

## LES QUATRE DISCIPLINES



### ANTÉCÉDENTS

Depuis des temps anciens ont existé des procédés capables de conduire les personnes vers des états de conscience exceptionnels, états dans lesquels une plus grande amplitude et une plus grande inspiration mentale se juxtaposaient à la torpeur des facultés habituelles. Ces états altérés présentaient des similitudes avec le rêve, l'ivresse, certaines intoxications et la démence. Fréquemment, la production de telles anomalies a été associée à des "entités" personnelles ou animales, ou bien à des "forces" naturelles qui se manifestaient précisément dans ces paysages mentaux spéciaux. À mesure que l'on a commencé à comprendre l'importance de ces phénomènes, des explications et des techniques ont été précisées dans l'intention de donner une direction à des processus sur lesquels, au début, il n'y avait pas de contrôle. Déjà à ces époques historiques, dans différentes cultures (et souvent dans l'ombre des religions), des écoles mystiques se sont développées, mettant à l'épreuve leurs voies d'accès au Profond. De nos jours encore, on peut apprécier dans la culture matérielle, dans les mythes, dans les légendes et dans les productions littéraires, des fragments de conceptions et de pratiques en groupes et individuelles très avancées pour les époques auxquelles vivaient ces personnes.<sup>1</sup>

### PREPARATION

Les métiers préparent à entrer dans le travail des Disciplines. Un métier enseigne la proportion interne et à faire de manière équilibrée. On acquiert peu à peu une proportion interne grâce à ce travail externe tandis que des problèmes d'exactitude et de détails apparaissent. Il existe un ton particulier qui associe états internes et opérations externes. Une Discipline, en revanche, montre un chemin de transformation interne. Dans les métiers, on travaille en essayant d'acquérir soin,

---

<sup>1</sup> On accédait au Profond par le biais d'anomalies mais aussi en visant d'autres états, comme dans les religions qui connurent aussi des raptus d'inspiration. On s'est débrouillé pour prendre contact avec le Profond et, parfois, sans l'action d'agents externes qu'on ne pouvait contrôler, comme l'action des drogues.

Nous trouvons des vestiges de ces recherches vers le Profond dans l'Alchimie et dans quelques pratiques profondes du bouddhisme qui, à ce que nous en savons, témoignent d'un processus intense. On y cherche sa propre transformation à travers une voie mentale.

Nous trouvons également des restes de pratiques profondes de type énergétique dans les cultes dionysiaques qui furent abolis par le christianisme triomphant (bien que ceci ne soit pas certain car le dionysisme portait des coups à ce qui était établi et fut, du reste, également persécuté dans la Grèce antique).

Si nous faisons un saut, nous trouvons également en Inde les shivaïtes, qui n'ont rien à voir avec le dionysisme et cependant ont des lignes expérimentales similaires. Lorsque certaines choses identiques surgissent en différents endroits, certains anthropologues croient que ces découvertes et ces conduites culturelles ont été transférées d'un endroit à l'autre. En réalité, on est arrivé à des registres similaires dans différentes cultures. Cette simultanéité de registres, sans influence directe des uns aux autres, s'explique par le contact direct avec certaines franges communes du Profond, registre qui se traduit en images similaires.

proportion et ordre en même temps qu'on parvient à la permanence.<sup>2</sup> Dans les Disciplines, c'est un processus interne de transformation qui est réalisé et non de soin, de proportion ou d'ordre interne. Le travail Disciplinaire est calme et se présente sans délai fixe, s'agissant plutôt d'un chemin que l'on parcourt toute sa vie.

Pour entrer dans les Disciplines, on doit parvenir à en pénétrer le langage. Ceci est un point important. On ne peut entrer en thème sans un emplacement mental proche de celui qui a donné lieu au développement de ces activités. On ne peut pénétrer dans les mondes de la poésie ou de la mystique en y transposant des langages ou en donnant des explications qui ne correspondent pas aux expériences propres à ces mondes.

Quand nous parlons de la Discipline de la Matière, nous travaillons les objets externes et la matière du propre corps, en essayant de les déstabiliser.<sup>3</sup> Quand nous parlons de la Discipline Énergétique, nous nous référons à l'énergie psychophysique : comment elle se génère, se déplace et se transforme. Quand nous parlons de la Discipline Mentale, nous faisons référence au travail avec les différents actes mentaux qui se réfèrent à des objets mentaux. Quand nous parlons de la Discipline de la Forme, nous faisons référence au processus des formes, en travaillant sur leur formation et leur transformation à l'intérieur de l'opérateur.

## LES DISCIPLINES

Les voies que nous connaissons aujourd'hui sont fondées sur les découvertes faites par différents peuples sur une durée de pas plus de sept mille ans. La diversité des sources fragmentées est telle qu'on ne peut prétendre embrasser toute la connaissance et toutes les pratiques d'accès au Profond. Nos quatre Disciplines travaillent avec la manipulation des objets matériels externes (D. de la Matière), avec l'énergie psychophysique (D. Énergétique)<sup>4</sup>, avec les objets mentaux (D. Mentale) et avec les formes mentales (D. Morphologique). Il est clair que ces Disciplines ne sont pas exhaustives, il y a d'autres voies possibles.<sup>5</sup>

---

<sup>2</sup> On apprend à travailler de manière équilibrée et ces métiers peuvent se référer à différentes thématiques. Ils peuvent être liés à la matière, aux arts plastiques, ou à la parfumerie... Ils ont leurs règles de travail, leurs trucs et leurs secrets du Métier. Nous avons travaillé seulement la poterie, les métaux et finalement le verre. C'est une frange de travail en lien avec les fours, en relation aux substances qui se transforment. Ce n'est pas le cas de la parfumerie où les feux sont rares ; on utilise le feu uniquement lorsqu'on prépare des essences ou des parfums par le biais de la distillation. Mais le feu ne joue pas de rôle dans la parfumerie, excepté dans la parfumerie synthétique. Dans les Métiers que nous connaissons de plus près, les feux sont présents. Pour la céramique, le feu est essentiel. De toutes manières, ce travail sur la matière est très intéressant ainsi que l'introduction sur ce thème : le travail sur le feu, ce qu'il a permis de reproduire, comment il est apparu, et comment on l'a produit. On l'a "inventé" bien après avoir appris à le conserver. Il ne s'agit pas seulement de voler et de conserver le feu, mais de le produire. Nous travaillons les différentes formes de conservation, mais c'est la production qui requiert le plus grand soin. Quiconque essaiera de produire du feu aujourd'hui vérifiera que cela n'est pas facile. Le travail avec le feu et avec les fours est important. Le thème des métiers est très ample, et nous commençons par le tout début. On acquiert proportion interne grâce à ce travail externe, tout en apprenant.

En général, nous recommandons aux personnes qui s'approchent d'une Discipline d'avoir un maniement minimal de ce travail sur le feu.

Il sera bon d'avoir dans les Parcs d'Étude et de Réflexion, un Centre de Travail, un Centre d'Étude et des ateliers, où les gens puissent travailler et puissent de cette façon faire la relation entre ce qui se passe dans la tête et ce type de travaux. Ces mêmes ateliers, avec de petites modifications, serviront aussi à la Discipline de la Matière.

<sup>3</sup> Nous prétendons que, pour qu'il y ait des changements, il faut qu'il y ait instabilité. Il s'agit de cela : que ce soit en bien ou en mal, il n'y a pas de changements dans les situations statiques ; dans les sociétés permanentes, il n'y a pas de changements. Les institutions sont montées pour éviter l'instabilité. Nous parlons de déstabilisation dans le propre corps en relation aux changements des objets matériels sur lesquels nous travaillons.

<sup>4</sup> Nous appelons cette énergie : "psychophysique", parce que les phénomènes psychiques ont un ancrage physique et non métaphysique. Déjà, dans la psychologie expérimentale de l'époque de Wundt, on étudiait sérieusement la relation entre les phénomènes psychiques et le corps. On mesurait, par exemple, les changements de température corporelle en relation à certaines images, à la résistance à la douleur, etc. La psychologie postérieure, en revanche, est très peu fondée sur les expérimentations.

<sup>5</sup> Nous ne considérons que les quatre voies que nous connaissons et que nous avons pu développer, bien qu'il puisse y en avoir d'autres que nous ne connaissons pas. Les systèmes de yoga dans leurs différentes formes, les pratiques du Mont Athos et certaines pratiques soufies, nous donnent une idée de cette possibilité, mais elles devraient avoir une systématique et une profondeur adéquate pour être considérées comme disciplines. Notre modèle n'est donc pas un modèle fermé, sacro-saint, mais admet d'autres variantes. Nous nous sommes inspirés des quatre causes aristotéliennes : la Cause Formelle, la Cause Matérielle, la Cause Initiale (efficiente) et la Cause Finale. Tout ceci a été déjà expliqué 300 ans avant notre ère.

La Discipline de la Matière se base sur les travaux des taoïstes et des bouddhistes chinois, ainsi que des babyloniens, des alexandrins, des byzantins, des arabes et des occidentaux. Cet ensemble de travaux, dans sa continuelle transformation et déformation, fut connu sous le nom "d'Alchimie". Vers la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, l'Alchimie a décliné irrémédiablement, laissant un grand nombre de ses découvertes, procédés et instruments aux mains de la chimie naissante.

La Discipline Énergétique trouve ses racines en Asie Mineure ; de là, l'orphisme et le dyonysisme se propagèrent vers la Crète et la Grèce, subissant d'importantes modifications, et finirent par être abolis par le christianisme triomphant. Dans certains courants du shivaïsme et du tantrisme, on peut également recouvrer des fragments d'une expérience extraordinairement riche.

La Discipline Mentale trouve dans le bouddhisme sa principale source de connaissance. Pour favoriser la distinction entre actes et objets mentaux, elle fait appel au langage rigoureux d'un courant philosophique contemporain précis.

La Discipline Morphologique reconnaît des antécédents significatifs dans certains courants de pensées pré-attiques qui se sont épanouis sous les influences "orientales" d'Égypte, d'Asie Mineure et de Mésopotamie, comme c'est le cas de l'école pythagoricienne.

Les Disciplines travaillent avec des routines répétées à chaque moment du processus (pas), jusqu'à ce que l'opérateur obtienne le registre indiqué. Tout le processus est organisé de manière conventionnelle en douze pas, répartis en trois Quaternaires. En outre, de même que chaque pas a une désignation qui s'approche de l'idée du registre recherché, chaque Quatenaire indique un changement d'étape significatif.

Les Disciplines conduisent l'opérateur en direction des espaces profonds.<sup>6</sup> Le processus Disciplinaire étant conclu, on est alors en condition d'organiser une Ascèse dépourvue de pas, de Quatenaire et de routine.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Toutes les Disciplines se recoupent : on travaille de façon intentionnelle, toujours avec un Dessein et par différentes voies. Entrer par les objets matériels est très différent d'entrer par les actes et les objets mentaux mais on travaille avec la même énergie psychophysique, bien que les "entrées" soient différentes.

<sup>7</sup> Ayant reçu une éducation dans un certain type de culture, il y a des choses qui nous échappent et que nous ne pouvons pénétrer. Ceci provient de la valorisation sociale et des codes que l'on porte en soi. Ceci est dû à une mémoire agissante, ce dont l'on se souvient. Il existe une mémoire profonde qui détermine la façon de voir le monde, c'est le "paysage de formation". L'individu ne pourra s'approcher de ces thèmes par pur volontarisme. Cela dépendra du moment historique dans lequel il est placé. Dans l'Antiquité, sur la place publique, on débattait du nombre d'anges pouvant tenir sur une tête d'épingle ; aujourd'hui l'on parle des entreprises. En 1970, on savait vers où l'on allait (en termes de dynamique historique) ; aujourd'hui, on ne sait pas où l'on va. C'est la mémoire agissante : elle se met dans tout, elle est liée aux valorisations et aux recherches et elle n'est pas "plane". Lorsque nous parlons de transformations profondes, nous faisons une sorte de substitution du paysage de formation, qui nous pousse et "provient d'avant" ; nous le substituons par quelque chose de plus conscient. Nous ne sommes pas conscients du monde dans lequel nous nous formons, et cependant ce paysage agit sur nous. Mais lorsque nous le substituons, nous remplaçons ce monde pour nous mouvoir selon les desseins que nous formons. C'est un long travail de formation de desseins, qui ont à voir avec les valorisations, les tons affectifs et les quêtes. C'est une chose sérieuse ; c'est sortir du paysage de formation donné et entrer dans un paysage construit par soi-même. Construire un "dessein", c'est construire un paysage de formation différent. De grandes modifications de paysages de formations se produisent également par des accidents sociaux. Parfois le monde change et c'est toute une position face au monde qui tombe, car apparaît soudain un paysage différent qui choque avec ce qui était établi. Par exemple, on peut observer toutes les transformations qui se sont produites lors du surgissement des grandes religions. Il y a là un grand changement dans le thème des paysages. Ou bien l'on change par action intentionnée, ou bien l'on change par accident. Il y a un conflit entre ce dont on se souvient et ce que l'on vit aujourd'hui. Il y a une grande différence et ce sont les charges affectives qui décident. Sans la charge affective, rien ne change, celle-ci étant profondément cénesthésique. Ce sont les sens profonds qui travaillent et leurs représentations sont profondes.

## **DISCIPLINE DE LA MATIERE<sup>1</sup>**



C'est une Discipline qui travaille avec un système mental de forte allégorisation et association. Le "corps", qui va subir un processus de transformation, est la représentation de l'opérateur. C'est pourquoi il ne suffit pas de réaliser des opérations avec des matériaux, il est nécessaire que l'opérateur "résonne" avec eux dans un processus de transformation. Il s'agit de la direction d'un processus dans lequel l'opérateur accomplit des pas desquels il doit avoir des registres précis (indicateurs).

À la différence des situations quotidiennes où l'on ne résonne pas avec les objets mais où on les utilise seulement, dans la Discipline de la Matière il est nécessaire que l'opérateur "résonne" avec les substances dans une fréquence mentale précise. L'opérateur suit un processus marqué de pas, desquels il doit avoir des indicateurs précis, des registres précis. Tant que cet indicateur n'est pas obtenu, il devra réfléchir et répéter les pas jusqu'à y parvenir.

Tout ceci vient d'il y a bien longtemps. Les alchimistes travaillaient avec des indicateurs. Par exemple, ils représentaient "le dragon vert dévorant le Soleil", toute une allégorie pour exprimer que l'acide nitrique agit sur le soufre. Les productions des anciens alchimistes étaient remplies de ces indicateurs. Ce sont des "indicateurs" ; nous, nous disons "registres". C'est seulement si l'on verse l'acide sur le soufre que l'on obtient ces indicateurs et pas autrement. Il y a beaucoup d'antécédents chez ces anciens alchimistes, il ne pourrait en être autrement.

Ce n'était pas des formes de travail habituel. Les pratiques alchimiques étaient très variées et différentes entre elles. Tout cela a commencé dans différentes cultures et était mû par des intérêts variés, pour finir par décliner au XVIII<sup>e</sup> siècle. Les alchimistes de différentes époques se basent sur l'idée de processus. Dans l'Alchimie Babylonienne, on essayait de comprendre les phénomènes agricoles, les inondations, la fertilité, les récoltes, dans lesquelles l'on observait certaines constantes et répétitions : l'été s'en va mais il revient... Ce sont ces choses agricoles, cycliques, qui prennent toute leur importance dans leur formulation. On tenait compte des agents de ces changements, le jour, la nuit, l'été, l'hiver, et on les mettait en relation avec ce qui se produisait dans le cosmos, avec certains moments du soleil, de la lune, des maisons des dieux ; de là est né leur horoscope. Cette alchimie avait à voir avec ce que nous avons connu par la suite comme astrologie, ce système d'allégories et d'indicateurs, précurseur de l'astronomie.

Simultanément, sous d'autres latitudes, on arrivait à des conclusions semblables, sans relation de cause à effet. Par exemple, une autre Alchimie est apparue en Égypte, plus en lien direct avec le matériel, et pas si abstraite que l'Alchimie des babyloniens. Les Égyptiens allaient directement aux objets, ils travaillaient sur les feux, les pierres, les métaux ; ce sont eux qui découvrirent le verre. Chez différents peuples, des manifestations de cette pensée sont apparues, mais toujours avec une racine agricole. La domestication des végétaux, l'agriculture, fut un événement très important dans l'histoire humaine et encore aujourd'hui, elle continue d'évoluer.

---

<sup>1</sup> La Discipline de la Matière se pratique dans une enceinte que l'on appelle "atelier", qui doit disposer d'une bonne aération et d'une bonne ventilation, car on y travaille avec des acides et des vapeurs toxiques. De plus, il faut faire attention aux risques d'incendies et de brûlures lors de la manipulation de bec à gaz, chalumeaux, acides brûlants et aux risques d'explosion des instruments en verre. Il faut également éviter le contact de la peau avec les substances vénéneuses comme le mercure.

