

GROUPE DE MÉDITATION POUR LE NOUVEL ÂGE

DEUXIÈME ANNÉE

LIVRET IV

(21 juin au 20 août)

* * *

Section I

LA VOLONTÉ

La découverte de la volonté

Dans le précédent livret (le troisième), nous avons abordé la notion de Volonté en corrélation avec la Modalité Positive et le Dynamisme, mais elle peut être considérée sous d'autres angles. Une compréhension approfondie de la Volonté, ainsi que l'art de l'utiliser avec justesse et efficacité ont une importance croissante à l'heure actuelle car des problèmes en découlant sont en train de prendre de nouvelles proportions et ce thème sera l'une des notes dominantes du Nouvel Âge. Par conséquent, apprendre à la développer correctement constitue une dimension essentielle de notre coopération à son avènement.

La Volonté est souvent confondue avec l'impulsion, l'acharnement, l'activité extériorisée ou l'obstination ou le "volontarisme", lesquels sont des traits de caractère individuels. La Volonté authentique est cependant tout à fait différente et la seule façon de la connaître réellement est de la découvrir à l'intérieur de soi-même. Elle est une réalité intérieure qui ne peut se communiquer par des mots ; elle doit nécessairement être expérimentée et réalisée.

Ceci est d'autant plus vrai qu'elle se manifeste de façon différente selon chacun. Elle est notre motivation individuelle essentielle ; elle porte la marque de la qualité qui nous est propre. Pour certains, par exemple, elle sera dynamique et puissante ; pour d'autres, elle sera moins apparente mais tranquillement ferme et persévérante. Il existe de nombreux modes de manifestation de la Volonté ; elle peut s'exprimer en de nombreuses orientations et seule la découverte de la nôtre propre nous fera prendre conscience de la nature véritable et de la qualité de ce pouvoir intérieur que nous avons la charge de développer et d'utiliser à bon escient.

Elle se révèle parfois à nous lors d'un danger ou dans un moment d'expérience intense. Nous l'expérimentons alors de façon réaliste et vivante. Le sentiment qui se dégage de ce vécu est celui d'une source de force à notre disposition et à laquelle il nous est possible de faire appel. Elle peut aussi être identifiée à la force qui nous soutient pendant une longue période d'anxiété et d'incertitude, ou encore au facteur grâce auquel nous prenons parfois une décision difficile et nous nous y conformons. Mais la méditation reste encore le moyen de prédilection pour réellement comprendre la volonté et cultiver sa juste expression. C'est à cette approche que s'intéresse particulièrement le présent cours. (Pour un exposé plus complet sur la volonté, nous vous recommandons les ouvrages du Dr. Roberto Assagioli sur le sujet et notamment : La Volonté Libératrice aux éditions "Le Hiérarch".)

Méditation et Volonté sont liées de deux manières :

1. La Volonté est nécessaire en méditation.
2. La méditation est nécessaire pour réaliser, développer et utiliser avec justesse la Volonté.

Rappelons-nous toujours que l'énergie de Volonté, comme toutes les énergies, peut être utilisée de façon adéquate ou erronée. Elle peut être mise au service de fins constructives ou destructives. Elle peut servir de pouvoir motivant au service du bien ou de moyen de réaliser des intentions égoïstes. Il est intéressant, quoique déplorable, de constater que les énergies ont tendance à être utilisées par l'espèce humaine, en premier lieu, d'une manière négative ; les manifestations ou les expressions les plus basses apparaissent en premier. C'est probablement la raison pour laquelle les caractéristiques inférieures de la Volonté, ses aspects destructeurs, agressifs et égoïstes, prédominent actuellement.

La Volonté personnelle peut et doit être transmutée en "bonne volonté" et en "volonté-de-bien". Elle s'identifiera ainsi graduellement à la plus grande Volonté ou Dessein, à cette Volonté Universelle dont nous faisons partie, l'"Ordre Cosmique", comme l'appelait Einstein. C'est ainsi que nous revenons à sa relation avec la méditation et, puisqu'elle y joue un rôle important, examinons-le.

La volonté dans la méditation

Le point de départ de toute méditation est la volonté de méditer. Celle-ci résulte de la libre initiative individuelle, après reconnaissance de la valeur et de l'utilité de la méditation et décision prise d'en entamer la pratique. Mais, pour que cette décision soit mise à exécution, une application persistante de cette volonté sera nécessaire.

Sa première fonction sera d'éliminer les obstacles. Autrement dit il s'agira de "faire de la place", dans le temps et dans la conscience, à la méditation. "Faire de la place dans le temps" signifie consacrer régulièrement un certain laps de temps à la méditation. "Faire de la place dans la conscience" signifie la protéger de toutes les attractions et de toutes les revendications qui nous incitent toujours à d'autres activités, spécialement dans la vie moderne. Cela veut dire : rejeter, hors du champ de la conscience, tout ce qui l'occupe normalement ou tout ce qui essaie constamment de l'envahir, comme les sensations, émotions, images, pensées, souvenirs, projets, etc.

Ensuite, cette volonté sera nécessaire pour accomplir efficacement les différentes phases de la méditation. Il faut beaucoup de volonté pour se concentrer sur un sujet défini comme, par exemple, dans la pratique de la méditation réfléchie. La volonté dirigeante doit maintenir fermement l'esprit centré sur la tâche, l'empêcher de vagabonder ou de sauter d'un sujet à un autre. C'est aussi la volonté qui, au moment de la visualisation, lorsque nous formerons une image mentale, la maintiendra stable et conservera l'attention centrée sur elle.

