

PRATIQUE D'ASCESE

L'OFFICE

ET LA MANIFESTATION DE L'ESPRIT

Parcs d'Étude et de Réflexion La Belle Idée

Mars 2016

Michelle Salaméro

michellesalamero@yahoo.fr

*« Le langage commun mentionne les choses extérieures, par conséquent illusoires.
La réalité parle par la bouche du poète...
Le moi périphérique dépend de l'extériorité illusoire.
Plus on adhère aux choses, plus on est fragile et variable.
Le Moi Profond satisfait la réalité.*

*Ainsi, créer un Moi Profond signifie atténuer le mouvement des sens.
Le Moi Profond n'est pas isolé ; il est la racine de l'Univers.
L'être humain seul ne peut construire le Moi Profond,
pour cela il a besoin d'une conscience supérieure qui le réveille.*

*Tout ceci a été enseigné il y a longtemps, mais les hommes sont retournés dormir
et ils prirent les maîtres pour des divinités et les enseignements pour des rites. »*

Microcosme – Silo (1961)

Office¹

L'Office se réalise à la demande d'un ensemble de personnes. Tous sont debout. L'Auxiliaire invite toutes les personnes présentes à s'asseoir. L'Officiant et l'Auxiliaire restent debout.

Officiant : Mon mental est inquiet.

Ensemble : Mon mental est inquiet.

Officiant : Mon cœur est agité.

Ensemble : Mon cœur est agité.

Officiant : Mon corps est tendu.

Ensemble : Mon corps est tendu.

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

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

Officiant et Auxiliaire s'assoient et laissent passer quelques minutes. Ce délai écoulé, l'Auxiliaire se lève et cite un principe ou une pensée du Regard Intérieur en accord avec les circonstances, invitant à le méditer. Ensuite, il s'assied.

Quelques minutes passent et finalement, l'Officiant, debout, lit lentement les phrases suivantes, en s'arrêtant après chacune d'elles.

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

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

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

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

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

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

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

Laisse la Force se manifester en toi ...

Essaie de voir sa lumière à l'intérieur de tes yeux et ne l'empêche pas d'agir par elle-même ...

Sens la Force et sa luminosité interne. Laisse-la se manifester librement ...

On laisse passer un peu de temps. Ensuite, l'Auxiliaire se met debout à côté de l'Officiant :

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

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

Officiant : Paix, Force et Joie !

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

TABLE DES MATIERES

INTERET	5
CONTEXTE	5
1ERE PARTIE – QUELQUES APPROFONDISSEMENTS	7
LE DOUBLE ENERGETIQUE.....	7
L'ESPRIT ET L'EXPERIENCE.....	8
LES PRINCIPES D'ACTION VALABLE.....	9
LA FORCE	10
LE CENTRE DE GRAVITE, LA CONSCIENCE DE SOI ET LA PURETE INTERIEURE	10
2EME PARTIE – L'OFFICE COMME VOIE D'ENTREE SPIRITUELLE	13
CONDITIONS ET PRATIQUE D'ASCENSE.....	14
1. LE REGARD INTERIEUR	14
2. LE CHARIOT DU DESIR.....	15
3. PRATIQUE D'ASCENSE	16
4. INDICATEURS DE LA NAISSANCE SPIRITUELLE.....	21
ANNEXE – « LE BRIQUET POUR LE PROFOND »	23
BIBLIOGRAPHIE	24
NOTES	25

*« L'être humain, dans sa bonté,
dans l'élimination de ses contradictions intérieures,
dans ses actes conscients et dans sa sincère nécessité d'évolution,
fait naître son Esprit. »²*

INTÉRÊT

Ce récit décrit mes découvertes³ sur les indicateurs de conditions opportunes pour la génération de l'Esprit, offertes par la cérémonie de l'Office.

CONTEXTE

Ces découvertes personnelles procèdent de ma libre interprétation⁴ de cette cérémonie et de son approfondissement, en relation avec l'étude du Message de Silo, au cours de quatre années de travaux d'Ascèse (de 2012 à 2015). Bien sûr, ce contexte est particulier, puisque la cérémonie est destinée à être vécue à plusieurs, dans le cadre du Message de Silo, alors que les pratiques d'ascèse sont plutôt des travaux individuels, dans le cadre de l'École.

Il me semble important de partager l'expérience d'un procédé mélangeant ces deux cadres, et permettant à la bonté, l'élimination des contradictions intérieures, les actes conscients et la sincère nécessité d'évolution d'être réunis, pour que l'être humain puisse faire naître son Esprit. D'autant que le mélange des "genres " et l'interpénétration des cadres, tout comme l'assouplissement des barrières mentales, sont pour moi une aspiration. En réalité, la première chose qui m'a bouleversée lorsque j'ai connu le Message de Silo, c'est le thème de la diversité et surtout de la libre interprétation. Si un homme peut proposer comme posture de base face à ses propres écrits, la libre interprétation, c'est sans doute que sa foi dans son message doit être inaltérable. Et libre. Et c'est cela que je cherchais.

Deux éléments, de fond et de forme, de contenu et de contenant, ont accompagné mes recherches et mon interprétation.

Le fond, le contenu : certains points fondamentaux des Annexes du Message de Silo (*Éditions Références 2004 – p.81-82*) m'ont beaucoup accompagnée et inspirée, me nourrissant moins pour comprendre des données, que pour accepter et internaliser des expériences.

« L'univers et la vie :

Une intention évolutive donne lieu à la naissance du temps et à la direction de cet Univers. Énergie, matière et vie, évoluent vers des formes à chaque fois plus complexes. Quand la matière commence à se mouvoir, à se nourrir et à se reproduire, surgit la vie. Et la matière vivante génère un champ d'énergie que l'on a traditionnellement appelé "âme ". L'âme ou double énergétique, agit à l'intérieur de la matière et autour des centres vitaux des êtres animés.

Les êtres vivants se reproduisent, et dans cet acte, le champ énergétique passe à travers les cellules en fusion et configure un nouvel être totalement indépendant. Les corps vivants ont besoin d'éléments solides, liquides, gazeux et rayonnants, pour se nourrir et réaliser leurs fonctions. De plus, les doubles énergétiques ont besoin de sensations de potentiels différents pour atteindre leur développement. Avec la mort se produit la dissolution du corps en même temps que se produisent la séparation et l'anéantissement du double énergétique.

L'évolution constante de notre monde a produit l'être humain, lui aussi en transit et en changement. En lui (à la différence des autres espèces) s'incorpore l'expérience sociale capable de le modifier de façon accélérée. L'être humain parvient à être en condition de sortir des diktats rigoureux de la Nature en s'inventant, en se faisant lui-même physiquement et mentalement. Et c'est dans l'être humain qu'apparaît

un nouveau principe généré dans le double. Depuis l'antiquité, on a appelé ce nouveau principe "esprit". L'esprit naît quand le double revient sur lui-même, se fait conscient et forme un "centre" d'énergie nouvelle.

L'esprit humain :

L'être humain n'a pas terminé son évolution. C'est un être incomplet et en développement qui a la possibilité de former un centre intérieur d'énergie... ceci arrivera ou pas selon le type de vie qu'il mène. Si les actes qu'il réalise sont cohérents, un système de forces centripètes, que nous appelons "esprit", se structurera peu à peu. »

Sans commenter davantage cet apport qui me semble concentrer l'essentiel, j'en ferais simplement un résumé. Ainsi, il existe trois principes dans l'être humain : le corps, le double énergétique et l'Esprit ; pour générer l'Esprit, le double énergétique revient sur lui-même, se fait conscient et forme un centre d'énergie nouvelle ; l'unité intérieure est indispensable au développement du double.

Pour atteindre l'unité intérieure, tous ces éléments sont nécessaires :

1. vivre selon les Principes d'actes valables,
2. travailler avec la Force,
3. amplifier la conscience de soi,
4. renforcer le centre de gravité,
5. accroître l'état de pureté intérieure.

Et ce que je souhaite partager, c'est l'expérience que la structure même de la cérémonie de l'Office, ce contenant, cette forme, agit. Tant dans son contenu que dans sa forme, l'Office relie tous ces éléments entre eux. Et à travers l'action de cette forme, nous pouvons reconnaître les indicateurs du développement du double énergétique, ouvrant l'accès aux espaces Profonds et à la génération de l'Esprit.

Dans une première partie, et en guise d'introduction, je décris quelques-uns de mes approfondissements (le double, l'Esprit, les Principes, la Force, la conscience de soi, le centre de gravité et la pureté intérieure), non comme des études rigoureuses, explicatives, mais comme des chemins de recherche, des intuitions, des questionnements lancés vers le futur.

Une deuxième partie développe le déroulement de la pratique, pas à pas, et témoigne d'indicateurs de la manifestation de l'Esprit.

1^{ERE} PARTIE - QUELQUES APPROFONDISSEMENTS

Ce que j'ai compris aujourd'hui à travers ces approfondissements me permet de préciser mon expérience actuelle, et donc ma propre interprétation de la cérémonie de l'Office, et m'élançait sans nul doute vers de nouvelles découvertes et significations, vers l'humble recherche et l'apprentissage sans limite.

Le double énergétique

Afin de mieux appréhender sa réalité, j'ai cherché des données complémentaires de ce que dit Silo sur le double énergétique et l'Esprit, et le travail d'Andres K. « Compilation partielle - Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'Esprit - Version 18 juin 2012 », m'a été d'un immense apport. J'y ferai souvent référence.