Par la suite, se produit également la domestication des animaux : nous ne sommes déjà plus à l'époque des chasseurs, désormais on domestique les animaux pour qu'ils se reproduisent. La domestication s'est même étendue à d'autres êtres humains, l'esclavage étant paradoxalement un pas évolutif dans l'organisation humaine par rapport à des étapes antérieures de conflits et d'assassinats massifs d'autres groupes humains.

On commence à diriger des processus qui sont dans la nature : ce sont des actes différés dans le temps qui permettent d'accumuler du "plus" et d'amplifier des possibilités. On commence à manipuler la nature avec le contrôle des eaux, l'hydraulique et l'irrigation. Surgit alors la domestication des éléments. Ceci est un moment de grandes conséquences. Comment pouvons-nous convertir des choses, des végétaux, des minéraux pour qu'ils soient utiles à l'évolution ? Nous sommes là en présence de la pensée alchimique, qui est toujours évolutionniste, qui essaie toujours d'arriver plus loin. Ceci se produit dans différentes cultures, mais avec des variantes, et parfois ces découvertes passent d'un peuple à un autre.

L'idée est de domestiquer la nature gisant dans les choses les plus élémentaires pour les faire évoluer jusqu'à parvenir à des choses de plus grande valeur comme l'or. La base de la valeur de l'or est sa rareté. L'or remplace rapidement le sel en tant que monnaie d'échange ; il est, lui aussi, facile à transporter. Comment pouvons-nous produire ce que l'on ne trouve pas partout ? On pense que l'or provient de métaux antérieurs, de métaux plus grossiers qui mûrissent et évoluent. L'Alchimie, à ce moment-là, accordait de l'importance à cela et n'avait aucun lien direct avec les transformations intérieures ; même si sans doute il y eut de telles transformations. Ce n'est pas l'Alchimie mais le processus historique qui a changé la conception de la nature. Par la suite, on arrivera à la conception alchimique avec les feux comme éléments transformateurs.

L'époque du fer est la dernière étape du travail des métaux ; cependant, paradoxalement, le fer est le premier métal qui a été travaillé. Le fer, apparu dans les cieux, extrait des météorites sidérales (de là vient le mot "sidérurgie") est alors utilisé pour faire des objets domestiques et rituels. On le travaille alors avec la technologie propre à la pierre. Ceci a lieu bien avant l'époque des métaux, grâce à une petite aide des cieux. C'est bien plus tard que surgit l'idée de faire passer les métaux. Il s'agit là d'une domestication à un autre niveau. Mais si la domestication ne s'était pas étendue, on n'aurait pas pu penser à cet autre type de transformations.

Dans l'Alchimie chinoise, pour produire des transformations chez les personnes, on utilisait les métaux, la pilule de l'éternelle jeunesse. Les alchimistes chinois travaillaient au sein de l'appareil de l'empire, au service de l'état. Ici, l'on cherche la jeunesse éternelle, l'on cherche à prolonger la vie. L'Alchimie était un moyen d'avancer dans cette direction. En réalité, on a là les prémices de la médecine. Ce n'était pas l'or qui était recherché, les empereurs disposant déjà de toutes les richesses, mais désormais, ils voulaient la jeunesse et ingéraient des préparations réalisées pour prolonger la vie... très souvent avec des résultats mortels pour l'empereur (et certainement aussi pour les alchimistes qui les préparaient). Tout ceci donna lieu à des mythes qui traduisent toutes ces caractéristiques, ces fontaines de jouvence, ces élixirs de longue vie ou d'immortalité. Souvent même ces mythes donnèrent lieu à des expansions territoriales, car on allait chercher ces éléments toujours plus loin.

Jusqu'à des époques très récentes, les médecins faisaient référence à certaines maladies à travers des allégories ayant trait aux métaux. Par rapport à la syphilis, ils disaient : « Pour quelques instants de Vénus, de nombreuses années de Mercure. » (Ceci en référence au traitement mercuriel qui était donné pour soigner cette maladie.)

Il n'y avait pas, en revanche, l'idée de transformation de l'opérateur. Le changement de l'opérateur travaillant sur ces substances est beaucoup plus récent.

On travaille en produisant la Materia Prima, cet androgyne, ce composé de mercure et de soufre. Dans ce travail, avec des feux et des acides, l'Artiste peut avoir aspiré les vapeurs mercuriales neurotoxiques, qui provoquent des hallucinations et des phénomènes extraordinaires. Les vapeurs

de mercure ne se perçoivent pas et sont extrêmement toxiques, elles attaquent directement le système nerveux. Il y a toujours un tréfonds de dangerosité. Et il y a beaucoup d'intuition de cela. Ils n'inhalèrent pas intentionnellement ces vapeurs, mais ils subissaient les effets de ce type de travail.<sup>2</sup> Il ne se passe pas la même chose avec le soufre dont les vapeurs sont suffocantes mais non toxiques. Il est possible que ce soit dans ces pratiques dangereuses, dans ces sciences occultes, qu'ait germé l'idée qu'en combinant certains métaux, des modifications internes se produisent chez l'opérateur.

La Materia Prima n'est pas une. Ce sont deux matières combinées qui initient le processus. Le Mercure et le Soufre. Ceci, le thème des androgynes, apparaît dès le néolithique. Il provient d'un tréfonds biologique, il traduit une grande intuition de l'ovule et du spermatozoïde.

On travaillait beaucoup avec les métaux et leurs transformations. L'intérêt était alors de découvrir quelle était la Materia Prima. Pour beaucoup, il s'agissait de matériaux à jeter, de matériaux provenant de détritiques, de matériaux qu'on extrayait de l'urine par exemple. En les faisant passer, ils parvinrent à produire le phosphore blanc qui produit la lumière. La recherche de la Matière Première a permis de nombreuses expérimentations : on a trouvé les acides, les alcalins et de nombreuses autres découvertes dans tout ce parcours de succès et d'erreurs. Pour pouvoir faire tout cela, ils ont développé tout un instrumental très sophistiqué qui nous est parvenu et a été transféré à la chimie. Le très doux "bain Marie" provient d'un procédé de travail d'un alchimiste, Marie la Juive, pour chauffer ses substances sans les exposer au feu direct. Les découvertes ont été, pour la plupart, accidentelles ou par la voie de l'intuition.

Lorsqu'apparut la chimie, elle se trouvait déjà toute équipée car les alchimistes avaient doté le panorama de tout un tas d'appareils, de substances, qui représentaient une avancée pour l'époque. L'histoire de l'Alchimie est complexe car elle s'exprime dans différentes cultures et différentes époques sous des formes très diverses. C'est plus tard que nous arrivons à l'Alchimie en tant que science universelle, qui prend alors le nom d'origine arabe (*alkīmya* = *art véritable*), issue de ces voyageurs qui rassemblaient de l'information et étaient en contact avec d'autres cultures.

À la Renaissance, elle ressemble déjà beaucoup à une science. On utilise alors tout un arsenal d'instruments ; le laboratoire du XVII<sup>e</sup> siècle est très sophistiqué. Il y a beaucoup d'expériences et de littérature à ce moment-là jusqu'à ce que l'Alchimie décline vers la chimie. Mais jusqu'à la fin, elle a évolué, elle s'est perfectionnée et s'est développée par cette voie mentale qui la sous-tendait. L'Alchimie réalisa beaucoup de choses à cette époque ; elle cherchait déjà la transformation de l'opérateur. Plus tard, on la "psychologisa", en voulant garder la transformation mais en abandonnant les pratiques matérielles.

### **LES PAS DANS LA DISCIPLINE DE LA MATIERE**

Les grandes étapes du processus peuvent être résumées comme dans la structure de plusieurs mythes universels : Naissance et vie - Mort et obscurité - Résurrection et ascension. La matière utilisée va subir tous les changements que proposent les pas de la Discipline en même temps que l'opérateur registre les concomitances allégoriques correspondantes. La Materia Prima initiale, le cinabre (un composé de soufre et de mercure) se transformera tout au long de la Discipline.

---

<sup>2</sup> Dans d'autres contextes et à d'autres moments (traditions chamaniques, mantes, sorcellerie, magie), on cherchait à produire intentionnellement ces substances toxiques qui produisaient, si on les ingérait, des expériences et des altérations de conscience. On travaillait avec des onguents, et les substances pouvaient ainsi passer directement dans le sang en produisant leurs effets. Certaines de ces pratiques magiques païennes, de racine alexandrine, produisirent un choc très fort en s'insérant dans la culture chrétienne. De fait, on affirmait ici que le monde n'était pas comme on le percevait mais on mettait justement l'accent sur ce qui était occulte et caché derrière les phénomènes.

## PREMIER QUATERNAIRE : LA NAISSANCE ET LA VIE

**1<sup>o</sup>.– Épuration.** Il s'agit de la purification des deux substances<sup>3</sup>. Le mercure est filtré avec une peau de chamois ou de cuir très fin jusqu'à ce qu'il soit lavé de toute impureté. Le soufre est lavé avec de l'eau tiède, plusieurs fois, jusqu'à ce que des impuretés se précipitent au fond et d'autres restent en surface ; on peut alors retirer le soufre purifié de ces impuretés. Finalement, on mélange les substances purifiées dans une proportion de 1/3, pour obtenir un corps noir ardoise avec des éclats métalliques<sup>4</sup>.

**2<sup>o</sup>.– Croissance.** Acide chlorhydrique pur dans deux parties d'eau pure. On introduit le corps dans un ballon en verre et on le recouvre de la dilution. Dans le piège et le récipient d'eau pure, registre des quelques bulles. On commence le processus en appliquant un feu doux qu'on augmente graduellement jusqu'à apparition de l'indicateur des bulles. Le rythme de sortie des bulles doit être le plus semblable possible. Dans tous les cas, il doit augmenter et non diminuer. On augmente la flamme jusqu'à ce que les traces de couleurs apparaissent dans le ballon. Arrivé à ce point, on maintient la température et le pas se termine quand les regroupements rouge-brillant apparaissent.<sup>5</sup>

**3<sup>o</sup>.– Séparation.** À l'apparition des regroupements rouges, on diminue graduellement le feu jusqu'à refroidissement du ballon. On procède au détachement mécanique des croûtes sous lesquelles apparaît une substance rouge qui contraste avec la substance noire calcinée<sup>6</sup>. On dissout la substance noire dans la dissolution acide chaude (à température moindre que l'ébullition) en tournant toujours dans le même sens, jusqu'à obtenir un corps rouge qui sera séché par évaporation. Celui-ci requiert ensuite des lavages réitérés en eau pure jusqu'à ce qu'il ne reste aucune trace d'acidité<sup>7</sup>.

**4<sup>o</sup>.– Répétition.** Mélange parfait du corps rouge avec le mercure purifié 3/1. Division en 3 groupes. Introduction du 1<sup>er</sup> groupe dans le ballon, augmentation graduelle du feu jusqu'à obtention du miroir ; celui-ci apparaît avec plus de netteté dans le cou. De nouveau, on observe les bulles pour contrôler le feu. Les indicateurs devront être soigneusement observés car le miroir se produit entre la température de fusion de l'étain et celle du plomb<sup>8</sup>. On doit essayer de maintenir cette frange de

---

<sup>3</sup> Nous n'allons pas chercher la Materia Prima : il faut la produire. Elle dérive de deux principes qui interagissent. Ceci trouve sa racine dans un certain type d'Alchimie, basée sur le soufre et le mercure, qui allégorisent ces deux principes opposés. Ce fut développé de la sorte dans l'Alchimie médiévale transmise par les arabes. Le Cinabre, que l'on peut trouver dans la nature, est un mélange de soufre et de mercure. Le mélange de deux principes qui sont, sous plusieurs aspects, antagoniques et complémentaires, est ce que nous désirons faire passer. C'est l'idée évolutionniste : faire en peu de temps ce que la Nature réalise en milliers et millions d'années. Dans ce pas, l'on purifie les substances et l'opérateur.

<sup>4</sup> « Quelle est la Materia prima ? » est depuis toujours le sujet de discussion, mais comme il s'agit d'un "androgyné", il est communément admis de considérer deux éléments distincts, le soufre et le mercure, comme constituants d'un seul corps. Suite à la mixtion dans le "mortier" par mélange de la substance, le corps va prendre une coloration de plus en plus noire jusqu'à ressembler à "l'aile du corbeau" avec ses petits éclats métalliques. Ce moment de "mortification" se poursuivra dans le pas suivant, lorsqu'on augmentera la température par un système graduel très intéressant connu sous le nom de "feu de roue". Le corps a été "mortifié" mais il acquiert quand même une "croissance" et d'autres fonctions. La "mort" n'arrivera que dans le deuxième Quaternaire.

<sup>5</sup> Dans ce pas, on commence par mortifier la substance avec un acide doux. Ce pourrait être du citron ou du vinaigre, mais dans notre cas, il s'agit d'acide chlorhydrique dilué (acide "muriatique"). Apparaissent ensuite des couleurs changeantes, plus tard la spectaculaire "bannière alchimique" avec ses couleurs rouge, blanche et noire. Plus tard surgit une petite tache rouge brillante qui s'amplifie. Ces regroupements rouges brillants sont connus sous le nom de "rubis". L'appareil appelé "piège" sert à permettre la sortie de gaz, chose que l'on peut suivre en observant son échappement dans l'eau. Si l'échappement s'arrête par refroidissement de l'ambiance, les volumes de gaz se contractent et provoquent une succion de l'eau qui est à moindre température (ce qu'on appelle "régression"), ce qui finit par faire exploser le ballon.

<sup>6</sup> Dans la métallurgie, les scories sont des déchets. Dans le déchet, nous, nous pouvons trouver l'essentiel, c'est-à-dire un principe (pour nous, le Sel Rouge) qui est extrait des obscurités de la mine. Il s'agit d'une substance rouge instable.

<sup>7</sup> Les parties du corps calciné qui adhèrent au ballon - et qu'il est nécessaire de détacher avec grand soin - présentent, si on les fragmente, des stries rouges à l'intérieur ; c'est pour cela qu'on les a appelées les "ouïes". On procède, immédiatement après, à l'obtention du "sel rouge non fixé", appelé ainsi car il ne résiste pas à "l'épreuve du feu", ni à l'épreuve de l'acide et le "dragon vert" (acide) peut le "digérer".

<sup>8</sup> Ce contrôle se réalise en faisant appel aux "témoins" suspendus sur un collier de bronze ou de laiton placé autour du cou du ballon. Les témoins sont en position diamétralement opposée de façon à ce qu'on puisse les voir clairement. Le témoin d'étain fondra à 232°, tandis que celui de plomb fondra à 327°. Ces "témoins" serviront à mesurer les températures car la chaleur souhaitée est obtenue quand l'étain fond mais pas le plomb.

température sans que se produise la fusion du plomb. Donc : une fois obtenu le miroir par mixtion et sublimation du 1<sup>er</sup> groupe (1R ou Première Répétition), on détache mécaniquement le matériau, que l'on mélange, finement pulvérisé, avec le 2<sup>e</sup> groupe (2R) et l'on reflète complètement le procédé antérieur pour terminer avec la mixtion avec le 3<sup>e</sup> groupe (3R). Dans ce pas, il peut se produire à l'intérieur du ballon des mouvements de poussière blanche qui servent d'indicateurs de conclusion de cette étape. Finalement, par décrochement, pulvérisation et lavage, on obtient un corps rouge de plus grande fixité que celui obtenu dans le pas 3. La plus grande fixité de ce corps est constatée par l'épreuve du feu : on dépose une pincée du corps sur une plaquette de verre soumise à la flamme à plusieurs reprises, sans que l'on observe d'altération dans sa couleur. On éprouve également sa fixité, en lui appliquant les trois acides : chlorhydrique, sulfurique et nitrique. La réaction avec l'un des acides indiquerait des erreurs préalables dans le processus. S'il n'y a pas de réaction, on continue le processus. Le corps rouge fixé obtenu a la couleur de la graine de grenade mûre<sup>9</sup>, plus intense dans sa coloration que dans le corps rouge non fixé du pas 3.<sup>10</sup>

## **SECOND QUATERNAIRE : LA MORT ET L'OBSCURITE<sup>11</sup>**

**5<sup>o</sup>.– Fermentation.** On mélange le corps rouge fixé avec de la poudre de plomb ; le plomb en poudre doit recouvrir le mélange. On baigne le tout dans l'acide sulfurique en laissant monter à température de la peau. La fermentation commence et apparaissent les bulles comme indicateurs. Postérieurement, on augmente le feu jusqu'à produire une réaction violente. Diminution du feu et refroidissement. On ajoute de l'eau pure à la substance en remuant puis en laissant précipiter. On extrait l'eau acide. Ceci est répété plusieurs fois jusqu'à ce que toute acidité soit éliminée. Séchages et calcination par le feu jusqu'à obtention du corps comme une poudre gris-blanc.