Dans la méditation réceptive, la fonction de la volonté sera de maintenir la conscience dans un état d'équilibre positif et de calme vigilance en gardant l'esprit tranquille et en lui évitant de tomber dans un état de rêverie passive ou de somnolence.

Il en est de même pour la contemplation. La fonction la plus élevée de la Volonté entre en jeu à ce moment-là. Un des Sutras du Raja Yoga de Patanjali (13, livre I) précise :

"L'usage correct de la volonté est l'effort constant de se tenir dans l'être spirituel."
(traduction de Johnston)

Un aperçu pénétrant du rôle de la Volonté dans ces hautes sphères nous est donné par le Dr Suzuki dans Essai sur le Bouddhisme Zen :

"... Le Bouddha a fait la plus énergique tentative possible pour résoudre le problème de l'Ignorance et son ultime pouvoir de volonté l'a amené à découvrir une issue... L'illumination doit, par conséquent, impliquer la volonté aussi bien que l'intellect. C'est un acte d'intuition né de la volonté... Il (le Bouddha) avait une volonté indomptable ; il voulait, par un des plus grands efforts de Sa volonté, saisir la vérité essentielle en la matière. Il frappa et frappa, jusqu'à ce que s'ouvrent les portes de l'Ignorance ; et alors, brusquement, il découvrit de nouvelles perspectives qui ne s'étaient encore jamais présentées à sa vision intellectuelle." (p. 115)

La Volonté est encore essentielle dans l'invocation. Pour être effective, celle-ci doit être projetée vers le haut, au moyen d'une volonté forte et dynamique. Le rayonnement et la bénédiction vont également la mettre en œuvre ; dans ce cas, elle sera combinée à l'amour. Finalement, l'expression extérieure ou extériorisation des résultats de la méditation, par des écrits ou d'autres formes d'expression créatrice, exigera l'utilisation réelle et persistante de la volonté, jusqu'à ce qu'une forme physique, adéquate et cohérente soit produite et maintenue.

Ceci résume brièvement le rôle de la volonté dans la méditation, mais son utilisation effective et progressive au cours des différents stades sera naturellement un processus long et graduel. La qualité de notre méditation, depuis le début, dépendra de son bon déroulement ; la concentration est en effet notre principal problème et nous avons tous besoin d'évoquer la volonté pour le résoudre.

Voici une citation d'Alice Bailey, tirée du livre De l'Intellect à l'Intuition, p. 149 :

"Il est bon de noter que la clé du succès réside dans la pratique constante et soutenue... Des efforts sporadiques ne mènent nulle part... Quelques minutes de concentration et de méditation régulières produiront des résultats supérieurs à ceux de plusieurs heures de pratique consenties deux ou trois fois par mois. Il a été dit, en toute vérité, que la méditation, pour être effective, ne doit pas être simplement un effort sporadique entrepris lorsque nous nous y sentons disposés, mais une pression sans rémission de notre volonté."

Méditation sur la volonté

La nature de la Volonté est difficile à comprendre et c'est seulement par la méditation que nous parviendrons, graduellement, à une certaine compréhension de sa nature et de ses qualités. Elle présente des phases variées, des buts et des objectifs différents, des manifestations nombreuses. Son essence véritable est mystérieuse car elle se trouve sur des plans élevés, hors d'atteinte de la conscience humaine ordinaire. Ceci peut expliquer pourquoi la psychologie moderne, qui se situe à un niveau très "normal" ou ordinaire, ignore pratiquement l'existence de la volonté !

La méditation réfléchi sur la Volonté nous permettra d'atteindre à une certaine connaissance de ses différents aspects. L'invocation et la méditation réceptive nous permettront d'attirer la lumière sur sa nature et sa substance véritables. Par la prière et la méditation, nous harmoniserons notre volonté personnelle avec la Volonté de l'Âme et, plus tard, alignerons les deux sur la Volonté divine.

Mais il y a encore plus à faire. Lorsque nous aurons développé notre volonté jusqu'à un certain point, il nous faudra manifester la considération et la discrimination attentives nécessaires à sa juste application, afin d'en user avec sagesse, innocuité et créativité. Des méditations réfléchies fréquentes seront nécessaires à une telle application. Les choix et les décisions justes sont en effet des aspects de la Volonté. Habituellement, la juste utilisation du mental suffit mais, lorsque nous nous trouvons confrontés à des problèmes plus profonds ou dans des cas graves ou urgents, l'invocation de la Volonté de l'Âme s'avère indispensable.