Donc, selon les commentaires de Silo, le double – appelé âme, par les anciens⁵ - est un champ d'énergie psychophysique qui⁶:

- se structure en organisant la matière,
- circule dans et autour de tout être vivant,
- utilise le corps comme un centre de gravité,
- est actif dès la fécondation,
- et complète tous les organes du corps entre eux, même s'ils ne sont pas joints physiquement.

Champ énergétique, il se nourrit de « sensations de potentiels différents », ce que Silo appelle les impressions : ce qui se voit, s'entend, se sent, à travers les sens externes et internes, mais aussi les sentiments, les pensées, les sensations⁷, et donc tout ce qui provient de la mémoire. Et comme le corps physique en a aussi besoin pour fonctionner, il les reçoit par l'énergie du double, lui-même utilisant le corps comme centre de gravité. Tout ce que nous sentons, nous le sentons à travers le double⁸, cette énergie à la fois psychique et physique, que décrit Edouardo Gonzalo comme un "système d'exploitation informatique", interface qui communique avec le "hardware".⁹

Donc, ce champ énergétique circule dans et autour de tout être vivant, et nous allons voir à plusieurs reprises que, pour devenir ce principe organisateur – ou "ordonnateur" - de la matière, Silo indique que le double doit retourner sur lui-même, se faire conscient.

Dans son apport « Références aux états de conscience inspirée chez Platon »¹⁰, Pia Figueroa mentionne des extraits du magnifique texte « Phèdre ou de la beauté », qui m'évoquent à la fois les "nourritures du double", ce mouvement intérieur et "la conscience de soi" :

« ... Car tout corps qui reçoit son mouvement de l'extérieur est inanimé ; mais celui qui le reçoit du dedans, de lui-même, est animé, puisque c'est en cela même que consiste la nature de l'âme ».

"... Il s'ensuit que la pensée d'un dieu qui se nourrit d'intellection et de connaissance sans mélange – et de même la pensée de toute âme qui se soucie de recevoir l'aliment qui lui convient -, se réjouit, lorsque, après un long moment, elle aperçoit la réalité, et que, dans cette contemplation de la vérité, elle trouve sa nourriture et son délice, jusqu'au moment où la révolution circulaire la ramène à son point de départ.»

Le double se nourrit de ces "sensations", à travers l'accumulation de nos expériences vécues, mécaniques ou intentionnelles, à travers notre structure conscience-monde. Si nous prenons conscience de nos actes, par le fait de monter le niveau d'attention et de conscience de soi - le "retour sur soi", la contemplation de Platon – ces sensations se modifient : elles gagnent en intensité. De fait, lorsque nos actes sont créateurs d'unité, cette unité se renforce. S'ils sont créateurs de contradiction, la contradiction se renforce. Et nous pouvons travailler pour dépasser - voire réparer - ces contradictions et nourrir alors le double de nouvelles sensations unitives.

L'action du double peut donc être mécanique, et s'il n'est pas animé par un Dessein, une conscience supérieure, il n'est autre qu'une sorte de conglomerat énergétique qui, sans support physique, se désintègrera¹¹.

Éclaircie par ces données, et, vouant une curiosité ludique et poétique, à défaut d'être purement scientifique, au domaine de la physique (du modèle standard aux phénomènes quantiques), j'ai complété ces données et résumerai cette petite investigation jubilatoire ainsi :

Toute la matière de l'Univers, des molécules d'eau aux galaxies, en passant par les organismes vivants (et donc le corps humain), est formée de particules élémentaires qui " tiennent ensemble " par l'interaction des quatre forces physiques que sont la gravité, la force nucléaire forte, la force nucléaire faible et la force électromagnétique. Pour comprendre d'où provient leur masse (et donc leur " matière "), il a fallu découvrir ce que la communauté scientifique surnomme " la particule de Dieu ", le boson de Higgs, « *clef de voûte de la structure fondamentale de la matière, qui donne leur masse à toutes les autres particules de notre univers. Sans le boson de Higgs, les particules ne se rencontreraient jamais, elles ne pourraient créer des protons et des neutrons, qui, combinés aux électrons, forment la matière* »¹². Il existe donc une particule sans masse qui, par le simple fait d'être en relation, donne leur masse aux autres particules. Tout est énergie ... et relation.

Ce début d'étude dans le domaine de la physique, et qui n'est pas le propos de cet écrit, m'a surtout permis de poser des bases d'observation, approfondissant ma question " les relations créent-elles, alors, la matière ? " et m'éloignant définitivement du piège de " la conscience magique ", admettant la possibilité de la réalité du double énergétique. Mais le lien entre la cérémonie de l'Office et la physique – standard et quantique - est un autre sujet ...

L'Esprit et l'Expérience

« *L'Esprit est, mais s'il n'y a pas l'expérience, c'est comme s'il n'existait pas.* »¹³

L'être-humain naît-il sans Esprit, et le sens de sa vie serait-il alors de le générer ? Ou bien l'être-humain naît-il avec l'Esprit - car l'Esprit « est » - mais il n'en a pas l'expérience ? Alors le Sens de sa vie serait notamment de le faire exister, d'aller vers ce que Silo appelle " la naissance spirituelle " ? C'est mon intuition, et, selon moi, c'est sans doute pourquoi il nous invite sans cesse à " l'expérience " :

« *Ici, on parle de la révélation intérieure à laquelle parvient celui qui, soigneusement, médite en une humble recherche* »¹⁴ ; « *Au long des jours, je parvins à la lumière depuis les obscurités les plus épaisses, guidé non par l'enseignement mais par la méditation* »¹⁵ ; « *... Et tout ceci m'a donné à penser. Je me rends bien compte que sans ces expériences, je ne serais pas sorti du non-sens* »¹⁶ ; « *Sans l'expérience, tout est douteux, avec l'expérience de la Force, nous avons des évidences profondes. (...) Le contact avec la Force provoque une accélération et une augmentation de l'énergie psychophysique surtout si des actes cohérents sont réalisés quotidiennement, actes qui par ailleurs créent une unité intérieure orientée vers la naissance spirituelle.* »¹⁷

Évidemment, le thème de la naissance m'a évoquée le plus Sacré de la vie. Imaginons le développement du fœtus et la naissance de l'enfant comme le développement de l'Esprit et de la naissance spirituelle : l'Esprit " est ", au cœur de l'Etre-Humain, et il peut grandir jusqu'à sa naissance spirituelle au monde. Imaginons l'Etre Humain naissant avec ce " fœtus-esprit " et, s'il lui donne les conditions pour se développer, alors, il peut le mettre au monde. Ainsi, Socrate pratiquait l'accouchement des âmes. La maïeutique, « *méthode qui menait à la connaissance de soi-même et à la discipline des facultés de l'âme* »¹⁸, revenait à leur faire se souvenir des connaissances qu'elles – les âmes - avaient avant d'entrer dans le corps. L'âme dont parle

Socrate est le double décrit par Silo. L'âme se souvient, et ici, le thème du " retour du double sur lui-même " me semble lié à la Connaissance – que Socrate défend alors comme " objective " - par l'Expérience.

Silo décrit l'Esprit comme cette conscience non-psychophysique, qui est à la fois ce centre de gravité permanent et ce nouveau centre d'énergie organisée.

- Centre permanent car il est généré tout au long de la vie à travers l'action du double devenu conscient, par le travail avec la Force et l'accumulation d'actes unitifs.
- Nouveau centre d'énergie organisée car il possède des « *propriétés énergétiques qui lui permettent de continuer son développement conscient vers des plans à chaque fois plus élevés* »¹⁹ jusqu'à l'immortalité.

Ici, j'interprète que les propriétés énergétiques sont celles du double qui, en gagnant de plus en plus en unité, donne les conditions au développement de l'Esprit.

Ainsi, « *L'Esprit est le principe nouveau de l'être humain, c'est une mutation de la conscience. Lorsque le double revient sur lui-même, il réfléchit et forme un centre d'énergie nouvelle capable d'irradier* »²⁰.

Pour que ce nouvel être humain naisse, nous avons donc besoin d'une expérience accomplie de l'Esprit, et nous sommes équipés pour cela. À nous de nous servir de cet équipement, avec attention et intention (direction, Dessein), pour que se forme cette conscience de soi, ce retour de l'énergie sur elle-même. Car « *ceci est l'Esprit* »²¹.

Je fais encore une petite parenthèse, inspirée de la théorie du physicien italien Massimo Teodorani sur l'intention et l'attention. Pour lui, ces deux principes observés en physique procèdent d'un processus de cohérence qui réduit le hasard des choses en les dirigeant vers une évolution précise ordonnée, diminuant l'entropie (la tendance naturelle à la désorganisation) et augmentant la négentropie (facteur d'organisation) de systèmes physiques, sociaux et humains²². Ce qui me ramène au principe du double énergétique qui, pour organiser la matière, a besoin d'attention – la conscience de soi - et d'intention, la charge affective puissante du Dessein.

