

Le style de vie

Maxi Elegido, Août 2011

melegido@gmail.com

Parcs d'Étude et de Réflexion - Punta de Vacas.

www.parquepuntadevacas.org

Traduit de l'espagnol, décembre 2011

Introduction

L'intérêt de cet apport est de synthétiser mon travail d'Ascèse jusqu'à ce jour ; et nous savons que ce travail est étroitement lié au Dessein et au Style de Vie.

Il ne s'agit donc pas d'une monographie, mais d'un apport destiné à circuler parmi les Maîtres qui font un travail similaire de recherche et de construction.

En ce sens, mon intention est d'ordonner ma propre expérience et d'ouvrir l'échange avec d'autres Maîtres.

Quant au Point de Vue, je me focaliserai sur le Style de Vie. En effet, dans ce monde fascinant, difficile, où il est si facile de s'égarer, il m'a paru adéquat d'ordonner l'expérience en prenant comme indicateurs le style de vie, et en dernière instance, mon propre comportement.

De toute évidence, ce style de vie ne prétend pas à un bénéfice pratique dans la vie quotidienne. Il me sert plutôt à confirmer, vérifier et graver les registres obtenus.

Ce n'est pas non plus un remède, puisque le style de vie encadre le comportement. Il s'agit plutôt d'une aspiration que d'un fait concret, mais il se manifeste dans le monde et il est mesurable par celui qui expérimente, agit et transforme le monde.

La description ayant plutôt un caractère de témoignage que d'explication, j'ai placé les notes à la fin du document et non en bas de page. Cela permet de ne pas interrompre le raisonnement et par conséquent de mieux le comprendre.

Le fait de témoigner me permet de décrire avec une plus grande liberté ; il ne s'agit pas de faire un guide ou un manuel, ce sont les descriptions et les réflexions d'un "artisan insatisfait" qui essaie d'ordonner son office. Je crois que les régions et les chemins par lesquels nous passons sont limités et, comme on dit, "chaque petit maître a son petit livret". Il y aura des lieux et des routes où nous nous rencontrerons, et quand ce ne sera pas le cas, ce sera une bonne excuse pour échanger et nous enrichir. Mon intention n'est pas de mettre en avant des chemins pour les opposer à d'autres, mais plutôt d'être clair et précis quant à ceux que j'ai parcourus.

Cet apport est divisé en trois parties : le Dessein, l'Ascèse et le Style de Vie qui sont les différents plans d'une même expérience. J'ai tenté de faire une présentation homogène qui puisse rendre compte de l'implication mutuelle entre les parties.

Dans la partie sur le Dessein, je décris les expériences qui m'ont été utiles pour le configurer. Dans la partie sur l'Ascèse, j'énonce la séquence de travail détaillant les empêchements que j'ai affrontés, sans parler des procédés disciplinaires mais plutôt des registres et de leurs significations. Dans la partie sur le Style de Vie, j'ai indiqué les éléments sur lesquels je me suis appuyé pour le développer, en lien avec le travail d'Ascèse.

Le Dessein

Qu'est-ce que je veux faire de ma vie ? Qui suis-je ? Vers où vais-je ? ¹

Ces questions, je me les pose dans les moments importants de ma vie, avant d'affronter certaines situations à conséquences. Dans ces moments de choix, il est fréquent que le calcul de bénéfices apparents s'oppose à la direction de ma vie. Ce sont des choix qui affectent la construction de ma vie et qui vont au-delà des échafaudages provisoires.

C'est dans ces instants-là que le Dessein s'exprime le mieux. Si je choisis le simple pragmatisme pour prendre ma décision, j'expérimente une trahison interne, mon cœur se contracte et s'anesthésie. Si j'opte pour donner sens à mon action, je m'émeus et la lucidité augmente.

Mais le Dessein ne s'exprime pas seulement dans les moments de possible déviation, il opère de façon coprésente en guidant mon action. Cela ressemble à ces moments où, en me rappelant un objectif fixé, je me demande si parmi les actions réalisées en ce sens, l'une d'elles n'avait pas mis en danger sa réalisation. Le Dessein est une direction et un objectif.²

Comment ne pas essayer de préciser cette signification si importante pour pouvoir faire appel à elle en dehors des situations extrêmes ?

Comment faire pour graver les registres que je veux préserver pour pouvoir faire appel à eux quand j'en ai besoin ? Le travail avec les aphorismes m'a beaucoup aidé.³

De la même façon que l'on cherche un aphorisme sur la base d'expériences significatives, j'ai trouvé la façon de formuler le Dessein en regardant comment il s'était exprimé dans les moments essentiels de ma vie.

Alors, j'ai cherché dans mes expériences vitales les plus opposées. J'ai d'abord examiné celles qui m'ont laissé un registre de trahison envers moi-même car je me suis éloigné de la direction que je voulais profondément suivre. Ensuite, j'ai révisé les expériences qui m'ont impulsé vers le développement, la croissance, le réveil, donc celles qui ont été valables et qui ont résisté au passage du temps.

Le moment difficile à retrouver est le premier où j'ai laissé de côté le Dessein, moment biographique de sortie du monde. C'est le moment où j'ai "arrêté de croire", où je me suis trahi, où j'ai été fasciné par quelque chose que j'ai voulu obtenir, en reléguant au second plan ou même au troisième plan cette chose importante en laquelle je croyais.

Ce en quoi l'on arrête de croire est un condensé de différentes choses qui gravitent autour d'un même registre profond : une religiosité ou une conscience morale, ou la croyance en un type d'Être Humain, ou de société, etc. Il ne s'agit pas simplement de la substitution d'un rêve par un autre, mais de la perte du contact avec le Sacré.⁴

Ce moment me permet de me rendre compte que je dévie de ce qui est important et, par conséquent, de me rendre compte aussi de ce qui est vraiment important.

Au pôle opposé se trouvent les moments où prime la direction essentielle de ma vie. À quel moment est-ce que je me suis mis d'accord avec d'autres ? À quel moment est-ce que j'ai pris un engagement et persévéré dans mon action ? Qu'est-ce qui a pesé pour commencer à travailler une Discipline ? Et plus récemment, qu'est-ce qui a pesé pour mon entrée dans l'École ? En quelles occasions ont surgi des peurs que j'ai laissées de côté, des pertes apparentes qui ensuite se sont révélées être des bénéfiques plus importants, bien que moins tangibles ?

Ce sont des moments de nécessité, d'engagement, ayant des conséquences et, dans ces moments-là, j'ai enregistré clairement le Dessein.