Pour vous permettre d'établir le contact avec votre volonté propre et commencer à la développer, nous vous suggérons l'excellent exercice préliminaire suivant :

Exercice de développement de la volonté

- Asseyez-vous dans une position confortable.
- Détendez-vous en relâchant toutes les tensions physiques, émotionnelles et mentales.
- Reconnaissez les différentes occasions et / ou situations qui se présenteront à vous ou auxquelles vous devrez éventuellement faire face et dans lesquelles il vous sera nécessaire d'utiliser la volonté. Puis :
 - a. Représentez-vous, aussi vivement que possible, le tort que votre faiblesse de volonté est susceptible de causer, à vous-mêmes ou à d'autres ou le tort qu'elle a déjà causé. Formulez clairement cette reconnaissance ; faites-en éventuellement une liste écrite pour vous aider. Utilisez alors vos sentiments d'insatisfaction pour promouvoir une intention vive et sincère de renforcer votre volonté.
 - b. Imaginez, d'une manière aussi vivante que possible, tous les avantages que peut vous procurer cet entraînement de la volonté. Examinez-les bien et, à nouveau, formulez-les avec précision, puis faites entrer en jeu l'énergie de l'enthousiasme et de la joie devant cette perspective.
 - c. Enfin, considérez-vous comme en possession d'une forte volonté. Voyez-vous agir dans toute situation avec plein contrôle et détermination, "comme si" vous aviez atteint une maîtrise parfaite intérieure et extérieure de vous-même. (Rappel de la technique du "comme si", développée dans le livret V de la première année de cours.)

Cet exercice devra être appuyé par un engagement à accomplir tous actes de volonté et exercices susceptibles de l'invoquer et de l'utiliser. De même que, physiquement, nous faisons travailler nos muscles pour les affermir, la volonté s'accroît en s'exerçant elle-même. Des psychologues, tels que William James, ont préconisé, dans ce but spécifique, l'exécution d'exercices apparemment inutiles, pour apprendre à faire intervenir la volonté sans l'aide d'autres impulsions motivantes, telles que le désir ou le dessein. Dépassons maintenant le développement de la volonté individuelle ou personnelle et considérons la relation juste à établir entre :

- la volonté personnelle et la volonté du Soi transpersonnel,
- la volonté individuelle et la volonté des autres,
- la volonté individuelle et la Volonté Universelle.

Il s'agit là d'aspects plus que d'étapes dans le développement de la Volonté car ils vont tous largement dans le même sens. La volonté personnelle devra d'abord apprendre à obéir à la volonté de l'Âme. Ensuite la fusion graduelle des deux s'effectuera et, parallèlement, du fait de notre unité avec les autres au niveau de l'Âme, ce processus réalisera de justes relations entre notre volonté individuelle et celle des autres ou celle du groupe auquel nous participons. Tout ceci, à son tour, fera partie de notre acceptation, notre coopération et notre identification graduelle à la Volonté Universelle.

L'étude de la Loi de l'Effort de Groupe et du Principe de l'Unanimité nous a déjà probablement procuré une certaine vision intérieure de la manière dont il nous sera possible de relier notre volonté à celle des autres. La Bonne Volonté est manifestement une condition préalable à ce processus. Mais c'est la volonté-de-bien qui nous relie à la Volonté Universelle. La volonté-de-bien consiste en un alignement de la volonté individuelle avec le bien de l'ensemble ; elle comporte une attitude positive et dynamique, une détermination à faire triompher le bien.

Il ne s'agit pas ici d'une acceptation aveugle et irréfléchie, d'une "obéissance passive à la Volonté de Dieu". Nous devons posséder une volonté individuelle afin de l'identifier à une Volonté plus grande ; elle doit être un aspect développé et utilisable de nous-mêmes avant d'être capable de s'engager, consciemment, dans une association "volontaire" avec quelque chose de plus grand qu'elle-même.

Ceci se trouve dans la même ligne que le rejet moderne de toute acceptation et de toute obéissance à l'"autorité" et la remise en question intellectuelle de tous les "commandements" traditionnels. La conscience humaine en cours de développement sait très bien qu'il faut plus que cela à un être humain pensant. Une telle prise de conscience peut, soit créer un vide négatif, soit amener une rébellion positive. Dans un cas comme dans l'autre, il sera suivi d'une période d'incroyance à tout pouvoir plus grand que les forces physiques et humaines observables de manière tangible. Par conséquent, une conception scientifique de l'évolution émergente et des lois du développement psychologique et spirituel doit remplacer la "foi aveugle en Dieu". L'Humanité est en train de se frayer lentement un passage vers cette conception plus intelligente d'un "Ordre Cosmique", d'une "Loi Universelle" et ce sont des choses sur lesquelles il nous est nécessaire de méditer afin de parvenir à une juste perspective de leur réalité et de notre place véritable.

La courte méditation suivante nous y aidera :

Relaxez-vous. Devenez "silencieux", émotionnellement et mentalement.
Laissez une perception de la grandeur infinie de l'Univers pénétrer la totalité de votre être.

Reconnaissez-vous comme une toute petite partie de cet Univers immense et glorieux.

Ensuite, rendez-vous compte de l'expansion de votre soi personnel provoqué par cette reconnaissance. Il s'agit, en fait, d'une "révolution Copernicienne" intérieure car nous ne sommes plus, alors, le centre de notre univers. Un sens plus juste de notre relation avec ce

Tout dont nous faisons partie commence à poindre. Nous commençons à percevoir, dans sa véritable proportion, la relation existant entre notre petite volonté et la volonté des autres, puis celle de groupes toujours plus vastes et, finalement, la Volonté Divine ou Universelle.

Affirmez cette perspective en une formulation mentale claire ; formulez une déclaration que vous vous faites à vous-même et déterminez-vous à agir de ce point de vue durant toute la journée.

Cette méditation peut se pratiquer très brièvement mais créer une perception élargie de notre être réel ; elle devient un acte de réorientation à partir duquel nous nous livrerons à nos activités et affronterons les problèmes du jour.

Libre arbitre et utilisation de la volonté

Le libre arbitre est un autre aspect du sujet qui mérite d'être mentionné, bien que ce thème soit trop vaste pour être traité entièrement ici.

