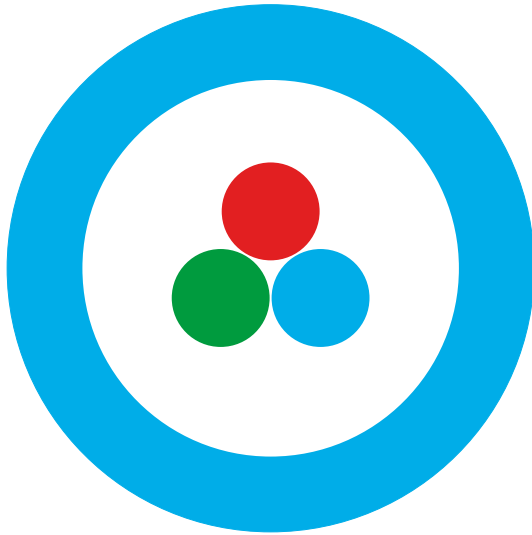


**QU'EST-CE QUI NOUS REND  
CONSCIENTS ?**



**CONTACTER  
LA SOURCE DE CONSCIENCE**

Yves Chaumette



**QU'EST-CE QUI NOUS REND  
CONSCIENTS ?**



**QU'EST-CE QUI NOUS REND  
CONSCIENTS ?**

**CONTACTER  
LA SOURCE DE CONSCIENCE**

Yves Chaumette

Du même auteur

LA PAIX EST ACTION, 1991

VERS LA SOURCE DE CONSCIENCE, 2000

LA QUALITÉ AU-DELÀ DES MOTS,  
Lavoisier, 2006

LA TENSION INTERNE À LA COHÉSION  
INFORMATIONNELLE,  
Éditions Universitaires Européennes, 2013

PENSER LA VIE,  
L'Harmattan, 2017

## Dédicace

À tous ceux qui inspirent nos recherches, nos efforts, notre joie de contribuer.

À tous ceux qui mettent en œuvre l'inspiration altruiste.

## Remerciements

La dette est grande envers ceux et celles qui nous ont précédés. Il existe nombre d'Exemples inspirants qui sont pratiquement inconnus du public, mais je voudrais saluer Teilhard de Chardin qui a élargi l'horizon de nombreux amis chercheurs.

Des amis et des proches ont bien voulu lire le manuscrit, leurs commentaires et leurs encouragements m'ont bien aidé, qu'ils en soient ici vivement remerciés.

Je remercie celles et ceux qui effectuent la mise en page, relisent les épreuves, manipulent le papier, impriment, collent la couverture, qui démarchent les libraires et ceux et celles qui conseillent les clients.

La Terre frémit sous les cahots, les affrontements, dans les affres de l'enfantement. La perfection n'est pas pour demain, elle est en gestation; certains avancent obscurément, aveuglément, instinctivement, d'autres marchent d'un pas plus léger et plus affirmé.

Merci à eux d'avancer avec audace, prudence et légèreté.

En présentant une étape proche, cet ouvrage vise à les aider. Mon souhait est qu'ils aillent plus loin, plus légers, plus vifs; qu'ils assimilent donc cet écrit et le dépassent pour avancer dans la Voie.





## Introduction : Qu'est-ce qui nous rend conscients ?

La sensibilité permet aux organismes vivants de s'adapter à leur environnement. Cette sensibilité s'affine, développe une forme d'intelligence, puis évolue en constituant une intériorité qui aboutit à la prise de conscience de soi. L'instance interrogative, comme l'a appelée Jung, sonde le monde, l'explore et le prend à soi : elle cherche à le comprendre.

L'attention jaillit tel un jet, cherchant à capter ce qui se présente ; ce phénomène nous est si coutumier que nous le négligeons, tellement il va de soi. Pourtant on peut s'interroger : d'où vient cette attention ? Quelle est sa source d'énergie ? Qu'est-ce qui en assure la continuité ?