**6<sup>o</sup>.– Circulation.** On prépare la solution sulfonitrique (1 d'acide sulfurique pour 2 d'acide nitrique). Chauffage et vaporisation de la substance en cycle fermé, c'est-à-dire : on récupère les vapeurs pour les faire passer de nouveau par la substance. Ici, l'appareil utilisé, connu depuis longtemps sous le nom de "cygne", est fabriqué par l'opérateur, en céramique blanche, postérieurement émaillée<sup>12</sup>. Le processus se termine quand tout le corps est attaqué et est réduit à une pâte gris obscur.<sup>13</sup>

**7<sup>o</sup>.– Lavage.** Lavages identiques à ceux du pas 5, vaporisations d'eau et séchage par chaleur. Le processus est répété plusieurs fois jusqu'à obtenir un corps poudreux gris très fin.

---

<sup>9</sup> Le corps rouge obtenu à la fin de ce pas est connu sous le nom de "Sel rouge fixé" ou "grenade" pour sa couleur. Les grenades apparaissent dans le mythe de Perséphone. Elle est enlevée et conduite à Hadès dans le monde des profondeurs. Lorsque Perséphone est sur le point de sortir du monde d'Hadès, celui-ci lui donne un mystérieux grain de grenade à manger afin qu'elle revienne rapidement dans ses domaines ténébreux.

<sup>10</sup> Ceci est le procédé appelé "REBIS" (la "réitération de la chose") ou "3R" ("trois fois réitérés"). L'indicateur de ce pas est un miroir de verre qui renvoie l'image de l'opérateur, c'est pour cela qu'on l'appelle aussi "le miroir".

<sup>11</sup> Tout ce Quaternaire décrit le processus et les indicateurs (et intérieurement les "registres" pour l'opérateur) de l'obscurité et de la mort du corps.

<sup>12</sup> Le "cygne" ressemble aux premiers distillateurs connus, trouvés à Tepe Gawra, en Mésopotamie, qui datent d'il y a 5.500 ans. On suppose qu'ils étaient utilisés pour faire des parfums.

<sup>13</sup> Le processus dans le "cygne" vise à faire perdre "l'esprit" du corps, au travers de la réitération des acides brûlants jusqu'à ce que le corps soit "digéré" totalement. Dans ce pas, on ne prétend pas récupérer "l'esprit", comme c'est le cas lors d'une distillation commune (c'est pour cela que les "spiritueux" sont liés à la distillation des alcools) mais tout le contraire. Il s'agit de ne garder que le "corps" jusqu'à ce que celui-ci soit totalement inanimé (sans "anima"). Il existe des phénomènes post-mortem. En dessous de la mort, il y a la vitalité diffuse. Très récemment, au XIII<sup>e</sup> siècle, on utilisait une machine graphique pour voir des processus, l'arbre de la vie de la Cabale. Là, on trouve Malkut, en dessous de la mort.

Parvenir au corps "inanimé" requerra d'autres travaux qui se termineront avec la sépulture du corps dans la "montagne". Après de nombreuses extractions et calcinations, on sera en conditions d'obtenir un corps finalement "mort" (d'abord sans "esprit" et ensuite sans "âme"). Il s'agira alors des cendres de ce qui fut un être vivant.

**8°.- Agglutination.** On mélange le corps avec de l'antimoine, du cuivre et du fer. La quantité de poudre gris-blanc doit être plus importante que la quantité des autres matériaux (réunis). On doit le faire en ordonnant par quantité, de la plus grande à la plus petite. Ainsi, si l'on assignait des valeurs, elles seraient les suivantes : corps 7, antimoine 3, cuivre 2, fer 1<sup>14</sup>. On place la mixtion à l'intérieur du creuset et on le soumet à 1500° (à cette température, le creuset et la mixtion deviennent "rouge-blanc"). On reconnaît l'indicateur que la substance est complètement fixée car elle n'est pas attaquée par le feu. On maintient le feu jusqu'à ce que tous les éléments intervenants soient fondus de façon homogène. Ensuite, lorsqu'on refroidit et qu'on sépare les scories, les veines des différents matériaux apparaissent comme s'il s'agissait d'une montagne en miniature. On introduit le corps dans la solution sulfonitrique (1 d'acide sulfurique pour 2 d'acide nitrique) en chauffant très doucement. On augmente la température jusqu'à ce que se produisent la réaction violente et l'apparition des couleurs, successivement le vert, le bleu, le jaune, le rouge et le blanc en vapeurs et en liquides<sup>15</sup>. Le corps se transforme en une pâte humide et verdâtre et montre les signes de la mort. On maintient la température jusqu'à ce que le corps calciné soit transformé en une poudre grisâtre dans laquelle apparaissent quelques cristaux brillants diminués<sup>16</sup>.

### ***Troisième Quaternaire : la résurrection et l'ascension***<sup>17</sup>

**9°.- Vivification.** Lavages avec de l'eau dense. Celle-ci s'obtient en distillant de l'eau jusqu'à conserver 1/10.000 du volume, en réunissant la quantité souhaitée. Lavages comme dans le 5<sup>e</sup> pas. Séchage et fragrance du corps.<sup>18</sup>

**10°.- Purification.** On recouvre le corps d'argent pur et on ajoute de l'acide nitrique (la température doit être plus basse que le point d'ébullition de l'eau). Ensuite, on élève lentement la température jusqu'à ce que le corps commence à prendre une coloration gris-vert.

**11°.- Conversion.** On ajoute de l'antimoine pur et on monte la température jusqu'à ce que le corps fonde avec l'antimoine. Se produisent alors des éclats significatifs. Changement de qualité du corps.<sup>19</sup>

---

<sup>14</sup> Les différentes proportions dans ce pas répondent aux différentes températures de fusion et de sublimation des métaux à agglutiner. Ainsi on met du fer en quantité moindre que le cuivre et l'antimoine, car ces derniers fondent à moindre température.

<sup>15</sup> Ces indicateurs de couleurs, connus parfois sous le nom de "paon", doivent être obtenus au risque de ne pas parvenir à conclure l'opération avec succès. Fréquemment, l'impatience fait perdre un indicateur de couleur et il est alors évident que le processus est tronqué.

<sup>16</sup> Ce pas est celui de la "montagne" et des "cendres". Il y a plusieurs difficultés techniques pour élever la flamme du chalumeau d'oxy-acétylène (qui permet de gagner de longues heures inutiles) à 1500°. Ce travail doit être fait avec beaucoup de rapidité, pour éviter que les éléments de basse température de fusion soient sublimés ou volatilisés, nous faisant ainsi perdre la possibilité de les intégrer dans la montagne. On remplace ici le travail avec l'athanor ou le four alchimique par d'autres instruments

<sup>17</sup> Tout ce Quaternaire décrit le processus et les indicateurs (et internement les "registres" pour l'opérateur) de la résurrection du corps.

<sup>18</sup> De nouveau, nous avons là un procédé dans lequel il est important d'évaporer tout "esprit" propre de l'eau ou "chargé" dans l'eau. Il s'agit ici de conserver les molécules les plus lourdes du "dissolvant universel" (l'eau), qui dans ce cas serviront à dissoudre et à agglutiner les "restes" du corps sans lui ajouter d'autres propriétés qui sont toujours présentes dans l'eau. Ce type de procédé (le "solve et coagula") fut très utilisé avec différentes substances par les alchimistes occidentaux. "L'eau légère" ou "rosée du matin" ou également "rosée de mai" était obtenue par les alchimistes étant donné les propriétés cosmiques avec lesquelles on "chargeait" les moments qui précèdent de peu le lever du soleil ; dans ce cas, il s'agissait de "l'eau légère" opposée à "l'eau dense" de ce pas laborieux. Un autre indicateur du pas obtenu correctement est celui de la "fragrance de la vie" semblable à l'arôme qu'exhalent les nouveau-nés. La douce odeur qui se détache durant le lavage du corps avec l'eau dense, est très utile pour configurer l'argument mythique.

<sup>19</sup> Cette opération fut appelée le "triomphe de l'antimoine" pour la lumière radiante qui apparaît à l'intérieur du ballon d'une façon un peu surprenante. Ce pas et les phénomènes qui l'accompagnent sont très variables et dépendent dans une certaine mesure du maniement du "feu de roue". Dépasser la température limite mène à l'explosion du ballon ; ne pas atteindre la température minimale empêche le "changement de qualité" du corps. Le "changement de qualité" fut appelé également "transmutation" et parfois "transsubstantiation". De tels procédés et désignations posèrent les alchimistes en choc frontal avec la religion officielle médiévale, car l'on croyait dans les milieux ecclésiastiques que la "transsubstantiation" était un "mystère" propre à la conversion du pain et du vin en "corps et sang" du Christ. Par ailleurs, ce fait semble une copie faite par les chrétiens, alors que son inspiration trouve en réalité sa source dans le milieu classique des Mystères d'Éleusis. Bien avant cette époque, il y a des indices de "changement de qualité des substances" dans les cultes tectoniques d'Asie Mineure, desquels Cybèle est l'une des divinités les plus significatives. Bien sûr, il y a également des antécédents dans l'Alchimie chinoise.

**12<sup>o</sup>.– Multiplication.** Le ballon est resté teinté de couleur dorée. On moule le ballon jusqu'à obtention d'une poudre de verre très fine. On est alors en présence d'un corps capable de teindre en présence de la chaleur, dans une proportion de 1/10 000.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Ce pas fut appelé "le Phénix", car l'on trouvait dans cet oiseau fabuleux une image qui évoque la résurrection par le feu en accord à la devise des alchimistes : "*Igne Natura Renovatur Integra*" ("*La Nature sera totalement renouvelée par le Feu*"). La "Corne d'abondance" fut également une allégorie adéquate. De la corne d'abondance surgissait inlassablement tout type de bénéfices comme l'immortalité, la régénération et la richesse en dons matériels et spirituels. Les mythes et légendes (d'origine alchimique) qui circulaient à l'époque de la découverte de l'Amérique comme "l'El-dorado" ou la "fontaine de jouvence" enflammaient l'imagination de nombreux aventuriers.

Dans ce dernier pas, le ballon (l'œuf alchimique) est resté teinté de couleur dorée et après l'avoir pulvérisé, on dispose d'une substance qui a des propriétés multiplicatives comme celle de teindre d'autres corps en présence du feu. Ce cas, celui de la "pilule d'or" (un comprimé doré fait de substances mercurielles, de soufre et autres) a été produit par les alchimistes chinois. De là dérivèrent de nombreux excès ; en effet quelques empereurs et de nombreux fonctionnaires, cherchant "la pilule de jouvence", se vouèrent à ingérer ces substances toxiques.

## **DISCIPLINE ÉNERGÉTIQUE**



### **INTRODUCTION**

La Discipline Énergétique travaille sur la génération, le déplacement et la transformation de l'énergie psychophysique.

Nous nous baserons sur deux principes énergétiques :

1 - Si on n'a pas d'énergie diffuse, on ne peut disposer d'elle. S'il y a de l'énergie concentrée, il faudra d'abord la diffuser et ensuite la rechercher depuis différents points du corps.

2 - Pour pouvoir travailler dans cette Discipline, on doit acquérir l'aptitude de sentir intérieurement les charges psychophysiques, en utilisant les plexus nerveux pour vérifier la production et le passage de l'énergie, plexus par plexus.

Dans la Discipline Énergétique, on travaille avec l'énergie psychophysique et avec aucun autre type d'énergie. Nous pouvons voir comment l'énergie psychophysique fonctionne très rapidement sur notre écran de représentation, par exemple, dans les images visuelles.

La permanence de l'image est en lien avec la conservation de l'énergie psychophysique. La permanence se dissipe plus on va vers le niveau de sommeil : plus de sommeil et moins de conservation de l'image. En essayant de maintenir l'image dans la journée, nous vérifions que celle-ci oscille parce que l'énergie psychophysique cycle. Ce qui se produit avec l'image se produit également avec toutes les activités psychophysiques.

Le brillant de l'image est en relation avec la canalisation de l'énergie. Quand celle-ci est bien entraînée, on peut parvenir à des images très brillantes. Le brillant de l'image nous indique une caractéristique importante : l'intensité.

L'intensité est importante pour d'autres travaux énergétiques. S'il n'y a pas suffisamment d'intensité, on ne pourra produire certains travaux prévus dans les pas plus avancés de la Discipline.

Intensité, brillance et permanence. Nous sommes en train de parler d'énergie psychophysique et nous prenons l'image pour exemple.

Quant à l'énergie psychophysique, nous devons comprendre que tout ce qui se meut en tant qu'image se meut selon des quanta d'énergie. L'image n'est pas seulement visuelle mais correspond aux différents sens. Il y a même des gens qui se sont spécialisés dans différentes images correspondant à certains sens. Des images auditives par exemple : certains, bien que sourds, peuvent écrire une symphonie complète. Des images olfactives qui peuvent être développées au travers des métiers de la parfumerie par exemple. Des images gustatives, comme les gourmets qui travaillent leurs papilles gustatives, avec des images gustatives et s'en souviennent. Ces grands chefs travaillent aussi avec des images, en tant que souvenirs qui sont comparés à la perception. Le dégustateur de vins cherche le goût de la fraise dans les différents cépages qu'il est en train de déguster, et presque sans qu'il ne s'en rende compte, le goût lui revient. À partir d'échantillons, il peut savoir que ceci ou cela n'est pas de la fraise, que c'est de la noisette. Tout ceci se produit avec les images qui sont comparées avec le souvenir et en général

cela se fait en écartant ce qui n'est pas ce qu'on cherche, et en s'en approchant peu à peu de ce qu'on cherche. On fait appel au souvenir comme représentation et on compare à la perception.

Nous avons parlé des différentes images des sens externes. Il existe également les images qui ne correspondent pas aux sens externes mais aux sens internes.

La force des représentations des images internes sera de grand intérêt pour la Discipline Énergétique. Nousregistrons les images qui proviennent du monde externe comme étant à l'intérieur du propre corps, mais il y en a beaucoup qui proviennent du monde interne. Ces dernières sont les images que nous classifions comme cénesthésiques et kinesthésiques. Les premièresregistrent les changements du milieu interne et les kinesthésiques registrent les changements de positions corporelles.

Ce jeu d'images entre les perceptions, les représentations et les sens nous offre des clés importantes du fonctionnement de l'énergie psychophysique. Lorsque nous parlons du thème des sens internes, il est plus difficile de enregistrer les images. Parfois, les sens internes interfèrent avec la perception externe. Nous parlons ici des phénomènes de traduction d'un sens vers un autre. Ceci se reconnaît facilement avec le sens gustatif : « Tu es douce comme du miel ! » ; « Quelle façon amère ou acide de parler ! ». De même avec le sens olfactif : « Cette situation sent mauvais ! ». Dans la poésie, nous pouvons trouver de multiples exemples de ce type de traductions.

Ces traductions fonctionnent presque à la vitesse de la lumière et sont reliées au système nerveux. Elles vont d'un sens vers un autre. Ce sont des trains d'impulsions qui partent d'un sens et se transforment en un autre sens. Nous pouvons réduire les sensations et les traductions à l'atome minimal qui est l'impulsion. Nous réduisons à des impulsions et nous observons leurs propriétés, comment elles se transforment, comment elles travaillent toujours par leurs voies sensorielles : impulsions auditives, gustatives, etc. Ces impulsions courent par le système nerveux. Prenons un exemple : face à une situation de danger, l'adrénaline s'active dans le courant sanguin, accélère le flux nerveux, stimule les muscles. Différentes substances sont émises par l'organisme, qui l'accélèrent ou le ralentissent, et d'autres permettent que la connexion neuronale se bloque ou se ralentisse. Ce qui est ralenti, ce sont les transmissions neuronales, pas la pensée. Des phénomènes "toxiques" se produisent qui empêchent la transmission. Ces trains d'impulsions ont la capacité de se transformer et de se déformer. La production de ce phénomène peut être clairement observée dans le cas d'usage de drogues.

Nous parlons des sens internes au sein desquels peuvent se produire des variations de température, des changements en teneur acide ou alcaline, des changements de pression, tous ces changements qui agissent sans que l'on s'en rende compte. Très souvent, toutes ces variations se produisent de manière subliminale et pour les détecter, il faut se mettre en situation subliminale, à la limite des perceptions. Fréquemment, elles envoient des signaux mais traduits, et c'est pour cela qu'on ne comprend pas toujours l'origine de ces traductions.