Le libre arbitre de l'Humanité est sa gloire mais aussi son danger. Sans libre arbitre nous ne serions que des automates, mais son usage correct nous confère une grande responsabilité. La liberté est un vin "capiteux" ! Il nous entraîne au-delà des prérogatives divines, il voile notre bon sens, nous conduit à des excès de toutes sortes. Nous pourrions dire, en fait, que le problème central de l'humanité est l'utilisation correcte de son libre arbitre, difficulté tout à fait évidente aujourd'hui.

La solution, répétons-le, se trouve dans la reconnaissance de la véritable relation à établir entre le "libre" arbitre individuel et le "libre" arbitre d'autrui et de notre place dans l'ensemble universel, ce que la méditation précédente a pour but de provoquer.

La volonté est également, aujourd'hui, agent de propulsion, de clarification, de purification. Ne confondons pas certains de ses aspects destructeurs avec les conséquences d'un emploi erroné. La destruction de formes anciennes et dépassées doit nécessairement précéder l'édification du Nouvel Âge. Le terrain doit être dégagé des débris du passé avant qu'un monde nouveau puisse s'ériger. Souvenons-nous que certaines formes construites dans le passé, bien que bonnes en elles-mêmes, ne conviennent plus au nouvel esprit ni aux nouvelles conditions de vie présentes et à venir.

L'aspect destructif de la Volonté est nécessaire à la juste élimination de tout ceci, mais... qu'il soit utilisé avec sagesse ! Ainsi que nous le mentionnions dans le livret précédent, un de nos problèmes les plus importants est la fusion de la volonté et de l'amour ; l'énergie qui les harmonisera s'appelle : la Sagesse. Un amour sage et le sage usage de la volonté sont les clés d'une telle harmonisation. L'individu, comme le groupe, peut manifester trop d'amour en proportion de la volonté et trop de volonté en proportion de l'amour ; il ne manifestera jamais trop de sagesse. Nous avons toute latitude pour faire usage de toute la sagesse possible.

Faisons donc tous les efforts requis pour associer notre volonté "libre" à la volonté du Soi supérieur ou Âme car elle est pleine de sagesse étant, à son tour, identifiée à la Volonté Universelle, au plus Grand Bien.

Les nombreuses fonctions de la volonté n'ont pas été abordées ici : elles impliqueraient une étude trop étendue. Le plan de méditation qui suit suggère les domaines dans lesquels nous pourrions découvrir ces fonctions et en développer le juste usage. Une considération attentive des étapes de cette méditation nous révélera les diverses potentialités de cette force intérieure. Le pouvoir de la volonté est encore inconnu pour la plupart d'entre nous et nous ne savons pas encore très bien puiser à cette source d'énergie. L'utilisation juste de la volonté, comme celle de toute énergie, est suprêmement importante ; c'est la raison pour laquelle nous avons le devoir de nous informer le plus possible sur ses potentialités et, avant tout, de cultiver son sage contrôle.

* * *

PLAN DE MÉDITATION SUR LA VOLONTÉ

I. Préparation

1. Concentration. Réalisation du point de pure soi-conscience.
2. Élévation. Orientation de l'aspiration du cœur et de l'attention mentale vers le Soi.
3. Identification. Identification imaginative et affirmative au Soi.

II. Méditation réfléchie

Thèmes suggérés :

1. Un des modes de manifestation de la Volonté :
 - Motivation - Évaluation - But
 - Délibération
 - Décision - Choix
 - Affirmation
 - Planification
 - Direction donnée à la réalisation du plan
2. Une des qualités de la Volonté :
 - Énergie
 - Concentration
 - Pouvoir de restriction
 - Promptitude
 - Persistance

III. Utilisation des Symboles

Visualisation :

Visualisez, d'une manière vive et continue, un symbole de la Volonté ; par exemple : une torche enflammée.

IV. Méditation réceptive

1. Invocation : "Que la Volonté de l'Âme domine et dirige ma vie."

2. Réception : Réalisation silencieuse de la descente de l'énergie de Volonté dans la personnalité, à tous les niveaux (mental, émotionnel, physique).

V. Affirmation

"Que la Volonté-de-Bien du Soi s'exprime dans mes pensées, dans mes paroles et dans mes actes."

VI. Expression

Choisissez et formulez le mode défini et bénéfique de manifestation de la Volonté que vous souhaitez manifester dans la vie quotidienne.

* * *

Section II

TENDANCES ET CARACTÉRISTIQUES DU NOUVEL ÂGE

L'EXTRAVERSION

L'extraversion est fondamentalement l'orientation de l'intérêt et de l'attention vers le monde et les activités extérieurs ; cette caractéristique du Nouvel Âge est déjà très familière à la civilisation occidentale. Elle a joué un rôle important dans la mise en forme du mode de vie de cet hémisphère. Elle est, de ce fait, largement responsable de la philosophie matérialiste qui a coloré la civilisation, les découvertes et les grandes réussites objectives de ces derniers siècles.