Avec cela je veux simplement exprimer que la définition et la précision du Dessein ne furent pas une construction de quelque chose d'inexistant, mais plutôt une révélation et une formulation simple me permettant de faire appel à un registre que j'ai déjà expérimenté en différentes occasions.

Cette formulation diffère d'autres formulations habituelles car elle n'est pas seulement rationnelle, l'émotion y prime et elle inclut la tête.

C'est une sorte de prière qui m'émeut, qui met en contact avec la direction essentielle de ma vie, avec le Sens de ma Vie. Et je l'expérimente essentiellement au fond de mon cœur. Il ne s'agit pas d'un battement de cœur accéléré, c'est une distension profonde, radieuse, lumineuse, qui grandit et relie mon être.

Curieusement, ce Dessein ne heurte pas et ne s'oppose pas aux autres, tout au contraire, il les inclut. Par son essence, il me connecte et m'ouvre aux autres.

C'est seulement grâce au Dessein que je peux ressentir autrui, que je peux me mettre vraiment à sa place, et ce, non pas comme une gymnastique mentale salutaire qui entraîne mes habilités mentales et qui, dans la majorité des cas, est loin du ressentir de l'autre.

Une fois le Dessein fixé et que je peux faire appel à lui, il ne demeure pas statique, arrêté, il commence plutôt à processer et à opérer, comme nous le verrons par la suite, dans le chapitre sur l'Ascèse et dans celui sur le Style de Vie.

Le Dessein se modifie aussi dans son expression, il tend à souligner des aspects que, par tendance, on aurait négligés. Ainsi une personne studieuse avec peu d'activités sociales tend à compléter son aspiration par un sentiment davantage orienté vers le monde et, à l'inverse, un militant aspire à une plus grande cohérence.

Le Dessein tend à se fixer dans sa formulation alors que sa signification peut être projetée dans le monde social ou introjectée vers le Profond.

Dans tous les cas, je prends comme indicateur que le Dessein est fixé quand je sens une nouvelle étape commencer, quand il me conduit vers un espace sans solution de continuité.

L'Ascèse

Quand j'ai conclu la Discipline, j'ai eu des expériences de sens, de frôlement avec le Profond. À plusieurs reprises, j'ai pu expérimenter la suspension du moi, mais pas de façon prolongée, et quant à l'accès au Profond, il n'était pas fluide. Je crois que les mystiques se réfèrent à cela lorsqu'ils parlent de "sécheresse spirituelle", et c'est alors que j'ai compris l'avertissement qu'on m'avait donné avant de commencer : c'est quand on termine la Discipline que tout commence.⁵

Dans l'Ascèse, on sélectionne les pas ou les moments les plus significatifs pour leur donner continuité, les fixer et les approfondir. On abandonne aussi la routine, en cherchant des moments appropriés ou d'inspiration (pour le travail d'Ascèse).

Au début, j'ai rencontré au moins les difficultés suivantes :

1. Ne travaillant pas le relax quotidiennement, celui-ci n'était pas si fluide.
2. Ne pas savoir quels pas de la Discipline choisir, l'expérience ayant été gravée dans l'ensemble et pas tant avec les différents pas.

Par rapport au thème du relax, c'est une des redécouvertes les plus importantes que beaucoup d'entre nous ont fait à la fin de la Discipline. Si on travaille avec le relax quotidiennement, on peut constater à quel point nous sommes tendus et à quel point il est profitable de disposer d'une "pause" de dix à quinze minutes de distension pour pouvoir entreprendre le travail dans un état mental adéquat.

Avec l'Ascèse, la distension prend, à priori, plus d'importance. Il semblerait qu'on ne puisse pas accéder au Profond avec des choses de ce monde, et beaucoup de ces choses sont des compensations impulsées par des tensions permanentes.

Il s'agit de savoir manier le travail de distension, de pouvoir se relaxer en un temps bref, peu importe le niveau de tension du moment. Si ce n'est pas ainsi, l'Ascèse tendra à rester reléguée à l'espoir d'un coup d'inspiration pour pouvoir reprendre la construction.

J'ai compris l'importance de pouvoir me détendre en profondeur, en deux ou trois minutes.⁶ Cela facilite beaucoup la représentation, empêche les sauts d'images, renforce leur fluidité harmonieuse et permet de se détacher de celles qui n'ont rien à voir avec l'entrée dans le Profond.

Et lorsque je ne travaille pas l'Ascèse, au moins je me relaxe et me connecte intérieurement. Je peux travailler avec le Guide, les aphorismes, les Demandes, les remerciements, le Chemin, une cérémonie...

Depuis que j'ai commencé à travailler l'Ascèse, j'ai stimulé l'échange avec d'autres qui étaient dans la même situation, soit de ma propre Discipline,

soit des autres. Cela m'a aidé à mieux comprendre des registres et des éléments significatifs et, aussi, à m'éclairer sur le choix des parties de la Discipline pour construire l'Ascèse.

La Discipline, pour celui qui la réalise, est extraordinaire et fascinante, alors on a tendance à mélanger les procédés, les registres et les espaces significatifs. Mais il est important d'apprendre à réaliser les procédés à la perfection, à décrire les registres avec précision et à dévoiler les espaces significatifs au-delà des traductions propres à la conscience.

Plus d'éléments significatifs apparaissent, plus il y a aussi de registres intéressants, et alors on a tendance à être ébloui par les images traduites qui surgissent avec tel ou tel procédé, et cela, à son tour, tend à l'externalisation de la pratique.

Cela embrouille facilement la description et il est facile d'attribuer telle ou telle expérience aux aspects secondaires. Je prends comme exemple un conte qui allégorise ce type d'erreurs : *"Une personne était malade dans un petit village éloigné, ses proches demandent de l'aide à un chaman qui passait par là. Celui-ci trouve le malade en sueur, étendu à l'intérieur d'une hutte, et demande qu'on donne, à ce dernier, quelque chose à manger. On lui répond qu'il n'y a rien à manger, alors l'homme-médecin demande qu'on fasse bouillir de l'eau et qu'on y jette quelques herbes pour donner un peu de goût. Ensuite, il demande qu'on aère l'habitat en ouvrant ce qui ressemble à une fenêtre. Par cette fenêtre entre la lune pleine, illuminant le patient. Tandis qu'il lui parle précautionneusement et qu'il le tranquillise, le malade boit la soupe à petites gorgées et finit par trouver le repos, puis, après avoir dormi, il guérit. Un des assistants à cet événement, de retour dans son village, retrouve un proche qui est malade. Il lui dit qu'il sait comment le soigner : il faut attendre une nuit de pleine lune, chercher une hutte avec une fenêtre par laquelle la lune puisse entrer, donner un breuvage d'orties et poser la main sur son front."* Ici nous voyons comment des anecdotes occasionnelles peuvent déformer la signification qui dans ce cas, est liée à la disposition à aider autrui et pas tant au procédé utilisé.