Le vivant pose une autre question : les corps morts se décomposent, qu'est-ce qui assure l'unité des corps vivants ? Quel facteur en assure la cohésion ? Les interactions permettent de s'adapter, mais elles rendent compte de l'échange au sein d'un amalgame ; un autre facteur doit assurer, on pourrait dire superviser, la constitution, le maintien et le renouvellement de cette unité.

La conscience peut aussi être abordée sous un autre angle : la gestion des connaissances. Cette discipline étudie la création, le stockage et la diffusion de contenus qu'ils soient sensoriels, affectifs ou intellectuels. Mais à la racine, qu'est-ce qui permet d'apprendre, d'appréhender, de co-naître ?

La sphère de compréhension s'élargit, tant au niveau individuel qu'en tant qu'espèce, cela fait partie du processus d'évolution ; nous en constatons les effets, mais quelles en sont les causes ? Tout mouvement a un sens, quel est-il ? Quelle est la prochaine étape ? Ne serait-ce pas ce facteur attractif qui soutient l'attention, perçoit le présent, assure la cohésion, anime les corps, unifie le monde et cherche le sens. Ce facteur, nous le désignons ici par le nom de *source de conscience* et la question est alors de le décrire conceptuellement et de l'approcher expérimentalement.

Cet ouvrage a donc pour but de contacter la source de conscience. Ce contact sera plus convaincant que tout discours, celui-ci ne sert qu'à préparer la voie.

Ce livre propose cinq approches convergentes vers cette source centrale. Ce sont

- 1) Le jet de l'attention qui projette "son regard" sur le monde
- 2) La perception de l'objet extérieur qui s'approfondit du sujet vers Soi
- 3) Le facteur de cohésion qui unit le monde et nous en retour
- 4) La pulsation qui caractérise le vivant
- 5) La question du sens de la vie : que faisons-nous ici ?

Pourquoi traiter ces sujets dans cet ordre ? L'attention est l'outil le plus proche de nous (chapitre 1) ; cette émission entraîne en retour la réception d'une impression, la conscience se fait jour (chapitre 2). Celle-ci unifie son monde, plus profondément émission et réception fondent la cohésion d'une forme (chapitre 3). La sensibilité est une caractéristique du vivant, un autre repère en est la pulsation : pulsation du cœur, pulsation de soi au monde (chapitre 4). Le vivant, qui de plus est conscient, s'interroge sur le sens de tout cela, le sens de la vie, le sens de l'existence (chapitre 5).

Sous l'angle de l'attention, du subjectif, de la cohésion, du vivant, du sens, ces cinq approches pointent vers le même « objet » : le facteur central moteur, motivant, énergétisant. Ce n'est pas un objet figé, mais un lieu par où passe un flux incessant, renouvelé, d'énergie, de stimulation et de poussée vers la présence : être au monde. C'est donc bien une source venue des profondeurs, par où s'écoule un flux dont nous n'observons le plus souvent que les ondulations.

Le langage repère des jalons, des effets, des remous de ce flot, mais seule l'expérience convainc. Après l'impression, après un aperçu fugace, les mots décrivent des états ou processus qui résultent de ces aperçus. C'est pourquoi chaque chapitre présente un protocole d'expérience, que toi, lecteur, tu peux

pratiquer, seul ou en petit groupe. Il reste encore des terres vierges, des continents à explorer, dans la conscience, en soi.

Certains passages peuvent sembler abstraits, ardues ou difficiles, mais les exercices sont simples, ramènent au concret et facilitent la pratique. Donc toi, lecteur, tu peux laisser la théorie de côté un moment et y revenir plus tard pour approfondir. De toute manière, les idées clés sont reprises à la fin de chaque chapitre, elles suffisent pour comprendre l'ensemble de l'approche.

Lire la description d'un exercice évoque déjà une impression, le pratiquer seul demande de l'audace pour aller vers l'inconnu, de la fermeté dans l'intention et de la patience pour assimiler ce qui vient, car l'impression s'approfondit tel un sillon. Il est plus facile d'expérimenter en petit groupe qui conforte et permet un échange fructueux ; de grands groupes (au-delà de dix personnes) entraînent aisément dispersion, interférences et parasites ; mieux vaut être cinq ou trois concentrés que douze aux attentes disparates et donc à l'attention divergente.