Les Principes d'Action Valable

L'Esprit grandit aussi grâce à nos actes cohérents, ces actions valables qui ont la saveur de l'unité intérieure sans limite temporelle, et celle de la croissance intérieure²³ : le double énergétique s'autoalimente de ces actes unitifs, et cela donne « *un retour sur soi-même, beaucoup de conscience de soi, et un centre interne se créera.* »²⁴

Ainsi, nous pouvons dans notre vie quotidienne – d'où l'importance du style de vie cohérent - agir consciemment pour permettre au double d'atteindre son développement et de déployer l'Esprit, grâce à l'accumulation de nos actes valables créateurs d'un système de forces centripètes²⁵, produisant cohérence et unité. Cette unité, pour s'accélérer et s'amplifier, a besoin d'un travail conscient et de l'énergie mentale, la Force, présenté brièvement dans le point suivant.

Dans le chapitre « Pratique de la Religiosité Intérieure » des Annexes du Message de Silo (version 2002), la proposition est de réfléchir mensuellement sur la croissance intérieure face aux difficultés de la vie. En effet, les actes valables créent en nous beaucoup de registres positifs et d'unité, mais de quoi parle-t-on quand on évoque la croissance intérieure, celle qui permet de prétendre qu'avec l'accumulation d'actes unitifs « rien ne pourra plus t'arrêter » ? Réfléchir sur cette croissance intérieure, c'est peut-être, dans l'expérience, prendre conscience du développement de l'Esprit. Et cette croissance intérieure, enregistrée individuellement, a son écho dans le monde. Car bien sûr, ces actes valables, par leur relation directe avec le monde, influencent la composante sociale essentielle au processus de mutation de l'être humain vers le déploiement de l'Esprit²⁶.

Il semble donc qu'on ne puisse pas développer l'Esprit de manière isolée, coupée du monde. Sans ces actions valables, sans ces actes unitifs, l'Esprit ne peut naître au monde. À ce sujet, j'ai expérimenté "l'appel de l'ascèse" dans des contextes quotidiens : après avoir été en situation d'accumuler plus intensément des actes unitifs au fil des jours, j'ai senti cette nécessité de faire une pratique, cet appel irrésistible, comme si cette accumulation produisait une charge émotive et énergétique à synthétiser.

« Mais si au long de sa vie, on a travaillé d'une façon unitive à la libération de soi et de l'humanité, les actes unitifs ont généré ce centre de gravité permanent que nous appelons esprit et qui possède des propriétés énergétiques qui lui permettent de continuer son développement conscient vers des plans à chaque fois plus élevés. »²⁷

Pour clore ce chapitre, je voudrais aussi livrer une interprétation personnelle, ou plutôt une intuition, du Principe « Lorsque tu traites les autres comme tu veux qu'ils te traitent, tu te libères » qui m'inspire la libération de l'Esprit. Lorsque je traite une personne de manière cohérente, comme j'aimerais être traitée, je nourris le double de ces impressions et sensations unitives qui lui permettent de gagner en unité, je renforce mon centre de gravité, ce qui a pour conséquence d'éloigner les illusions du moi, et en perdant en illusions, je gagne en conscience de soi, et donc en liberté. Dans la phrase « traite les autres comme tu voudrais qu'ils te traitent », je ressens ce mouvement d'aller-retour (les autres/moi), comme un retour sur soi, comme le double qui revient sur lui-même et se fait conscient. Ce principe permettrait de prendre conscience de ce qu'il y a de meilleur en nous et de le déployer, de le libérer. De quelle liberté pourrais-je parler sinon celle de l'Esprit qui se libère de plus en plus ... mais ce n'est qu'une intuition.

La Force

Le double est donc l'énergie psycho-physique.

La Force est décrite par Silo, dans Le Message, comme l'énergie mentale qui²⁸ :

- circule dans tout le corps involontairement,
- peut provoquer volontairement une accélération et une augmentation de l'énergie,
- peut être concentrée, dirigée, diffusée, extraite,
- agit sur différents points de contrôle,
- peut être conduite au point de contrôle de l'état-d'éveil-véritable
- génère l'Esprit quand elle est dirigée volontairement,
- peut se rendre indépendante du corps tout en gardant son unité.

Nous avons vu que les actes valables produisent unité dans le double énergétique. Et ceci est essentiel pour le travail avec la Force. Si ce travail n'est pas fait de manière intentionnelle, depuis une direction claire et unitive, en cohérence avec notre action dans le monde, alors l'action de la Force pourra amplifier des états, des processus, des situations incohérentes²⁹. La conscience de soi est donc également un élément indispensable du travail avec la Force pour parvenir à des expériences évolutives.

Le centre de gravité, la conscience de soi et la pureté intérieure

Nous avons déjà commencé à développer les thèmes du centre de gravité et de la conscience de soi, et la pureté intérieure est le dernier de ces trois éléments structurés avec le double, le travail avec la Force et l'accumulation d'actes valables, vers le déploiement de l'Esprit. Il m'est donc plus facile de les décrire ensemble, tant ils sont à la fois les causes et les conséquences les uns des autres. Leur interaction n'est pas linéaire, mais plutôt en spirale, réagissant les uns aux autres.

Dès la première transmission officielle de son enseignement en 1969, lors de la « Harangue sur la guérison de la souffrance », Silo évoque le thème fondamental de la conscience : « Si tu es venu écouter un homme supposé transmettre la sagesse, tu t'es trompé de chemin car la réelle sagesse ne se transmet ni par les

livres, ni par les discours ; la réelle sagesse est au fond de ta conscience comme l'amour véritable est au fond de ton cœur. »³⁰

C'est déjà une invitation à un travail d'attention, cette aptitude de la conscience qui permet d'observer les phénomènes internes et externes. Ce travail aboutit à un état de conscience de soi capable de déplacer le moi et de renforcer le centre de gravité dont le registre a un indicateur : celui de la liberté interne, quand on ne produit de souffrance ni en soi ni chez les autres³¹. L'unité qui se donne progressivement est celle enregistrée internement comme « *la formation d'un "quelque chose" de nouveau en soi, d'un centre de gravité autour duquel se déploie le travail vital. »³²*

De la conscience de soi à la contemplation, jusqu'à la conscience inspirée ...

Platon, toujours dans « Phèdre ou de la beauté »³³ évoque : « *...Pourquoi faire un si grand effort pour voir où est la "plaine de la vérité"? Parce que la nourriture qui convient à ce qu'il y a de meilleur dans l'âme se tire de la prairie qui s'y trouve, et que l'aile, à quoi l'âme doit sa légèreté, y prend ce qui la nourrit. (...) Or, pendant qu'elle accomplit cette révolution, elle contemple la justice en soi, elle contemple la sagesse, elle contemple la science, non celle à laquelle s'attache le devenir, ni non plus sans doute celle qui change quand change une de ces choses que, au cours de notre existence actuelle, nous qualifions de réelles, mais celle qui s'applique à ce qui est réellement la réalité. »*

J'ai encore trouvé très inspiratrice la description faite par le physicien Massimo Teodorani, du système neuronal. À l'état de veille normale « *les milliards de neurones produisent des ondes électromagnétiques qui ne sont pas cohérentes entre elles, comme des musiciens qui répètent chacun une partie de leur partition commune* », produisant un faible niveau de cohérence. Mais lors d'une méditation par exemple, le chef d'orchestre, la conscience, capte l'attention et synchronise le rythme et le temps de tout l'orchestre, qui produit alors un fort niveau de cohérence³⁴.

Conscience de soi, accumulation d'actes valables, travail avec la Force ... tout ceci tend à produire un état de pureté intérieure, nécessaire au registre d'unité. Cette purification pourrait avoir la connotation d'une certaine morale, mais Silo décrit cet état de pureté intérieure comme un état de « *non-rêverie, non-sursaut, paix avec soi-même* »³⁵, nécessaire pour entrer dans « *l'espace lumineux d'une conscience cristalline non perturbée par les rêveries. Ici, s'identifient le Un avec le Tout. »³⁶*

Cet état de pureté fait écho à la cérémonie d'Assistance : « *Tu peux, en grande partie, te souvenir de ce qu'il y a de meilleur en toi. Souviens-toi donc, et purifie ta mémoire* » ... purifier le double, en tant que "champ de mémoire", vers l'ultime suppression du moi ...

Ainsi, tous ces premiers approfondissements m'ont permis de préciser la direction de mon travail – y compris l'avancée dans l'ascèse –, selon la description qu'en fait Silo : « *notre travail consiste en l'unification et la direction du double, au moyen d'une conscience supérieure qui, peu à peu, doit se former dans l'intérieur de l'être humain* ». ³⁷ Et l'Office me paraît offrir les conditions pour produire cette Expérience totalisatrice, où ce Principe "ordonnateur" ³⁸, inclus dans le particulier comme dans le tout, est généré par l'action unifiée de ces deux énergies, psychophysique (le double) et mentale (la Force), portées par une intention puissante (le Dessein).

A ce stade de ma réflexion, et avant de décrire la pratique pas à pas, j'ai l'intuition d'une relation avec les cycles des processus évolutifs (différenciation, complémentarité, synthèse) qui me semblent se dévoiler tout au long de la pratique, et que j'interprète ainsi, dans une première et brève approche :

- Dans l'étape de différenciation, beaucoup d'énergie, d'expériences s'accumulent ; le double différencié de l'Esprit, accumule des sensations : cette évocation de la différenciation pourrait être le début de la cérémonie jusqu'à « *relâche pleinement ton corps et tranquillise ton mental* ».
- Dans l'étape de complémentarité, s'opère la conscience d'éléments qui se relient entre eux, comme le double, retournant sur lui-même, se fait conscient, amplifiant l'unité : ce pourrait être l'étape à

partir de « Imagine alors une sphère transparente et lumineuse ... » jusqu'à « ... et des souvenirs positifs surgiront ».

