aussi énorme de vitesses entre les fonctions d'un même organisme. Cela signifie que les différents centres disposent d'un *temps très différent*. Les centres instinctif et moteur ont un temps 30 000 fois plus long que le centre intellectuel et le centre émotionnel dispose de 30 000 fois plus de temps que

les centres instinctif et moteur.

Comprenez-vous ce que signifie «plus de temps»? Cela signifie que pour tout travail à accomplir, le centre dispose de davantage de temps. Quelque étrange que cela puisse paraître, ce grand écart de vitesse entre les centres explique quantité de phénomènes bien connus que la science ordinaire ne peut expliquer et qu'elle passe volontiers sous silence ou dont elle refuse simplement de débattre. Je fais référence ici à la vitesse étonnante et tout à fait inexplicable de certains processus physiologiques ou mentaux.

Par exemple : un homme boit un verre de cognac et, à *l'instant même*, en moins d'une seconde, il éprouve quantité de nouveaux sentiments et sensations – une impression de chaleur, de détente, de soulagement, de paix, de satisfaction, de bien-être ou, au contraire, de colère, d'irritation et ainsi de suite. Dans différents cas, ce qu'il éprouve peut être différent, mais le fait demeure que le corps réagit *très vite* au stimulant, presque instantanément.

Il n'est pas vraiment nécessaire d'évoquer l'alcool ou tout autre excitant; si un homme a très soif ou très faim, un verre d'eau ou un morceau de pain produiront le même effet rapide.

D'autres phénomènes similaires illustrant la vitesse prodigieuse de certains processus peuvent être constatés; par exemple, dans l'observation des rêves. J'ai évoqué certaines de ces observations dans *A New Model of the Universe*.

De nouveau, la différence se situe, soit entre les centres instinctif et intellectuel, soit entre le centre moteur et le centre intellectuel. Mais nous sommes si accoutumés au phénomène que nous pensons rarement à quel point il est étrange et incompréhensible.

Bien entendu, pour quelqu'un qui n'a jamais porté son attention sur lui-même et qui n'a jamais tenté de s'étudier, il n'y a là rien d'étrange, pas plus là qu'ailleurs. Mais, du point de vue de la physiologie ordinaire, ces phénomènes apparaissent comme presque miraculeux.

Un physiologue est conscient de la complexité des nombreux processus qui doivent se dérouler entre agréables – telles que la joie, la sympathie, l'affection, la confiance en soi – comme relevant de la partie positive et que nous attribuons à la partie négative les émotions désagréables telles que l'ennui, l'irritation, la jalousie, l'envie, la peur, les choses paraîtront très simples, mais, en réalité, elles sont beaucoup plus complexes qu'on ne le pense.

Premier point fondamental : *il n'existe pas de partie négative naturelle dans le centre émotionnel*. La majeure partie des émotions négatives est artificielle ; elles n'appartiennent pas en propre au centre émotionnel et sont fondées sur des émotions instinctives qui ne leur sont pas du tout liées mais qui sont dénaturées par l'imagination et l'identification. C'est la vraie signification de la théorie de James et Lange qui a eu son heure de gloire. Ils insistaient sur le fait que toutes les émotions sont en réalité des sensations liées aux changements qui se font dans les organes internes et dans les tissus musculaires ; changements qui, intervenant avant les sensations, en sont les véritables causes. Ceci signifie que les événements extérieurs et les processus internes ne produisent pas d'émotions. Les événements externes et les processus internes déclenchent des réflexes internes qui, à leur tour, provoquent des sensations ; et celles-ci sont interprétées comme émotions. D'autre part, les émotions positives telles que «l'amour», «l'espérance», «la foi», dans le sens où elles sont généralement comprises – c'est-à-dire en tant qu'émotions permanentes – sont inaccessibles à l'homme dans son état *ordinaire*

de conscience. Elles requièrent des états supérieurs de conscience; elles requièrent l'unité intérieure, la conscience de soi, un «Moi» permanent et la volonté.

Les émotions positives sont des émotions qui ne peuvent pas devenir négatives. Mais, toutes nos impressions agréables telles que la joie, la sympathie, l'affection, la confiance en soi peuvent, à tout moment, se transformer en ennui, irritation, envie, crainte et ainsi de suite. L'amour peut se muer en jalousie ou en peur de perdre l'objet aimé, ou en colère et en haine. L'espérance peut se transformer en rêverie, en chimères et la foi peut se muer en superstition, en acceptation complaisante de stupidités rassurantes.

Même une émotion purement intellectuelle – le désir de connaître– ou une émotion esthétique – je veux dire le sentiment de beauté et d'harmonie – s'il se mêle à l'identification, s'associe immédiatement à des émotions d'ordre négatif, telles que l'orgueil, la vanité, l'égoïsme, la prétention et ainsi de suite.

Nous pouvons ainsi affirmer sans risque d'erreur que nous sommes dans l'incapacité de ressentir des émotions positives. En même temps, il faut dire qu'en réalité nous n'avons pas d'émotions négatives existant sans imagination ou identification. On ne peut, bien sûr, nier qu'à côté des multiples souffrances physiques qui relèvent du centre instinctif, l'homme ressent de nombreuses sortes de souffrances morales qui appartiennent au centre émotionnel. Il ressent bien des deuils, des tristesses, des craintes, des inquiétudes, etc., qui sont inévitables et aussi intimement liées à la vie de l'homme que la maladie, la douleur et la mort. Mais ces souffrances morales n'ont rien à voir avec des émotions négatives qui sont, elles, fondées sur l'imagination et l'identification

Ces émotions négatives constituent un phénomène terrifiant. Elles occupent une place considérable dans notre vie. On peut dire de beaucoup de gens que leur vie entière est réglée et dirigée et, en définitive, ruinée *par les émotions négatives*. En même temps, les émotions négatives ne jouent aucun rôle utile dans notre vie. Elles ne nous aident pas à nous orienter, elles ne nous apprennent rien, elles ne nous guident pas de manière sensée. Au contraire, elles gâchent tous nos plaisirs, transforment notre vie en fardeau et s'opposent de manière très efficace à notre développement possible *parce que, dans notre vie, il n'y a rien de plus mécanique que les émotions négatives*.