Cette caractéristique n'est cependant pas encore très marquée en Orient. Celui-ci a, en effet, toujours accordé une plus grande suprématie à l'aspect subjectif de la vie et l'introversion y a dominé. Jung a signalé cette distinction fondamentale dans ses "Commentaires psychologiques" servant de préface à l'ouvrage Le Livre Tibétain de la Grande Libération :

"Il suffit d'une connaissance superficielle de la pensée orientale pour comprendre qu'une différence fondamentale divise l'Orient et l'Occident. Le premier se base sur des réalités psychiques, c'est-à-dire sur la psyché comme condition unique et importante de l'existence. Il semble que cette reconnaissance orientale soit un fait psychologique ou émotionnel, plutôt que le résultat d'un raisonnement philosophique. C'est un point de vue typiquement introverti, contrastant avec le point de vue tout à fait extraverti de l'Occident... L'introversion est, si l'on peut s'exprimer ainsi, le "style" de l'Est, une attitude habituelle et collective, tout comme l'extraversion est le "style" de l'Ouest. L'introversion est ressentie ici comme quelque chose d'anormal, de morbide ou de choquant. En Orient cependant, notre chère extraversion est désapprouvée comme étant un état de désir illusoire, comme l'existence dans le Sangsara, l'essence véritable de notre chaîne-nidana, qui culmine dans la somme des souffrances humaines." (p. XXXV)

Dans le Nouvel Âge, où l'accent est mis sur la liberté, sur l'universalité des perspectives et, spécialement, sur les qualités dynamiques et positives mentionnées dans le livret précédent, nous pouvons nous attendre à une tendance générale accrue vers l'extraversion. Elle peut déjà

s'observer dans l'attitude de la jeunesse moderne et dans les changements de "conduite" sociale qui s'y produisent. Ici, la fusion des attitudes orientales et occidentales apportera un équilibre valable. L'intérêt actuel de l'Occident pour les religions et les cultures orientales est signe d'espoir.

De nombreux aspects de l'extraversion s'ajoutent à ses caractéristiques bien connues de dynamisme et d'activités extériorisées. Elle est, par exemple, à l'origine du besoin d'atteindre la maîtrise des énergies de la nature, ce qui revient à dire : les exploiter. Mais elle conduit aussi à une meilleure utilisation des ressources planétaires. Les soins nécessaires donnés au corps physique, son entraînement à un meilleur rendement, en sont d'autres aspects dont les résultats s'observent dans le niveau élevé qu'atteignent aujourd'hui l'athlétisme et les sports. La tendance à l'extraversion est aussi largement responsable des merveilles mécaniques et techniques de tous ordres et de l'habileté développée par l'humain à créer les "formes" ou les "machines" les plus incroyablement sophistiquées et efficaces à produire tout ce dont il a besoin.

Le danger en tout cela réside dans l'exagération et dans la perversion ; nous en avons sous les yeux des exemples évidents. Les réalisations concrètes, les inventions mécaniques, l'organisation élaborée sont fascinantes, absorbantes et surévaluées. La tentation est grande de faire un emploi égoïste, téméraire ou destructeur des nouveaux pouvoirs immenses que ces découvertes mettent entre nos mains et à les employer, non seulement pour augmenter notre efficacité, économiser du temps et de l'énergie, améliorer la vie en général, mais aussi pour un gain matériel et une inflation du moi.

C'est la raison pour laquelle il y a nécessité urgente d'équilibrer l'extraversion par l'introversion, afin qu'une attention adéquate soit portée vers les mondes intérieurs et leur exploitation. Si seulement nous pouvions réaliser que la découverte et l'utilisation des énergies de ces mondes plus subtils sont encore plus fascinantes et plus enrichissantes que celles du monde extérieur ! Nous pourrions même dire que tel est le but principal de la méditation.

Même si l'extraversion est la note-clé de la société occidentale, elle est loin d'être comprise ou correctement vécue. L'accent mis sur l'action et sur l'expression génère, le plus souvent, une impulsion à faire qui ne laisse aucune place à être. Nous nous laissons captiver par le mirage des réalisations concrètes et de leurs résultats et nous en venons à dépendre entièrement des contacts extérieurs et des facteurs relativement superficiels qui servent de support à notre existence.

Il est intéressant de noter ici que, dans certains enseignements orientaux, il est question des trois "niveaux" importants qui sont :

- le monde des apparences ou de l'expression
- le monde des significations
- le monde des causes.

Cette différenciation des "zones" de l'être donne une image compréhensible du "monde" particulier dans lequel l'extraverti fonctionne le plus couramment et démontre aussi qu'il ne doit pas se dissocier des deux autres "mondes" sous-jacents à celui qui a sa préférence. Elle illustre également les niveaux auxquels l'introverti est prédisposé à vivre et il est également évident que ce "monde" ne doit pas être dissocié de l'expression extérieure et de l'objectivité pour que sa vie et sa signification parviennent à leur plein accomplissement.

Cela nous amène à une autre considération : l'extraversion se manifeste différemment selon les niveaux de l'existence humaine (physique, émotionnel, mental ou spirituel). De plus, quelqu'un peut être extraverti seulement à un ou deux niveaux et introverti aux autres ; par exemple : extraverti sur les plans physique et mental, donnant toute son attention, son temps et son énergie ainsi que sa concentration au domaine physique dans lequel il travaille (et excelle, peut-être) et, en même temps, introverti émotionnellement ou spirituellement, incapable d'exprimer ses sentiments ou de relier sa nature spirituelle à sa vie quotidienne.