Quant au temps de la pratique même, il n'est pas déterminé, bien que la durée habituelle soit de dix à quinze minutes. Dans le Profond, le temps varie, et si j'y accède ne serait-ce qu'un instant (au sens de la mesure habituelle du temps), les éléments significatifs et les registres postérieurs peuvent modifier ma vie.

Je décris maintenant la séquence que je suis :

1. Un bon relax de 2 ou 3 minutes.
2. Je demande à mon Guide de me connecter avec le Dessein ; ici l'indicateur est simple : en m'y connectant, je sens une commotion.

3. Je continue la séquence fixée précédemment avec les pas et moments significatifs de la Discipline.
4. Je note les significations, les registres et les traductions postérieures.

Le thème du relax et du Dessein, je les ai déjà décrits brièvement. Chaque personne utilise ses propres procédés spécifiques mais, pour moi, les indicateurs sont clairs : le relax doit être bref et profond et le Dessein commotionnant.

Le thème de la séquence et la façon de combiner les moments les plus significatifs de la Discipline m'ont conduit aux réflexions suivantes :

L'accès au Profond, dans l'École Siloïste, se donne à travers quatre Disciplines, chacune ayant ses propres procédés. Il n'y a pas lieu dans ce travail de s'occuper des procédés : l'intérêt est porté sur des registres et des significations.

Comme il est expliqué dans le matériel *Les Quatre Disciplines*, ce qui est commun à toutes, ce sont les registres essentiels que l'on obtient. Cela permet l'échange sur l'Ascèse sans inconvénient majeur.

Les quatre Disciplines permettent l'accès au monde des significations. Des échanges avec les autres Maîtres, il ressort que les éléments significatifs dévoilés sont en étroite relation avec le Dessein fixé au préalable.

Comme nous le savons, le processus (disciplinaire) est structuré en douze pas, soit trois quaternaires de quatre pas chacun.⁷

Dans le premier quatenaire, nous entrons dans le monde des significations, parcourant et activant les différentes zones de l'espace de représentation.⁸ Dans le second quatenaire, on enlève les éléments ajoutés, attachés à l'activation du premier quatenaire. Je vide mon espace de représentation des contenus... et des tensions.⁹ Dans le troisième quatenaire, déjà activé et sans ajouts, j'introjette ou je projette le Dessein avec résolution.

Ce troisième quatenaire représente le noyau de l'Ascèse : la communication des espaces, le personnel et le social, le soi et le monde. Je comprends que le monde n'est pas le problème mais une partie de la solution.¹⁰

Pour former la séquence de travail de l'Ascèse, j'ai cherché les moments les plus significatifs de la Discipline : les registres qui m'ont le plus impactés dans le premier quatenaire, les moments de plus grand vide et relâchement dans le deuxième, pour ensuite me centrer sur le troisième quatenaire.

Cette construction est, avec de la pratique et des répétitions, comme une sorte d'auto-transfert, et au lieu de se complexifier, elle se simplifie

chaque fois plus.¹¹ Mes indicateurs sont l'expression du Dessein et la diminution des tensions permanentes.

La résolution dans chaque pratique me rapproche de l'état de travailler l'Ascèse "comme si ça allait être la dernière fois", en essayant d'obtenir un tonus élevé et sans tensions.

Les significations apparaissent après le travail, accompagnées de traductions et d'images. J'observe qu'il y a eu modification de registres, si je perçois le monde avec des variations ou des coïncidences. J'expérimente ce travail comme un archéologue. Au début c'est un os, une pierre, une pièce de monnaie, ces objets sont similaires à d'autres, mais en les regardant attentivement, je perçois des différences essentielles. Avec des découvertes postérieures, je peux reconstruire, sur la base de ces restes, des signes ou une écriture, et il devient possible de dévoiler une culture ou une civilisation. Le lien entre les significations c'est le Dessein, c'est l'union qui me permet de continuer à dévoiler, c'est le tréfonds qui me prévient si je dévie ou si j'avance.

Il arrive que dans l'Ascèse nous ayons des expériences importantes avec des registres nouveaux, et l'on risque alors de leur accorder plus d'importance qu'aux significations. Par exemple, si une zone de l'espace de représentation est restée anesthésiée pendant longtemps, mais il se peut qu'en la traversant à nouveau elle s'active et que cela me procure des registres très gratifiants. Ces registres vont s'accompagner ensuite de compréhensions importantes. Mais si je priorise le registre par rapport à la compréhension, il est possible que par la suite je cherche à retrouver ces mêmes sensations. Or, comme cette zone est déjà activée, elle est en train de s'intégrer au reste et elle aura tendance à ne plus donner ces signaux. Il se passe la même chose avec un muscle "endormi". En l'activant, il donne un signal très clair dans un premier temps mais ensuite cela se normalise. Dans l'exemple décrit, je me guide surtout avec la compréhension.

Les tensions permanentes diminuent et, contrairement à ce que l'on pourrait attendre, il se produit des désajustements. Le tonus de tréfonds qu'on a habituellement est un tonus de tension et, s'il se modifie, on l'expérimente au début avec insécurité, comme une perte d'identité. C'est comme si "moi j'étais mes tensions". C'est là que le monde vient en aide, nous le verrons dans le chapitre sur le style de vie, car c'est en vérifiant dans le monde un état différent qu'il se fixe, et alors je peux continuer à avancer dans l'Ascèse.

Le Dessein commence à être plus tangible, le cœur commence à se dés-anesthésier, il y a quelque chose qui commence à irradier doucement depuis la profondeur mais avec une puissance croissante. Un nouveau centre.

On se détache des tensions, des sensations, du regard, de la perspective, tout s'apaise, tout devient silencieux, je n'adhère à rien, je m'abandonne.

Je cherche, mais je n'attends rien, j'avance en étant accueilli.

Dit comma ça dans un paragraphe, cela paraît facile, mais ce n'est pas ainsi, et ceux qui se sont mis à la tâche ne le savent que trop bien. Aller dans le Profond sans rien emporter, c'est paradoxal. Certes, se détendre paraît motivant, mais les tensions sont une partie de moi dont je ne veux pas me détacher car elles me donnent une identité, elles sont le moteur de nombre de mes intérêts. La chose se complique lorsque nous parlons de "sensations", surtout si elles sont plaisantes. Les regards, la perspective -plus intangible et volatile- compliquent le sujet.