Les émotions négatives ne peuvent jamais passer sous notre contrôle. Ceux qui croient pouvoir maîtriser leurs émotions négatives et les manifester à volonté sont simplement en train de s'abuser eux-mêmes. Les émotions négatives dépendent de l'identification; si, dans une circonstance particulière, l'identification est détruite, elles disparaissent. Le fait le plus étrange et le plus fantastique à propos des émotions négatives est l'adoration que les gens leur vouent. Je pense que, pour un homme mécanique ordinaire, la chose la plus difficile à admettre est que ses propres émotions négatives, comme celles des autres, n'ont aucune valeur et *ne contiennent rien de noble, rien de beau, rien de fort*. En réalité, les émotions négatives ne sont rien d'autre que de la faiblesse et, très souvent, un début d'hystérie, de folie ou de crime. Leur seul aspect positif est que, étant inutiles et créées de toutes pièces par l'imagination et l'identification, elles peuvent être détruites sans aucun préjudice. Et ceci constitue la seule possibilité qu'à l'homme de s'en libérer.

Si les émotions négatives étaient utiles et nécessaires au moindre but, aussi infime soit-il, si elles étaient une fonction d'une partie réellement active du centre émotionnel, l'homme n'aurait pas une seule chance, car aucun développement intérieur n'est possible aussi longtemps que l'homme conserve ses émotions négatives.

En langage d'école, il est dit à propos de la lutte contre les émotions négatives :

L'homme doit sacrifier sa souffrance.

«Quoi de plus facile à sacrifier?» dira-t-on. Mais en réalité les gens sacrifieraient n'importe quoi plutôt que leurs émotions négatives. Il n'est pas de plaisir ou de jouissance que l'homme ne soit prêt à sacrifier pour des raisons insignifiantes, mais en revanche, il ne sacrifiera jamais sa souffrance. Et, d'une certaine façon, cela s'explique.

D'une manière assez superstitieuse, l'homme s'attend à gagner quelque chose en sacrifiant ses plaisirs, mais il n'attend rien du sacrifice de sa souffrance. Il est plein d'idées fausses à propos de la souffrance — il persiste à croire que la souffrance lui est envoyée par Dieu ou par des dieux pour son châtement ou son édification et il aura même peur d'entendre parler de la possibilité de se défaire de sa souffrance d'une manière aussi simple. Ce qui rend cette idée encore plus difficile à admettre est l'existence de quantité de souffrances dont l'homme ne peut se défaire ; sans compter nombre d'autres souffrances qui sont entièrement fondées sur l'imagination et auxquelles il ne peut ni ne veut renoncer ; telles que par exemple : l'idée d'injustice ou la croyance selon laquelle il serait possible de supprimer l'injustice.

De plus, de nombreuses personnes n'ont d'autres émotions que, négatives. Tous leurs «moi» sont négatifs. Si on leur enlevait leurs émotions négatives, ils risqueraient de s'effondrer ou de disparaître en fumée.

Et qu'en serait-il alors de notre vie, si elle était privée d'émotions négatives ? Qu'en serait-il de ce que nous qualifions d'art, de théâtre, de drame ? Qu'en serait-il de la plupart des romans ?

Il n'y a malheureusement pas de possibilité que les émotions négatives disparaissent ; les émotions négatives ne peuvent être maîtrisées et ne peuvent disparaître qu'avec l'aide d'une connaissance d'école et de méthodes d'école. La lutte contre les émotions négatives fait partie intégrante de la discipline d'école et est étroitement liée à l'ensemble du travail d'école.

Si les émotions négatives sont artificielles, contre nature et inutiles, d'où peuvent-elles donc provenir? Comme nous ne connaissons pas l'origine de l'homme, nous ne sommes pas en mesure de débattre de cette question et nous ne pouvons parler des émotions négatives et de leur origine qu'en rapport avec nous-mêmes et avec notre vie. Par exemple, en observant les enfants nous pouvons remarquer comment *les émotions négatives leur sont inculquées* et comment ils les apprennent par eux mêmes en imitant les adultes ou leurs aînés.

Si, dès les premiers jours de sa vie, un enfant pouvait être entouré de gens dépourvus d'émotions négatives, il en serait probablement dépourvu ou en aurait si peu qu'elles pourraient être facilement maîtrisées par une éducation correcte. Mais, dans la vie réelle, il en va tout à fait autrement et, par tous les exemples qu'il peut voir et entendre, par la lecture, le cinéma et ainsi de suite, un enfant d'environ dix ans connaît déjà toute la gamme des émotions négatives et peut les imaginer, les reproduire et s'y identifier aussi bien qu'un adulte.

Chez les adultes, les émotions négatives sont entretenues par leur constante justification et glorification dans la littérature et dans l'art, ainsi que par l'auto-justification et la complaisance envers soi-même. Même lorsqu'elles finissent par nous excéder, nous ne croyons pas qu'il est possible de nous en libérer.

En fait, nous avons sur les émotions négatives bien plus de pouvoir que nous ne le pensons ; surtout à partir du moment où nous savons à quel point elles sont dangereuses

et à quel point il est urgent de lutter contre elles. Mais nous trouvons trop d'excuses pour les justifier et nous nageons tantôt dans les mers de l'égoïsme tantôt dans celle de l'apitoiement sur soi, trouvant des fautes partout sauf en nous.

Ce qui vient d'être dit montre que nous nous trouvons dans une bien étrange situation en ce qui concerne notre relation à notre centre émotionnel — il n'a ni partie positive ni partie négative. La plupart de ses fonctions négatives sont de pure invention ; et il est de nombreuses personnes qui, au cours de leur vie, n'ont jamais éprouvé une seule émotion *réelle* : tout leur temps étant accaparé par des émotions imaginaires.