Ces cinq chapitres sont suivis de deux autres, l'un sur le parallèle avec la physique qui, par sa rigueur, par la fiabilité de ses méthodes et la confirmation des résultats expérimentaux, nous a beaucoup guidé, l'autre sur les usages de cette source. En effet, le premier contact est enrichissant, mais une découverte se doit d'être confirmée, développée, accrue, alors d'autres perspectives s'ouvrent : ce septième chapitre présente quelques possibilités qui nous permettent d'aider et nous rendent plus utiles.

Cette source de conscience est connue depuis des temps immémoriaux, des multitudes l'ont cherchée, contactée, confirmée et sont allées plus loin dans la Voie. Cet ouvrage a donc puisé à de nombreuses traditions, suite à une expérience de plus de trente-cinq ans. Parmi ces traditions, on peut citer les Upanishad, la Bhagavad Gita, l'Évangile, le shivaïsme, le Raja yoga, l'Agni Yoga, la théosophie, les œuvres d'Alice Bailey, de Jung, Teilhard de Chardin, Martin Muller, mais aussi Plotin, Hegel, Husserl et d'autres encore.

Contacter la source élargit l'horizon, aère le cerveau <sup>1</sup>, rafraîchit la conscience: nous sommes enfin nous-mêmes. Joie, créativité, rayonnement en découlent. Alors nous savons nous rendre utiles, en partant de notre centre.

La source est là, disponible, rafraîchissante, stimulante; à nous de l'accueillir, de l'assimiler, d'en déverser le flux. Une fois surmontées les épreuves, la Voie s'offre large, riche, infinie, comme la Vie. Ajoutons notre contribution.

---

<sup>1</sup> Expression peut-être anatomiquement inexacte, mais c'est bien l'impression ressentie

## Chapitre 1 At-Tension Lumière

### Préambule

L'attention est notre outil si usuel que nous le négligeons, il va de soi. L'at-tension provient de la tension d'être, ce qui nous fait jaillir à l'existence. Cette tension éclôt en attention (tension – à) qui nous rend présent au monde, on pourrait dire que l'attention et la conscience qui en résulte sont l'éclat de cette affirmation première: présence. Ce terme vient du latin *prae-esse*, être devant: nous offrons notre être et le monde s'offre à nous.

Lorsque nous sortons du sommeil, le jet d'attention se dirige, vers l'heure, le corps, la chambre et plus tard ce qu'il y a à faire dans la journée. À ce moment-là nous percevons très nettement le coup de projecteur qu'est l'attention, parce qu'il contraste avec l'endormissement où nous étions.

Faire attention c'est intensifier volontairement la recherche d'éléments extérieurs; l'attention dont il est question dans cet ouvrage est diffuse, consciente ou subconsciente, c'est une émission latente qui se répand en innombrables jets en toutes directions et sur tous les registres. Il est possible de se focaliser, à volonté, sur un de ces jets, tout comme le corps est senti dans son entier, mais l'attention peut se concentrer en un point. Focalisée ou diffuse, l'attention désigne cette attente qui nous rend présent au monde.

Ce jet d'attention jaillit d'une source, lieu de passage à partir d'un fond inconnu. Cette tension-à exprime l'éclat de l'être, l'ouverture au monde, qui s'implante en existence. L'attention est donc produite par l'intensité de notre présence.

Cette inscription dans l'existence crée une interface avec le monde environnant et cette sensibilité produit la conscience. Dès que le mot *conscience* est prononcé, des psychologues penseront *inconscient*; oui, la sensibilité est en grande partie inconsciente et l'attention va projeter un rayon du sujet à l'objet, alors que d'autres aspects resteront inconscients, soit dans le présent, soit dans les strates du passé. Pourtant, c'est avec cette petite lumière de la conscience que chacun peut explorer

le monde obscur qui l’entoure. L’attention justement dirige ce faisceau. Ainsi la conscience projette son éclairage, aussi pâlot soit-il, sur ce qui entoure l’être.