- Enfin, de l'instant « Laisse se produire librement le passage de la Force... » jusqu'à la fin de la cérémonie, la nécessité interne de faire un saut de conscience pourrait générer une synthèse " supérieure ", une forte libération d'énergie, un centre d'énergie nouveau³⁹ : « *Le personnel est transcendé uniquement lorsqu'il y a synthèse supérieure* » - Silo – Charla sur l'organisation – 1973

2^{EME} PARTIE - L'OFFICE COMME VOIE D'ENTRÉE SPIRITUELLE

*« Les actes contradictoires ou unitifs s'accumulent en toi.
Si tu répètes tes actes d'unité intérieure, rien ne pourra plus t'arrêter. »⁴⁰*

Ou comment une expérience significative du principe d'accumulation s'est transformée pour moi en une voie d'Entrée spirituelle.

Depuis le lancement du Message de Silo en Europe, je pratiquais cette cérémonie comme une façon simple, quasi quotidienne sur de longues périodes, d'approfondir le maniement d'un outil générateur d'un centre de gravité, utile dans mes activités et mon emplacement quotidien. Les premières années, la motivation était assez pragmatique. En effet, face à des situations qui me mettaient dans un état de grande inquiétude, ma nécessité était de passer d'un état souffrant à un état juste préoccupé, pour être enfin dans une attitude d'occupation, c'est-à-dire : m'occuper du sujet avec le moins possible de tension émotive, mentale et physique, ponctuelle et/ou permanente.

Ces inquiétudes vécues très régulièrement dans les activités quotidiennes, familiales et militantes de l'époque, me semblaient disproportionnées, et souvent hors de contrôle. Je faisais là l'expérience de la circulation de l'énergie non contrôlée ! Il s'agissait donc bien de renforcer le centre de gravité et de trouver un emplacement interne intellectuel, émotif et physique, conscient et apaisé⁴¹.

Mon objectif n'était pas non plus de faire un travail particulier sur l'étude de l'énergie et l'expérience avec la Force. En effet, utiliser la cérémonie de l'Office, avec les parties relaxation (« je relâche mon corps, mon cœur et mon mental »), la phrase de méditation (qui augmente la charge affective), et enfin la Demande (« concentrons le mental ... ») puis le Remerciement (« Paix, force et joie »), me donnaient simplement une structure facile à utiliser au quotidien. D'ailleurs, pour simplifier encore la méthode, j'utilisais des enregistrements des trois relax et de l'Office, jusqu'à ce que la mémoire cénesthésique et kinesthésique les remplace.

Mon intention était d'intégrer la mécanique de cette cérémonie, et de gagner en conscience de soi, en énergie et en cohérence, et donc en centre de gravité, pour mes activités quotidiennes.

En 2010, durant le processus de Discipline (Morphologie), j'ai reconnu dans les routines cette manière répétitive d'intégrer une structure, et j'ai peu utilisé la cérémonie de l'Office, approfondissant cependant avec enthousiasme la compréhension de l'action de forme de la sphère au travers des trois quaternaires.

Pendant toute cette période, c'est comme si j'étais séparée de cette amie, l'Office, mais pas de son amitié ... Malgré cette illusion de séparation, je reconnaissais que grâce à l'accumulation de cet acte créateur d'unité intérieure, l'action de sa forme continuait d'agir. Même sans faire de cérémonie quotidienne, le simple fait de l'évoquer faisait surgir en moi la sensation de la sphère et le registre sinon de Force, du moins de Paix.

En novembre 2012, à la fin d'une cérémonie avec plusieurs participants, le lien entre cette cérémonie et la naissance de l'Esprit m'est apparue très clairement, comme une fulgurance, alimentée par la coprésence de l'étude des Annexes du Message de Silo citées précédemment⁴², et bien sûr, l'expérience accumulée.

À partir de ce moment-là, alors que j'étais sur le chemin de la construction de mon Ascèse, j'ai commencé à utiliser librement la cérémonie de l'Office comme pratique, comme voie d'Entrée Spirituelle.

CONDITIONS ET PRATIQUE D'ASCENSE

1. Le regard intérieur

Avant de commencer le récit de la pratique, je voudrais témoigner de ce Regard Intérieur depuis lequel je me place à partir du moment où je suis dans l'Office : la sphère que je suis censée voir au-dessus de moi est, en tant que structure de perception, ce phénomène interne que je registre cénesthésiquement dans mon espace de représentation. Elle naît de la relation que j'établis avec elle, comme pourrait l'être, par exemple, la projection en image du Guide Intérieur.

Dans les premiers temps où je pratiquais l'Office, je me suis rapidement posée la question de cette sphère "au-dehors", au-dessus de moi, et j'ai fini par interpréter ceci : au début de l'expérience je suis encore avec la cénesthésie du corps depuis le « moi » et la sphère est "à l'extérieur". Si l'Office vise à générer une expérience de suspension du moi, l'entrée dans la cérémonie pose une enceinte psychologique qui intègre un moi et un non-moi :

- un moi dont les limites sont registrées par le corps,
- un non-moi : la sphère extérieure au moi, qui représenterait symboliquement l'élément spirituel que je vais intégrer durant l'expérience.

Je pourrais donc dire que, comme l'Esprit, la sphère "est" mais tant qu'il n'y en a pas l'expérience, c'est comme si elle n'existait pas en moi. Donc, je la "vois au-dehors".

Et depuis ce "dehors", elle possède, en tant que réduction symbolique de la Force, les caractéristiques idéales pour le champ de coprésences spirituelles nécessaire à l'expérience : sa couleur (luminosité), sa matière (transparence), sa forme tridimensionnelle (sphérique). Ces attributs spécifiques de forme (centralité, équidistance) et de fond (amour, universalité), développés dans l'investigation d'Emiliano Granatelli « El Circulo y la Centralidadsimbolosdel Amor Equidistante y universal », permettent d'augmenter la sensibilité interne, et de percevoir une réalité intérieure indépendante de la conscience.⁴³

Au fil des pratiques, comme dans une sorte d'expérience de miroir, je registre que je "vois" la sphère dehors, mais elle apparaît depuis mon espace interne, dans l'espace de représentation. Ce que je vois "dehors" est en fait cet élément spirituel "en moi" et j'expérimente la description de la « Présence de la Force », du chapitre VII du Message de Silo : « *Quand j'étais réellement éveillé et que la vigueur me manquait pour continuer l'ascension, je pouvais extraire la Force de moi-même. Elle était dans tout mon corps* ». D'ailleurs, au fil des pratiques, l'acte de "voir" est surprenant, car, dans ces moments-là, je ne vois rien comme image. Je devrais plutôt dire "je sens".

Dans cet extrait des « Séminaires d'Espagne »⁴⁴(1980), j'ai reconnu plus tard la description de cette image-miroir, où ce que je vois "à l'extérieur" n'est autre que "moi-même", différent pourtant du soi-même et de la conscience :

« Le Regard Intérieur est une direction active de la conscience. C'est une direction qui cherche une signification dans le monde interne apparemment chaotique et confus. Quel est le sens que cherche à rencontrer ce regard ? Ce sens est déjà antérieur au regard, car c'est lui qui l'impulse, ce sens permet l'activité du regard intérieur. Et si l'on parvient à saisir que le regard intérieur est nécessaire pour révéler le sens qui l'impulse, on comprendra qu'à un certain moment celui qui regarde finira par se voir lui-même. Ce soi-même n'est pas le regard ni même la conscience. Ce soi-même, est ce qui donne du sens au regard et aux opérations de la conscience. Transcendant la conscience, il est antérieur à celle-ci. D'une façon très ample nous appellerons Mental ce soi-même et nous ne le confondrons pas avec les opérations de la conscience ni avec la conscience elle-même. (...) Le regard intérieur devrait parvenir à choquer le sens que met le mental dans tout phénomène, y compris dans notre propre conscience et dans notre propre vie, et le choc avec ce sens illuminera la conscience et la vie. »

Dans la monographie « Antécédents de la Discipline de la Morphologie », Mariana Uzielli⁴⁵ commente que « dans la Discipline, on expérimente l'activité réelle de la vie (dans une réduction symbolique), des espaces externes et internes dans lesquels ont lieu les phénomènes internes. »

La sphère est donc la réduction symbolique d'un phénomène interne qui a lieu dans des espaces externes et/ou internes.

De même, dans le chapitre XX « La réalité intérieure » du Message de Silo, il est dit :

« (...) Quand on parla des cités des dieux où voulurent parvenir de nombreux héros de différents peuples ; quand on parla de paradis où les dieux et les hommes vivaient ensemble dans une nature originelle transfigurée (...). On exprima alors une grande vérité intérieure (...). Néanmoins, lorsqu'on parla de tout ceci en le plaçant hors du mental, on fit erreur ou on mentit. Mais le monde extérieur confondu avec le regard intérieur oblige ce dernier à parcourir de nouveaux chemins.

Ainsi aujourd'hui, vole vers les étoiles le héros de cet âge. Il vole à travers des régions jusqu'alors ignorées. Il vole vers l'extérieur de son monde et, sans le savoir, est lancé jusqu'au centre intérieur et lumineux. »

En synthèse, j'ai parfois cette expérience tellement étrange d'être libérée de l'espace, où je registre que " le centre " est partout, que sa représentation en tant que forme est la sphère, et son registre nécessite la connexion avec un autre plan, transcendantal.