L'autre thème est le circuit des représentations. La perception et la sensation sont un atome que nous ne pouvons séparer. Sensations et quelque chose en plus : c'est la perception. Des trains d'images structurées et non des sensations isolées, ce sont des perceptions structurées. Et les traductions présentent aussi de grands avantages, on y vérifie les structures de perception. Les structures sont quelque chose de très important dans l'économie du psychisme. Elles arrivent toujours en étant associées par des charges provenant d'autres sens, la complication est terrible. Alors, lorsque nous parlons de la réalité, c'est un peu compliqué, ce sont des structurations de perceptions qui construisent une structure de représentation et qui nous induisent à considérer le monde externe d'une certaine façon. Ceci nous conduit à une certaine humilité à prendre en compte par rapport à ce que l'on reconnaît comme critères de vérité. « Ce que tu vois est ce qui existe » ; eh bien ce n'est pas comme ça. C'est ce qui se produisait avant avec le lever et le coucher du soleil, on n'avait pas d'information des corps célestes ; en outre, on dit toujours que le

soleil se lève et qu'il se couche. Alors ces chercheurs devraient faire attention à tout ce thème des critères de vérité sur le monde, monde que l'on étudie toujours depuis un endroit, depuis une perspective. La vérité peut être créée grâce à la structuration des images, mais elle est selon l'endroit ou la perspective que l'on en a.

Ce thème de la traduction et de la structuration des images permet de découvrir des qualités dans les objets externes auxquels nous parvenons de manière elliptique, traduite. On peut calculer le poids d'un objet, même sans le toucher. Ce sont des phénomènes complexes et intéressants et de grandes conséquences si l'on veut travailler sur la façon dont est construit le psychisme. Si nous voulons déstabiliser le système psychologique, il y a manières et manières. Comme par exemple altérer le système nerveux. Et cela ne se produit pas seulement par action de substances externes, mais aussi par action de certaines glandes dans ce circuit qui sécrètent certaines endorphines produisant des altérations, donc par l'action de substances internes. On voit alors par exemple le cas d'une personne qui n'a pas bu de vin et à qui il arrive des choses extraordinaires. Et sans doute que, de même que certaines aptitudes peuvent être exercées dans ce domaine, de même on peut entraîner des formes d'entrer dans ces mondes. Mais on a alors besoin de moments d'inspiration, de se mettre dans ce train, dans ce thème. D'autres vont se mettre à faire des mathématiques, en se mettant dans une certaine frange cénesthésique. C'est une question de sens internes et de traduction d'impulsions. C'est comme s'il y avait des franges et que l'on puisse se mettre dans une couche ou dans une autre. Comme les tibétains qui entrent dans différents bardos. Il y en a qui ont la vie reliée à un bardo. Certains ne sont pas au courant des différentes franges, et si l'on veut sortir quelqu'un d'un bardo déterminé, on doit le déstabiliser.

Avec la Discipline, nous entrons en plein dans ce sujet. C'est une longue séquence de choses, elle peut se capter très bien ; et des différences se feront au vu de l'apprentissage des raisons et de l'expérience, pas seulement de la théorie. Cette forme proposée nous a semblé adéquate : la chose pratique d'abord, et ne pas se lancer d'un coup sur les Disciplines. On apprend, on confronte, on compare et l'on réfléchit sur tout cela. On va travailler avec la mémoire, mais aussi avec l'expérience. Ce sont des choses que l'on n'étudie pas quotidiennement, on les expérimente et elles restent dans le "domaine de la bizarrerie".

### **FORME DE TRAVAIL**

Dans chaque Quatenaire et dans chaque pas, le travail de la Discipline Énergétique se réduit quotidiennement à deux points : Conscience de soi, en s'appuyant sur le plexus producteur et pratique de perfectionnement des pas à un moment de la journée.

Le premier point : conscience de soi en s'appuyant sur le centre producteur qui est une référence cénesthésique et, par conséquent, situé à l'intérieur du corps. Ça, on le fait tout le temps, durant ses activités quotidiennes, sans s'oublier soi-même. S'il y a oubli, on peut profiter de tout stimulus du centre producteur qui apparaisse, pour se souvenir de lui et essayer de le maintenir, mais sans essayer de faire aucun type de travail avec l'énergie... simplement se rappeler.

Le second point : pratique de perfectionnement des pas à un certain moment de la journée.

### **LES PAS DANS LA DISCIPLINE ÉNERGETIQUE**

#### ***Premier Quatenaire : Création Énergétique***

**1°.- Préparation.** On crée une enceinte mentale adéquate pour se placer sous une "cloche" d'isolement des conditions externes.

On donne beaucoup d'importance à la création d'une enceinte physique adéquate, épuré d'influences étrangères à ce travail.

**2°.- Accumulation.** On élève la tension lentement et modérément en faisant appel à la contraction musculaire autour du plexus végétatif sexuel.

À partir de ce moment-là, on le reconnaîtra en tant que "plexus producteur". Dès le début du processus, on doit comprendre que ce ne sont pas les plexus qui produisent de l'énergie psychophysique mais qu'ils sont utilisés comme source de sensations et comme références attentionnelles. Le travail avec les plexus permet la mobilité d'images et de registres (au départ visuelles et tactiles externes) et par la suite la mobilité de registres (d'images tactiles internes et cénesthésiques). On a suivi traditionnellement la pratique de "monter" l'énergie depuis le plexus producteur en suivant le déplacement dans le dos de façon à ce que, à différentes hauteurs de la colonne, le courant nerveux arrive aux plexus situés dans la partie antérieure du corps<sup>1</sup>.

Certaines contractions musculaires produisent un registre que l'on expérimente dans le plexus producteur et qui se manifeste comme frissons. On concentre l'énergie psychophysique générale du corps dans le plexus producteur, en se concentrant sur la zone et la tension augmente en ce point.

Depuis notre point de vue, le plexus producteur est une terminaison nerveuse très notable qui est en lien avec les fonctions vitales et avec la perpétuation de l'espèce. Cette caractéristique pendulaire de se charger et de se décharger comme un condensateur est également intéressante. Ce que nous faisons est de doter d'intention ces caractéristiques pour orienter l'énergie dans un dessein différent relié à l'énergie et pas seulement pour la perpétuation de l'espèce. Nous savons également que la capacité de cette terminaison nerveuse s'accroît par l'action de substances, tant externes qu'internes.

**3<sup>o</sup>.– Déconnexion.** D'une part de la source physique du stimulus, d'autre part des perceptions et des images stimulantes. On commence par diviser les images stimulantes des sensations, en ne gardant que ces dernières localisées dans le point. L'image stimulus a disparu et on retient seulement l'image-appui cénesthésique qui renforce la sensation.

**4<sup>o</sup>.– Ascension.** Les sensations s'élèvent, plexus par plexus, en rencontrant des obstacles qui doivent être dissous jusqu'à parvenir au sommet et y obtenir la "lumière".

Le travail avec les plexus permet la mobilité d'images étant donné que ceux-ci remettent de l'information sur l'emplacement spatial interne de l'énergie psychophysique.

Une bonne séquence dans le pas de l'Ascension peut être la suivante : **A - Production de la charge** depuis le plexus producteur. Le thème consiste à parvenir à une charge suffisamment intense pour la mobiliser vers les différents plexus. **B - Du plexus producteur au plexus**

---

<sup>1</sup> Dans le tantrisme et dans le bouddhisme tibétain, il est connu que l'énergie part du plexus producteur. C'est là que réside la source de l'énergie psychophysique avec une localisation physique mais aussi spirituelle. Ils observent certains canaux qui sont les chakras, terminaisons nerveuses qui sortent de la colonne vertébrale. Mais l'énergie ne passe pas simplement par les chakras, elle monte et descend par les nadis qui sont pour eux des canaux mystiques. Par la suite, ce concept fut transféré à la psychologie occidentale, mais ceci est plus clair dans le bouddhisme tibétain et dans le tantrisme.

Ceci fut défini dans la psychologie expérimentale de Wilhelm Wundt, dédiée aux expérimentations et mesures. Il vit les concomitances physiques de certaines expérimentations mentales. Par exemple, il plaça un sujet sur un brancard en équilibre sur un axe, en lui faisant faire certaines opérations mentales, opérations de mathématiques et il observa que le sang montait à la tête et que le brancard s'inclinait dans cette direction. Il put aussi faire des vérifications de température. Avec un thermomètre très sensible dans chaque main, un sujet pense à des braises brûlantes dans une main et dans l'autre de la glace qui lui gèle la main. Effectivement les thermomètres démontraient que la température s'élevait légèrement dans une main et baissait dans l'autre.

À la même époque J. Randal Brown des États-Unis d'Amérique commence à effectuer des démonstrations qu'il affirmait être des lectures de pensée. Il démontra une certaine habileté pour détecter des objets cachés et effectua des démonstrations de ce type que son audience imaginait. Les démonstrations de Brown furent possibles grâce à son habileté à utiliser le toucher pour détecter les mouvements internes que faisaient les sujets en imaginant différentes scènes. La charge qui transportait l'image bougeait leur corps dans une direction ou l'autre selon l'endroit où se situait l'image.

Elle se plaçait sur l'axe Z et elle se déplaçait vers l'intérieur ou l'extérieur du sujet. Non seulement le corps, mais aussi l'intra corps suivait l'action de l'image.

Son assistant, Washington Irving Bishop, apprit le secret de Brown et se convertit en son rival dans ces besoins de lire la pensée.

Avec le temps d'autres expérimentateurs apprirent le secret et ce type de "lecture de pensée" qui parvint à être connue sous différentes dénominations : Cumberlandisme (par Steward Cumberland, assistant de Bishop), Hellstromisme (après Alex Hellstrom) etc. Ce fut la découverte de la tonicité musculaire.

**épigastrique**, sous le nombril (il est enregistré habituellement comme une augmentation de la chaleur et une expansion de l'énergie dans tout le corps). **C - Du plexus épigastrique jusqu'au plexus solaire** (il est enregistré habituellement comme une tension et des mouvements dans le corps car on agit alors sur le centre moteur). **D - Du plexus solaire jusqu'au plexus cardiaque** (il est enregistré habituellement comme mouvement émotif, comme vagues d'émotions). **E - Du plexus cardiaque au plexus pharyngé**, à la moitié du cou et sous la gorge (il est enregistré habituellement comme une augmentation de chaleur vers la tête). **F - Du plexus pharyngé vers la tête**, vers la moitié, derrière les yeux, en les sentant comme référence (il est enregistré habituellement comme lumière, couleurs et mouvement d'images).

Si l'on ne parvient pas à élever l'énergie, ce n'est pas par dysfonctionnement des plexus mais par manque de maniement des images (c'est un jeu d'imageries). Il s'agit d'éduquer l'image cénesthésique qui est quelque chose de très abstrait. Le volume de la tension est d'abord physique, mais ensuite on parvient à séparer l'image cénesthésique de la tension physique. Il doit y avoir capacité et entraînement minimal pour arriver au point en question et cette capacité est traduite comme scintillement, comme lumière.

C'est seulement par le perfectionnement de la pratique qu'on peut commencer à reconnaître les différences entre les plexus. Ce Quatenaire terminé, ce qui fut la routine de répétition de chaque pas se transforme en répétition du Quatenaire sans solution de continuité.

**Commentaire.** Ce Quatenaire est enregistré comme un "réveil" des sensations internes et d'ouverture à un monde interne et externe qui est alors perçu avec plus de brillant, de volume, qui est stimulant et riche de significations.

### ***Deuxième Quatenaire : Consolidation Énergétique***

**5°.- Évanescence.** Les sensations se transforment en scintillements ou perdent naturellement de la force jusqu'à se diluer. Activation au sommet jusqu'à évanescence du processus.

L'activation au sommet se travaille en haut dans la tête jusqu'à ce que cela s'évanouisse. Il ne s'agit pas de la "circulation de la lumière" dont parlent les taoïstes. Les scintillements perdent de la force et se diluent peu à peu, l'on essaie de maintenir et d'augmenter cette activation et cela ne s'avère pas possible.

**6°.- Récupération.** Des chutes de tension se produisent et on retourne au plexus producteur, en récupérant tout type de sensations (sans nouveaux stimuli dans ledit plexus).

Dans le pas antérieur, l'énergie s'est peu à peu évanouie et perdue. Des chutes de tension se produisent maintenant. On revient au plexus producteur qui met en marche l'énergie. Nous essaierons de récupérer les restes d'énergie qui sont restés dans le corps, suffisamment pour pouvoir monter de nouveau.

**7°.- Fixation.** Une nouvelle chute de sensation se produit et il s'agit de maintenir au sommet un tonus de tension indépendant des images. Ce sont des sensations pures sans images, ou plus précisément, des images cénesthésiques et/ou kinesthésiques sans images des sens externes.

Il y a chute de sensation jusqu'au plexus producteur mais en maintenant la sensation au sommet. On ne peut sentir le cerveau, alors comment une image est-elle possible qui se condense dans le néant ? Nous continuons avec des imageries, des fantasmagories. Ce sont des sensations pures, sans images, ce sont des images cénesthésiques ou kinesthésiques.

**8°.- Concentration .** On récupère du plexus producteur toutes les sensations du corps (expérimentation du "monde" à travers le plexus producteur et les sensations se déplacent alors vers le "haut").

Il convient de répéter le processus complet (tous les pas à la suite du 1 au 8 inclus) 3 ou 4 fois de suite par session. Il est important que ne se produisent plus "d'à-coups" et qu'il n'y ait de tensions musculaires d'aucune sorte afin que la respiration devienne continue, sans interruption. Les

muscles se contractent maintenant uniquement en tant que "détonateur" du processus et la montée ne doit pas impliquer d'autres muscles ni freiner la respiration.

### **Observations sur les pas 7 et 8**

On a avancé du pas 7 (en maintenant les sensations au sommet le temps qui semble opportun) au pas 8 dans lequel arrive le moment de "descendre" au plexus producteur pour chercher les différentes options sensorielles : on dispose peut-être de sons, de sensations tactiles qui peuvent changer, de sensations olfactives, de sensations visuelles qui peuvent produire un impact dans le plexus producteur. Il est important que les différentes sensations qui sont utilisées parviennent à mobiliser le plexus producteur en les transformant en représentations (en énergie qui sera alors utilisée pour monter par les plexus). Les sources génératrices de sensations sont très variables, très personnelles, et tout est soumis à l'expérimentation dans ce domaine ; par ailleurs, cela aidera à comprendre le mécanisme des traductions et le mécanisme des traductions des sensations en énergie psychophysique.

Il importe de registrer l'impact successif des différents sens, en vérifiant comment ils "frappent", comment ils se traduisent dans le plexus producteur et quand il semble que ces sensations ont été suffisamment traduites, on commence à mener cet "ensemble de sensations" (sans plus de précisions ni de distinctions entre les différents sens) comme énergie totale qui montera vers le sommet et cette charge restera là, en supposant, qu'au fil des heures, elle sera redistribuée dans tout l'organisme, et que tout sera équilibré, sans tensions ni surcharges.

Le travail du deuxième Quatenaire est de sensibilisation énergétique, de même que le premier Quatenaire a été un travail de production et de direction énergétique. Le troisième Quatenaire sera le travail de la transformation énergétique.

Commentaires. Ce Quatenaire qui travaille avec des sensations pures, sans conversion d'image, est psychologiquement compliqué. Le processus s'obscurcit et à la fin de ce Quatenaire, on ne sait plus où l'on est et le registre que l'on a est dominé par l'obscurité. On est mis dans un "bardo", dirait la psychologie tibétaine, duquel on registre qu'il n'y a pas d'issue.

### **Troisième Quatenaire : Disposition Énergétique**

**Le Dessen.** Dans le troisième Quatenaire, avant de commencer le travail, on médite sur le Dessen, lequel va se configurer pour imprimer une direction à l'énergie dans le pas 12. Le Dessen travaille dans le champ du sens transcendant de la vie ; il correspond aux aspirations les plus profondes, c'est quelque chose qui va au-delà du temps et de l'espace et on le reconnaît pour la commotion qu'il produit. Il se configure au fil du temps. Comme il opère en coprésence, « c'est d'une grande magie », il reste en coprésence et agit. Il génère des automatismes très importants. Le Dessen doit avoir suffisamment de charge affective. Il s'oriente, non par l'attention concentrée mais par les automatismes. Chargé et répété jusqu'à l'automatisme<sup>2</sup>. Toute personne s'étant entraînée à n'importe quel sport sait cela. Il se rend indépendant de l'attention et rejaillit. Il faut savoir bien le greffer en soi-même. Les phénomènes d'automatisme de coprésence vont se produire en domptant l'affectivité. Par répétition, le Dessen se greffe de façon adéquate. « Un travail sans dessein est une absurdité. »\*

---

<sup>2</sup> Nous parlons de phénomènes très fréquents dans la vie quotidienne, phénomènes qui s'expriment dans des moments opportuns, bien que le sujet n'ait pas son attention concentrée sur son objectif. Cela se produit par exemple avec quelqu'un qui s'est proposé d'arriver à un certain endroit dans une rue de la ville ; il a donc élaboré une telle finalité avant de sortir de chez lui. Le fait est que la direction que suit le sujet est supervisée par certains automatismes et non par attention concentrée. Il y a des moments critiques dans lesquels l'objectif est plus présent et ceci arrive généralement lorsque quelque chose compromet ou dévie la proposition initiale. Le mécanisme, que nous pouvons appeler de "coprésence", est à la base de phénomènes quotidiens et également de phénomènes plus extraordinaires. Ceci se produit lorsqu'un dessein - chargé affectivement et répété jusqu'à l'automatisme - se rend indépendant de l'attention et "rejaillit" à l'occasion qui fut prévue antérieurement.