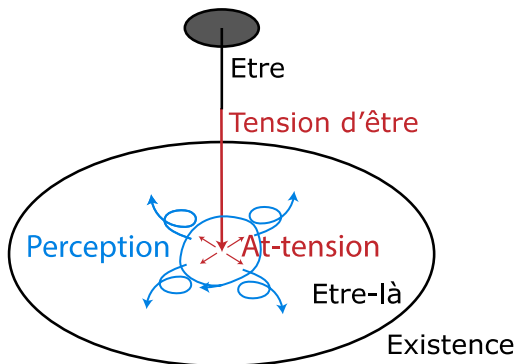


Figure 1.1. Tension d’être et at-tension

“Je tenais et protégeais de mes deux mains une petite lumière qui menaçait à tout instant de s’éteindre. Or il fallait sauver à tout prix cette petite flamme dont je dépendais... Je savais aussi que cette petite flamme c’était ma conscience, c’était la seule lumière que je possédais.”  
 Jung<sup>2</sup>

Est-ce pour cette raison, que lorsque l’on comprend soudainement quelque chose, lorsqu’une idée survient, une lumière s’allume dans la tête, comme la dépeignent les bandes dessinées : Eureka. La conscience apporte sa lumière dans l’obscurité.

### Image de l’écran – jet – source de lumière

Ce qui se passe dans le champ de conscience peut se représenter ainsi : des formes s’agitent sur l’écran, on adhère ou on s’identifie aux images du film. Puis on réalise que l’on peut diriger le jet de l’attention, on zappe d’un objet à l’autre, d’une préoccupation à une autre : on s’identifie au rayon de lumière. Mais derrière, se trouve une source d’énergie. Encore faut-il la chercher pour la trouver, l’écouter pour l’entendre.

<sup>2</sup> Ma vie, page 110

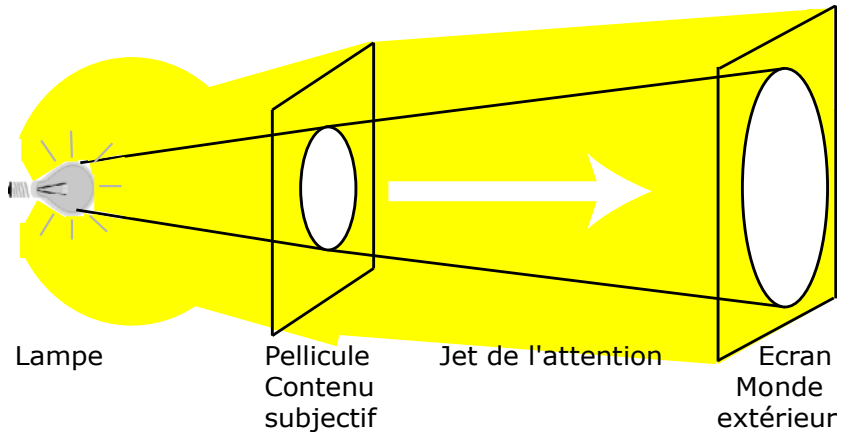


Figure 1.2. Source et jet d'attention

### Lumière enregistrée dans la tête

En décembre 2010, l'institut Pasteur a publié une expérience avec des molécules bio-luminescentes. Elles montrent que la lumière bleue facilite la connexion des nouveaux neurones avec le réseau des neurones existants. Stanislas Dehaene mène des expériences sur les réflexes suite à des objets aperçus pendant une fraction de seconde. Il est donc possible de mesurer la lumière des neurones ou celle émise par des connexions.

### Réflexion : Lumière de la compréhension

La lumière de la compréhension est celle qui jaillit lorsque l'on comprend une phrase, un problème, le facteur central (cause) d'une situation. Elle est liée à un objet alors que la lumière du mental s'étend dans toutes les directions, à la recherche du sens : l'une est située ou localisée, l'autre radiante.