Je peux l'appeler perspective ou coprésence ou tréfonds. Il y a de nombreux artistes qui mettent en évidence ces "atmosphères" dans leur tableau. Ainsi, Rembrandt a peint la lumière, Velázquez l'air et Leonardo l'insinuation. Découvrir la perspective coprésente qui opère dans mes regards est important pour pouvoir lâcher du lest.

Cette entrée, ce déséquilibre, cette transe ou cette suspension du moi, ce n'est pas moi qui le contrôle. Mais je peux le souhaiter profondément et créer les conditions pour le passage (transit).

Mais la construction suit son cours, quelque chose est en train de se développer pendant que la contraction diminue.

À la fin du travail d'Ascèse, je reprends une veille normale, nécessaire pour mon corps et pour le monde. Je perçois des registres qui n'existaient pas avant, des images surgissent qui me transportent ailleurs, mais ce que je veux capter, ce sont les restes du monde des significations.

Cela m'a coûté de ne pas me demander si j'ai atteint ou non le Profond, je crois que l'expectative est parmi les tensions les plus difficiles à lâcher. Ce qui est certain c'est qu'après avoir travaillé l'Ascèse avec soin et résolution, quand je cherche des changements en moi, je les trouve. Je crois que c'est cela l'essentiel et j'expérimente que ces significations viennent du Profond ; elles n'étaient pas là avant.

J'observe que les modifications sont cénesthésiques et kinesthésiques. En effet, à mesure que l'on avance dans le travail, on perçoit combien l'espace de représentation et la cénesthésie peuvent s'amplifier. Plus on débarrasse la kinesthésie de tensions et de sensations, plus on facilite l'accès à la profondeur.¹² Il faudrait vérifier ces registres dans le monde.

Dans le Profond, le temps est différent de celui du calendrier. Le temps sacré, éternel et immobile (suspendu), sans forme, crée toujours des problèmes à la conscience. Ma conscience essaie de le structurer, alors s'entrecroisent le futur, le présent et le passé. Quand surgissent des images avec les trois temps (simultanément), ou des sentiments qui ont été, sont et seront, alors cela m'indique une signification à dévoiler. J'ai l'intuition que ce Temps me transcende et me précède, qu'il altère la conscience et la transforme. Il faudrait le vérifier ... mais j'avance pas à

pas.

Un jour, c'est une grande joie, un autre jour c'est une douce lucidité qui connecte tout, hier j'ai pris conscience de l'humain qui est en moi. Ces registres, unis à d'autres, vont révéler les modèles profonds qui en même temps sont une synthèse de significations. Le Guide Intérieur, Le Couple Idéal, La Protectrice de la Vie... en sont des exemples.¹³

Ces synthèses de significations sont composées de plusieurs registres. Par exemple, le Guide intérieur me donne force, sagesse et bonté, mais à son tour, il y a une forme, un "type" de force, un "type" de sagesse¹⁴ et ainsi de suite. En plus, il m'encourage dans mes aspirations, il me protège et me pousse dans une direction.

Et il y a des modèles que je construis sur la base de significations qui se sont révélées, par exemple le Modèle Social, où se synthétisent des significations avec des caractéristiques personnelles. Le Dessein se dévoile.

Le social et le monde sont d'une grande aide pour la vérification, la construction et la fixation de ces registres et significations.

Style de Vie

Nous commençons ce chapitre sur le Style de Vie par la définition que Silo en donne dans le *Dictionnaire du Nouvel Humanisme* :

Style de Vie (du latin stilum, du grec stylos, petit bâton). Ensemble historique des traits caractérisant la communication et le système d'images ainsi que des procédés de la création artistique propre à un individu ou à un groupe humain et qui représente des goûts, des habitudes, des modes de conduite, reflétant des particularités de son monde interne à travers les formes externes de l'existence humaine. Il dépend en grande partie des valeurs culturelles, des caractéristiques socio-psychologiques et des traditions historiques de la famille, du groupe social, de l'ethnie et de la religion dans lesquelles s'est formée une personne. Il est lié au mode de vie se reflétant dans les normes et les stéréotypes de conduite et de conscience des grands ensembles humains, et même, de générations entières ainsi que de civilisations. Le s. de v. inclut aussi les aspects éthiques et esthétiques correspondants. Dans le s. de v. s'incarnent les formes les plus humaines de l'auto-réalisation et de l'auto-éducation, révélant le degré de liberté et d'intégrité d'une personne.

Le s. de v. humaniste se distingue par le respect de la diversité, des droits, des opinions et des intérêts d'autrui, par le rejet de la violence et de l'exploitation, par l'intention d'entretenir des relations harmonieuses avec la nature et la société, par une forte aspiration à approfondir ses connaissances et à amplifier et perfectionner son potentiel.

Je vais maintenant résumer les caractéristiques qui configurent le style de vie et exposer celles que j'ai travaillées en relation avec l'Ascèse : D'une part, il est lié au Paysage de Formation, formé par l'ensemble des croyances et des comportements acquis dans l'enfance et l'adolescence qui constituent notre propre sensibilité et, en grande partie, le substrat du comportement actuel.

D'autre part, il existe l'éthique qui est le reflet du Paysage de Formation qui opère en nous-mêmes, ou bien qui est une manifestation morale du Dessein.¹⁵

Finalement, je conclus ce développement par le modèle social qui me paraît le plus inspirateur pour l'auto-réalisation, pour l'auto-éducation ainsi que pour un style de vie plein de possibilités pour un nouvel être humain.

Sensibilité et Comportement

Voici ce que dit Luis Ammann dans *Autolibération* :

Le paysage de formation agit à travers nous en tant que comportement, comme une manière d'être et d'agir parmi les personnes et les choses. Ce paysage correspond aussi à un tonus affectif général, à une sensibilité d'époque qui ne correspond pas à la sensibilité de l'époque actuelle.

Mettons en relation ce qui vient d'être dit avec le style de vie : si je veux modifier ma manière d'agir parmi les personnes et dans le monde, je dois examiner le substrat de ce comportement, le tonus affectif général, ma sensibilité.

Je ne peux pas changer cette sensibilité en tant que telle ; parfois il suffit juste de tenir dans les mains un objet de l'enfance ou de percevoir une odeur de quelque chose liée à cette époque, pour expérimenter le tréfonds de ce tonus affectif.

Il restera toujours un résidu de la sensibilité en coprésence et il semble que, lorsque les propres intérêts sont en jeu, ou bien dans des situations limites, il renaît de ses cendres pour recomposer mon "identité", en déclenchant le système de tensions bien connu.