\* *Ndt : jeu de mots en espagnol : un trabajo sin Proposito es un desproposito.*

Avant chaque routine, on travaille avec le Dessein et l'on commence ainsi à générer l'automatisme. Dans ce Quaternaire, on tient en compte la Concentration du pas 8 qui traduit les impulsions de différents sens, les impulsions de mémoire et les impulsions de l'imagination (les 3 voies de l'expérience) de façon diffuse, jusqu'à ce que le plexus producteur commence à se charger. Avec le Plexus producteur chargé, commence la seconde accumulation de charge directe du pas 9 (et division attentionnelle entre le plexus producteur et le sommet). Sans retenir la charge, les sensations au sommet se séparent de celles du plexus producteur jusqu'à ce qu'on lâche la référence au plexus producteur et qu'on porte son attention seulement sur le sommet. Avec cela, on va développer la Séparation du pas 10°. On s'approche du moment du saut entre le pas 10° et 11° dans lequel commence la transformation énergétique. Ce saut se produira à mesure que la charge augmente et que la limite de tolérance s'amplifie. Si l'on parvient à la limite sans pouvoir passer, ou si la charge se déconnecte, on procédera à la diffusion de l'énergie comme cela se produit dans toute finalisation de ce Quaternaire.

**9°.- Seconde accumulation.** Division entre sensation au sommet et tension dans le plexus producteur, en croissante division attentionnelle.

La division attentionnelle est possible comme on l'a déjà vérifié dans le pas 7.<sup>3</sup> L'intention est de registrer simultanément la sensation des deux plexus. Nous forçons l'attention à son degré maximal. La séparation est chaque fois plus forte, comme si l'on pensait avec deux cerveaux.

**10°.- Séparation des sensations pures.** On relâche vers le bas et au sommet, restent les sensations pures. Élimination de toute image dans le sommet qui empêche l'accumulation énergétique. Nouveaux éclats et lumière.

On lâche la sensation du plexus producteur. Ne restent que les sensations au Sommet. Se produit un effet élastique, de ressort. De nombreuses images tendent à se traduire et à se transformer, c'est ce que fait la conscience normalement, la divagation mécanique, et ceci est ce que l'on doit éviter, en renforçant l'attention. Augmenter la tension d'en haut, mais en éliminant la conversion d'images. Apparaît une image et elle est rejetée, ignorée et la tension va en augmentant.

**11°.- Transformation énergétique.** On registre un changement dans l'énergie générale de l'organisme et on observe le changement de "tonus" mental. Phénomènes propres de la Force. Concomitances dans tous les plexus. Contrôle et circulation de la lumière. Nouveaux scintillements et "lumière" et plus d'images.

On registre un changement dans le tonus général. Il y a plus d'oxygène, de l'adrénaline a été déversée. On note une sorte d'énergétisation générale, qui dure quelques instants. Ce n'est pas un changement dans le tonus de l'image mais dans le tonus corporel. Plus éveillé, plus énergétisé. Phénomènes de la Force et circulation de la lumière. Tout s'énergétise, se met en situation irradiante.

**12°.- Projection Énergétique.** Possibilité d'introjection ou d'externalisation de l'énergie psychophysique.

La projection ou introjection de l'énergie psychophysique est guidée de manière coprésente par le Dessein configuré au préalable. C'est comme lorsqu'on demande, on se met dans une situation mentale dans laquelle ce que l'on désire avec ferveur est une demande dont on a l'impression qu'elle part avec beaucoup de force et d'intensité. La sensation est que cela va au-dehors de soi, que quelque chose sort de soi. Ou bien, quand il s'agit d'introjecter, on a pris quelque chose pour qu'il aille vers soi-même. Comme si l'on demandait pour soi, intelligence, clarté, plus haut niveau de conscience, et de cela on a un registre.

---

<sup>3</sup> On connaît déjà le mécanisme de la division attentionnelle. Par exemple, on fait attention à deux textes qui sont écoutés simultanément et si on s'efforce dans cette attention, il ne reste aucun espace pour divaguer. Si l'on s'exerce, on peut, par la suite, raconter les deux textes.

L'introjection se vérifie habituellement par une lucidité maximale, tandis que l'externalisation participe de certaines caractéristiques des états altérés de conscience.

### **Observations sur les pas 11 et 12**

Quand on commence à observer dans la routine quotidienne les phénomènes de circulation de la Lumière, de la Force et des concomitances dans tous les plexus, on est en conditions de donner de la puissance à l'énergie. Pour cela, on pratique la routine depuis la création de l'enceinte, et immédiatement on développe la charge dans le plexus producteur tandis que l'énergie monte jusqu'au sommet. Le pas 9 commence en lâchant la référence au plexus producteur et toute l'attention va vers l'espace situé dans le sommet qui s'est constitué peu à peu comme "point de contrôle". On est en conditions de produire la Séparation en augmentant la charge jusqu'à la limite et, de cette façon, on augmente le seuil de tolérance.

Là commence la transformation énergétique du pas 11°. Là, avec l'attention concentrée sur le point de contrôle, l'augmentation de la tension doit produire la "rupture de niveau". Ainsi, la projection énergétique du pas 12° s'exprimera depuis le point de contrôle dans le moment de rupture de niveau. Cela est possible parce que le Dessein d'externaliser ou d'introjecter l'énergie a été travaillé avant de commencer la routine. Le phénomène s'exprimera dans le moment de "rupture de niveau". Les ruptures de niveau sont des anomalies du psychisme. Nous faisons référence à la rupture du niveau habituel du fonctionnement de la conscience, nous ne parlons pas des niveaux de conscience. Le thème de la Force et des concomitances est un phénomène de rupture de la séquence normale.

Il est clair que le Dessein, fortement configuré, orientera le déplacement énergétique non pas depuis le centre attentionnel (occupé dans le point de contrôle), mais de façon coprésente.

### ***Le travail méthodique dans la Discipline Énergétique.***

On peut comprendre le travail dans ses points les plus importants lorsque le Dessein préalable à l'exécution de la routine totale est clair et lorsque la pratique de tous les pas est dominée.

A. On épure les tensions, les tonus et les climats en orientant le travail vers la diffusion.

B. On crée l'enceinte mentale. **Préparation, pas 1°.**

C. Faisant appel aux trois voies, l'élévation du tonus général de l'énergie augmente, même si celle-ci reste diffuse. Doucement, la diffusion va disparaître et les diverses impulsions vont être traduites en énergie localisée pour parvenir à la **Concentration du pas 8°.**

D. La charge directe commence dans le plexus producteur et l'énergie va monter rapidement à travers les plexus jusqu'au sommet. Il y a division attentionnelle, en parvenant à la **Seconde Accumulation du pas 9°.** On continue de charger, tandis qu'on lâche la référence au plexus producteur et que l'attention reste concentrée au sommet. **Séparation du pas 10°.** On continue d'amplifier la limite de tolérance jusqu'à ce que commencent les registres. **Transformation énergétique du pas 11° et Projection énergétique du pas 12°.**

E. On distribue la charge en diffusant tensions, tonus et climats.

## **DISCIPLINE MENTALE**



On trouve dans l'essence de la Discipline Mentale, la recherche de cette liberté qui permette à l'opérateur de se soustraire des déterminismes et des conditionnements de sa propre conscience, en transcendant vers des structures universelles.

Le *modus operandi* de cette Discipline est la méditation. Nous pouvons distinguer plusieurs types de méditation. Nous pouvons donc avant tout nous mettre d'accord en précisant ce qu'est la méditation et en définissant également les différents types de méditation qui existent.

Il existe une méditation naturelle dans laquelle la pensée agit comme réflexe face aux stimuli, il s'agit d'une activité réflexive de la conscience, qui part des choses que l'on perçoit. Par exemple, je vois l'escalier et je médite à son sujet. La méditation naturelle tient compte des phénomènes externes. Il se n'agit pas proprement d'un type de méditation mais plutôt d'une activité naturelle de la conscience qui se propose de récupérer ce que la nature ou le milieu en général lui présente.

Dans la méditation simple, l'attitude du penser va au-delà d'un réflexe face à quelque chose. Le mental approfondit et cherche la racine d'inconnues ou d'intérêts en général. La méditation simple est un pas plus avancé, elle va au-delà de la "dictature" de l'objet qui se présente à mes yeux. Ici, on va au-delà de la simple présentation, on cherche à résoudre des inconnues. Cette attitude inquisitrice et investigatrice de la conscience est un pont vers la Discipline Mentale qui est le troisième type de méditation.

La méditation simple est indispensable pour déblayer le terrain méditatif en faisant cesser peu à peu les rêveries, les conflits, et les thèmes étrangers à cette pratique.

La Discipline Mentale met l'emphase sur les actes de conscience et non sur les objets de conscience, même s'il est nécessaire de se référer continuellement à ces derniers. Le méditant se meut dans un climat d'assurance et de doute, de certitudes et d'ambiguïtés, jusqu'à atteindre le point expérimental véritable. Bien que les pas soient clairement exprimés, l'expérience de chacun est une tâche ardue et se réalise par une ou plusieurs voies jusqu'à parvenir avec précision à la signification exacte, faisant surgir alors la certitude et l'assurance de la méditation. Il nous intéresse de tenir compte de cela car cette alternance entre doute et certitude est de la nature même du penser et de la méditation.

Il y a de nombreux thèmes en relation avec la Discipline Mentale, tels que les niveaux de conscience. Ici, la conception de la conscience est essentiellement dynamique et historique, et la différenciation en niveaux éclaire différentes sortes d'actes selon qu'ils sont effectués en demi-sommeil, en sommeil, en veille ou en conscience de soi.

Les objets mentaux prennent des caractéristiques propres au niveau de travail de la conscience. Je transite par les différents niveaux et, par conséquent, ces actes et ces objets subissent des modifications. Il est intéressant de signaler ceci pour ne pas croire que seuls les actes les plus lucides seront importants pour la Discipline.

De plus, il faut souligner que le processus de la pensée va être en correspondance avec le fonctionnement des centres de réponse.

Alors, une fois déterminée la frange de travail mental, on commence par l'entrée dans la conscience pour chercher en elle, découvrant dans le pas 5° la forme mentale pour transcender vers des structures universelles.

## LES PAS DANS LA DISCIPLINE MENTALE<sup>1</sup>

### **Premier Quatenaire : l'apprentissage**

**1°.- Apprendre à voir.** Attention à la perception en l'épurant des représentations, associations, etc. Seulement l'attention plus (+) la perception... Je conserve seulement l'acte de "voir". Ce que je vois arrive accompagné d'autres phénomènes, c'est pour cela que je m'efforce de seulement "voir", en éliminant les autres opérations mentales. Je vois différemment. Je vérifie l'action des rêveries, des souvenirs et des "recherches" sensorielles comme des interférences.

Je vois la supposée "réalité" d'une certaine façon. Le "apprendre à voir" n'est pas donné naturellement. L'attention se porte sur comment je vois l'objet ; le centre de gravité est déplacé. Seulement attention + perception. C'est là qu'opère le "apprendre à voir".

**2°.- Voir les sens en toutes choses.** En toute chose que l'on perçoit, il y a la sensation (la donnée des sens) + la chose elle-même. Par exemple, la perception de l'arbre. Les sensations tactiles, auditives, visuelles, etc. donnent des résultats différents d'un même objet, car l'on a seulement des franges de perception d'un même objet, ce qui enchaîne toute connaissance aux sens... Apparaît la "distance" entre l'objet et moi, la sensation et la chose. Ce n'est pas la chose qui me reste mais les perceptions. Je mets l'attention sur la sensation que je perçois et sur ce qu'est réellement cette chose. Cela ne coïncide certainement pas.

Dans ce pas, on comprend les mécanismes "d'identification" : le fait que l'objet perçu et le sens qui le perçoit semblent "fondus" comme étant un seul phénomène.

Ce n'est pas comme dans la conception des sensualistes ou comme dans l'ancienne conception de la conscience en tant que *tabula rasa* qui n'a aucun contenu, et prétend que tout vient de l'extérieur. De sorte que si les sens se trompent, nous avons un problème.

Notre objectif est de voir la différence entre la sensation et la chose. Selon que les données arrivent par un sens ou par un autre, j'ai différentes franges de perception de la réalité. Si les données se présentent par la voie de la vue, j'ai certains registres ; par l'ouïe, j'en ai d'autres, par le toucher d'autres encore ; et ainsi de suite avec les différents sens. L'image que j'ai d'un objet à travers un bruit est très différente de l'objet visualisé. Les sens ont une activité "discriminatoire" (différences entre franges de perception du monde phénoménique). Alors, quand je fais la configuration finale d'un objet, je la fais par les franges de données qui me parviennent par différents sens. Par exemple, ce liquide est noir pour la vue, mais c'est du café pour le goût et de la chaleur pour le toucher.

De même, différentes positions, différents points de vue, c'est-à-dire différentes perspectives sur un même objet fournissent de lui différentes "réalités". On est en train de présenter de nombreuses réflexions à partir des compréhensions de ces deux premiers pas. Surgissent les questions sur la vérité de la perception et à propos des franges par lesquelles se présentent lesdites perceptions.

**3°.- Voir dans les sens la conscience.** Dans toute perception, on a une structure qui n'est pas dans les sens mais dans la conscience parce que les différentes sensations s'organisent en perception et cette perception s'organise dans une structure ou enceinte majeure (la conscience).

---

<sup>1</sup> Il convient de s'installer dans la vie quotidienne pour apprendre les pas et exercer les routines quotidiennes. Ceci est très éloigné de l'idée que l'on a sur le silence, la quiétude et le retrait des sens comme des situations que l'on doit trouver pour réaliser une méditation constructive. Dans la répétition des routines des Quaternaires complets et dans la routine de la Discipline complète, le méditant aura certainement besoin de mettre une certaine distance entre lui et les sollicitudes sensorielles. Mais cette distance n'est pas une condition, il s'agit plutôt d'une économie d'effort pour parvenir à la concentration mentale adéquate. On utilise fréquemment un même type d'enceinte physique pour exercer les pas ; cela permet de faire ressortir les différences des procédés utilisés.

On doit distinguer, diviser la structure qu'organise la conscience, des perceptions. De plus, on doit réaliser la division et non pas seulement la comprendre... Il ne m'arrive pas des choses séparées (formes et couleurs isolées) mais des structures, par exemple des formes et des profondeurs. J'observe l'activité de quelque chose qui n'est pas le sens mais la conscience. Je la registre comme quelque chose de connu.

Dans toute vision de la "réalité", il y a la conscience. Bien que les franges de ce qui me parvient de la "réalité" soient différentes, c'est la conscience qui détermine ce fait. Elle fait les structurations, donne la touche finale et me fait dire : ceci est un martien. La conscience avec sa "dictature" a le dernier mot. La conscience intervient toujours dans la configuration de l'objet. C'est comme une "vieille entremetteuse" qui se mêle de tout et qui veut parvenir à ce l'on ait confiance en ce qui est perçu, qui veut toujours "me conduire à bon port". C'est-à-dire que la conscience finit toujours par configurer, représenter toute l'information qui lui parvient par la perception. Des inconnues se présentent dans ces opérations et l'on cherche comment les résoudre. Ainsi, de même que l'objet interfère sur moi, maintenant c'est moi qui interfère sur l'objet. C'est là où l'on comprend ce phénomène que la conscience infère plus que ce qu'elle perçoit, phénomène qui donne lieu à l'illusoire.

**4<sup>o</sup>.– Voir dans la conscience la mémoire.** On observe que les sens sont dans toute perception, que la conscience organise les données des sens et finalement que ces données organisées dans la conscience ont une structure grâce à la représentation ou au souvenir de perceptions antérieures. Ainsi, la conscience organise et reconnaît, grâce à la mémoire, aux enregistrements antérieurs. On effectue l'effort de faire disparaître toute perception et de se retrouver seulement avec la conscience et ses images-représentations + l'attention sur cela.