Nous ne pouvons donc pas dire que notre centre émotionnel est divisé en deux parties, l'une positive, l'autre négative. Nous pouvons seulement dire que nous éprouvons des émotions *agréables ou désagréables* et que toutes celles qui, à un moment donné, ne sont pas négatives peuvent à un autre moment, à *la moindre provocation ou même sans provocation aucune, se transformer en émotion négative.*

Tel est le tableau véridique de notre vie émotionnelle et, si nous nous observons avec sincérité, nous devons nous rendre compte qu'aussi longtemps que nous cultivons et admirons en nous-mêmes toutes ces émotions empoisonnées, nous ne pouvons espérer développer en nous l'unité, la *conscience* et la *volonté*. Si un tel développement était possible, alors toutes ces émotions négatives s'intégreraient à notre nouvel être pour y devenir permanentes. Ce qui signifierait pour nous l'impossibilité de jamais nous en débarrasser. Heureusement pour nous, une telle éventualité est exclue.

Dans notre état actuel, la seule chose favorable nous concernant, c'est qu'il n'y a en nous rien de permanent. Si, dans notre état présent, quoi que ce soit devenait permanent, ce serait signe de folie. Seuls les aliénés possèdent un ego permanent.

Incidemment, ce constat nous débarrasse d'un autre terme erroné provenant de la psychanalyse et qui s'est glissé dans le langage psychologique courant : je veux parler du mot «complexe».

Il n'existe rien dans notre structure psychologique qui corresponde à l'idée de «complexe». Selon la psychiatrie du XIX^e siècle, ce qui est aujourd'hui qualifié de «complexe» s'appelait «idée fixe», et les «idées fixes» étaient considérées comme un signe de folie. Ceci reste vrai aujourd'hui.

L'homme normal ne peut avoir d'«idées fixes», de «complexes», ni de «fixations». Il est utile de s'en souvenir au cas où quelqu'un chercherait à nous trouver des complexes. Nous avons bien assez de mauvais côtés comme ça, et nos possibilités sont bien minces, même en l'absence de complexes.

Revenons à présent à la question du travail sur nous-mêmes. Nous devons nous demander de quelles possibilités nous disposons réellement. Nous devons découvrir en nous-mêmes les fonctions et les manifestations que nous pouvons en partie dominer et nous devons exercer un contrôle en essayant autant que possible de l'accroître. Nous avons, par exemple, un certain contrôle sur nos mouvements et, dans de nombreuses écoles, particulièrement en Orient, le travail sur soi commence par la tentative d'acquisition d'un maximum de maîtrise sur les mouvements. Mais ceci implique un entraînement spécial, beaucoup de temps et la pratique d'exercices complexes. Dans les conditions de la vie moderne, nous possédons plus de contrôle sur nos pensées et, en rapport à ceci, il existe une méthode spéciale au moyen de laquelle nous pouvons travailler au développement de notre conscience en employant l'instrument le mieux soumis à notre

volonté : c'est-à-dire notre *mental* ou mieux, notre centre intellectuel.

Pour mieux comprendre ce que je m'apprête à dire, vous devez tenter de vous rappeler que nous n'avons aucun contrôle sur notre conscience. Lorsque j'ai dit que nous pouvons devenir plus conscients ou que l'on peut pour un instant rendre une personne plus consciente par le seul fait de lui demander si elle est ou non consciente, j'employais le mot «conscient» ou «conscience» dans un sens relatif. Il y a de nombreux niveaux de conscience et chaque degré plus élevé signifie «conscience» par comparaison au degré inférieur. Mais si nous ne disposons d'aucun pouvoir sur la conscience proprement dite, nous avons un certain pouvoir sur la façon dont nous envisageons la conscience et nous pouvons construire notre méthode de pensée de manière à susciter la conscience. Je veux dire qu'en donnant à nos pensées la direction qui serait la leur dans un moment de conscience, nous pouvons attirer la conscience.

Essayez à présent de formuler ce que vous avez remarqué quand vous avez tenté de vous observer vous-mêmes.

Vous avez remarqué trois choses. D'abord que *vous ne vous rappelez pas vous-mêmes* ; ce qui veut dire que vous n'êtes pas conscients de vous-mêmes au moment où vous tentez de vous observer. Ensuite que l'observation est rendue difficile par le flot incessant de pensées, d'images, d'échos de conversations, de bouffées d'émotions qui traversent l'esprit et qui, très souvent, distraient l'attention de son rôle d'observateur. Et, pour finir, qu'au moment où vous commencez à vous observer, quelque chose en vous déclenche l'imagination. Si vous la tentez sincèrement, l'observation de soi est une lutte incessante contre l'imagination.

Voici maintenant le point essentiel dans le travail sur soi. Si l'on comprend que toutes les difficultés du travail proviennent du fait qu'on ne peut pas *se rappeler soi-même*, on sait déjà ce que l'on doit faire.

On doit essayer de se rappeler soi-même.

Pour faire cela, il est nécessaire de lutter contre les pensées mécaniques, de lutter contre l'imagination.

Si l'on fait cela consciencieusement et sans relâche, on constatera des résultats en un temps relativement bref. Mais il ne faut pas croire que la tâche est facile et que l'on puisse se rendre immédiatement maître de la pratique.

Le *rappel de soi*, ainsi qu'on l'appelle, est une tâche difficile à apprendre, à pratiquer. Il ne doit pas s'appuyer sur l'attente de résultats, au risque de nous identifier à nos propres efforts. Le rappel de soi doit au contraire être fondé sur la compréhension du fait que nous ne nous rappelons pas nous-même, mais que pourtant *nous sommes capables de nous rappeler nous-même* si nous le tentons avec suffisamment de force et de la bonne façon.