En revanche, ce que je peux essayer de faire, c'est que cette sensibilité occupe en moi un espace réduit ou énorme. Que dans ma manière d'être ou dans mes décisions, prime le paysage de formation ou un tonus affectif différent. Car, en effet, si je ne mets pas l'intention, c'est le paysage de formation qui prendra le dessus ; d'où l'importance de construire un autre tréfonds.

Cette sensibilité qui s'est formée dans les premières étapes de ma vie est, en réalité, un système de tensions permanent avec une teinte émotive, une atmosphère, un climat qui s'active chaque fois que j'exerce une tension pour réaliser une action déterminée.

Toute action requiert une tension, et plus l'activité est intense, plus la tension que l'on applique doit être grande. Il n'y a pas de problème à exercer une grande tension, si elle est appropriée à ce qui est requis.

La difficulté apparaît lorsque la tension ne diminue pas dans un laps de temps raisonnable, bien que l'effort lié à l'activité soit déjà passé. Ces tensions permanentes n'ont déjà plus rien à voir avec l'activité effectuée ; elles y adhèrent, parce qu'elles existaient déjà au préalable.

C'est toute la différence entre le moment où j'étais petit et maintenant que je suis adulte. L'enfant joue, se tend, puis il se détend de nouveau. Mais quelques adultes continuent à se sentir "problématisés", alors que l'action ou la difficulté est déjà passée. Pire encore, ils estiment que sans

cette "problématisation", ils ne pourront compter avec la "tension" nécessaire pour surpasser la difficulté. J'observe alors la sensibilité comme faisant partie activement de mon propre comportement.

Cette tension permanente n'est pas en relation avec l'activité à réaliser, elle est plutôt un indicateur de contenus contradictoires, du fait de penser d'une façon, de sentir d'une autre et d'agir d'une façon encore différente. En général, cette tension permanente, ce résidu de l'action, indique une incohérence.¹⁶

Dans ce travail, il n'y a pas lieu de parler des contenus de conscience, mais je note d'une part que la non-intégration de ces contenus va de pair avec un tréfonds cénesthésique de tensions qui empêchent l'existence d'un tonus différent et, d'autre part, que le degré d'intégration de ces contenus est directement lié au style de vie, comme nous l'avons indiqué au préalable, dans la définition.

Dans le travail d'Ascèse, on procède en dégageant la cénesthésie des tensions, ce qui favorise et permet de développer un autre tonus de base. À mesure que le Dessein s'internalise, il s'exprime, dans un premier temps, par un tonus plus neutre et, par la suite, de façon plus expansive et déstabilisante.

Ce nouveau tonus affecte mon système d'images, ma représentation.

Comment l'affecte-t-il, donc ? Silo développe le thème des structures de conscience dans *Psychologie IV*. Prenons le cas de la Conscience Inspirée qui est un type d'altération de la conscience, et voyons si ces altérations se produisent afin de vérifier si l'on a obtenu ces registres. Le texte nous éclaire à ce sujet : "*Ces structures de conscience engagent mon unité, affectant non seulement les idées, les émotions ou les réactions motrices, mais aussi ma totalité somatique.*"

Plus loin, il précise : "...la conscience inspirée, ou plutôt la conscience disposée à parvenir à l'inspiration,...". Par conséquent, c'est cette disposition qui est capable de déclencher ces modifications dans la représentation.

La capacité d'apprentissage, l'augmentation de la compréhension, est en relation directe avec l'Attention.

Parler d'un bon travail d'Ascèse sans confirmer une meilleure qualité attentionnelle est, pour le moins, douteux. En effet, j'observe que je ne peux maintenir l'attention sans une activation, sans une énergie psychophysique suffisante. Les tensions permanentes accaparent mon énergie et m'empêchent de maintenir l'attention.

Si je suis "pris" par les perceptions, par des phénomènes externes dont ma conscience profite pour rêver et divaguer, en prenant les stimuli pour la réalité même, alors je perds l'attention.

Lorsque je porte attention au monde, que je suis en train d'apercevoir, il ne se produit pas une saturation de stimuli. La mémoire diminue l'apport des souvenirs incontrôlés, et l'évocation dirigée vers la recherche de données fonctionne mieux. Cette libération de la tyrannie de la mémoire est en relation avec le fait qu'elle n'a pas besoin de fournir constamment des images pour détendre mes tensions, même si elle continue à fournir des coprésences nécessaires pour éviter des répétitions inutiles.

Cela se renforce dans la mesure où l'atmosphère générale, le climat, est plus neutre.

Alors, le regard se "décolle" non seulement des perceptions externes, mais aussi des perceptions internes. Je ne suis déjà plus le simple résultat des "conditions objectives", ni le résultat d'une sensibilité interne qui s'impose à moi. Je ne dépends pas tant de si j'ai mangé ou dormi, ou de tel ou tel climat.

Le regard observe les mécanismes de conscience. Ceci, loin de produire une introspection, me permet de voir l'intériorité et l'extériorité en structure, s'impliquant l'une l'autre.

Ainsi, à mesure que je développe l'attention, j'arrête de "coller" aux stimuli, à la sensibilité, aux mécanismes.

Le fait d'adhérer ou d'être identifié va à l'encontre de l'apprentissage. Et le regard se détache alors et gagne en liberté.

Quand je travaille l'Ascèse, je me détache chaque fois plus des tensions et ce qui reste est uniquement la quête d'aller vers le Profond, comme une sorte d'impulsion kinesthésique sans sensation, sans registre. Cette impulsion ressemble à mon regard se dés-identifiant de toute tension, à une attitude attentionnelle qui m'amène à être éveillé avec-et-dans-le-monde, comme diraient les Existentialistes.

Il y a un nouveau tonus, une saveur neutre, chaleureuse et expansive qui permet d'adhérer et de donner du sens à ce que je fais. Quand je suis dans cet état, les tensions apparaissent et disparaissent selon qu'elles me servent ou pas pour le Dessein, et ce, avec plus d'intensité encore que lorsque s'impose la sensibilité.

Le Dessein réveille cet état attentionnel, on en a le registre, il y a un nouveau centre ; soit en faveur du développement, soit pour m'avertir de la déviation. Le Dessein se manifeste parfois à travers des coïncidences dans le monde, parfois par des découvertes gratifiantes, parfois aussi par un "dégoût" m'indiquant que je m'en éloigne, mais le plus souvent il agit comme un réveil quand je me perds, quand je me trahis, quand je m'oublie.

C'est alors que le Dessein se dé-voile et se fixe, ce qui rend le travail d'Ascèse plus facile et plus simple (les vers du beau poème sont moins "baroques", plus essentiels).

Le poétique et la mystique font irruption, tandis que l'attention, la description, l'observation dans les jours qui suivent et les rêves, le fixent.