Imaginons un problème, il semble un fourré touffu et sombre. L'énergie de la recherche de compréhension cherche à pénétrer et, quand la solution apparaît, la question ou objet mental prend sens comme si l'on était au centre, tout s'éclaire. Ensuite la lumière se stabilise dans la sphère cognitive, on a compris et l'on n'a plus à y revenir.

## Émission – réception

À la radio ou sur l'écran TV, à la fois émission et réception sont tous deux nécessaires pour produire un effet. De même, attention et réception doivent être tous deux disponibles pour enregistrer une impression.

Dans la compréhension, le sens jaillit sous le regard de l'attention, celle-ci se porte sur l'objet de la réflexion. La mécanique quantique dit qu'un résultat de mesure est un chiffre produit d'un instrument en attente et d'un objet mesuré. Elle utilise la notation <instrument / état> = mesure. On peut donc écrire

< sujet / objet > = sens

< recherche / problème > = solution

< attention / impression > = conscience

Dans le registre visuel, le regard est tout aussi nécessaire que l'enregistrement de la vision, mais il est le plus souvent négligé, car implicite et inaperçu.

## Puissance du regard

Les yeux établissent le contact avec l'autre. On juge au premier regard, et l'on dit parfois: "Ses yeux pétillent d'intelligence"; les chiots, chatons et nourrissons observent d'abord les yeux, cette partie la plus mobile du corps. Reprenons l'observation: au réveil, il suffit d'ouvrir les yeux, le regard précède la vision, puis l'attention se précise, pourtant elle fut la première, projetant le regard.

Lorsque l'on regarde quelqu'un dans le dos ou sur la nuque, parfois la personne se retourne ou sent une pression. Lorsqu'un artiste monte sur scène, il sent le poids des regards, comme si l'air était plus dense, plus épais. On pourrait chercher à mesurer la puissance du regard avec un électromètre (des feuilles métalliques dans une bouteille à vide), ou avec des plantes. Ce serait s'inspirer de Backster qui a montré<sup>3</sup> que les plantes réagissaient à la douleur, bien que ses expériences aient été remises en cause. De fait, on montre aisément l'influence de l'attention portée aux plantes en comparant des plantes que l'on

---

<sup>3</sup> Montré avec un polygraphe et non un EEG, la répétition de l'expérience reste en question, selon Wikipédia.



considère avec bienveillance, d'autres que l'on ignore et d'autres que l'on déteste.

La pupille de l'œil semble absorber la lumière pour transmettre le signal au cerveau, pourtant l'éclat des yeux provient de la pupille et non de l'iris, il semble donc y avoir une puissance émettrice dans la pupille.

Le regard exprime l'approche de l'être vers le monde; dans le registre visuel, comme dans l'auditif ou le toucher, l'être s'exprime dans l'attention, puis s'ensuit la perception, qui enregistre l'impression produite. L'attention elle-même peut s'enregistrer lorsque sujet et objet fusionnent, lorsque l'attention devient réceptive à sa source : contact.

### **Passages de l'écran au jet, à la source**

On se fatigue d'être un supporter entraîné avec d'autres, ou un spectateur passif (consommateur), on choisit ses loisirs, on oriente son attention. On est passé des impressions, où "l'on est dans le film" à une position d'observateur, "je regarde" l'écran ou le spectacle devant; c'est la pleine conscience, c'est-à-dire présence à tout ce qui nous entoure, sans jugement, sans attente, simplement présent. L'attention s'est retirée du champ de conscience pour aller vers le jet d'attention.

Un deuxième saut est à effectuer, passer du jet à la source de lumière, source de l'attention; c'est passer de la conscience de ce qui se passe à "qu'est-ce qui me rend conscient?" Un facteur énergétique sous-tend le regard, l'écoute. C'est effectuer un mouvement d'abstraction, se retirer de la forme (ce qui a déjà été fait) puis du processus.