Nous ne pouvons devenir conscients à notre gré, au moment où nous le désirons, car nous n'avons aucun pouvoir sur nos états de conscience. Mais nous pouvons *nous rappeler nous-même* à volonté pendant une courte durée ; et ceci parce que nous avons un certain contrôle sur nos pensées. Et, si nous commençons à nous rappeler nous-mêmes, de par la construction spéciale que nous donnons à nos pensées — c'est-à-dire en réalisant que nous ne nous rappelons pas nous-mêmes, que personne ne se rappelle lui-même, en comprenant ce que tout cela implique — ceci nous amènera à la conscience.

Rappelez-vous que nous avons trouvé un point faible dans le mur de notre mécanicité. C'est la connaissance du fait que nous ne nous rappelons pas nous-mêmes et l'évidence que nous pouvons essayer de nous rappeler nous-mêmes. Jusqu'à ce point

notre tâche n'a été que l'étude de soi. A présent, par la compréhension de la nécessité d'un changement réel en nous-mêmes, le travail commence.

Plus tard, vous apprendrez que la pratique du rappel de soi, liée à l'observation de soi et à la lutte contre l'imagination, n'a pas seulement une portée psychologique, mais qu'elle modifie aussi la partie la plus subtile de notre métabolisme et produit dans notre organisme des effets chimiques définis – ou faudrait-il dire des effets alchimiques ? Ainsi, aujourd'hui, sommes-nous passés de la psychologie à l'alchimie ; c'est-à-dire à l'idée de la transformation des éléments grossiers en éléments subtils.

CONFÉRENCE 5 (sur 5)

P.D. Ouspensky, 1934-1940

Afin d'approfondir notre étude de l'évolution possible de l'homme, je dois établir un point important.

Deux aspects doivent être développés en l'homme. C'est-à-dire que son développement possible doit croître simultanément selon deux lignes.

Ces deux aspects de l'homme, ou ces deux lignes de développement, sont *le savoir* et *l'être*.

J'ai souvent parlé de la nécessité du développement du savoir, et en particulier du savoir relatif à la connaissance de soi, car l'un des traits les plus caractéristiques de l'état actuel de l'homme est qu'il *ne se connaît pas lui-même*.

En général, les gens comprennent l'idée de différents niveaux de savoir, l'idée de la relativité du savoir et de la nécessité d'acquérir un savoir entièrement nouveau.

Ce que l'on ne comprend pas, dans la plupart des cas, c'est l'idée que l'être est distinct du savoir; et, de plus, on ne comprend pas l'idée de la relativité de l'être, ni la possibilité de différents niveaux d'être, ni la nécessité d'un développement de l'être indépendamment de celui du savoir.

Dans ses écrits, le philosophe russe Vladimir Soloviev emploie le mot «être». Il parle de l'être d'une pierre, de l'être d'une plante, de l'être d'un animal, de l'être de l'homme et de l'être divin.

Ceci vaut mieux que le concept habituel car, selon la compréhension courante, l'être de l'homme est considéré comme ne différant en rien de l'être d'une pierre, de l'être d'une plante ou de l'être d'un animal. Du point de vue ordinaire, une pierre, une plante et un animal *sont* et *existent* de la même façon que l'homme *est* ou *existe*. En réalité, ils existent de manière toute différente. Mais la division qu'introduit Soloviev n'est pas pour autant suffisante. Il n'existe rien de tel que *l'être d'un homme*. Les hommes diffèrent trop entre eux pour qu'il en soit ainsi. J'ai déjà expliqué que, du point de vue de l'enseignement que nous étudions, le concept d'homme est divisé en sept catégories : l'homme n°1, l'homme n°2, l'homme n°3, l'homme n°4, l'homme n°5, l'homme n°6 et l'homme n°7. Ceci équivaut à sept degrés ou catégories d'être, l'être n°1, l'être n°2, l'être n°3 et ainsi de suite. Nous connaissons déjà, en outre, des divisions plus subtiles. Nous savons qu'il peut exister des hommes n°1 très différents les uns des autres, des hommes n°2 très différents, des hommes n°3 très différents. Ils peuvent être entièrement soumis aux influences A. Ils peuvent être affectés à titre égal par les influences A et B. Ils peuvent dépendre davantage des influences B que des influences A. Ils peuvent posséder un centre magnétique. Ils ont pu entrer en contact avec une influence d'école – ou influence C. Ils peuvent être en voie de devenir des hommes n°4. Toutes ces catégories indiquent différents niveaux d'être.

L'idée d'être était inclus dans la base même de toute la pensée et de la parole religieuse sur l'homme et, en comparaison, toute autre forme de classification de l'homme était jugée sans importance. Les hommes se divisaient d'un côté en mécréants, infidèles et hérétiques, et de l'autre en vrais croyants, justes, saints et prophètes, et ainsi de suite. Toutes ces catégories ne se réfèrent pas à des différences de points de vue ou de conviction, ils se réfèrent non pas au *savoir* mais à *l'être*.

Dans la pensée moderne, on ignore la notion d'être et de différents niveaux d'être. Au contraire, on pense que plus il y a de divergences et de contradictions dans l'être d'un homme, plus il peut être intéressant et brillant. Il est généralement admis, de manière tacite mais parfois même ouvertement, qu'un homme peut être menteur, égoïste, sans parole, extravagant, pervers et être toutefois un grand savant ou un grand philosophe ou un grand artiste. Bien sûr, cela est impossible. L'incompatibilité entre différents aspects de l'être d'une personne, ce qui est généralement qualifiée d'originalité, est en fait une faiblesse. On ne peut être un grand penseur ou un grand artiste si l'on est doté d'une pensée perverse ou incohérente; pas plus qu'on ne peut être champion de boxe ou athlète, si l'on est atteint de tuberculose. L'idée très répandue selon laquelle l'incohérence et l'amoralité seraient un gage d'originalité est responsable de nombre d'impostures scientifiques, artistiques et religieuses de notre temps et sans doute de tous les temps.