Et je médite alors ... « Le Sacré donne un centre, donne une orientation et ordonne le monde, à partir d'un centre qui n'est pas lui-même ». (*Mircéa Eliade – « Le Sacré et le profane »*)

2. Le chariot du désir

Mais avançons un peu plus sur le chemin de la pratique d'Ascèse ...

Avant de commencer l'Office, tel le Cavalier dans « La guérison de la souffrance »⁴⁶ je me propose de lâcher le chariot du désir et de monter sur le cheval de la Nécessité. Au moins pour le temps de la pratique ... C'est un contexte de prédisposition indispensable. L'Office, et donc l'apprentissage du maniement de la Force, nécessitent un état physique et mental apaisé, afin de diriger l'énergie vers les plans transcendants.

Ainsi, pour lâcher les préoccupations et occupations quotidiennes, je travaille avec attention et beaucoup de soin afin de laisser le plus de choses du moi, de diminuer la perception du plan profane. Il s'agit de laisser venir – en douceur - les images quotidiennes, quasi jusqu'à une saturation qui connecte à la nécessité de faire les 3 relax. C'est un temps important pour réviser le moment actuel, opérer peut-être quelques réconciliations et réajustements nécessaires, et me mettre dans les meilleures conditions de relaxation profonde pour pratiquer.

Après le dernier relax, je me connecte à cette Demande profonde et sincère : quel est le Dessein de cet Office, de cette pratique ? Je me connecte à lui, sans imposer une image particulière, et sa configuration surgit sous différentes formes selon la nécessité du moment : " le contact avec le Profond ", " l'émergence de l'Esprit ", " l'internalisation du centre de gravité ", " sentir la présence du Dessein "... et la charge affective de ma Demande s'amplifie.

Je fais alors une demande au Guide pour m'accompagner et je sens sa réconfortante présence ...

La détente et la charge affective associées opèrent et commencent déjà la transformation énergétique. Déjà, je sens cette énergie se densifier, se rassembler tout en devenant plus fluide.

3. Pratique d'ascèse

Pour cette description, il ne m'a pas été facile de séparer chaque pas, et je ne tiens donc pas compte des temps de chaque étape. En effet, le passage de l'une à l'autre se fait de manière fluide, plutôt rapide, parfois même de manière simultanée, parfois si peu perceptible depuis le moi. L'Office est à la fois un seul et plusieurs mouvements, se déployant dans une harmonie spectaculaire, une cohérence créatrice.

Comment décrire séparément chaque vague lorsqu'on contemple la mer ...

- **« Mon mental est inquiet, mon cœur est agité, mon corps est tendu. »**

Cette observation des tensions n'est pas un préalable à l'Office, elle fait totalement partie de la cérémonie. Le fait de se détendre n'est donc pas anodin du tout. Le mental contient le premier stimulus de cette souffrance, qui agite le cœur et se grave dans le corps, la peur de mourir, la peur du moi de disparaître. J'observe alors des tensions plus profondes que celles du quotidien, plus mystiques, des peurs plus profondes (la peur de la mort, le non sens, le doute ...). Parfois, cela s'exprime par la peur de ne pas être entièrement disposée, car je sais que je vais me mettre dans ce total abandon : « je m'en remets à toi ». Alors est-ce que je suis prête à abandonner ce moi ?

- **« Je relâche mon corps, mon cœur et mon mental. »**

Je commence par relâcher le corps, où sont inscrites les tensions, puis ensuite le cœur, dans lequel sont traduites émotivement ces tensions, et enfin le mental qui les organise en tant qu'objets de conscience. Pour pouvoir accéder à cette détente profonde, je mets ma confiance inconditionnelle dans le Dessein afin de recevoir son inconditionnelle bonté, liée aux structures universelles qui me dépassent.

" Je " ne veut rien, " je " ne sait rien. C'est le moment où il s'agit de se proposer de lâcher encore une fois le chariot du désir et les attentes de ce que doit être ou doit produire la pratique, pour enfourcher le cheval de la Nécessité.

Par expérience accumulée, ce que " je " attend de l'Office n'a vraiment pas de place ici.

- **La phrase de méditation ou " La Fontaine "**

Je médite toujours sur la phrase « N'imagine pas que tu es enchaîné à ce temps et à cet espace »⁴⁷ qui crée une sorte d'enceinte mentale de liberté, « sans solution de continuité ».

L'expérience me montre qu'il ne s'agit pas de ne plus avoir la notion du temps ou de l'espace car dans ce cas, ils existent encore et j'ai juste perdu la possibilité de ne plus en avoir conscience. Là, il s'agit plutôt, pour moi, durant l'expérience de l'Office, d'avoir, à posteriori, le registre que le temps et l'espace n'existaient plus. Ou qu'en tous cas, ils avaient disparu de ma mémoire et de mes sens.

Bien sûr, ce thème est délicat : " Je " ne veut rien, et pourtant, " je " veut quand même avoir le registre que le temps et l'espace ont disparu ... La Discipline de la Morphologie m'a aidée à expérimenter qu'on n'obtient pas le vide en voulant le créer. Cette méditation sur le temps et l'espace (très concentrée et donc très courte à présent) produit une charge affective de joie, de détente, de liberté, et paradoxalement, d'enracinement.

Elle crée une cénesthésie dont l'énergie irradie sur tout un axe vertical dont le registre associé de liberté m'ancre dans l'espace de la pratique. En fait, je lance la méditation sur cette phrase, pour qu'ensuite, je puisse la laisser agir d'elle-même.

En effet, j'approfondis alors la proposition « je m'en remets à toi » qui est mon Entrée, mon Seuil, mon Portail, afin de graver l'intention du lâcher-prise, du dépouillement, de l'abandon au Dessein, et, finalement, de " l'Offrande à ".

Ce thème de " l'abandon à " est soutenu par le paradoxe précédant de l'axe vertical (liberté de temps et d'espace / ancrage), dont la réduction symbolique de ce court moment de méditation montre, telle la Fontaine, sa jolie complémentarité :



Bref, encore une fois, j'enfourche le cheval de la Nécessité et je le laisse chevaucher vers mon Destin. Cette méditation et cette entrée ont déjà à elles seules une structure similaire à l'Office : un axe, une irradiation, un abandon, simultanés. Je sens bien qu'après des années de pratiques (y compris dans d'autres contextes que celui de l'Ascèse), j'ai intégré intérieurement cette structure, même si elle n'était pas ainsi formalisée.

Pendant toute cette première étape, c'est moi qui " parle ". J'agis avec attention et intention sur la pratique, pour poser ce que j'appelle " les conditions du dialogue " avec elle.

- **« Relâche pleinement ton corps et tranquillise le mental. »**

J'ai le registre qu'alors, c'est le Dessein qui me parle, qui depuis sa présence me traverse et m'emporte, m'impose de relâcher pleinement mon corps et de tranquilliser le mental. Je me suis totalement disposée à l'accepter. Le simple fait d'être en profonde disposition d'acceptation de ce qu'il me demande produit la plupart du temps la détente et la paix.

Mon corps se tait, mon mental se tait, mais mon cœur se dispose à une ouverture poétique.

Le cœur en tant qu'organe est inclus dans le relâchement du corps.

Le cœur en tant qu'appui facilitant l'Entrée, par sa charge affective, s'ouvre à une atmosphère chaleureuse et de pleine acceptation, à la reconnaissance de la subtilité des indicateurs, à l'ouverture vers ce monde de significations, à la rencontre tant attendue avec la sphère ...

Toute cette intention tend à produire un état de pureté intérieure, sans sursaut ni rêverie, un registre d'unité.

« Une fois la pureté obtenue comme état de conscience éveillée et en accord avec elle-même, on peut commencer à visualiser une sphère transparente à l'intérieur de la poitrine. »⁴⁸

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

L'émotion de cette fulgurance initiale est toujours présente, ce premier instant où j'ai enregistré cénesthésiquement que « *le double revient sur lui-même* », en sentant la sphère se concentrer et se loger dans mon cœur, prenant contact avec la Force.

J'ai perçu la sphère, dans ce mouvement " vers dedans ", comme l'énergie du double qui se concentre et se manifeste. Le double revient sur lui-même, en se logeant dans le cœur, crée le contact avec la Force, pour ensuite générer l'Esprit dans l'expérience. Depuis cet état purifié évoqué précédemment, l'unité est concomitante avec la conscience de soi.⁴⁹

... le Meilleur de soi, le Meilleur de l'Etre Humain, rassemblé dans mon cœur, au cœur de la sphère, temple accueillant l'union du terrestre et de l'éternel ...

- **« Tu reconnaitras alors que la sphère commence à se transformer en une sensation expansive à l'intérieur de ta poitrine. La sensation de la sphère s'étend de ton cœur jusqu'au dehors de ton corps, en même temps que tu amplifies ta respiration. »**

C'est le moment de l'expansion, d'une grande libération. La sphère s'étend " au-dehors " du corps, les limites du corps se confondent avec elle. Je registre que *le double se fait conscient* dans et au-dehors du corps. Il y a dans ce mouvement un thème de reconnaissance qui m'émeut lorsque la sphère prend une forme/sensation plus dense. Si le divin, le sacré, a besoin de l'être humain pour se conscientiser, le double se conscientise dans ces sensations cénesthésiques, notamment à travers la chaleur et l'amplification de la respiration.