Ceci explique les contradictions de la nature humaine et nous encourage à éviter d'étiqueter nos compagnons de route, étant donné les nombreuses variétés possibles de comportement humain. Il s'y trouve de fréquentes alternances entre extraversion et introversion et celles-ci peuvent et devraient être dirigées et régularisées à volonté. Nous pourrions dire qu'un être bien intégré est "ambi-verti", c'est-à-dire qu'il peut, consciemment et délibérément, porter son attention et ses activités vers l'"extérieur" ou vers l'"intérieur", selon les besoins, les occasions et les intentions.

Tout ceci nous amène à constater que l'extraversion est un sujet plus complexe qu'il n'y paraît à priori. Aldous Huxley remarquait dans The Perennial Philosophy :

"La conception de l'extraversion n'est réellement pas adéquate lorsqu'elle n'est que l'antithèse de l'introversion. L'extraversion n'est pas si simple ; elle se distingue en deux types radicalement différents" (physique et émotionnelle). Il poursuit en soulignant qu'à la lumière de cette affirmation, nous pouvons comprendre plus clairement la classification des sentiers du salut dans la Bhagavad Gîta. La voie de la Dévotion est naturellement suivie par la personne qui a une tendance innée à extérioriser ses émotions. La voie des "Travaux" est pour celle qui, en toutes circonstances, ressent la nécessité de "faire quelque chose".

Il est dit des introvertis qu'ils "cherchent la lumière de la compréhension" et des extravertis qu'ils "cherchent la lumière de l'expérience". Toutes les deux sont nécessaires à notre réelle illumination et, comme les flux et reflux des marées, des périodes d'extériorisation et des périodes d'intériorisation doivent alterner. Il en est de même pour une civilisation ou pour l'Humanité considérée comme un tout. Cette compréhension nous permettra d'apprécier la juste fonction de l'extraversion dans le Nouvel Âge et sa contribution à l'émergence d'une ère plus spirituelle dans l'avenir.

A première vue, il semble anormal de supposer que l'extraversion, qui est une attention portée vers le monde extérieur et l'action objective, puisse introduire une plus grande spiritualité dans le "Nouveau Monde". Cependant, sans objectivité, les qualités spirituelles intérieures les plus élevées ne peuvent trouver leur pleine expression. Une juste extraversion est essentielle à leur émergence en tant que forces vives dans le monde. Nous n'avons qu'à penser à l'effet démoralisant du refoulement et de l'inhibition pour le comprendre et nous rendre compte de la valeur de l'extraversion dans la création de formes adaptées. Si la tendance actuelle à l'extraversion nous semble excessive, souvenons-nous que le pendule oscille entre les extrêmes de toutes les polarités avant d'atteindre un point d'équilibre.

Un fort courant de créativité fait également son apparition à l'orée du Nouvel Âge. Combiné à la modalité positive et au dynamisme déjà mentionnés, il pourra contribuer au plein et juste

fonctionnement de l'extraversion par l'expression, dans la vie de tous les jours, des potentialités bénéfiques intérieures et spirituelles.

Tel est l'idéal à clarifier et affermir par notre pensée constructive et notre méditation. Notre tâche relative à cette caractéristique du Nouvel Âge est claire : il est nécessaire, non seulement de développer un juste équilibre d'extraversion et d'introversion en soi-même, mais aussi de reconnaître les différents niveaux sur lesquels l'extraversion peut se manifester, ainsi que le rôle important qui lui incombe dans l'extériorisation de la vie spirituelle. Une fois encore c'est une question d'équilibre entre vie intérieure et vie extérieure, ce qui n'est pas une nouveauté pour l'étudiant méditant.

* * *

Section III

LE PRINCIPE DE L'UNANIMITÉ

L'Unanimité commence à être reconnue comme la clé d'un progrès possible dans un nombre de domaines de plus en plus grand. Des mouvements pour l'union apparaissent ici et là ; il ne s'agit pas forcément d'une union de méthode mais d'une union de direction et de ressources pour que les efforts mutuels vers un même but puissent se combiner. Nous pouvons dire que le principe fondamental de l'Unanimité émerge comme une force déterminée dans le monde.

La véritable signification de l'Unanimité, ainsi que la différence qui existe entre l'uniformité ou unité extérieure imposée et cette union plus subjective de dessein ou d'identité, à des niveaux plus profonds sont exposées dans le quatrième livret de la première année de cours. Vous pourrez vous y référer à nouveau si vous le désirez. Sur ce point, nos idées sont claires : l'unanimité, qui découle de l'unité de l'Âme, signifie : identité de but, de dessein, de direction ; elle n'est pas uniformisation de moyens et de méthodes, mais bien union. Elle est la clé du développement solidaire de toute l'Humanité avec ses innombrables divisions extérieures de races, de couleurs, de croyances, d'éducation et de conditions sociales. Nous avons en charge d'inclure, de plus en plus, dans notre pensée cette unité fondamentale et, par voie de conséquence, la similarité des besoins. L'affermissement de ce concept dans la conscience humaine - afin qu'il émerge dans les comportements collectifs - permettra de construire un pont entre les divisions établies depuis si longtemps et la coopération à laquelle nous devons tendre.

Non seulement la coopération doit remplacer la compétition, au fur et à mesure de l'évolution de la conscience, mais le nombre croissant d'êtres humains sur notre planète rend essentielle cette association ; d'elle peut fort bien dépendre notre survie... L'illustration de la page suivante décrit, de façon amusante, le fait que l'harmonie est plus enrichissante que la compétition. Ce message tout simple a cependant des racines profondes.