On ne structure pas en circuit fermé ; on a recours à la mémoire. C'est grâce à la mémoire que je peux reconnaître ce qui provient des sens : « Ceci est un martien et je l'ai déjà vu quelque part. »

Nous observons donc également les inepties de certains courants de pensée. Par exemple, certains proposent de voir les choses sans conditionnement. Ce n'est qu'une simple phrase. Cela n'est pas possible. Une conscience de la réalité sans mémoire n'est pas possible, car il y a des conditionnements qui proviennent de la mémoire, de l'expérience accumulée. Bien sûr, j'aspire à cela, à voir sans conditionnements. Mais comment peut-on faire ? Il y a là les différentes franges de perception, ce qui m'arrive, mais maintenant surgit un troisième élément qui complique tout. L'objet, les sens, la conscience et maintenant la mémoire. Ce troisième élément complique tout. Cette apparition de la mémoire est très intéressante dans la résolution d'inconnues. La "dictature" de la mémoire s'ajoute maintenant à la "dictature" de l'objet, à celle du sens, à celle de la conscience.

Ici se termine le premier Quatenaire qui laisse donc beaucoup d'inconnues sans apporter de réponses. Si je restais dans ce Quatenaire, j'aurais même des doutes en sortant dans la rue, je ne saurais plus à quoi me fier. Je mets l'attention sur moi ou sur le coup de klaxon ? Se produit une certaine perte de références, de vieilles croyances tombent en même temps que surgissent de nouvelles compréhensions sur la "réalité".

### ***Deuxième Quatenaire : Le déterminisme***

**5<sup>o</sup>.– Voir dans la mémoire la tendance.** Observation de la "forme mentale" non pas en tant que représentation mais en tant qu'acte qui tend à se lier à un objet de représentation. Bien sûr, on observe la tendance dans les représentations. L'effort montre la tendance de la mémoire (représentations) à surgir en complétant des actes... Tous les phénomènes qui m'apparaissent le font dans la mémoire. La mémoire complète les actes que lance la conscience.

Voilà donc que surgit quelque chose d'autre. Qu'est-ce que ce truc de la tendance ? Pour quoi faire ? Je vais voir dans la mémoire le déterminisme. Un mécanisme de fonctionnement, lié aux actes et aux objets incessants, qui me conditionne dans une direction. La mémoire qui paraissait si docile,

une reproduction de la réalité, s'avère agir avec des choses imposées. Avec une tendance et des choses imposées. Nous pouvons ainsi observer la forme mentale, cette structure acte-objet. Jusque-là, nous avons vu des objets, mais maintenant il nous faut observer la forme mentale. Ce n'est pas une représentation, ce n'est pas une image. Alors, qu'est-ce que c'est ? C'est quelque chose dans lequel je suis placé. C'est cette enceinte de ma conscience qui se meut à l'intérieur de certains paramètres. Mais ce n'est pas une représentation. J'étudie cette forme comme une structure, pas comme un objet. Je ne regarde pas les objets, je regarde désormais cette forme mentale qui est en moi. C'est un attribut de ma conscience, la forme mentale. Et je ne peux la visualiser comme un objet, mais comme un ensemble d'actes. J'établis déjà des différences entre un acte mental et un objet. Je remarque que les actes sont toujours en train de travailler et visent des objets, dans lesquels la conscience cherche un instant de repos. La forme mentale est en lien avec l'articulation de ces actes qui se complètent en objets. Je suis "soumis", conditionné par la forme mentale. Je suis mis dans une forme mentale d'actes qui cherchent à se compléter, de manière juste ou erronée. Les actes sont indéfectiblement liés à des objets. Ce sont des structures noético-noématisées. Je ne peux séparer dans cette structure les actes des objets car ils ont une relation indivisible. Nous ne parlons pas seulement de données hylétiques (matérielles) mais également d'objets mentaux.

Le phénomène de la structure acte-objet s'impose à moi, ce déterminisme qui s'impose à moi en tant que forme mentale.

**6°.- Voir dans la tendance l'enchaînement.** On observe que même si je fais abstraction des représentations, l'effort pour les éliminer surgit comme expectative, comme instant dans lequel on parvient ou pas à un tel état, comme attention dirigée mais déterminée. En somme : on observe les expériences, les résistances mentales et les efforts comme des "forces" ou des "tendances" auxquelles la conscience est enchaînée et sans lesquelles elle semble ne pas posséder de structure organisée. Ce pas montre que sans la "tendance" en général, la conscience ne peut agir. Il s'agit, en somme, de porter attention sur la "mécanicité" du penser, de porter attention à l'enchaînement de la conscience ou à l'opposition à la "tendance"... J'essaie de freiner les actes et le fonctionnement. Je prétends "vider" mais il y a toujours des actes, des objets et un mouvement.

Il y a donc un enchaînement dans la tendance. Je me dis : « je vais penser mais sans représentations ». C'est une naïveté psychologique puisque j'ai aussi des images et des représentations cinesthésiques. Essayons donc : imaginons une vis de 12 pouces. Maintenant, j'enlève cette représentation. Je me dis : « maintenant je ne la vois plus ». Oui, mais elle va réapparaître. Elle reste dans la coprésence et ensuite elle revient, elle apparaît de nouveau. L'effort pour l'éliminer surgit comme expectative. Pendant un instant, j'ai réussi à ne pas voir la vis. Et hop, la revoilà. Elle est "vissée" à ton cerveau. La maudite expectative m'enchaîne, je suis toujours en train de viser le moment d'après. Ce sont les déterminismes du penser, actes et objets, qui se requièrent mutuellement.

**7°.- Voir dans l'enchaînement le permanent.** On observe que nonobstant les variations des expectatives, des "résistances", des instants de conscience, ce qui est permanent est l'enchaînement.... Il n'y a aucune autre forme d'activité qui ne soit enchaînée.

Alors avec autant de "dictature", apparaît tout cet enchaînement et déterminisme et ainsi je découvre que dans l'enchaînement se trouve le permanent. Ce sont différentes opérations mentales mais ce sont toutes des impositions dans lesquelles j'observe cet enchaînement d'actes et d'objets. Je change de chaîne, j'essaie de voir un autre film et là se trouvent les expectatives. Je fais des expérimentations pour voir dans quelle configuration je me sens libre et je vois que ce n'est pas possible. Je suis absolument contrôlé. Ce sont des déterminismes et je les appelle "enchaînements".

Il y a une recherche de liberté qui puisse me soustraire de l'enchaînement mais je découvre que la seule chose permanente, c'est cet enchaînement des actes aux objets mentaux. Je me dis : « alors

je me dédie uniquement aux actes vides ». Mais ce n'est pas possible. Je suis enfermé dans une conscience enchaînée dans sa structure basique. On observe que la conscience a une structure et un fonctionnement qui s'avèrent inéluctables.

**8<sup>o</sup>.– Voir le permanent en soi et en tout.** On observe que la diversité des phénomènes est apparente et que tout phénomène est en soi, enchaînement. Cela vaut pour la conscience en soi comme pour la chose en soi et bien entendu la conscience et les choses s'identifient en soi et non quant au phénomène. Ainsi l'identité est permanente et la diversité est variable. Soi et le tout sont identiques et permanents. Il n'existe pas de distinctions entre soi et le tout... Je m'interroge sur l'autre-que-moi. Le monde "externe" aussi se présente à moi comme étant structuré.

Ça, c'est amusant ! Je vois que les arbres poussent, l'automne et l'hiver, tout change. Comment faire pour voir le permanent ? C'est quoi ça ? Je me retrouve avec une nature diverse, la diversité des phénomènes mais dans tout cela se trouve l'enchaînement. Et je trouve que tout phénomène mental en soi implique l'enchaînement. La chose en soi ou la conscience en soi sont enchaînées. Elles s'identifient en soi, elles ont une identité en tant que telle et non pas en tant que phénomène. Je me retrouve avec chaque fois plus de choses qui m'empêchent de me libérer.

Surgit la question à propos de l'intersubjectivité. Comment est-il possible qu'une conscience puisse communiquer avec une autre ? Comment est-il possible une même représentation dans deux consciences différentes ? Où est le commun ? Dans la représentation ou dans la nature de la conscience ? Nous sommes dans un travail continuuel d'investigation qui est d'une très grande tension.

Ici se termine le deuxième Quatenaire avec plus de complications que dans le premier, mais avec des compréhensions plus profondes sur le fonctionnement de la conscience, ses conditionnements et ses limitations.

### ***Troisième Quatenaire : la liberté***

**9<sup>o</sup>.– Voir la forme permanente en action.** On observe que la forme permanente apparaît même dans la diversité des phénomènes, qu'ils soient subjectifs ou objectifs. La forme permanente agit de par sa propre nécessité... Le saut dans la séquence. Rupture du solipsisme.<sup>2</sup>

Même dans la diversité des phénomènes, il y a une forme permanente, on entend par forme, la structure acte-objet, conscience-monde. On peut avoir une diversité de présentations, mais elle est éphémère. Elle passe d'un point A à un point B, elle change de position, mais toujours se présente à moi la forme permanente. Je vérifie que cette réalité diverse est la même présentation mais dans des domaines différents. J'observe que le permanent peut changer de position. Le permanent peut être vu en dynamique.

Cette forme permanente a toujours cette fixité en elle-même. Les choses se présentent à moi avec des variations mais derrière les variations, on observe la permanence de la forme. Le monde et la conscience existent d'une façon permanente, mais il y a des variations de cette permanence. La forme est permanente en soi mais différente dans ses manifestations.

Ces actes-objets se requièrent mutuellement et ne peuvent s'expliquer l'un sans l'autre. Tout ce qui arrive avec l'économie de la conscience a à voir avec le monde, c'est la conscience qui donne raison de ce monde. Il y a là les phénomènes naturels. Et comment se dévoile leur signification sinon du fait qu'il existe une conscience ? Le monde en tant que tel n'existe pas sans la conscience. La planète terre n'existe pas en tant que monde mais avec la participation de la conscience qui donne identité à tout.

---

<sup>2</sup> Solipsisme : (du lat. *solus ipse*, soi-même seul). Phil. : Forme radicale du subjectivisme selon lequel seul existe ou seul peut être connu le propre moi.

En découvrant que la structure conscience-monde est valable pour toute conscience et agit par sa propre nécessité, se produit la rupture du solipsisme, commencée à partir de la question à propos de l'intersubjectivité (dans le pas 8).

**10°.– Voir ce qui n'est pas mouvement-forme.** On peut avoir l'intuition d'une enceinte étrangère à la forme et au mouvement-forme qui ne surgit pas en tant que "néant" mais comme "ce qui n'est pas mouvement-forme", c'est-à-dire, comme ce qui est appréhendé comme existant en relation avec le mouvement bien que ses caractéristiques soient différentes de celles de l'objet pris comme référence. Ce "qui n'est pas mouvement-forme" ne dépend pas de l'enchaînement.

Nous nous mouvons dans des actes structurels. Ce qui n'est pas acte-objet, c'est le complément de ce qui est objet, c'est comme le complément du monde. Ce qui manque à l'angle pour se compléter, c'est comme le négatif de la pellicule. Il s'agit de tout ce qui manque à ma conscience, et c'est grâce à cela que je peux me mouvoir.

Ce qui n'est pas mouvement-forme ne surgit pas comme le néant. Je ne me retrouve pas dans le néant. Qu'est-ce que ce "n'est pas mouvement-forme" qui m'échappe ? Ça ne dépend pas de l'enchaînement. Ainsi un "non mouvement-forme" est possible, qui ne soit pas enchaîné, qui est très arbitraire. Soit tu restes dans l'enchaînement, soit tu sors. Et lorsque je nie l'enchaînement, je me retrouve avec quelque chose qui s'échappe de la conscience, de l'enchaînement des objets, des paysages. Quelque chose qui ne dépend pas de ces déterminismes que nous avons trouvés.

Cette intuition-compréhension ayant lieu, se produit une rupture de niveau.

**11°.– Voir ce qui est et ce qui n'est pas comme étant la même chose.** On observe le mouvement-forme et ce qui n'est pas mouvement-forme comme étant ce qui est.

Je découvre que le mouvement forme et le non-mouvement-forme SONT, qu'ils ont une même identité essentielle.

**12°.– Voir en soi et en tout la même chose.** On observe que le "monde" et par conséquent soi-même et toute chose sont à la racine et, indépendamment des phénomènes perçus, la même chose. Disparaît toute distinction entre moi et l'autre et entre les choses elles-mêmes.

Ici se terminent ces réflexions extraordinaires, un mode de méditer sur les enchaînements des présentations, ce qui apparaît devant moi, que cela provienne de dehors ou de dedans, sur les phénomènes de conscience qui, de même que le poisson qui ne voit pas l'eau, sont toujours en train d'agir et que nous observons rarement. Cette réflexion nous conduit à l'abstraction maximale, à cette expérience vécue du Profond où ce qui est et ce qui n'est pas se registrent comme la *même chose*. Nous ne sommes pas en train de parler d'une fine réduction théorique, mais de la conscience qui a transcendé les conditionnements d'origine, les conditionnements de l'espèce.

Cette situation "d'asphyxie" du deuxième Quaternaire peut enfin trouver son issue dans le troisième Quaternaire, si en travaillant avec perfection au fil des pas, on parvient à l'expérience des structures universelles définitives. Une autre réalité apparaît.

### **Résumé des pas**

Ceci est une méthode de révision de tous les pas. Les processus "d'aller et retour" permettent de déstructurer la séquence, de rendre chaque pas indépendant des précédents et des suivants. Ce "déconditionnement" est très intéressant, il pourrait également être un bon entraînement pour entrer dans la Discipline. Avec ces pas d'aller et retour, et quelques considérations, on est alors en conditions de s'interroger sur le monde. C'est très formateur pour entrer dans ces travaux.

### **Séquence de 1° à 12°. Vision d'aller et retour**

#### **Aller :**

1°.– On porte attention aux objets externes par les différents sens (rêverie).

- 2°.- On laisse l'objet et une sensation-perception (identification) est mise en évidence.
- 3°.- On divise la perception et l'organisation de la conscience, en s'appuyant ou pas sur la représentation (différentes organisations donnent différentes illusions).
- 4°.- On découvre dans la mémoire des enregistrements et des actualisations continues pour reconnaître des objets (compréhension).
- 5°.- L'intentionnalité, tant de la conscience que celle de la mémoire, est expérimentée comme une "tendance" (forme mentale).
- 6°.- C'est par le biais de la tendance que des actes se structurent avec des objets (déterminismes).
- 7°.- Cet enchaînement est permanent (déterminisme de la conscience).
- 8°.- Cet enchaînement est commun à la conscience et au monde, actes avec objets, objets entre eux (conscience-monde, intersubjectivité).
- 9°.- Acte-objet, conscience-monde, est "mouvement-forme" (enceinte structurelle).
- 10°.- Ce qui n'est pas acte-objet est totalement relatif à l'acte-objet.
- 11°.- Acte-objet et son complément sont une même structure.
- 12°.- Cette même structure est valide pour tout. Commune à tout, grand ou petit.

**Séquence de 12° à 1°. Vision d'aller et retour.**

Ce sont des approches, des exercices d'aller et retour. La séquence de 1 à 12 qui prépare le méditant, peut également être tentée du pas 12 à 11 et de là au 10 et ainsi de suite. Des relations se font en arrivant au pas 9, la conscience et le monde sont distincts mais ils viennent d'une même enceinte.

La conscience en continuelle activité vers les objets. L'entrecroisement des temps qui se produit en un instant ; c'est le temps futur qui détermine le passé. Dans cet entrecroisement se trouve l'instant et de là je peux aller vers le futur. Je peux imaginer plus avant et je peux me souvenir de ce qui s'est passé. Ce fait d'être agissant sur ce qui n'est pas encore, ce sont les projets. Ce fait de se compléter, les actes de conscience qui ne sont pas encore, ceci est le futur. La conscience en outre a la capacité de structurer ; les données du monde tombent dans son champ et elle fait le travail de les structurer. Le monde ne se fait pas en lui-même, il se fait pour qu'il y ait une conscience qui l'organise.