### Protocole d'expérience

Le symbole d'Être le plus universel, à la fois accessible à la perception concrète et porteur des qualités essentielles d'Être (source de vie rayonnante) est le soleil. Il se retrouve spontanément dans le rêve éveillé. En effet dans cette technique psychologique et psychothérapeutique, ce qui se trouve à la surface du sol représente le monde conscient; au-dessous, le subconscient; au-dessus en direction de l'espace, le supra-conscient. Lorsque,

sous conduite qualifiée, l'étudiant réussit à s'élever jusque dans un espace sans représentations matérielles, il se produit un double phénomène : d'une part il perd l'image du corps humain, d'autre part il contacte un principe rayonnant ('soleil' symbolique). La compréhension de ce qui se passe revêt une grande importance, car bien que la scène se déroule apparemment au niveau d'une fiction, elle n'en exprime pas moins des sentiments qui, eux, sont très réels.

Le sens de corps se modifie toujours selon le même principe : tant que l'on s'élève au-dessus du monde concret connu, au-dessus des montagnes, des nuages, on se sent habillé du corps usuel, quoique peut-être plus léger, et parfois pourvu d'ailes (chacun de ces détails ayant une signification).

Dans l'étape suivante, on quitte la planète pour pénétrer au sein de l'espace sans représentations matérielles. Ce niveau réellement atteint, l'étudiant remarque spontanément qu'il a perdu sa forme humaine et qu'il se déplace au sein de ce nouveau milieu assumant l'aspect d'un ovoïde rayonnant, se transformant en 'soleil' (étoile), par la suite.

La phase d'identification avec le 'soleil' se révèle significative. L'élève, corps de lumière ou ovoïde lumineux trouve ou est attiré au sein de l'espace par un 'soleil', source d'énergie radiante plus immatérielle que le soleil connu. Il rayonne infiniment clair, comme de l'or en fusion, avec quelques couleurs jaillissant ici et là, mais d'une telle transparence qu'elles ne se comparent pas aux couleurs naturelles. Lorsque l'étudiant s'approche et pénètre dans ce 'soleil', il éprouve généralement le sentiment de faire un avec lui, ce qui montre en fait la persistance d'une dualité. Mais lorsqu'il se trouve exactement au centre du 'soleil', et qu'il opère un demi-tour pour faire face à la voie qu'il vient de suivre, il peut enfin se ressentir clairement comme le centre. Le rayonnement qu'il percevait comme venant à lui quelques instants plus tôt, il le vibre spontanément comme une libre émanation de lui-même.

Il n'est donc plus 'le soleil (persistance de la séparativité) mais il est 'soleil' (conscience du rôle).

Martin Muller<sup>4</sup>

Martin Muller décrit le principe du passage au centre du soleil, une visualisation plus courte peut s'effectuer; ici seule l'imagination est sollicitée.

Nous partons de la prairie au bord de laquelle coule un ruisseau. Nous montons en traversant les bois avec des fourrés, en montant toujours à travers la lande, puis sur les pierres et approchons du sommet.

Au sommet, nous respirons amplement, nous ouvrant à la beauté du paysage, au soleil dans le ciel. Respirant cet air pur, notre corps s'allège et nous avançons sur un rayon de soleil.

(Prendre le temps de respirer et, à un moment, il sera possible de monter sur le rayon lumineux).

Nous progressons sur ce rayon.

Nous sommes de plus en plus attirés par ce soleil, nous avançons et approchons du centre. Là au centre, nous nous retournons.

Nous sommes soleil éclairant la planète.

(Observer à quel endroit du corps se situe le centre du rayonnement, quelle est notre sensation).

Redescendre le long du rayon de soleil, vers le sommet.

Là, prendre le temps d'inspirer, de sentir pouvoir marcher, puis reprendre le chemin en descendant à travers les pierres, la lande, les bois jusqu'à la prairie.