À partir de là, le texte de l'Office ne mentionne plus la sphère en tant qu'objet, elle disparaît en tant que forme/sensation. Il ne reste plus que l'action de sa forme.

- « **Dans tes mains et le reste du corps, tu auras de nouvelles sensations. Tu percevras des ondulations progressives et des émotions et des souvenirs positifs surgiront.** »

C'est le moment où sont décrits les indicateurs qui montrent qu'un nouveau centre d'énergie se crée :

Nouvelles sensations

L'attention est portée sur les sensations (concomitantes avec l'expansion de la sphère, une sensation de chaleur s'étend et les limites du corps fusionnent avec cette sensation), mais aussi sur la notion de "nouvelles" sensations. Un nouveau centre d'énergie se crée, et il revêt un " nouveau potentiel ".

Ondulations progressives

Des ondulations qui peuvent se manifester d'abord dans les mains, montent en spirale vers le haut du corps. Je les sens dans la colonne vertébrale et à travers les différents plexus. Il me semble que cette énergie circule de bas en haut, mais la sensation la plus perceptible, c'est que les plexus s'activent plus ou moins en même temps. Le circuit de l'énergie étant très rapide, il crée un axe :

- charge énergétique au niveau du plexus producteur,
- mouvement en spirale activé par le plexus solaire,
- émotion autour du plexus cardiaque,
- chaleur et lumière au niveau des yeux et du plexus cervical.

Ces ondulations très subtiles, de plus en plus subtiles au fur et à mesure des pratiques, sont accompagnées de " décharges de frissons " plus ou moins électrisantes. Elles sont permanentes, régulières, et de plus en plus denses. Elles ne sont pas " dans " le corps physique. C'est le corps qui est en elles, se confond avec elles, dans un abandon total.

L'énergie s'amplifie, devient multidirectionnelle, tandis que la sensation de verticalité fusionne avec un espace plus ample et que les limites du corps s'effacent toujours davantage.

Dans ce pas, j'ai dû observer le phénomène de palier. En effet, les ondulations étaient, au début des pratiques, assez significatives. Peu à peu, elles sont devenues plus subtiles, au point que j'ai cru à un moment que " cela ne fonctionnait plus ". En réalité, ma cénesthésie s'était habituée à ces sensations et j'ai dû passer un palier, élever mon niveau de conscience, pour sentir leur densité accrue, plus profonde, moins externe.

Petite parenthèse physique ... du point de vue énergétique, Silo décrit les plexus, qu'il appelle aussi " vortex d'énergie"⁵⁰, agissant dans différentes directions selon la loi de dispersion⁵¹ : on retrouve ce phénomène en physique, où la vitesse de propagation d'une onde, selon le milieu dit " dispersif " dans lequel elle se trouve, provoque sa dispersion multidirectionnelle, y compris vers elle-même. L'énergie circule très rapidement de haut en bas, devant et derrière, de gauche à droite, et également en profondeur, vers l'axe Z, sur toute la surface de l'axe vertical, créant ainsi un centre de gravité dans le champ du double. Ce centre de gravité génère la conscience de soi, le

double se fait conscient : « Lorsque tout se donne en unité, il se forme une sorte de conscience de soi : retour de l'énergie sur elle-même, ceci est l'Esprit. »⁵²

Émotions, souvenirs positifs ... et actes valables

Le surgissement des émotions et des souvenirs positifs est pour moi un moment de bascule dans l'Office, qui me donne l'énergie pour recevoir l'expérience de la Lumière, car ces souvenirs ont pour moi une double nature.

Les limites du corps ont disparu et je registre à ce moment-là, la forme de la Bonté pure dans le sens profond de la vie : « Ici, on n'oppose pas le terrestre à l'éternel ». De fait, les souvenirs positifs ne sont pas traduits en images, mais en émotion et en cénesthésie. Ces sensations dont se nourrit le double, ces actes unitifs de nos vies, dont l'accumulation, rappelons-le, crée ce système de forces centripètes produisant cohérence, permettent au double d'atteindre son développement. Alors, quelle beauté, quelle bonté s'expriment aussi dans la cérémonie de l'Assistance : « Les souvenirs de ta vie sont le jugement de tes actions. Tu peux, en peu de temps te souvenir en grande partie de ce qu'il y a de meilleur en toi. Souviens-toi donc, mais sans sursaut, et purifie ta mémoire. »⁵³

Et je reconnais aussi la nature profonde de ces souvenirs, décrite par Platon, toujours dans « Phèdre ou de la beauté »⁵⁴, notamment quand il évoque les moyens de se souvenir :

« ...Il faut en effet que l'homme saisisse le langage des Idées, lequel part d'une multiplicité de sensations et trouve l'unité dans l'acte du raisonnement. Or il s'agit là d'une réminiscence des réalités jadis vues par notre âme, quand elle suivait le voyage du dieu, et que dédaignant ce que nous appelons à présent des êtres réels, elle levait la tête pour contempler l'être véritable. Aussi bien il est juste que, seule la pensée du philosophe ait des ailes, car les objets auxquels elle ne cesse de s'appliquer par le souvenir, autant que ses forces le lui permettent, sont justement ceux auxquels un dieu, par ce qu'il s'y applique, doit sa divinité. L'homme qui se sert correctement de tels moyens de se souvenir, toujours parfaitement initié aux mystères parfaits, est seul à devenir vraiment parfait ».

(...) « Or, se souvenir de ces réalités-là à partir de celles d'ici-bas n'est chose facile pour aucune âme... »

De fait, il s'agit alors d'être prête pour se souvenir de ces réalités ...

Dans toute cette première partie de la pratique, je perçois comment concentrer la Force, la faire circuler. Il y a à la fois l'abandon des attentes du moi et l'intention qui s'exprime, par la conscience purifiée de rêveries, d'objets de mémoire, avec une grande douceur, une grande puissance et une grande charge affective, en portant l'attention uniquement sur la circulation de l'énergie psychophysique et mentale. Je peux lancer l'énergie mentale de plus en plus profondément, et vers le haut, mais ce n'est pas un " je veux ".

C'est un élan, un chant, un hymne.

- « Laisse se produire librement le passage de la Force, cette Force qui donne de l'énergie à ton corps et à ton mental. Laisse la Force se manifester en toi. »

Comment décrire cet instant de joie profonde, où le temps et l'espace n'existent pas, où l'heureux abandon est total, où « un centre d'énergie nouvelle se forme et grandit » ?

Lors du Pas 11 de la Discipline de la Morphologie « La Forme Pure », le Dessen « qu'est-ce que je veux produire avec la Discipline » agit. Dans ce moment de la pratique, mon Dessen « n' imagine pas que tu es enchaîné à ce temps et à cet espace », porté par « je m'en remets à toi » agit. Sans aucun doute. Et je ressens un intense bonheur que je reconnaitrais postérieurement comme la manifestation de l'Esprit, ce quelque chose qui n'est plus de l'énergie du double, ni du moi. Quelque chose d'autre. En présence de ce que j'appelle *la source sacrée de la vie*.

Cette naissance, chaque fois renouvelée, est subtile, précieuse. J'avoue n'avoir que peu de mot pour la décrire. Car en effet, ce registre de naissance renouvelée est tellement étrange ... Est-ce que l'Esprit naît et ensuite se développe chaque fois plus ? C'est sans doute cela. Et pourtant, le registre est celui d'une nouvelle naissance, à chaque fois que je perçois ce phénomène. C'est peut-être simplement le fait que ma joie est toujours aussi pure, à chaque nouvelle Expérience, aussi subtile et rare soit-elle.

Dans ce Pas 11, l'entrée dans le Profond est ainsi décrite : « *on configure une forme cénesthésique qui inclut le monde, le registre du moi et la limite ou le point de contact (...). Toute représentation spatiale et temporelle s'arrête* ». Au fur et à mesure des pratiques, je sens à travers cette forme cénesthésique la reconnaissance de l'Esprit naissant, qui grandit, subtilement. Je reconnais l'indicateur de la manifestation de l'Esprit, l'action de la forme du divin, la forme pure qui se met en action, qui va engendrer cette Lumière, et je n'ai rien à faire, « je m'en remets à toi », je ne produis rien.

La plupart du temps, je suis envahie d'une grande énergie, d'une grande joie et d'une profonde gratitude et je me sens dans cette disposition d'un incroyable accueil. Je ne sais plus si je donne ou si je prends. Tout est en mouvement, mais il n'y a ni aller, ni retour.

C'est le moment où je peux registrer que l'espace est un, le contact est un, le Centre est un.

- **« Essaye de voir sa lumière à l'intérieur de tes yeux, et ne l'empêche pas d'agir par elle-même. Sens la force et sa luminosité interne. »**

Mes yeux se fondent vers l'arrière, vers un centre lumineux qui s'ouvre vers le haut, avec une pression sans douleur, une pression qui s'identifie par abandon total du moi, illumination de l'Esprit qui agit par lui-même.

Je suis (mais comment dire « je suis » ?) à ce moment-là, totalement présente à l'expansion de la forme/énergie : rien n'existe à part elle.

Rien n'existe à part elle.

Et cette énergie très puissante illumine l'espace, parfois comme un éclair. Parfois, elle est dans l'espace haut, parfois elle est dans tout l'espace.