Il est nécessaire de comprendre clairement ce que signifie *l'être* et pourquoi il doit croître et se développer en nous parallèlement au savoir tout en restant indépendant.

Si le savoir dépasse l'être ou l'être le savoir, il en résultera toujours un développement unilatéral, et un développement unilatéral ne saurait mener bien loin. Il aboutira fatalement à quelque sérieuse contradiction intérieure, et devra alors s'arrêter là.

Dans quelque temps, nous parlerons peut-être des différentes sortes de développement unilatéral et de leurs résultats. Dans la vie ordinaire, nous ne rencontrons qu'un seul cas, celui où le savoir l'emporte sur l'être. Le résultat prend la forme d'une dogmatisation de certaines idées et, de ce fait, tout développement ultérieur devient impossible en raison de la perte de compréhension.

Parlons donc de la compréhension.

Qu'est-ce que la compréhension?

Essayez de vous poser la question et vous verrez que vous ne pouvez pas y répondre. Vous avez toujours confondu la *connaissance* avec le *savoir* ou la possession d'informations. Mais savoir et comprendre sont deux choses bien différentes et vous devez apprendre à les distinguer.

Pour comprendre quoi que ce soit, vous devez saisir sa relation avec un ensemble plus vaste, avec un tout plus élevé, et voir les conséquences possibles de cette relation. La compréhension est toujours la compréhension d'un problème restreint dans sa relation avec un problème plus vaste.

Imaginons par exemple que je vous présente un ancien rouble russe en argent. C'était une pièce de monnaie de la taille d'une demi-couronne d'une valeur correspondant à deux shillings et un penny. Vous pourrez l'examiner, l'étudier, noter l'année où elle a été frappée, apprendre tout ce qui se rapporte au tsar dont l'effigie figure sur unie face, vous pourrez la peser, aller même jusqu'à en faire l'analyse

chimique et déterminer le dosage exact de l'argent qu'elle contient. Vous pourrez apprendre ce que signifie le mot «rouble» et comment l'usage s'en est répandu. Vous pourrez apprendre tout cela et bien d'autres choses encore, mais *vous ne comprendrez jamais ce rouble, ni sa signification* si vous ignorez qu'avant la Première Guerre mondiale, son pouvoir d'achat correspondait à la livre sterling actuelle et que celui du rouble-papier de la Russie bolchevique équivaut à un farthing anglais, si ce n'est moins. Si vous réalisez ceci, vous *comprendrez* quelque chose à ce rouble et peut-être d'autres choses encore, car la compréhension d'une seule chose conduit aussitôt à celle de bien d'autres.

On croit souvent que la compréhension se limite au fait de trouver un nom, un mot, un titre ou une étiquette pour qualifier un phénomène nouveau ou inattendu. Le fait de trouver ou d'inventer des mots pour qualifier des choses incompréhensibles n'a rien à voir avec la compréhension. Au contraire, si nous pouvions nous débarrasser de la moitié de nos mots, peut-être aurions-nous de meilleures chances d'acquérir une certaine compréhension.

Si nous nous demandons ce que signifie comprendre ou ne pas comprendre un homme, nous devons d'abord envisager le cas où nous nous trouverions dans l'impossibilité de lui parler dans sa propre langue. Il est évident que deux personnes privées d'une langue commune ne parviennent pas à se comprendre l'une l'autre. Elles doivent disposer d'un langage commun ou s'entendre sur certains signes ou symboles par quoi qualifier les objets ; mais, supposons qu'au cours d'une conversation vous cessiez de vous entendre avec votre interlocuteur sur le sens de certains mots, signes ou symboles, à nouveau, vous cesseriez de vous comprendre.

Il ressort de ceci qu'on *ne peut pas comprendre et être en désaccord*. Dans la conversation courante, nous disons très souvent : «Je le comprend, mais je ne suis pas d'accord avec lui». Du point de vue de l'enseignement que nous étudions, ceci est impossible. Si vous comprenez un homme, vous êtes d'accord avec lui, si vous n'êtes pas d'accord avec lui, vous ne le comprenez pas.

Il est difficile d'accepter cette idée, ce qui signifie qu'il est difficile de la comprendre.

Comme je viens de le dire, il y a deux côtés de l'homme qui doivent se développer parallèlement dans le cours normal de son évolution : le savoir et l'être. Mais ni le savoir ni l'être ne peuvent rester immobiles ni demeurer dans le même état. Si l'un ou l'autre d'entre eux ne s'accroît pas et ne se renforce pas, il diminue et s'affaiblit.

La compréhension peut être comparée à la *moyenne arithmétique* entre le savoir et l'être. Et ceci montre la nécessité d'une croissance simultanée du savoir et de l'être. La croissance de l'un d'entre eux et la diminution de l'autre ne modifiera pas la moyenne arithmétique.

Ceci explique également pourquoi «comprendre» signifie être d'accord. Des gens qui se comprennent mutuellement doivent avoir non seulement un savoir égal, ils doivent aussi posséder un degré d'être équivalent. Ce n'est qu'à cette seule condition que la compréhension mutuelle est possible.

Une autre idée fautive caractéristique de notre temps est que la compréhension puisse être différente et que les gens *puissent*, c'est-à-dire aient le droit, de comprendre les mêmes choses de manières différentes.

Du point de vue de cet enseignement, rien n'est plus faux. Il ne peut y avoir de

compréhensions différentes. Il ne peut exister qu'une seule *compréhension*, le reste est incompréhension ou compréhension incomplète.

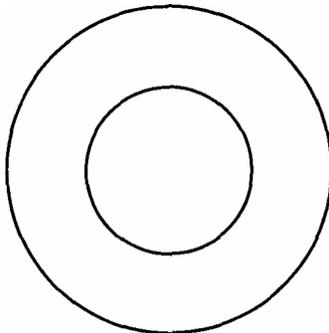
Cependant, les gens pensent souvent qu'ils comprennent les choses de façon différente. Nous pouvons en trouver des exemples chaque jour. Comment expliquer cette apparente contradiction?