Visualisation<sup>5</sup> adaptée de l'ouvrage de Martin Muller

<sup>4</sup> Introduction à l'ontologie

<sup>5</sup> Vers la source de conscience tome 1

## Entraînement quotidien : Visualiser un soleil transparent au-dessus de la tête

S'asseoir tranquille sur un siège, la colonne vertébrale droite, détendu.

Prendre 3 amples respirations.

Visualiser un soleil transparent au-dessus de la tête.

Imaginer que ses rayons imprègnent le cerveau, la tête, puis la poitrine, puis tout le corps.

Prendre conscience de la sensation ressentie dans le corps et particulièrement dans la tête. La noter sur une feuille pour suivre l'évolution au fil des jours.

Terminer en envoyant la lumière sur vos proches puis sur le monde.

Même origine

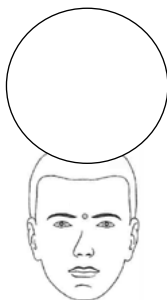


Figure 1.3. Soleil transparent au-dessus de la tête

Il est préférable de visualiser le soleil transparent le matin au réveil, avant tout contact extérieur, particulièrement avec les médias qui vont provoquer une préoccupation. La visualisation aère le cerveau, détend et imprègne d'énergie douce. Plus la visualisation est répétée au fil des jours, plus l'effet est rapide et notable. On peut aussi s'en servir juste avant une rencontre que l'on suppose délicate, dans l'ascenseur, avant de pousser la porte d'un supérieur... C'est faire appel à ses ressources intérieures.

### Fusion Sujet-Objet

D'ordinaire, le monde est devant moi, la vision du paysage vient à moi, ou bien je me tourne vers lui, le bruit m'assaille ou je tends l'oreille. Je suis à l'extérieur ou bien c'est le monde qui est à distance.

À certains moments - cela nous est arrivé à tous - objet et sujet fusionnent, il n'y a plus de distance entre moi et l'objet. Je suis dans la nature et non plus à l'extérieur. Je fais partie du paysage, la musique me transporte, la danse me traverse, j'évolue avec elle.

Alors je peux devenir lumière, l'attention et la perception fusionnent, je suis à la fois le regard et la vision; j'observais le processus de penser, à présent je suis observateur et acteur à la fois, source intérieure, Soi. Le penseur s'observe penser, c'est la réflexivité.

Voici la clé – fusion sujet-objet – pour réaliser la source de conscience.

### Schéma d'exercice

Calme, détendu

J'observe ce qui se trouve devant moi

Mon attention se porte sur le regard (je suis bien conscient de ce jet d'attention)

Mon attention se tourne vers la conscience.

Retrait vers l'intérieur : émission et réception se fondent,

Attention et conscience fusionnent

Lumière

### Note :

Lorsque l'attention se tourne vers la conscience, l'objet extérieur disparaît, il n'a plus d'importance.

### Obstacles

Il se trouve plusieurs pièges dans l'approche de la source intérieure. Un des plus marquants est la lumière de l'intellect; c'est croire que l'on comprend tout, car le monde en face de soi est appréhendé et reçoit une explication. C'est une sorte d'éblouissement; la lumière de la compréhension revient en

miroir et l'on se perd en elle. Les situations sont schématisées mais sentiment, désir restent des traits repérés, leur profondeur échappe à l'individu, la sensation perd sa richesse. Comme avec une lampe frontale, tout s'éclaire devant, mais le corps reste dans l'ombre; il s'agit de reculer vers le centre, de s'inscrire dans le corps, dans l'expérience, sinon on aboutit à schématiser les êtres et à une sécheresse de cœur et de sentiment.

Un autre piège est de prendre la source de conscience pour un concept, un objet mental, un contenu figé que l'on peut, certes, décrire, en faire le tour et analyser. Oui, on peut approfondir l'impression, analyser la démarche, cerner ce qui se passe, mais la source jaillit continuellement, rafraîchissante, nourrissante. Une différence analogue existe entre le concept du moi individuel et le sens intime de soi: je ne suis pas un concept, je suis beaucoup plus qu'une image dans le miroir ou qu'un schéma conceptuel puisé d'une théorie, non ?