Etre présente ne me demande pas d'effort ; cette présence est produite par le vide des stimuli internes et externes et portée par l'énergie. Je suis en paix (sans peur, sans doute) pour m'en remettre à elle : « Je m'en remets à toi » agit avec calme. L'emplacement interne de l'Offrande agit, et dans cet élan de don, je sais, je sens, j'ai l'intime conviction que je peux disparaître, et que tout est bien. Plus je suis calme, plus sa manifestation (registres, lumière, sensations cénesthésiques ...) est libre, puissante, subtile et profonde.

C'est comme si j'étais au bord d'un lac dont je pouvais voir le fond. Si l'eau est purifiée, calme, ce que je vois n'a pas besoin d'être agité, grossier, pour être vu. Les plus petits grains de sable dorés sont perceptibles si tout est pur et calme.

Au fur et à mesure des pratiques, les manifestations (que j'arrive parfois à décrire après la pratique) sont de moins en moins agitées (mouvements, respiration ...), mais aussi plus denses (chaleur, registres cénesthésiques d'espaces internes plus grands, lumière, silence, mouvements de plus en plus légers et de plus en plus rapides en spirale ...).

- **« Laisse-la se manifester librement. »**

Dans ma pratique d'ascèse, il y a une rupture de niveau quand ce pas correspond en effet à la dilatation de la suspension du moi. Comme dans le Pas 12 de la Discipline de la Morphologie, cette dilatation n'est inscrite ni dans le temps, ni dans l'espace, si bien que cette partie n'est pas toujours formalisée.

Je sais en effet, par accumulation de pratiques, qu'après la Lumière, la manifestation de la Force va se produire librement, et j'ai une absolue confiance en elle.

- **« Avec cette Force que nous avons reçu, concentrons le mental sur l'accomplissement de ce dont nous avons réellement besoin »**

De même, cette partie n'est pas toujours formalisée dans ma pratique d'ascèse. Le " nous " m'évoque le fait que le moi est suspendu et de la même manière, cette dilatation n'est inscrite ni dans le temps, ni dans l'espace.

Ce dont nous avons réellement besoin sera parfois révélé durant le travail de récupération des éléments, ce travail de restologie décrit par Federico Palumbo dans son apport « *Ascèse et chambre de silence* »⁵⁵, après la pratique. Car le temps de l'expérience de l'Office n'est pas uniquement le temps qui va du début à la fin de la pratique : l'Office a son temps et son espace à lui. Ceci me ramène à « N'imagine pas que tu es enchaîné à ce temps et à cet espace », dans le sens où l'expérience n'est pas limitée au temps matériel de la pratique, assise sur ma chaise.

*« ... pour ceux qui mènent cette expérience de l'avant, surgissent des situations internes et se produit le phénomène extraordinaire que nous connaissons comme le passage de la Force. Un phénomène d'où ne sortent ni étincelles, ni fumée mais que les gens reconnaissent comme hautement inspirateur et qui nous renforce. Un phénomène qui sert aux gens pour plus tard, pour les jours suivants, pour leur vie quotidienne. Tu as pris contact avec cet espace profond, avec ce soi-même qui existe en chacun de nous, que, en d'autres époques et dans d'autres lieux, on appelait l'âme ou l'esprit, tu as pris contact avec ça, avec ce soi-même qui s'appelait l'âme, l'esprit. Nous sommes assez éloignés de cette âme et de cet esprit, mais nous pouvons prendre contact de cette manière et recevoir cette force stimulante et dynamisatrice. »*⁵⁶

Charla de Silo à Quito, en 2006

- **« Paix, Force et Joie »**

Je sais qu'il y a eu suspension et dilation du moi lorsque rien n'est formalisé après l'Expérience de la Lumière et que j'ai ce registre de retour. Quelque chose me ramène subtilement, petit à petit, au corps, et ramène aussi des éléments nouveaux (images, compréhensions, sensations ...). Je suis toujours accompagnée d'une grande joie, d'une grande paix, et d'une grande force, et je sais que ma pratique est terminée, même si l'Office continue son chemin ...

Alors, je remercie profondément la pratique, l'Office, le Dessen ...

Peu importe comment s'est déroulée ma pratique, peu importe si le Profond m'a accueilli un instant ou pas, ce qui n'est d'ailleurs pas encore si fréquent, avouons-le ! Chaque pratique a son histoire, son Sens, son Expérience en devenir. Ce remerciement sincère m'accompagnera, de toute façon, inspirée par l'expérience guidée « Le voyage » : « *J'accepte enfin le chemin, et moi-même, humble pèlerin qui retourne vers les siens ... moi qui revient lumineux, vers l'écoulement des heures, la routine des jours, vers la douleur de l'homme, vers sa joie simple, moi qui donne de mes mains ce que je peux, qui reçoit l'offense et le salut fraternel. Je dédis un chant au cœur qui par la lumière du sens, renaît de l'abîme obscur.* »⁵⁷

4. Indicateurs de la naissance spirituelle

Je reviens donc avec quelque chose de nouveau comme " matière " : s'il y a génération de l'Esprit, le double a notamment modifié ses composantes énergétiques, et je pourrais le vérifier à travers les changements perçus dans ma vie quotidienne.⁵⁸

Ces changements perceptibles ont des indicateurs communs :

La Paix, dont ce registre de réconciliation profonde avec le passé, le présent et le futur ;

La Force de certitudes qui appartiennent au futur (peut-être au Plan Transcendantal) et que je registre comme ayant une existence dans le présent ;

La Joie, cette sensation jubilatoire qu'une nouvelle information est passée dans la moindre de mes cellules et qu'elle est liée à des structures universelles immortelles.

Parmi ces expériences particulières dans lesquelles j'ai perçu la manifestation de l'Esprit, je mentionnerai celles qui m'ont amené à « la réconciliation comme expérience spirituelle profonde » et à « la certitude que la mort n'existe pas » : elles ont modifié de manière très perceptible mon champ énergétique et sa coprésence, mon regard, ma structure mentale, mon paysage de formation et mon futur. Elles ont ce goût d'une réalité intérieure inaltérable, qui malgré les doutes, les empêchements, les souffrances humaines, rend vivace la foi dans l'être humain et ses possibilités évolutives.

Alors oui, je peux affirmer que, malgré les cailloux sur le chemin de ma condition humaine, présent et à venir, c'est le bonheur qui grandit en moi et autour de moi. Et je sens toujours plus cette croissance intérieure, même minime ... face aux difficultés de la vie.

« Y-a-t-il des indicateurs de la naissance de l'esprit ?

Il y a des indicateurs très clairs, on sait très bien lorsque cela arrive. Rien n'est pareil à partir de ce moment, la vie a pris un autre sens, il y a une réalité dont on sait qu'elle existe et là, la vie n'est plus la même, bien que chacun continue avec son "moi" à faire des choses dans le quotidien.

Si l'on a une expérience transcendante, celle-ci agit quotidiennement en coprésence, et donne du signifiant à beaucoup de choses. Elle reste dans la coprésence, ça se donne parce que tu as eu l'expérience. Si j'ai cette expérience en coprésence, le "moi" fonctionnera différemment. Cette expérience te marque.

Le Sacré, ce sont des signifiants profonds qui se traduisent. Ce sont des traductions et donc, des déformations de la représentation.

Les modèles profonds ou les guides les plus profonds sont différentes expressions ou traductions. Ce sont des signifiants qui se traduisent. Les Mythes sont aussi des traductions.

Par rapport à l'irruption du phénomène de la Force dans le monde quotidien, ça se produit avec la cérémonie du Bien-être, dans une certaine mesure aussi avec l'Imposition et parfois, avec l'Office. »⁵⁹

ANNEXES

« Le briquet pour le Profond » : la conscience inspirée.

En juillet 2011, alors que j'étais sur le chemin de la construction de l'Ascèse depuis février, une nouvelle relation avec la cérémonie de l'Office a commencé.

Notes d'Ascèse :

« Hier soir, (...) j'ai eu un moment de calme et de vide, en fumant ma clope avant d'aller dormir, et j'ai eu le registre de Silo. Registre que je n'ai absolument pas appelé, ni demandé. Juste, ce registre était présent.

« Tiens, tu es là ! Je ne t'ai jamais rien demandé directement, je ne t'ai jamais configuré en moi comme mon guide intérieur, mais là, j'ai des choses à te demander ... » et c'est comme si je pouvais sentir en effet sa présence, difficile à décrire, parce que ce n'est pas (évidemment) une " présence physique ". C'est autre chose.

Plus tard, je fais un Office.

Et même chose, comme si Silo était accroupi devant moi (moi, assise sur ma chaise, casque sur les oreilles pour faire l'Office), et qu'il me tenait les mains, comme un ami qui vient parler à un autre.

Ça ne me produit pas une grande commotion, mais plutôt une sorte d'évidence interne comme si « entrer dans le Profond », et toutes ces choses, sont finalement simples.

Je me suis sentie comme quelqu'un d'aujourd'hui qui allume un briquet, en coprésence avec la découverte du feu...

En fait, Silo me donnait un " briquet ", le Message (alors que je suis à peine en train de faire surgir les premières étincelles sur l'amadou, avec mon silex et ma pyrite) pour me connecter au Profond. »

La production du feu est une étape majeure de la conscience humaine.

J'interprétai timidement que le contenu du Message allait nous permettre d'accélérer le développement des procédés d'accès au Profond, passant, comme pour la production du feu, de la pyrite au briquet.