En fait, il n'y a aucune contradiction. La compréhension signifie compréhension d'une partie en relation au tout. Mais, chez les gens, l'idée du tout peut être très différente en fonction de leur savoir et de leur être. C'est à nouveau ce qui rend nécessaire l'existence d'un enseignement. On apprend à comprendre en comprenant l'enseignement, en comprenant toutes choses en relation avec l'enseignement.

Mais, pour parler au niveau ordinaire, toute idée d'école ou d'enseignement mise à part, on doit admettre qu'il existe autant de façons de comprendre qu'il y a d'hommes. Chacun comprend chaque chose à sa façon ou en fonction de ses habitudes, ou en fonction de ses routines, mais il ne s'agit là que d'une compréhension toute subjective ou relative. Le chemin qui mène à la connaissance objective passe par l'enseignement des écoles et par un changement d'être.

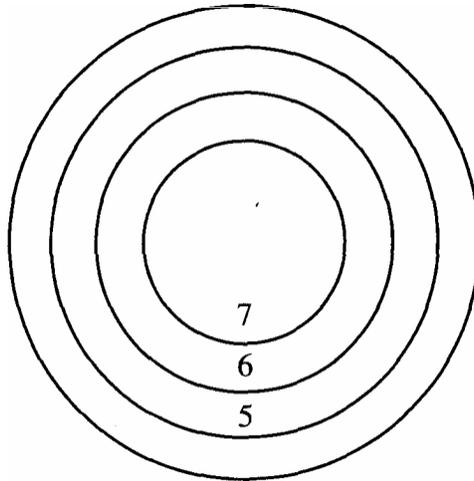
Pour expliquer cela, je dois revenir à la division de l'homme en sept catégories.

Vous devez vous rendre compte qu'il existe une grande différence, d'un côté, entre les hommes n°1, 2 et 3 et ceux des catégories supérieures. La différence est bien plus grande que ce que nous pouvons imaginer. Elle est si grande que, selon ce point de vue, toute la vie peut être considérée comme divisée en deux cercles concentriques – le cercle intérieur et le cercle extérieur de l'humanité.



Au cercle intérieur appartiennent les hommes n°5, 6 et 7 ; au cercle extérieur, les hommes 1, 2 et 3. Les hommes n°4 se trouvent au seuil du cercle intérieur, c'est-à-dire entre les deux cercles.

Le cercle intérieur est à son tour divisé en trois cercles concentriques : le plus central est celui des hommes n°7, celui du milieu, celui des hommes n°6, et le plus extérieur, celui des hommes n°5.



Pour l'instant, cette division ne nous concerne pas. Pour nous, les trois cercles intérieurs n'en forment qu'un.

Le cercle extérieur, celui dans lequel nous vivons, a plusieurs noms qui désignent ses différents aspects. Il est appelé cercle mécanique – car en lui tout *arrive*, tout y est mécanique et les hommes qui y habitent sont des *machines*. Il est aussi appelé le *cercle de la confusion des langues*, car les personnes qui y vivent parlent toutes des langues différentes et ne se comprennent jamais les uns les autres ; chacune d'elles comprend les choses à sa façon.

Nous en arrivons à une définition très intéressante de la compréhension : la compréhension appartient au cercle intérieur de l'humanité et ne nous appartient en aucune façon.

Si les hommes du cercle extérieur réalisent qu'ils ne se comprennent pas les uns les autres et s'ils éprouvent le besoin de se comprendre, ils doivent essayer de pénétrer dans le cercle intérieur, car la compréhension entre les hommes n'est possible que là.

Des écoles de différents types servent de portes permettant aux hommes de pénétrer dans les cercles intérieurs. Mais cet accès à un cercle supérieur à celui dans lequel on est né requiert un travail long et difficile. Le premier pas dans ce travail est l'étude d'un nouveau langage. Et si vous demandez : « Quel est ce langage que nous étudions ? » je peux à présent vous répondre.

C'est le langage du cercle intérieur, le langage par lequel les hommes peuvent se comprendre les uns les autres.

Vous devez vous rendre compte que, nous tenant, en quelque sorte, hors du cercle intérieur, nous ne pouvons acquérir que les rudiments de ce langage. Mais déjà ces rudiments nous permettront de mieux nous comprendre les uns les autres que nous ne pourrions le faire en leur absence.

Les trois cercles intérieurs ont chacun leur langage propre. Nous étudions en ce moment le langage du plus extérieur des cercles intérieurs. Ceux qui appartiennent à ce cercle étudient le langage du cercle intermédiaire et ceux du cercle intermédiaire étudient le langage du cercle le plus intérieur.

Si vous me demandez comment tout cela peut être prouvé, je répondrai que ça ne peut l'être qu'en approfondissant l'étude de soi et l'observation de soi. La preuve, ou au moins une indication de la possibilité d'une preuve, viendra quand nous constaterons que, par l'étude de

cet enseignement, nous nous comprenons nous-mêmes, ou nous comprenons les autres ou certains livres, *mieux* que nous ne pouvions le faire auparavant et, tout particulièrement, si nous découvrons des faits bien définis qui témoignent qu'une nouvelle compréhension se développe.

Nous devons garder en mémoire le fait que notre compréhension, tout comme notre conscience, ne demeure pas en permanence au même niveau. Elle fluctue constamment, Ceci signifie qu'à certains moments, nous comprenons davantage et qu'à d'autres nous comprenons moins. Si nous remarquons ces différences de compréhension en nous-mêmes, nous serons capables de voir qu'il existe une possibilité de se maintenir à de hauts niveaux de compréhension et même de les dépasser.

Mais une étude théorique n'est pas suffisante. Vous devez travailler sur votre être et sur le changement de votre être.