Plotin écrivait, à propos de l'unité fondamentale du genre humain colorant toutes les interactions humaines :

"Ce qui résume tout sous une unité, est un principe dans lequel toutes choses existent ensemble et la chose unique est tout. De ce principe, qui reste intérieurement immuable, des choses particulières sont issues comme si elles provenaient d'une seule racine qui, elle-

même, n'émerge jamais. Elles se ramifient en parties, dans la multiplicité, chacune d'elles portant la trace de la source commune...

"Les choses qui agissent sur chacune d'elles sont des ramifications venues d'un commencement très lointain et, ainsi, elles apparaissent distinctes, mais elles dérivent initialement de la source unique : toute interaction est comme celle de frères se ressemblant, par la vie qu'ils reçoivent des mêmes parents."

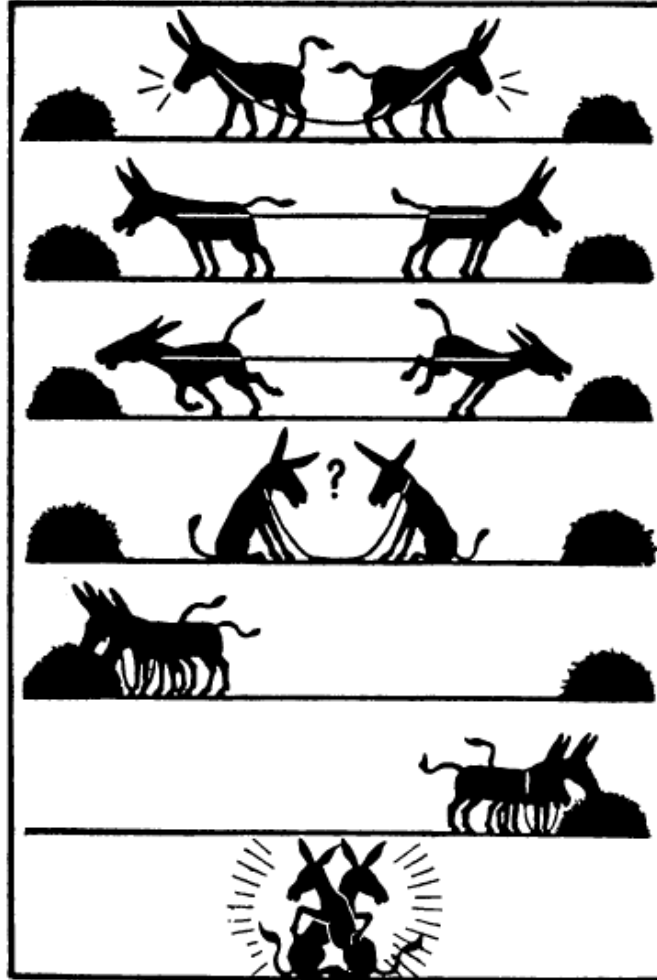
Cette suggestion de l'existence d'un pouvoir mutuel, magnétique et attractif à l'œuvre dans l'Humanité est également présente dans le Yi-King déjà cité :

"Des forces secrètes travaillent, réunissant ceux qui ont une appartenance commune. Nous devons céder à cette attraction, alors nous ne nous tromperons pas. Là où la relation intérieure existe, aucune grande préparation ou formalité n'est nécessaire. Les gens se comprennent tout de suite, de la même façon que la Divinité accepte une humble offrande quand elle vient du cœur."

En même temps, ne sous-estimons pas la diversité à travers laquelle s'exprime cette unité. La diversité risque certainement de devenir chaotique si nous tournons le dos à l'unité, mais l'unité est limitée en l'absence de la diversité. L'unité est notre but, la diversité notre moyen de croissance ; nous ne devons perdre de vue ni l'une ni l'autre.

La reconnaissance de l'unanimité s'effectue dans les lieux secrets du cœur. Elle se vérifie, non au moyen d'exercices décisifs de l'intellect analytique, mais par la perception spirituelle du mental supérieur illuminé. On peut dire qu'elle est l'un des premiers messages de l'intuition. Ici réside la valeur de la méditation qui permet d'atteindre un concept supérieur ou une "connaissance" réelle. Ne confondons pas ce résultat avec le sentiment d'unité, plus répandu et relevant des niveaux émotionnels. La "connaissance du Cœur" est une locution utilisée dans certains enseignements orientaux pour décrire les niveaux supérieurs où peuvent s'atteindre la vérité ou "le réel". Il vaut la peine de réfléchir sur elle car elle met en lumière les qualités spéciales de "connaissance" offertes, d'un côté par le cœur et d'un autre côté par la tête mais aussi par les deux, lorsqu'ils sont correctement équilibrés et combinés.

Le développement, en soi-même, du principe de l'Unanimité, est aussi un exemple de la façon dont la volonté individuelle, lorsqu'elle collabore graduellement avec la volonté de l'Âme, contribue au bien de l'ensemble (rappel de ce qui est exprimé plus haut à propos du juste usage de la Volonté).



En chacun de nous et dans tous les groupes et toutes les nations, résident de nombreux obstacles à l'établissement de l'unification mondiale et d'un nouvel ordre mondial de juste synthèse et de coopération. La Volonté-de-Bien est nécessaire pour mobiliser nos efforts vers ces buts élevés et renverser ces obstacles. Elle l'est particulièrement pour dominer notre "manque de volonté" à faire les renoncements nécessaires, notre laisser-aller à nos attachements matériels, émotionnels et mentaux, pour nous libérer des nombreux facteurs conditionnant qui nous limitent et nous illusionnent.