**Retour :**

- 12°.- La structure totale.
- 11°.- Dans celle-ci apparaissent les enceintes de ce qui est et de ce qui n'est pas.
- 10 °.- Ce qui n'est pas apparaît comme un vide ou complément de ce qui est.
- 9°.- Ce qui est apparaît comme le mouvement-forme, conscience-monde.
- 8°.- Le monde est vu, perçu continuellement par la conscience. Ils sont en relation.
- 7°.- Une telle relation est possible par la permanence de l'enchaînement.
- 6°.- La relation acte-objet est une chaîne continue et indissoluble.
- 5°.- La Tendance de la conscience vers des objets est activité constante.
- 4°.- La conscience a trois temps : passé, présent et futur. Ceci grâce à la mémoire. Sinon ce serait un présent plat, sans souvenir ni futur.
- 3°.- La conscience est en soi une structure, mais elle a en plus la capacité de structurer, la capacité d'organiser les données qui lui parviennent.

2°.- Les données sont au préalable transmises aux sens et remises à la conscience en tant que perception.

1°.- Hors de la conscience, de sa structure, de sa mémoire et de la perception-sensation, il y a l'extériorité, pleine d'objets et de phénomènes, auxquels il est intéressant de prêter attention.

### **Travaux d'approche**

On peut faire des exercices d'approche de ces pas sans les confondre avec les pas eux-mêmes. Pour le pas 1°, attention à un objet externe par les différents sens. Pour le 2°, évidence de l'activité de chaque sens et de l'ensemble de ceux-ci en perception (on observe plus les sens que les objets). Pour le 3°, division entre conscience structurante et perception (l'objet externe étant éliminé) par exemple avec un son, en vérifiant comme la conscience l'organise. Pour le 4°, exercices de mémoire. Recherche d'objets, émergence de souvenirs en général (premier livre lu, premier souvenir familial, etc.) Ici nous tenons compte que la mémoire peut être récente, médiate ou ancienne. Pour le 5°, on fait attention à un objet que quelqu'un soustrait rapidement du champ perceptuel. On vérifie comment l'observateur reste "tendu" (en tension vers l'objet). Des objets concrets ou abstraits, le fait est de voir la tendance à le chercher dans le futur, dans le passé ou dans le présent. Pour le 6°, vider la conscience, la débarrasser des objets perceptibles et représentables. Ceci met en évidence l'impossibilité d'y parvenir et de fait, la chaîne permanente d'actes-objets et de compositions d'actes. On expérimente les pas 6° et 7°. Pour le 8°, on voit des exemples de chaînes dans le monde et dans la conscience et l'on étudie ainsi la relation conscience-monde. On peut observer dans une pièce comment les différents objets s'enchaînent entre eux : paroi avec paroi, porte et verrou, etc., c'est-à-dire la chaîne consécutive des objets. Pendant que l'on observe cela, on maintient la coprésence des actes et des objets, la composition des actes. Pour le 9°, on essaie d'expérimenter les deux activités (l'externe et l'interne), pas comme simultanéité mais comme un tout (il s'agit d'expérimenter le mouvement-forme, la structure conscience-monde). Pour le 10°, on fait le "vide dynamique", non seulement en réalisant le vide d'objets, mais aussi d'actes. Bien sûr l'on se désintéresse de ce que l'on voit, entend, etc. C'est-à-dire qu'on ne porte pas l'attention sur la perception. Dans cet effort, on expérimente "ce qui n'est pas le néant", ce complément du mouvement-forme. Pour le 11°, on reprend ce qui a été fait dans le 9° et dans le 10°. Ainsi apparaît la conscience-monde (avec ces appuis internes et externes) comme au-dessus de ce vide (dans le 11°, on peut effectuer un exercice plus simple : on peut voir l'acte dirigé vers un objet externe tandis qu'on évite tout autre acte vers des objets autres que ceux présents. Pour le 12°, le travail consiste à registrer ce qui précède comme une totalité que l'on peut dilater ou réduire progressivement. Dans l'effort pour dilater cette structure totale (où se trouvent le mouvement-forme et son complément) on expérimente l'amplification ou la concentration de la conscience.

## **DISCIPLINE DE LA MORPHOLOGIE**



### **ANTÉCÉDENTS**

Les antécédents de la Discipline de la Morphologie ou de la Forme se trouvent en Occident, chez les Présocratiques et plus particulièrement chez les Pythagoriciens et chez Platon.

Les antécédents du thème des Formes (ce dont traite la Discipline de la Morphologie) se trouvent chez les Présocratiques. Le thème de la Forme Suprême apparaît chez tous (les Présocratiques) et chez Pythagore. Chez Pythagore, tout est nombre : le nombre est forme et il possède une structure interne.

On peut parvenir à voir les noyaux et les mécanismes avec lesquels les pythagoriciens ont travaillé à travers les formes, les nombres, la géométrie, la musique, en s'élevant par la Gnose (la connaissance).

Parménide, disciple de Pythagore, dit que la forme sphérique est la forme parfaite. L'Être est Forme.

Chez Platon, les Formes ont une valeur en soi, de par leur structure et leur signification. C'est sur la base des Formes qu'il construit le monde et l'être humain.

On peut retracer ces antécédents historiquement et géographiquement.

On observe l'influence des écoles orientales chez Pythagore. Dans sa jeunesse, Pythagore a voyagé en Égypte ainsi qu'en Asie Mineure et en Mésopotamie.

On cherche les formes comme l'essence de la réalité. Ceci perdure jusqu'à Platon qui étudie cette essence de la réalité depuis le point de vue de la forme, tout particulièrement dans le Timée. La réalité se meut selon des formes, en cherchant une raison première. Même le phénomène biologique, très difficile à saisir, est pressenti comme une transformation de triangles qui en se modifiant, peuvent s'alimenter d'autres triangles et croître.

Les transformations des formes géométriques peuvent donc expliquer le vivant, ce sont des formes en action ; c'est une étrangeté magistrale. Losanges, triangles qui expliquent le vivant, des formes en actions et non des formes immobiles. On cherche, dans cette proto-discipline, des choses plus élevées en rapport avec le développement de la conscience. On recherche la forme pure, en faisant grincer les engrenages mentaux, en leur exigeant le maximum.

Cette quête de la forme pure exige un effort mental totalement différent ; l'on commence à penser et à se situer d'une autre manière ; à avoir un autre type d'expériences. Qu'il s'agisse de la vérité ou de théories, il y a dans la recherche de la forme pure un positionnement qui conduit à une autre forme du penser et à une autre expérience.

Ce ne sont pas des substances que l'on ingère, il s'agit d'un travail interne. Ces efforts et ces choses font surgir des expériences presque hallucinogènes. L'on travaille avec des formes et soudain la réalité s'illumine, on perçoit de manière différente et c'est en raison de tout ce que l'ont fait avec les mécanismes mentaux, que l'expérience se produit. Ce n'est pas par la forme en tant que telle mais par le travail réalisé avec les formes que se mettent en marche tous ces niveaux ou sous niveaux de la conscience.

### **INTRODUCTION**

Dans la Discipline, on effectue une routine, c'est-à-dire qu'on travaille avec la répétition de travaux. La substance mentale est si instable et si mobile que l'on ne sait pas comment elle se présente.

Avec la routine, on va fixer le travail. Si l'on ne parvient pas à certains indicateurs de pas, on ne peut pas avancer car sinon, on s'égarerait par la suite. La substance avec laquelle on travaille est très instable et l'on a besoin d'une routine avec des indicateurs clairs car les registres ne doivent pas être imprécis. Ce sont des indicateurs des moments de processus. Lorsqu'on obtient cet indicateur, on passe à un autre pas. Et on le fait en répétant des routines. On évolue vers une autre échelle, à un autre pas. Mais il arrive que durant toute cette expérience, l'on rencontre des moments exceptionnels. Les pas et les indicateurs forment une structure mentale qui est couronnée par des compréhensions de phénomènes extraordinaires tout au long du processus.

Dans l'espace de représentation, on peut différencier l'objet représenté du regard ou du registre depuis lequel on l'observe ou depuis lequel on a notion de l'objet. Dans la représentation visuelle, ceci est très clair, mais cela vaut également pour tous les sens externes et internes.

Par ailleurs, nous distinguons trois types de profondeur dans lesquels se placent les représentations : 1) Représentation "sur écran"; 2) Intégration; 3) Inclusion ou coïncidence de la forme limite avec "l'écran externe".

Ces différents types de représentation se travaillent dans les exercices préliminaires à la Discipline.

Dans la Discipline, on travaille seulement avec des représentations dans lesquelles on est inclus. On travaille avec la spatialité de la conscience, cette spatialité étant celle qui permet de parler de contenant et de contenu.

Ladite spatialité se configure selon les formes par lesquelles on transite, et c'est la limite (des formes) qui déterminera l'action que subissent ladite spatialité et les autres contenus (propres à cette spatialité). Nous sommes en train de parler d'une spatialité variable, élastique, qui s'adapte aux représentations. Il n'y a pas un espace mental fixe, mais plutôt le même espace qui prend des caractéristiques différentes.

Dans la Discipline, on agit donc selon des formes qui ne sont pas altérées par les phénomènes de compensation. Le stimulus évoqué de type géométrique est le seul qui ne soit pas compensé par la conscience comme le sont les autres évocations et ce, de par l'identité que la forme géométrique garde dans son essence. Que celle-ci soit plus grande ou plus petite, elle est toujours égale à elle-même et, bien entendu, l'action de forme qui s'expérimente est similaire. Il pourrait se produire que l'on se représente la limite de cette figure en la rendant transparente. En procédant ainsi, sa spatialité reviendrait à être la spatialité propre de la conscience et non celle de la forme limite.

Parmi les conséquences observées jusqu'alors à propos de l'action de forme de la figure géométrique, nous considérons du plus grand intérêt sa capacité à pouvoir modifier la forme mentale (action de forme sur la forme). Il est évident que la forme qui a cette capacité n'est pas simplement la forme représentable que nous prenons pour appui, mais celle que nous obtenons par processus.

### **ENCEINTE DE TRAVAIL**

Cette Discipline est travaillée tous les jours dans un lieu tranquille et le plus silencieux possible, assis, en posture psychophysique détendue, avec les yeux fermés, de manière à ce que le corps fournisse le moins de signaux possibles.

### **TEMPS DE TRAVAIL**

La préparation, la routine et les notes postérieures ne dépassent pas en général la demi-heure.

### **PROCESSUS**

Ce sont les registres (indicateurs) qui vont déterminer les temps internes et la dynamique du processus. Ce sont les registres psychophysiques (phénomènes concomitants à l'action de forme) qui indiquent le moment de passage d'une forme à une autre. De sorte que, l'opérateur étant inclus dans la figure, il registre l'action de forme de ce pas. Les registres vont devenir plus clairs avec les répétitions du processus et lors du changement d'une forme en une autre.

## LES PAS DE LA DISCIPLINE DE LA MORPHOLOGIE

### **Premier Quatenaire : Espace interne**

Dans ce Quatenaire, nous nous incluons dans la Forme.

**1<sup>o</sup>.– Entrée.** Configuration. Espace. Inclusion dans la forme. Les parois internes de la sphère. Distance de la forme au centre de registre. Faire ressortir trois moments différents : le seuil, l'espace fuyant et la sphère.

Dans ce pas, nous travaillons l'Entrée, en configurant un Seuil qui nous conduit à un espace différent du quotidien et dans lequel se développera tout le travail de la Discipline. Une manière de configurer le Seuil, peut être en montant des escaliers et en passant par un arc dont on distingue les colonnes et le linteau de pierre. Chacun doit construire sa propre allégorie, en définissant s'il y a des escaliers ou s'il n'y en a pas, quelle forme va prendre ce Seuil, de quel matériau est fait chaque élément, ses couleurs, ses textures, etc. On doit perfectionner ceci jusqu'à obtenir une Entrée fixe et "sacrée" (dans le sens où elle marque la différence avec les espaces et avec les registres quotidiens).

De là, on transite vers un plan blanc qui s'étend à l'infini dans toutes les directions. On a la sensation "d'aller vers le monde des formes". On avance sur le plan fuyant dans toutes les directions jusqu'au centre de cette surface.

On rapproche l'horizon de devant. On rapproche les horizons de chaque côté. On rapproche l'horizon de derrière. Se forme un carré sur lequel je suis debout. Ce carré se transforme en un cercle. Je suis dans le cercle et autour de moi, s'élèvent des sortes de pétales, comme ceux d'une fleur, qui en se refermant au-dessus de ma tête finissent par former une semi-sphère. Je suis inclus au centre d'une semi-sphère.

Maintenant le plan commence à se courber vers le bas et se configure la sphère au centre de laquelle je flotte, à équidistance de ses parois.

Je fais coïncider la limite de la sphère avec l'espace de représentation. Il n'y a rien en dehors (au-dehors) de la sphère. Elle est omniprésente.

Depuis la situation d'observer "au-dehors" et d'être soutenu par le "plan", on passe à être inclus, ce qui marque un changement intéressant de position, de perspective et, en somme, un changement de registre face aux formes.

**2<sup>o</sup>.– Concentration.** Je commence à concentrer jusqu'à réduire au point minimal d'extension-couleur, tant le centre de registre que la sphère, en me maintenant toujours à équidistance des parois de la sphère, jusqu'à parvenir à un point où l'on ne registre déjà plus la différence entre forme et centre de registre.

C'est une réduction au point minimal d'extension-couleur. Il est souhaitable que la réduction se produise sans interruption. Ce qui est valable est de registrer le point : "l'univers est contenu en ce point", car là, acte et objet s'identifient, mais comme, en plus, on modèle l'espace de représentation, toutes les activités mentales et de registre seront emportées. Il doit rester le point le plus petit possible auquel correspondra le registre le plus infime possible pendant un instant où l'on perd la notion du temps. Ce "point adimensionnel de compression maximale" se manifeste, uniquement, si l'on produit cet effort concentratif dans lequel le point disparaît et par conséquent disparaît alors tout espace, tout temps et toute représentation. Dans ce pas, on ne prétend pas en arriver là, mais on commente qu'en maintenant l'attention, on peut entrer dans un "espace" d'un autre niveau et sans représentations, lequel confère une expérience possible de développement

par souvenir (déformé) car il n'est pas possible d'enregistrer une non-représentation (visuelle) et l'absence de tout espace de représentation.<sup>1</sup>

Lorsqu'on arrive au point, on ne peut déjà plus registrer la différence avec la sphère. Il y a une limite mentale qui est difficile à concevoir, mais la sphère et le registre sont fondus en un point.

Si l'on pouvait continuer la concentration, il pourrait arriver que tout disparaisse.

**3°.- Amplification.** Séparation du regard d'avec son propre registre. Observer que tandis que le pas 2° est fortement concentratif, le pas 3° est son opposé, dans une sorte de pendule, sans aucune interruption, comme il correspond à un processus, mais que l'on continue pour l'instant de "construire".

À partir du point auquel on parvient dans le pas 2, on commence à amplifier la sphère sans différencier le registre de la forme et ce, jusqu'à ce qu'elle soit de dimension "maniable".

On se diffuse dans cet espace amplifié. On n'est pas le centre des opérations. On s'étend avec la sphère et toute cette concentration du pas 2 a permis de me fondre avec elle. Maintenant je suis la sphère.

**4°.- Transit.** À travers les cinq solides. Sortie à la sphère. Les registres qui accompagnent les transformations des "corps" quant aux tensions, symétries et poids, montrent que l'on peut atteindre l'espace de représentation, le "malaxer" ("masser") et, avec le temps, le modifier.

On part de la sphère de dimension maniable, pour ensuite la transformer en cylindre, cône, pyramide, cube et sphère.

Ce qui suit sont des exemples et des contenus associés, très personnels, pour illustrer comment on peut produire ces transformations d'un corps en un autre. Il s'agit seulement d'exemples et il existe plusieurs variantes pour transformer un corps en un autre. Ce qui importe est que le passage d'un corps à un autre se produise de façon fluide et sans à-coups.

Par exemple, j'aplatis les extrémités supérieure et inférieure de la sphère initiale ; ces extrémités deviennent alors la base et le sommet du cylindre. Les côtés latéraux se rétrécissent et s'étirent comme si la forme passait sur un tour. Je registre l'action de forme : je sens comment je m'allonge, comment je me stylise.

Le cylindre se transforme en cône en amplifiant la base circulaire et en affinant les parois vers le sommet (la pointe). L'essentiel c'est la base ample et la pointe qui génère une tension vers elle.

Ensuite, les parois commencent à se modeler en facettes. J'expérimente la base solide et carrée et la rigidité des 4 parois ou triangles. Les tensions des pointes de la base sont compensées par celle de la pointe supérieure.

Ensuite, sur cette base carrée, se forme le cube, également dur et rigide, mais que l'on registre plus ample et proportionné, il ne s'impose pas autant que la pyramide. Son action de forme a des tensions compensées par sa symétrie.

Ensuite on adoucit les angles, on arrondit les pointes, et c'est de l'intérieur vers l'extérieur que la sphère grandit, en arrondissant le cube.