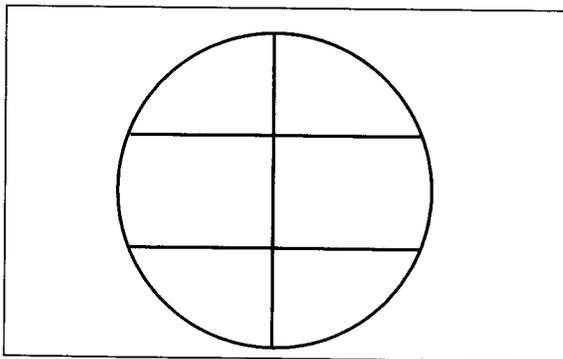
Si vous formulez votre but comme un désir de mieux comprendre les autres, vous devez vous rappeler un principe fondamental des écoles : vous ne pouvez comprendre les autres que dans la mesure où vous vous comprenez vous-mêmes et cela *seulement au niveau de votre propre être*.

Ceci signifie que vous pouvez évaluer le savoir des autres mais que vous ne pouvez pas évaluer leur être. Vous ne pouvez voir en eux qu'autant que vous avez déjà vu en vous-mêmes. Mais nous commettons toujours l'erreur de penser que nous sommes capables d'évaluer le niveau d'être des autres. De fait, si nous souhaitons rencontrer et *comprendre* ceux qui possèdent un développement supérieur au nôtre, nous devons travailler à transformer notre être.

Revenons à présent à l'étude des centres et à celle de l'attention et du rappel de soi, car *ce sont les seules voies qui mènent à la compréhension*.

En dehors de la division en deux parties – positive et négative – qui, comme nous l'avons vu, n'est pas la même dans les différents centres, chacun des quatre centres est divisé en trois parties. Ces trois parties correspondent à la définition même des centres. La première partie est «mécanique» et est constituée des principes instinctifs et moteurs ou de la prédominance de l'un d'eux; la seconde est «émotionnelle» et la troisième «intellectuelle».

Le diagramme qui suit montre la position de ces parties dans le centre intellectuel.



Le centre est divisé en parties positive et négative ; chacune de ces deux parties est elle-même divisée en trois parties. Ainsi, le centre intellectuel comporte en fait six parties.

Chacune de ces six parties est à son tour divisée en trois parties : mécanique, émotionnelle et intellectuelle. Mais nous parlerons plus tard de cette nouvelle subdivision. Faisons cependant exception pour une partie – à savoir la partie mécanique du centre intellectuel, dont nous allons nous entretenir à présent.

La division d'un centre en trois parties est très simple. Sa partie mécanique fonctionne presque automatiquement ; *elle ne requiert aucune attention*. Mais, à cause de cela, elle ne peut pas s'adapter à un changement de circonstances ; elle ne peut pas «penser» et continue à fonctionner comme elle a commencé à le faire, même quand les circonstances ont complètement changé.

Dans le centre intellectuel, la partie mécanique comprend tout le travail d'enregistrement des impressions, des souvenirs et des associations. C'est tout ce qu'elle devrait faire normalement, c'est-à-dire lorsque les autres parties font leur travail. Elle ne devrait jamais *répondre* à des questions posées au centre tout entier ni tenter de résoudre ses problèmes, elle ne devrait jamais décider de rien. Malheureusement, elle est toujours prête à décider et, en fait, elle répond toujours de manière étroite et limitée aux questions de toutes sortes ; cela au moyen de phrases toutes faites, d'expressions argotiques ou de slogans politiques.

Tout ceci, ainsi que nombre d'autres éléments de nos réactions habituelles, constitue le travail de la partie mécanique du centre intellectuel.

Cette partie a son nom propre. Elle se nomme «appareil formateur» ou parfois «centre formateur». De nombreuses personnes, notamment les hommes n°1 – soit la majorité de l'humanité – vivent leur existence entière au moyen de leur seul appareil formateur, sans contact aucun avec les autres parties de leur centre intellectuel. Pour tous les besoins immédiats de la vie, pour recevoir les influences A et y répondre, ainsi que pour déformer ou repousser les influences C, l'appareil formateur est tout à fait suffisant.

Il est toujours possible de reconnaître le «penser formateur». Par exemple, l'appareil formateur ne peut compter que jusqu'à deux : «bolchevisme et fascisme», «travailleurs et bourgeois», «prolétaires et capitalistes» et ainsi de suite. Nous devons la plupart des clichés modernes au penser formateur, et pas seulement les clichés, mais aussi toutes les théories modernes les plus populaires. Peut-être serait-il même possible de dire qu'à toutes les époques, toutes les théories populaires relèvent de l'appareil formateur.

La partie émotionnelle du centre intellectuel consiste principalement en ce que l'on appelle l'émotion *intellectuelle*, c'est-à-dire le désir de savoir, le désir de comprendre, la satisfaction de savoir, l'insatisfaction de ne pas savoir, le plaisir de la découverte et ainsi de suite, bien que chacun d'entre eux puisse se manifester à des niveaux très différents.

Le travail de la partie émotionnelle requiert une pleine attention mais, *dans cette partie du centre, l'attention ne demande aucun effort*. Elle est attirée et retenue par le sujet lui-même, très souvent sous l'effet d'une identification qualifiée habituellement d'«intérêt» ou d'«enthousiasme» ou de «passion» ou de «dévotion».

La partie intellectuelle du centre intellectuel comporte une capacité de création, de construction, d'invention et de découverte. Elle ne peut fonctionner sans attention, mais *l'attention de cette partie du centre doit être contrôlée et maintenue par la volonté et par l'effort*.

C'est le principal critère pour l'étude des différentes parties des centres. Si nous les étudions du point de vue de *l'attention, nous saurons immédiatement dans quelle partie du centre nous nous situons*. Privés d'attention ou avec une attention vagabonde, nous nous situons dans la partie mécanique. Lorsque l'attention est attirée et maintenue par le sujet de l'observation ou de la réflexion, nous nous situons dans la partie émotionnelle. Lorsque l'attention est contrôlée est maintenue sur le sujet par la volonté, nous nous situons dans la partie intellectuelle.