Cette expérience bizarre m'a donc donnée à méditer... Depuis des années de pratiques régulières de l'Office, ma conscience aurait-elle intégré la possibilité d'un procédé permettant l'accès au Profond ?

Mes remerciements affectueux à mes compagnes d'ascèse Nathalie Douay et Isabelle Montané, ainsi qu'à Florent Delaunay et à Annick Russo, pour leur patience et leurs relectures exigeantes et bienveillantes.

BIBLIOGRAPHIE

- *Silo - Le Message de Silo - Éditions Références, 2004 et 2010*
- *Commentaires au Message de Silo – Éditions Références 2010*
- *Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou de double et l'esprit - Version 18 juin 2012 - Andres K. - www.parclabelleidee.fr*
- *Silo parle – Éditions Références 2013*
- *Allocutions inédites de Silo – Collection Les Carnets, 2011 – Parc d'Étude et de Réflexion La Belle Idée*
- *Silo – Expériences Guidées – Éditions Références*
- *Mariana Uzielli – Antécédents de la Discipline de la Morphologie - www.parclabelleidee.fr*
- *Emiliano Granatelli – El_Circulo y la Centralidadsimbolosdel Amor Equidistante y Universal - www.parclabelleidee.fr*
- *Madeleine John - El Doble y el Espíritu - www.parclabelleidee.fr*
- *Luciano Fiacchi - El Principio Ordenador - www.parclabelleidee.fr*
- *Pia Figueroa – Références aux états de conscience inspirée chez Platon - www.parclabelleidee.fr*
- *Federico Palumbo - Apport aux travaux d'École: Ascèse et chambre de silence - www.parclabelleidee.fr*
- *Dictionnaire de Physique -Taillet, Villain, Febvre – Éditions DeBoeck*
- *Entanglement – Massimo Teodorani – Macro Éditions 2011*
- *<http://quoi.info/actualite-science>*

NOTES

-
- ¹ Silo - « Le Message de Silo » - Éditions Références (2010) p.95
- ² Le Message de Silo – Annexes - Éditions Références (2004) p.81-82
- ³ Silo - « Le Message de Silo » - Éditions Références (2010) p.43 « Finalement, je remarquai que mes " découvertes " n'en étaient pas, mais qu'elles étaient dues à la révélation intérieure à laquelle accède quiconque, sans contradiction, cherche la lumière en son propre cœur ».
- ⁴ Commentaires au Message de Silo – Éditions Références 2010 – La libre interprétation – p.29
- ⁵ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K – Communication de l'École (1973) p.10
- ⁶ Id. p. 8
- ⁷ Id. Extraits des Notes de l'École – p.80
- ⁸ Madeleine John - El Doble y el Espíritu - Entrevista a Eduardo Gozalo - <http://www.parclabelleidee.fr/monographies.php>
- ⁹ Id. p. 52
- ¹⁰ Pia Figueroa – Références aux états de conscience inspirée chez Platon – chapitre 3 - <http://www.parclabelleidee.fr/monographies.php>
- ¹¹ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K – p.11
- ¹² <http://quoi.info/actualite-science/cest-quoi-le-boson-de-higgs-explication-1145540/>
- ¹³ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K – Extraits des Notes de l'École – p.82
- ¹⁴ Le Message de Silo – Éditions Références 2010 – p.9
- ¹⁵ Id – p.13
- ¹⁶ Id – p.22
- ¹⁷ Commentaires du Message de Silo – Éditions Références 2010 – p.32
- ¹⁸ Mariana Uzielli – Antécédents de la Discipline de la Morphologie – Platon et le Pythagorisme - <http://www.parclabelleidee.fr/monographies.php>
- ¹⁹ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K – Le début de la deuxième ronde (1974) p. 20
- ²⁰ Id. Notes de l'École – p.84
- ²¹ Id. Classeur Orange (1974) p. 19
- ²² Entanglement – Massimo Teodorani – Macro Éditions 2011 - 3.2. Le pouvoir de l'intention réduit l'entropie - p. 121/122
- ²³ « Ce sont des actions qui nous offrent une proposition de futur en ce sens que, si nous pouvions les répéter, quelque chose grandirait et s'améliorerait en nous. » « L'action valable » - « Silo parle » - Éditions Références (2013) – p.23
- ²⁴ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin 2012 - Andres K. - Réunion avec les Messagers de Buenos Aires (2003) p. 69
- ²⁵ Le Message de Silo – Annexes - Éditions Références 2004 – p.82 « si les actes qu'il réalise sont cohérents, un système de forces centripètes, que nous appelons " esprit ", se structurera peu à peu »
- ²⁶ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin 2012 - Andres K. Extraits de notes de l'École – p.81
- ²⁷ Id. Le début de la Deuxième Ronde (1974) p.20
- ²⁸ Le Message de Silo – Éditions Références 2010 - Chapitre VII, VIII, IX et XII – p. 25-26, 29-30, 33, 41 et 42
- ²⁹ Id. Chapitre VIII – p.29
- ³⁰ Silo parle – Éditions Références 2013 – p.9
- ³¹ Allocutions inédites de Silo – Collection les Carnets – Parcs d'Étude et de Réflexion La Belle Idée – La Liberté interne comme indicateur d'un Centre de Gravité - 1993
- ³² Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K. p.10
- ³³ Pia Figueroa – Références aux états de conscience inspirée chez Platon – chapitre 3 - <http://www.parclabelleidee.fr/monographies.php>
- ³⁴ Entanglement – Massimo Teodorani – Macro Éditions 2011 - 3.1. La synchronicité neuropsychique, les phénomènes psi et l'intrication mentale – p.108
- ³⁵ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K. p.16
- ³⁶ Id.
- ³⁷ Id. Communication de l'École (1973) p.11
- ³⁸ Luciano Fiacchi - El Principio Ordenador - Relato de experiencia del trabajo con la Ascesis - www.parclabelleidee.fr
- ³⁹ « Charla sur l'organisation » - (1973) : « Le personnel est transcendé uniquement lorsqu'il y a Synthèse supérieure. »
- ⁴⁰ Le Message de Silo – Chapitre XIII – Les Principes - Éditions Référence – 2010 – p. 48
- ⁴¹ Silo - Liberté interne comme indicateur d'un Centre de Gravité - Madrid – 1993 (Allocution inédites de Silo – Volume 1) – Collection Les Carnets – p. 67 « (...) Etre décentré génère de la souffrance et on a la sensation que "tout nous arrive", sans bien savoir pourquoi. Par contre, quand on a un centre de gravité, on se sent libre, c'est extraordinaire. (...) La liberté intérieure est l'indicateur d'un centre de gravité, et son corollaire humain (c'est-à-dire dans le monde), c'est la conduite (comportement) valable. (...) Avec le regard intérieur, tout reprend ses proportions. Il est important de comprendre les mécanismes de la fascination, mécanismes

enclenchés par la perte du centre de gravité. (...) Le point est : la charge mentale que l'on met dans tout, et qui nous fait osciller entre le dramatisme gravissime et le sans importance cynique.»

⁴² Le Message de Silo – Annexes - Éditions Références 2004 – p.81

⁴³ Emiliano Granatelli – El_Circulo y la Centralidadsimbolosdel Amor Equidistante y Universal - p.33 www.parclabelleidee.fr

⁴⁴ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K - Séminaire d'Espagne (1980) p.43

⁴⁵ Pia Figueroa – Références aux états de conscience inspirée chez Platon – chapitre 3- www.parclabelleidee.fr

⁴⁶ « La Guérison de la souffrance » - Silo Parle – Éditions Références (2013) p.9

⁴⁷ Le Message de Silo – Éditions Références (2010) - Le Chemin, p.153

⁴⁸ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K. 1973 Cahier N° 5 La Religion Intérieure. p.16

⁴⁹ Id. Communication d'École – La conscience de soi (1973) p. 11

⁵⁰ Mariana Uzielli – Antécédents de la Discipline de la Morphologie – chapitre IV- www.parclabelleidee.fr

⁵¹ La célérité d'une onde, dépendante de sa longueur d'onde et du milieu dispersif dans lequel elle se propage, provoque la dispersion multidirectionnelle (y compris vers elle-même) de ses composants. Seul le vide n'est pas dispersif. D'après le « Dictionnaire de Physique » - Tillet, Villain, Febvre – Éd. DeBoeck

⁵² Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres K - Classeur orange - Télédiol de Force (1974)p.19

⁵³ Le Message de Silo – Éditions Références 2010 – cérémonie d'Assistance – p.121

⁵⁴ Pia Figueroa – Références aux états de conscience inspirée chez Platon – chapitre 3- www.parclabelleidee.fr

⁵⁵ Federico Palumbo - Apport aux travaux d'École : Ascèse et chambre de silence - www.parclabelleidee.fr

⁵⁶ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin 2012 - Andres K. p.76

⁵⁷ Silo - Expériences guidées – Le voyage – Éditions Références

⁵⁸ Compilation partielle. Commentaires de Silo sur l'âme ou double et l'esprit - Version 18 juin - 2012 - Andres Séminaire d'Espagne (1980) p. 43: « Le double n'est autre que la Force externalisée pendant la vie ou après la mort, dans la mesure où il reçoit et produit des effets dans le monde quotidien, bien qu'avec une autre mécanique qui lui est particulière, en modifiant généralement les caractéristiques acceptées de l'espace et du temps. »

⁵⁹ Id. Réunion avec les Messagers de Buenos Aires (2008) p.71