Le Modèle Social qui inspire l'auto-réalisation, l'auto-éducation et un style de vie favorable à un nouvel être humain.

Il est frustrant de se rendre compte à quel point nous sommes bien souvent éloignés de nos aspirations les plus chères, mais cette prise de conscience me permet de prendre la décision de les renforcer.

Cette connexion entre soi et le monde - sans les voir comme séparés l'un de l'autre - me pousse et me rend "fragile" dans un premier temps, mais c'est grâce à cette reconnaissance que je comprends la nécessité - afin de fixer des états internes - d'une résolution sur tous les plans.

Le monde dans lequel nous vivons est en train de voler en éclats ; et nous alors ? Si le monde va si mal, ce n'est pas à cause des crises économiques. Ces crises-là ne sont que des manifestations d'autres crises. C'est ainsi parce que tout est organisé en fonction de certains intérêts et de tensions diverses et parce qu'il manque le plus important : vers où nous allons. Et alors, évidemment, sans cela, sans un futur ouvert, les divers types de crises, les tensions qui explosent indiquent que quelque chose ne tourne pas rond. Et cela n'est pas étranger à ce qui nous arrive à notre niveau. Tant que je ne reconnais pas qui je suis, comment je suis, et tant que je ne renforce pas jour après jour "vers où je vais ?" et "comment dépasser la mort ?" - d'autant (plus) que cela ne concerne pas que moi mais aussi les autres -, les choses ne pourront pas aller bien.

Dès que j'évoque le futur, surgit le thème de la mort et de la transcendance qui avait déjà fait irruption avec le Dessein, au début de la Discipline, puis lors de l'Ascèse ; et ce thème représente une partie essentielle du modèle social et du style de vie.

Je ne peux pas organiser ma vie avec Sens tant que mon futur est fermé après la mort, et cela n'est pas un thème de plus : c'est la priorité qui ordonne les autres. Et si je ne veux pas "oublier" ce thème, alors mon style de vie, le modèle qui me guide dans le monde, doit être teinté d'une nouvelle spiritualité.

Comme Silo le commentait en 2005, dans le Parc d'Étude et de Réflexion de La Reja : "*Espérons que ce "signal" soit traduit avec bonté.*" Mon interprétation est que ce signal doit produire de la tolérance, de la croissance (interne), de l'unité et de la compassion envers les Êtres Humains.

J'ai la conviction que dans ce moment historique, il ne peut pas y avoir d'issue évolutive depuis un état (de conscience) habituel. Le monde s'est "mondialisé" et nous n'avons pas le temps pour fuir en avant, ni pour

s'échapper vers d'autres lieux, ni pour tout recommencer. Ce qui arrive dans un endroit a des répercussions sur d'autres lieux, et une poignée de personnes bien intentionnées ne suffit pas. Les choses peuvent s'arranger uniquement si un autre Sens fait irruption. Ceci ne s'arrangera que si un autre Sens surgit. Et ce ne sera pas l'affaire d'une ou deux personnes, nous devrions être nombreux à l'exprimer et à nous y prédisposer.

Et, face à cette disposition personnelle et sociale, parfois de façon arbitraire, parfois à travers des coïncidences significatives, des compréhensions, des anomalies ou encore des révélations inattendues, le Sacré s'exprime en apportant de l'aide et en donnant Sens.

C'est depuis là que je révisé l'œuvre de Silo et que je repère les nombreuses références à de nouvelles sensibilités, des attitudes, des comportements, des directions.

Dans *Le Chemin (Le Message de Silo)* il est demandé si je suis indifférent ou non à la souffrance des autres ; dans *Lettre à mes amis* sont décrites les nouvelles sensibilités et les priorités actuelles. La définition du "Style de Vie" reflète ce en quoi consiste l'Attitude Humaniste. Les *Principes d'Action Valable* dans *Le Regard Intérieur* précisent ce qu'est un comportement valable. *Le Paysage intérieur* et *Le Paysage Humain (Humaniser la Terre)* inspirent au-delà du Style de Vie (sur le plan personnel) en mettant en évidence les multiples facettes du comportement social.

C'est avec ces inspirations-là, avec les significations qui se dévoilent dans l'Ascèse, avec le sédiment qui reste et qui processe à l'intérieur de soi et avec nos propres qualités personnelles, que se forme le modèle social.

Ce modèle que je configure et que je projette dans le monde, me transforme et transforme d'autres, et ce, selon des indicateurs de cohérence et de croissance.¹⁷

Ce modèle est nécessaire et oriente mon comportement, mais il requiert aussi de goût pour pouvoir le maintenir dans le temps, et cela varie d'une personne à une autre. On peut mieux se développer si on a du goût pour les activités que l'on réalise ; cela permet que le développement inclue nos propres qualités et qu'il soit plus rapide, selon les exigences du "tempo" de chacun.

Préciser le champ d'action fait partie du modèle social. Peut-être la mystique, le social, la politique, la culture, l'étude et sa diffusion, ou en bien un mélange de toutes ces options et d'autres encore.

Le Dessen se manifeste alors et je commence à reconnaître les signes du sacré que je peux voir dans le monde.

Le Dessen favorise le modèle, et le modèle favorise l'expression du Dessen. Et grâce au développement du Dessen j'accède au Profond.

Conclusions

Le récit d'expérience de cet apport est construit sur les significations et les registres, sans détailler des procédés disciplinaires ou des aspects personnels spécifiques, et ce, dans l'intention de faciliter l'échange, qui est l'intérêt fixé au préalable.

Quant au travail d'ordonner et d'homogénéiser les différents types d'expériences, cela a exigé la révision et l'approfondissement de celles-ci et je peux dire que ce fut une tâche plutôt ardue ("à s'arracher les cheveux").

Pour pouvoir développer l'Ascèse, il m'a fallu fixer, formuler et internaliser le Dessen, et cela m'a permis d'accéder à des significations et des registres qui rendent l'avancée possible. Mais, la compréhension et la fixation de ces indicateurs si volatils, demandent le développement d'un style de vie cohérent avec l'Ascèse.

Ce récit m'a permis de vivre le Dessen, l'Ascèse et le Style de Vie de façon non séparée l'un de l'autre et de les considérer comme des aspects essentiels de l'expérience vitale ; des aspects interconnectés qui s'alimentent les uns les autres.