En même temps, cet enseignement indique comment faire travailler les parties intellectuelles des centres. En observant l'attention et en essayant de la diriger, nous nous contraignons à travailler dans la partie intellectuelle des centres, car le même principe s'applique également à tous les centres, bien qu'il ne soit pas toujours aisé pour nous de les distinguer, notamment dans le centre instinctif dont la partie intellectuelle travaille sans ce genre d'attention que nous pouvons percevoir ou contrôler.

Prenons le centre émotionnel. Je ne parlerai pas à présent des émotions négatives. Nous ne considérons ici que la division des centres en trois parties : mécanique, émotionnelle et intellectuelle.

La partie *mécanique* est constituée de la part la plus vulgaire des plaisanteries toutes faites et d'un sens grossier du comique, du goût pour l'excitation, les manifestations spectaculaire, du goût pour les fresques historiques, la sentimentalité, l'attrance pour la foule et le plaisir d'en faire partie, l'attraction pour toutes sortes d'émotions collectives et la tendance à sombrer dans les émotions les plus basses, à demi bestiales : la cruauté, l'égoïsme, la couardise, l'envie, la jalousie et ainsi de suite.

La partie *émotionnelle* peut beaucoup varier selon les personnes. Elle peut comporter le sens de l'humour ou le sens du comique aussi bien que l'émotion religieuse, esthétique ou morale et, dans ce cas, elle peut mener à l'éveil de la *conscience morale*. Mais, avec l'identification, elle peut devenir quelque chose de très différent : elle peut être très ironique, railleuse, sarcastique, cruelle, obstinée, méchante et jalouse — quoique d'une manière moins primitive que la partie mécanique.

La partie *intellectuelle* du centre émotionnel (aidée par les parties intellectuelles des centres instinctif et moteur) détient le pouvoir de création artistique. Dans le cas où les parties intellectuelles des centres instinctif et moteur, qui sont nécessaires à la manifestation de la faculté créatrice, ne sont pas assez éduquées ou ne lui correspondent pas dans leur développement, elle peut se manifester sous la forme de rêves.

Ceci explique la beauté et le côté artistique des rêves de personnes par ailleurs nullement artistes.

La partie intellectuelle du centre émotionnel est aussi le siège principal du centre magnétique. Je veux dire par là que si le centre magnétique n'existe que dans le centre intellectuel ou dans la partie émotionnelle du centre émotionnel, il ne sera pas assez fort pour être efficace et peut alors à tout moment échouer ou commettre des erreurs. Mais la partie intellectuelle du centre émotionnel, quand elle est parfaitement développée et qu'elle travaille à pleine puissance, est une voie vers les centres supérieurs.

Dans le centre moteur, la partie mécanique est automatique. Tous les mouvements automatiques, qualifiés d'«instinctifs» dans le langage ordinaire, lui appartiennent, ainsi que le mimétisme, la capacité d'imitation qui joue un rôle si important dans la vie.

La partie émotionnelle du centre moteur est liée principalement au plaisir du

mouvement, à l'amour des sports et des jeux. Elle devrait, *normalement*, relever de cette partie du centre moteur, mais, quand l'identification et d'autres émotions s'y mêlent, il en est rarement ainsi et, dans la plupart des cas, l'amour du sport se situe dans la partie motrice du centre intellectuel ou du centre émotionnel.

La partie intellectuelle du centre moteur est un instrument très important et très intéressant. Quiconque a exercé *correctement* toutes sortes de travaux physiques, de quelque nature que ce soit, sait que chaque sorte de travail requiert beaucoup d' *invention*. Pour chaque entreprise, on doit *inventer* ses petites méthodes. Ces inventions sont le travail de la partie intellectuelle du centre moteur, et bien d'autres inventions humaines nécessitent l'intervention de la partie intellectuelle du centre moteur. La capacité de certains acteurs *d'imiter à volonté* la voix, les intonations et les gestes d'autres personnes, appartient également à la partie intellectuelle du centre moteur; mais, à des niveaux supérieurs ou plus développés, ce pouvoir d'imitation se lie au travail de la partie intellectuelle du centre émotionnel.

Le travail du centre instinctif reste pour nous très obscur. Nous ne connaissons vraiment, c'est-à-dire nous ne sentons et observons, que la partie sensorielle et émotionnelle.

Sa partie mécanique comprend les sensations habituelles que très souvent nous ne remarquons pas du tout, mais qui servent de base aux autres sensations ; elle comprend aussi les *mouvements instinctifs* au sens correct de l'expression — c'est-à-dire tous les mouvements internes, tels que la circulation du sang, l'assimilation de la nourriture et les réflexes internes et externes.

Sa partie intellectuelle est très vaste et très importante. Dans l'état de conscience de soi ou lorsqu'on s'en approche, on peut entrer en contact avec la partie intellectuelle du centre instinctif et recueillir ainsi beaucoup de données sur le fonctionnement et les possibilités de la machine. La partie intellectuelle du centre instinctif est le cerveau qui dirige tout le travail de l'organisme; un cerveau très différent du cerveau intellectuel.

L'étude des parties des centres et de leurs fonctions spéciales exige un certain degré de rappel de soi. Sans rappel de soi, on ne peut pas observer pendant une durée assez longue ou de façon suffisamment claire pour sentir et comprendre les différences entre les fonctions relevant des diverses parties de chaque centre.

L'étude de l'attention, plus que tout autre, révèle les parties des centres mais, à nouveau, l'étude de l'attention exige un certain degré de rappel de soi.

Vous vous rendrez compte très vite que tout votre travail sur vous-mêmes dépend du rappel de soi et que, sans cela, il ne peut y avoir aucun progrès. Le rappel de soi est un *éveil partiel* ou un début d'éveil. Bien évidemment — soyons très clairs à ce sujet — *aucun travail ne peut être accompli dans le sommeil*.