Souvenons-nous que nous ne pouvons atteindre l'Unanimité que par un "libre consentement", par la reconnaissance, par chacun et par tous, de la justesse, de la congruité, de la valeur sûre et, par-dessus tout, de la nécessité de cet objectif. Toute application autoritaire ou totalitaire, de quelque tendance ou caractéristique du Nouvel Âge que ce soit, est contraire à la nature même de l'Unanimité qui implique un libre consentement. Ce genre d'imposition serait une violation du principe même de liberté et, comme l'Histoire l'a prouvé maintes fois, produirait, tôt ou tard, une réaction violente et destructrice, contraire à l'objectif.

C'est la raison pour laquelle l'Unanimité ne peut s'atteindre que par un parfait accord des objectifs. Il nous faut être réalistes et considérer que tant que "le Nouvel Âge" ne sera pas réellement bien installé, nous ne pouvons espérer une unanimité générale de l'Humanité. Dans les

périodes de changements, comme celle que nous vivons actuellement, il se produit toujours des conflits importants entre le passé et le futur, entre les individus et les groupes qui s'accrochent aux formes et aux anciennes façons de vivre, d'une part, et ceux qui s'efforcent, parfois avec impatience et violence, de créer les nouvelles, d'autre part. Chacun d'entre nous a néanmoins la possibilité d'incarner, de plus en plus, cet esprit d'Unanimité dans ses attitudes et ses façons de penser, de manière à instaurer, dans son environnement, sagesse et clarté de vue. Nous éviterons ainsi les frictions inutiles, les pertes de temps et d'énergie. Nous contribuerons également au rayonnement de la coopération harmonieuse et joyeuse qui émane d'une unanimité véritable (voyez les rayons de joie qui auréolent la coopération des petits ânes). Ce genre de qualité se communique tout naturellement et ses effets sont inspirants.

L'unanimité est symbolisée par le diamant qui, par ses nombreuses facettes, reflète la splendeur multiple de l'unité se manifestant dans la diversité. Elle a aussi été comparée à une symphonie, composée d'un grand nombre de notes musicales, soudées entre elles pour former des phrases, qui constituent des thèmes, formant eux-mêmes des mouvements. La symphonie elle-même a une unité, produite par le rassemblement de ses diverses parties, distinctes, parfois même conflictuelles, de manière telle que les opposés s'y résolvent et que l'harmonie émerge de ces discordances. Le ou les thèmes ou "motifs" fondamentaux et sous-jacents s'y expriment de façon variée, rappelant maintes et maintes fois le thème initial - ou dessein original - du compositeur.

A un certain moment de notre développement, nous devenons conscients de buts conjoints, d'une unité essentielle sous la diversité des formes, méthodes et techniques. Nous comprenons alors que nous sommes "Une assemblée de démonstrateurs du Divin".

Développons donc cette connaissance latente (le "sens de l'Unanimité"), profondément cachée en nous-mêmes, la reconnaissant là où elle se trouve, l'amenant à une utilité pratique partout où le besoin ou la possibilité de l'exprimer se présente. C'est ainsi que nous activerons un grand principe divin, ici, sur la Terre.

Et, comme l'exprime si bien la Bhagavad Gîta :

"Celui qui voit les lignes
Séparées de toute création
Unifiées dans Brahman,
Produites par Brahman,
Trouve lui-même Brahman."

* * *

PLAN DE MÉDITATION

(Du 21 juin au 20 août)

(Pour le plan détaillé, voir le livret I de la deuxième année)

I. Préparation

1. Relaxation. Détente de tous les aspects de la personnalité (physique, émotionnel et mental).
2. Aspiration. Élévation des sentiments et de la pensée.

3. Concentration dans les niveaux les plus élevés du mental.
4. Réalisation de l'unanimité qui règne sur ces niveaux.

II. Consécration

III. Méditation Créatrice

Thèmes : L'extraversion
Le Principe de l'Unanimité.

1. Stade Réceptif.
2. Stade Réflexif.

Considérez ce qu'est l'Extraversion ainsi que ses divers aspects. Réfléchissez aussi au rôle que la Volonté est susceptible d'y jouer. Établissez une corrélation entre l'Extraversion et le Principe de l'Unanimité.

3. Stade Créateur par :

L'imagination créatrice et la visualisation.
La dynamisation par les sentiments positifs.
L'affirmation.

4. Radiation.

IV. Invocation

Dites la Grande Invocation de façon dynamique, avec toute votre intelligence, tout votre cœur et toute votre volonté, reconnaissant en elle un moyen puissant de préparation du Nouvel Âge.

LA GRANDE INVOCATION

Du point de Lumière dans la Pensée de Dieu
Que la Lumière afflue dans la pensée des hommes
Que la Lumière descende sur la Terre.

Du point d'Amour dans le Cœur de Dieu
Que l'Amour afflue dans le cœur des hommes
Puisse le Christ revenir sur Terre.

Du centre où la Volonté de Dieu est connue
Que le Dessen guide le faible vouloir des hommes
Le Dessen que les Maîtres connaissent et servent.

Du centre que nous appelons la race des hommes
Que le Plan d'Amour et de Lumière s'épanouisse
Et puisse-t-il sceller la porte de la demeure du mal.

Que Lumière, Amour et Puissance
Restaurent le Plan sur la Terre.