*Traduit de l'espagnol
Décembre 2011*

BIBLIOGRAPHIE

- *Autoliberación*, de Luis Amman, edición de 1991 de Plaza y Valdés, Méjico
Luis Ammann, *Autolibération*, Éditions Références, Paris, 2004
- *Cántico espiritual, Obras Completas* de San Juan de la Cruz, edición de 2002 de Biblioteca de Autores Cristianos, Madrid
Jean de la Croix, *Cantique spirituel, Œuvres complètes*, Éditions du Cerf, Paris, 1990
- *Seminario sobre los aforismos y Retiro del Guía, Manual de formación personal para los miembros del Movimiento Humanista*, edición de 2009 de Ediciones del País, Buenos Aires
Karen Rohn, *Séminaire sur les Aphorismes, Séminaire sur le Guide Intérieur* dans *Manuel des thèmes formatifs et de pratiques pour les Messagers*, Éditions Références, Paris, 2011
- *El Camino de El Mensaje de Silo*, edición de 2008 de Editorial EDAF, Madrid
Silo, *Le Chemin* dans *Le Message de Silo*, Éditions Références, Paris, 2010
- *El Paisaje Interno y El Paisaje Humano en Obras Completas I*, de Silo, edición de 1999 de Ediciones Humanistas, Madrid
Silo, *Le Paysage Intérieur, Le Paysage Humain*, dans *Humaniser la Terre*, Éditions Références, Paris, 1999
- *Psicología IV, Apuntes de Psicología*, de Silo, edición de 2010 del Parque de Estudio y Reflexión de Toledo
Silo, *Notes de Psychologie*, Éditions Références, Paris, 2011
- *Diccionario del Nuevo Humanismo, Obras Completas II*, de Silo (Silo, *Dictionnaire du Nouvel Humanisme, Œuvres complètes*), Ediciones Humanistas, Madrid, 2002

Documents disponibles sur les différents sites des Parcs d'Étude et de Réflexion

- Matériel de l'École, *Les Quatre Disciplines*, www.parclabelleidee.fr
- Dario Ergas, *Investigación sobre la conciencia moral (Investigation sur la conscience morale)*, www.parquepuntadevacas.org
- Pia Figueroa, *Étude sur Phidias*, www.parclabelleidee.fr

- Pia Figueroa, *Références aux états de conscience inspirée chez Platon*, www.parclabelleidee.fr
- Frederico Palumbo, *La inspiracion en el surrealismo (L'inspiration dans le Surréalisme)*, www.parquepuntadevacas.org
- Karen Rohn, *Root antecedents of the Energetical Discipline and Ascesis in the Occident, Asia Minor, Crete and Aegean Islands (Antécédents des racines de la Discipline de l'Énergie et l'Ascèse en Occident : l'Asie mineure, la Crète et les Iles Grecques)*, www.parquemanantiales.org
- Silo, *Discours d'inauguration du Parc La Reja, 7 mai 2005*, sur www.silo.net ou dans *Silo à Ciel Ouvert*, Éditions Références, Paris, 2007
- Mariana Uzielli, *Antecedentes de la Disciplina Morfológica (Antécédents de la Discipline de la Morphologie)*, www.parquepuntadevacas.org

NOTES

- ¹ Silo, *Le Chemin, Le Message de Silo*, Éditions Références, Paris, 2010, p.148
- ² Pia Figueroa, *Étude sur Phidias*, pp.29-30, www.parclabelleidee.fr
"Dans l'exemple d'une statue comme celle de la déesse Athéna Parthénos sculptée par Phidias et commandée par Périclès, et à qui les Athéniens rendaient un culte, la cause matérielle est le marbre et l'or desquels elle est faite ; la cause formelle est la forme de la statue qui préexistait dans l'esprit du sculpteur Phidias quand il projeta cette œuvre ; la cause efficiente est ce même sculpteur qui agit comme agent; et la cause finale, le culte que la cité rend à la déesse protectrice, culte auquel était destinée la statue (et qui détermine à la fois ses dimensions considérables et le port hiératique et solennel de la figure d'Athéna réalisée dans les meilleurs matériaux).
... Et la cause finale est celle en raison de laquelle se fait quelque chose et se mettent en action toutes les autres causes. C'est le bien de la chose. C'est pourquoi Aristote dit que la cause finale est la cause des causes."
- ³ Le Dessein change de formulation dans sa forme et ainsi il tend à se préciser dans son contenu, mais la signification, elle, ne varie pas. Par exemple, un enfant pourrait faire une oraison comme celle-ci : "Jésus de ma vie, tu es un enfant comme moi, c'est pour cela que je t'aime tant et que je t'offre mon cœur" ; et par la suite, en tant qu'adulte, il peut la formuler autrement, comme Jean de la Croix qui parle de l'épouse (son âme) qui se prépare à s'offrir à son époux (Dieu).
- ⁴ Karen Rohn, *Root antecedents of the Energetical Discipline and Asceticism in the Occident, Asia Minor, Crete and Aegean Islands (Antécédents des racines de la Discipline de l'Énergie et l'Ascèse en Occident : Asie mineure, Crète et les Iles Grecques)*, p.54
www.parquemanantiales.org
"Dans la cérémonie de hiérogamie, il y avait un Dessein transpersonnel ayant pour base la croyance et le désir que l'énergie de cet acte soit projetée et démultipliée en faveur du bien-être de tous les êtres vivants, afin d'assurer la continuité de l'Univers. La croyance profonde était, en effet, que cette énergie représentait la source, le mystère et le potentiel de la dynamique de l'univers, la génération de la vie et la réponse permettant d'assurer la croissance et la continuité."
- ⁵ Frederico Palumbo, *La inspiracion en el surrealismo (L'inspiration dans le Surréalisme)*, p.4, www.parquepuntadevacas.org
"En prenant contact avec l'œuvre surréaliste et ses idées, il nous a semblé que l'exposition des techniques ne suffisait pas à faire comprendre comment les états inspirés se présentent, agissent et se

développent. Il est nécessaire de mettre un cadre plus ample qui puisse montrer le point de départ, les arguments d'inspiration et les procédés qui, en grande partie, ont à voir avec l'engagement de l'artiste ; ces procédés sont des processus qui vont bien au-delà de la technique."