Le Quaternaire se termine en revenant à la sphère dont la représentation est alors différenciée du registre de soi-même. J'ai cherché à séparer de nouveau le registre de la forme. La sphère m'inclut.

---

<sup>1</sup> Bien sûr que les phénomènes continuent de se produire, mais l'effort du minimum en tant qu'objet identifié avec le registre, brise l'instant. Si l'on pouvait rallonger ce "passage vide", on capterait l'idée de "temps sacré" qui n'est pas le temps sacré externe (des célébrations religieuses, des passages d'équinoxes, etc.). Le temps sacré, ainsi que l'espace sacré, sont accessibles par cette voie et ne sont pas contaminés non plus par "l'espace sacré" qui se réfère aux temples, lieux de cultes et de pérégrinations, etc.

On ne fait pas l'exercice pour comprendre les formes mais pour manier l'espace. Tout ceci n'est qu'un truc pour malaxer ta tête. Il est probable que l'intérêt d'un géomètre est celui de comprendre tout ce thème des formes mais pour nous il s'agit d'un travail sur l'espace de représentation et l'utilisation des corps géométriques permet de "masser" cet espace.

C'est pour cela qu'on l'affronte comme une Discipline, c'est un processus dans lequel on réalise un travail de représentation, et l'on ne peut passer au pas suivant tant qu'on n'a pas obtenu le registre correspondant.

### **Deuxième Quatenaire : Le vide interne**

On doit tenir en compte que la tonique générale de ce Quatenaire est le Vide Interne.

**5°.- Diffusion.** Depuis le registre général diffus de la sphère dans son intériorité jusqu'au registre dans les limites en créant le vide central. Cela se produit lorsque les limites internes se renforcent.

À partir des cinq solides, on termine une fois encore dans la sphère. Je pars du pas 4° avec un registre général diffus de flotter dans la sphère, et j'ai clairement le registre d'avoir "massé", d'avoir modifié l'Espace de Représentation par les variantes des propriétés des corps représentés antérieurement. Maintenant, je mets mon intérêt sur la limite interne de la sphère et je disparaiss comme centre de registre. Je m'occupe à configurer la limite (toujours interne, évidemment).

**6°.- Verticalité.** Le renforcement des limites opposées dans le concave, depuis la "coupe" jusqu'à la "voûte". La séparation verticale comme "mandorle". Le haut et le bas dans l'espace de représentation.

Une fois les "calottes" concaves renforcées dans leur complète circularité, les limites antérieures qui permettaient la sphéricité disparaissent. Les calottes se présentent séparées en générant un vide dans les limites antérieures ; ce vide ayant tendance à se "remplir" par mémoire, par coprésence du travail à l'intérieur de la sphère. En évitant que la sphéricité se reconstruise à partir des calottes, on génère et on expérimente un vide dynamique constant entre les deux calottes.

Je prends comme référence la dimension verticale (y). À partir de là, je renforce la voûte (calotte supérieure) et la coupe d'en bas (calotte inférieure) jusqu'à ce qu'apparaisse la tension produite par la mandorle. Les limites antérieures qui permettaient la sphéricité disparaissent.

Les deux calottes doivent être complètes, devant et derrière, et toujours internes.

**7°.- Horizontalité.** Le renforcement des limites opposées dans les tensions horizontales : le large et le profond.

Je prends référence de la dimension horizontale dans la largeur (x), en renforçant les deux calottes ou segments (internes, bien entendu) de la sphère, un de chaque côté et opposés dans les tensions horizontales dans la largeur.

Finalement dans la dimension de la profondeur (z), je renforce les deux calottes ou segments de la sphère : l'un devant et l'autre derrière (internes, bien entendu), opposés dans les tensions horizontales dans la profondeur.

La transformation d'une dimension à l'autre se fait comme si l'on éclairait successivement d'abord les deux (calottes) verticales, puis les deux horizontales, et ainsi de suite.

**8°.- Annulation.** Le vide central dans les différentes dimensions et la disparition de l'instant. Oscillation entre le vide spatio-temporel et le souvenir du vide spatio-temporel.

Dans ce pas, les calottes de la sphère du pas 7 disparaissent également (en tant que représentation visuelle) et l'on revient à configurer les limites internes de la sphère, maintenant coprésentes (en réalité "présentes" mais comme registre cénesthésico-kinesthésique). Mon attention est mise sur toute la superficie interne de la sphère, avec une tension centrifuge vers les limites de la sphère, en créant le vide central.

Nous rappelons que :

Dans ce pas 8, on parvient au "vide central" mais avec un procédé différent de celui du pas 2 qui n'implique pas la compression mais le renforcement des limites. Dans ce cas, on revient à configurer les limites internes de la sphère, en diffusant l'attention vers les parois internes avec tension centrifuge, vers toute la superficie interne de la sphère, ce qui conduit forcément au vide central produit par le renforcement de l'extériorité ou matérialité des parois sphériques (présentes ou coprésentes car elles ont disparu en tant que représentation mais continuent d'agir comme limites malgré leur dilution). Bien qu'on ait éliminé les données hylétiques (matérielles) de la représentation, de toutes manières, l'attention est mise sur les limites internes qui se dissipent, limites encore coprésentes mais non représentées en tant qu'image visuelle. Il est alors possible de produire le vide central, en visant avec force les parois internes de la sphère, même si celle-ci perd sa "matérialité", même si les limites se diluent également en tant que représentation, car là elles sont coprésentes (ou "présentes" en tant que représentation non visuelle), attrapant l'attention qui va vers elles de façon centrifuge. Dans le vide central se présente "le vide du vide", parce que celui-ci "opère" sans coprésence de ce qui est central, tandis que les parois sphériques (même si elles ont disparu dans leur "matérialité") sont coprésentes et c'est à elles que se réfère l'attention.

On peut faire disparaître les données hylétiques et cependant, les tensions qui agissent depuis la mémoire peuvent continuer d'agir, sans ces limites qui étaient considérées auparavant.

On ne les voit pas, mais la tendance vers ces limites continue. Et elles ne se voient pas parce qu'elles ont été éliminées, mais elles continuent d'agir bien qu'elles ne soient pas présentes. Ici est mis en évidence l'effet de l'action qui est coprésente.

Ceci est un cas d'action de forme sur la propre forme. Et ce n'est pas en disant « maintenant, je reste dans le vide mental » que tu produis le vide. Cela n'est pas possible ainsi, cela se remplirait de choses. Il n'y a pas d'autre forme possible pour produire le vide que de renforcer les parois. Ensuite la tendance vers les parois qui n'existent pas, reste opérante. Il reste alors seulement un vide sur un autre vide, et non parce que l'on s'est proposé de faire le vide.

### **Troisième Quatenaire : Communication d'Espaces**

Le premier Quatenaire est dédié aux espaces internes. Là, nous nous incluons dans la Forme. Le second Quatenaire est dédié aux espaces vides. Le troisième Quatenaire est dédié à la communication entre espaces. Là, se trouvent les espaces sans limites, la façon de passer d'un espace à un autre, la communication entre le plan et le corps. L'organisation des espaces.

**9°.- Naissance.** Le plan et le corps se déplacent dans des espaces mutuellement enveloppants. L'entrée et la sortie du concave au convexe. Les différentes formes sensorielles et leur convergence dans l'espace de représentation.

Dans le vide, on fait surgir le registre du "central" qui peut être associé à un point lumineux. Ce point lumineux grandit peu à peu comme une sphère jusqu'à l'entourer complètement. On étend le registre et la notion des parois de la sphère jusqu'à les stabiliser de façon permanente. En prenant le registre vertical, on commence à remonter le "plan", la moitié inférieure de la sphère commence à se soulever et les pétales à se déployer jusqu'à ce qu'ils coïncident avec le plan blanc qui fuit à l'infini dans toutes les directions. J'expérimente l'espace blanc sans limites dans toutes les directions et je suis "dehors". Le registre "s'appuie" subtilement (comme représentation kinesthésique) sur le plan. Le plan s'affaisse pour devenir un espace concave chaque fois plus profond qui entraîne avec lui le registre. Une fois stabilisé, on se laisse aller en liberté aux registres de la situation. Postérieurement, on va remonter jusqu'à arriver au niveau du plan et on le dépasse dans une prééminence convexe, chaque fois plus "haute". Une fois stabilisé, on se laisse aller en liberté aux registres de la situation.

Bien que dans la concavité et la convexité les phénomènes soient également externes au plan, les registres et les représentations correspondent avec l'intériorité et l'extériorité de l'espace interne.

Les différentes formes sensorielles convergent, transformées dans la concavité de l'espace de représentation ; les différentes formes effectrices agissent en étant transformées depuis la convexité de l'espace de représentation.

On se trouve dans une concavité. Voir depuis le "haut" est bien différent de voir tout d'en "bas".

Il convient de faire la distinction entre les stimuli qui sont reçus et ceux qui sont émis, les sensations perceptuelles et les effectrices. Ceci se produit également dans la conscience normale, les effectrices sont plus proches des limites de l'espace de représentation.

Lorsqu'on veut prendre quelque chose, l'image est lancée vers le dehors de l'espace de représentation. Par le fait de mener l'image vers l'espace externe, on est sur le point de sortir. Tandis que lorsqu'on se place dans la cénesthésie, l'on se trouve dans un espace plus intérieur, d'où il est plus difficile de sortir, là on est bien loin de la limite.

Ce qui est expliqué dans Psychologie IV sur la "lentille biconcave" est en relation avec ceci :

*« Le moi peut se placer dans l'intériorité de l'espace de représentation mais dans les limites tactiles kinesthésiques, qui donnent une notion du monde externe, et de manière opposée dans les limites tactiles cénesthésiques qui donnent une notion du monde interne. En tout cas, nous pouvons utiliser la figure d'une pellicule biconcave comme limite entre mondes, qui se dilate ou se contracte et, ainsi, focalise ou diffuse le registre des objets externes et internes. »*

Où l'on va en direction du convexe ou en direction du concave, mais c'est du fait de la configuration de l'espace de représentation que l'on commence à avoir registre du dehors et du dedans. En réalité, cette division n'existe pas ; ou tout est interne ou tout est externe. Ce qui marque les différences c'est cette bi-convexité. Toute activité se réalise depuis une position dans cette lentille qui communique avec le monde, tu peux aller vers le monde ou vers dedans.

**10°.- La forme de la représentation personnelle.** La vie dans l'espace de représentation et l'espace de représentation dans la vie. Étant donné le plan horizontal, les représentations mettent en évidence une limite. Élaboration de la forme incluant des représentations et la limite.

Il y a le plan infini sur lequel je m'appuie et le registre de moi-même. Maintenant, j'inclus les deux dans une forme (registre) qui est cénesthésique.

Le point depuis où je regarde est dehors et depuis là, j'observe le plan et le moi et la séparation des deux.

C'est une forme, un regard, un registre cénesthésique enveloppant, qui inclut les deux, le plan et le moi. C'est un regard qui se place plus en arrière de moi et m'inclut.

L'emphase est mise sur la limite qui sépare mais aussi qui met en communication les deux, mon intériorité et le monde.

Dans la Discipline, je me retrouve alors avec l'activité réelle de la vie (dans une réduction symbolique). C'est une structure (du monde externe et interne). Cette structure était considérée par Platon comme "idée" qui était l'unique "réelle", c'est pour cela que l'on considéra une telle vision de "réaliste", c'était le réalisme des idées, et non "l'idéalisme" comme l'on pense dans une première approche.

Je peux très bien me rendre compte des limitations que j'ai pour percevoir toute la réalité externe et ce que je peux interférer sur elle est très limité. C'est une possibilité finie. Ce travail met l'emphase sur l'observation du plan, du moi et du regard qui peut inclure les deux.

Le point d'où je regarde est dehors et de là, j'observe le plan et le moi et la séparation des deux. La forme qui inclut les deux est cénesthésique.

Dans la vie quotidienne, je me regarde et je regarde les choses. J'ai un registre différent de moi et des choses. C'est un regard incluant qui regarde les deux "faces" et qui voit la "réalité", cette réalité est une structure.

Le pas 10° est un saut de perspective, un changement de regard, incluant. La réalité est une : externe et interne. Ce sont des espaces externes et internes (dans lesquels ont lieu les phénomènes internes) et il s'agit de la communication d'espaces.

Ce que l'on fait dans le monde et ce qui en revient, ce qui est action valable et ce qui est contradiction. Nous avons le registre de ce que nous faisons grâce au circuit de rétro-alimentation, par la prise de données. Ceci se produit tant en veille qu'en sommeil, dans les sens internes et externes, dans le fonctionnement de la mémoire (registre de coïncidence ou de non coïncidence), dans la cénesthésie et dans la kinesthésie.

**11°.- La forme pure.** Le temps sans limite, l'espace sans limite. Les significations non représentables. Entrée dans le Profond.

Étant donnée la forme incluyente de la représentation et de la limite, je reconnais une "distance" spatiale qui est la perspective depuis laquelle j'observe la représentation et la limite, car si je m'en tiens à la représentation et ensuite à la limite (ou l'inverse), il y a toujours une perspective qui compare la rétention de la représentation avec la limite (ou l'inverse), ayant pour résultat l'illusion que la perspective fait partie de cette représentation ou de cette limite. C'est pourquoi, je reconnais une perspective qui agit de façon coprésente. Pour maintenir cette "perspective" sans l'observer depuis un autre point (de façon à ce qu'elle ne se transforme pas en un nouvel objet d'un nouvel acte), j'isole les perceptions et les représentations, parvenant au "silence" des sens externes et internes, et au "silence" de toute représentation (actuelle, passée, ou imaginaire vers le futur). Je procède en silence à l'obscurcissement de toute impulsion, en gardant simplement le registre cénesthésique que j'approfondis vers "l'arrière", jusqu'au moment où s'arrête toute représentation spatiale et temporelle. Je suis entré dans "le Profond".

L'on part du pas 10° et se configure une forme cénesthésique dont la caractéristique est qu'elle inclut le monde, le registre de moi-même et la limite ou point de contact. C'est une forme cénesthésique incluyente de la représentation et de la limite et le point de vue se place plus en arrière, si bien qu'il y a une distance spatiale depuis laquelle j'observe la représentation et la limite et une perspective qui agit de manière coprésente. De cette perspective, j'ai un registre cénesthésique auquel je porte attention et dans lequel je reste, tandis que je fais silence des perceptions et des représentations ; je vais avec le registre en arrière de la tête, chaque fois plus à l'intérieur et plus profond, en me laissant tomber, toujours en ayant coprésent de maintenir la suspension d'impulsions.

Il faudra parvenir à cela doucement sans solution de continuité.

**Dès le Pas 11°, on commence à travailler avec le Dessein.**

Le Dessein répond à la question « qu'est-ce que je veux obtenir avec la Discipline ». Il doit avoir une grande résonance pour soi. Quelque chose que l'on désire profondément et que l'on sent pouvoir donner un sens à sa vie ou peut-être au-delà de celle-ci.

Ce Dessein requiert du temps pour être bien formé et un style de vie se configure. Le Dessein est personnel et il n'est pas nécessaire de le commenter.

Le Dessein se travaille avant la routine, il se base sur les mécanismes de coprésence et rejaillit toujours automatiquement si on l'a chargé affectivement. On le travaille dans un moment antérieur au lâcher. Tout se mobilise dans ce moment-là. C'est d'une grande magie. C'est une autre mécanique que celui de la volonté. Dans le moment présent, il n'agit pas, il agit dans le futur lorsqu'il coïncide avec l'image qui a été mise auparavant. Il monte en puissance et se met en acte. La clé, c'est la charge affective, tant pour l'introjection que pour la projection. Le désir important d'y

arriver est ce qui produit qu'on réussit. Plus il y a de nécessité, plus de charge affective est mise en branle. Le Desein est l'aspiration, c'est la cote interne à obtenir.

**12°.- Projection de la forme pure.** Immédiatement, les impulsions me replacent dans le "monde" car je ne peux maintenir le fait d'être dans "le Profond" si mon attention n'est pas astreinte à cet effort. Je vérifie le paradoxe de maintenir la suspension d'impulsions (chose qui m'expulse "du Profond") ou, inversement, l'annulation de la suspension (qui m'expulse également "du Profond"). Si à un moment donné, je suis parvenu à la suspension d'impulsions et qu'en exerçant cette pratique, j'ai dilaté la suspension, c'est parce que j'ai éludé la présence de l'attention confondue avec le "moi". Bien entendu, si je reconnais l'intention de maintenir la suspension comme opération centrale sans que cela m'expulse "du Profond", c'est parce que cette dite intention agit de façon coprésente en tant que Desein que je projette ou introjecte. La forme pure est excluante du "moi" et du "monde" et j'ai seulement des traductions postérieures de ses significations.