- ⁶ La technique unifiée de distension ainsi que les relax interne et mental sont des techniques brèves et efficaces (voir : Luis Ammann, *Autolibération*, Éditions Références, Paris, 2004).
- ⁷ Il est difficile de voir les équivalences entre les Disciplines pas à pas et, de plus, on ne voit pas pourquoi cela devrait coïncider. Mais je peux capter quelque chose de commun que produit chaque quaternaire, et décrire un ordre possible de registres qui est celui que j'ai suivi.
- ⁸ Le paysage de formation a créé en moi un comportement qui évite certaines zones de l'Espace de Représentation et en priorise d'autres. Je ne parle pas seulement de comportements d'avancée ou de recul face aux empêchements, mais d'une sensibilité qui s'active lorsque se réveillent les intérêts ou lorsque je peux les atteindre ou encore lorsque je crois que leur accomplissement est en danger.
- ⁹ Pour pouvoir me détendre, je me tends au préalable et, lorsque je produis des distensions profondes, je peux parvenir à me représenter ma propre mort. La mort, le vide et la distension sont en étroite relation.
- ¹⁰ Mariana Uzielli, *Antecedentes de la Disciplina Morfológica (Antécédents de la Discipline de la Morphologie)*, annexe p.96, www.parquepuntadevacas.org
"En observant ma conduite dans le monde, j'ai pu reconnaître comment mon espace de représentation se manifeste dans la vie et, à l'inverse, comment la vie ou l'espace de représentation des autres m'influence, comment on me renvoie ma propre action et comment cela change mon monde (environnement) interne en bien ou en mal. Voici un exemple : une fois, dans une réunion, et sans même que je me le propose, j'ai pu voir mon comportement comme si je le voyais depuis l'extérieur, à partir des autres, et j'ai presque pu "sentir" le registre que mon comportement leur produisait."
- ¹¹ Au début du travail avec les transferts, le paysage était baroque, surchargé, avec beaucoup de tensions qui se traduisaient en images. Ensuite, le paysage est devenu plus épuré. Ce n'est pas pour autant que les contenus se perdent, ils s'intègrent plutôt et cela fait gagner en profondeur.
- ¹² Il reste à faire une étude sur les cultures du point de vue du développement kinesthésique et cénesthésique. En effet, il est fort probable qu'une culture qui met l'accent sur ces sens-là connaît un développement différent et notre appréciation d'une culture ou d'une

autre, peut varier considérablement si nous prenons en compte ces paramètres et non ceux de l'époque actuelle.

- ¹³ Silo, *Le Paysage intérieur, Humaniser la Terre*, Éditions Références, Paris, 1999. Voir : *Les modèles de vie*, chap. XVI, p.119
- ¹⁴ Karen Rohn, *Manuel des thèmes formatifs et de pratiques pour les Messagers*, Éditions Références, Paris, 2011. Voir le Séminaire sur le Guide Intérieur, p.93 : "Qu'est-ce que pour moi la Force, la Bonté et la Sagesse ? Connecter internement avec chacune de ses paroles, une par une". P.100 : "Qu'est-ce que pour moi la force ?... Est-ce la force immense des dieux...la force de l'eau qui polit la pierre ?... À quelle force est-ce que j'aspire exactement ? Qui d'entre ceux ou celles que je connais possède cette qualité ? Qui est vraiment sage ?... Comment s'exprime cette sagesse ? Qu'est-ce que la Bonté pour moi ?... Qui m'a déjà traité avec bonté ?... "
- ¹⁵ Dario Ergas, *Investigación sobre la conciencia moral (Investigation sur la conscience morale)*, p.11, www.parquepuntadevacas.org
"Qu'une action soit chargée ou non de sens, dotée ou non de valeur morale, elle sera, de toute façon, transférée vers le monde, et elle le transformera. Mais ce qui est affecté par cette transformation du "monde", c'est la représentation des consciences d'autres personnes. Par conséquent, l'action ne termine pas en soi-même : elle modifie non seulement la nature mais aussi la conscience, et pas seulement la conscience individuelle mais aussi la conscience d'ensemble, la conscience sociale. Lorsque nous parlons de moments de liberté, nous parlons de ces moments particuliers où la conscience rompt sa mécanique pendant un instant, où pendant un court instant les actes de conscience ne sont pas complétés par les rêveries et les représentations...Ce monde auquel nous accédons dans ces moments-là et que nous appelons moments de liberté est, en réalité, une profondeur de la conscience dans laquelle le temps et la représentation semblent se suspendre. Mais après avoir touché cet espace, la conscience se remplit de nouvelles significations. Des significations que la conscience va transférer vers le monde à travers l'action. Depuis ce regard, le sens de l'action devient celui de transférer les significations d'un monde sans temps et sans représentation vers le monde de l'espace et du temps.
L'action morale devient alors une action chargée de sens et un véhicule entre un monde immortel et un monde temporel."
- ¹⁶ Cette situation est habituelle, mais ces tensions permanentes qui donnent un signal à mon corps et le "motorisent" peuvent aussi me servir car, si je le souhaite, elles me permettent de détecter mes incohérences. La chose se complique parce qu'une tension permanente tend à s'anesthésier - avant d'éclater - cependant je peux activer en des-anesthésiant ces tensions qui, à leur tour, me permettent d'en capter d'autres. Mais ce ne sera pas "automatique".

Par exemple, si je maintiens mon poing serré pendant un long moment et qu'ensuite je le relâche, il me fera mal avant de retrouver son état normal. Par ailleurs, il existe des zones de l'espace de représentation par lesquelles je ne transite pas, soit parce que je ne les ai pas encore explorées, soit parce que je les ai mal gravées dans le passé ou encore parce qu'en elles s'activent des tensions permanentes. De cette façon, ma relation au monde devient chaque fois moins harmonieuse, car je ne peux placer mes images dans le lieu adéquat pour mobiliser des réponses adaptées.

¹⁷ Pia Figueroa, *Références aux états de conscience inspirée chez Platon*, p.13, www.parclabelleidee.fr

"Platon allégorise l'état inspiré avec l'image de "la pierre qu'Euripide a appelée Magnétique", c'est-à-dire, l'aimant. Et de la même façon que l'aimant "non seulement attire les anneaux de fer" en les entraînant irrésistiblement vers la pierre magnétique, " ... [elle] leur communique la vertu de produire le même effet, et d'attirer d'autres anneaux", en d'autres termes, en attirant à son tour les pièces avec lesquelles il entre en contact et qui seront capables d'attirer comme d'autres aimants, de nouveaux anneaux qui ne sont déjà plus en relation directe avec la pierre magnétique, "en sorte qu'on voit quelquefois une longue chaîne de morceaux de fer et d'anneaux suspendus les uns aux autres, qui tous empruntent leur vertu à cette pierre."

Cette référence si explicite à l'état inspiré capable d'attirer et de créer la syntonie avec d'autres consciences n'ayant pas nécessairement accédé à des expériences exceptionnelles, mais qui malgré cela peuvent se mettre en situation d'inspiration et même la communiquer à leur tour à d'autres, est un indicateur très intéressant. Cela nous permet de conclure que la communication entre les espaces de représentation des uns et des autres est possible, que la communication entre différents espaces existe."