Un autre piège serait de prendre la démarche pour le but; suivre la procédure assurerait la réussite. Oui, cet ouvrage présente des protocoles pour contacter la source, il en existe bien d'autres, mais il s'agit de réaliser le contact, de le rendre effectif, d'accomplir le trajet avec tout son être, toute sa conviction, non de mimer ou de faire comme si.

Il existe certainement d'autres pièges, mais ce sont les plus repérables, du moins ceux que l'auteur a notés.

Il existe d'autres obstacles à la recherche :

- chercher une impression exceptionnelle, comme un OVNI ;
- perdre patience car il ne se passe rien, je suis seul et j'abandonne ;
- je me diverte, reste à l'extérieur et fais plein d'associations d'idées, ou retourne à des préoccupations quotidiennes. Ce phénomène est bien connu, le remède est de laisser passer les pensées parasites.

Pourtant une fois que l'on a commencé à chercher d'où vient ma pensée, d'où vient ma conscience, ce qui fait jaillir mon attention, la question revient sans cesse.

## Critères de contact avec la Source

Comment savons-nous que nous avons contacté la source de notre être ?

Qu'est-ce qui le montre ? Voici quelques signes

### Sensoriel

Légèreté, fraîcheur,

Lumière dans la tête, plus nette et vive que la lumière de la compréhension

Poitrine dégagée,

Parfois, peau du front brûlante, poids sur la tête, picotements.

Note de musique dans la tête

### Ressenti

Joie stable

Équilibre

L'horizon s'élargit : expansion de conscience. Horizon au-delà de la tête

Oubli de soi, impersonnalité

### Motifs, Valeurs

Unifier la perspective

Accord avec la voix intérieure

Accord avec soi-même

Ouverture aux autres

### Conscient - Pensée

Fusion sujet-objet : je suis avec le monde, dedans

Impression de se trouver

Je suis attention, pure attention ou pure conscience

Action juste

### Sens de la vie

Se rendre utile

Donner de soi

Voilà une liste des signes qui résultent du contact ; en règle générale, seuls quelques-uns sont perceptibles, et cette liste n'est pas exhaustive. À toi, lecteur de noter ce qui se passe en toi, d'apprécier la richesse de la vie, toute sa splendeur.

## Utilité

Visualiser un soleil transparent au-dessus de la tête éclaire le cerveau, fortifie le calme intérieur et donne de l'assurance.

Se placer au centre du soleil donne de l'ampleur, de la légèreté et nous met en position d'émettre : donner, aimer, soutenir.

Devenir source de lumière permet d'orienter le jet d'attention, de soutenir quelqu'un, de stimuler une équipe projet. Il est aussi aisé de stimuler certaines qualités en colorant un rayon de lumière.

Si un enfant rentre tard, au lieu de m'inquiéter, je peux lui envoyer mentalement de la lumière, soutenir par la pensée son être intérieur, ce sera plus efficace que toute émotion. Bien sûr, on n'est pas obligé d'être inquiet pour le faire.

Plus l'on est attaché à un statut, un poste, un métier, plus l'on est lourd, plus il est difficile de changer ; la lumière nous guide, se propage partout et nous aide à nous transformer.

## En résumé

L'attention est semblable à un rayon de lumière.

Le jet d'attention provient d'une source, son énergie de la tension d'être.

La source de l'attention est lumière.

La fusion sujet-objet est un préalable au contact de la source de conscience.

Momentanément, je peux devenir source de lumière.

Le contact apporte fraîcheur, renouvellement, ampleur.

Cette lumière intérieure permet d'aider, de soutenir, d'aimer de manière détachée.



## Chapitre 2 Conscience

### Introduction

L'être veut dire jaillir, selon l'étymologie en ancien Grec, et la conscience apparaît. Comme l'a remarqué Martin Muller <sup>6</sup>, la conscience se forme par la rencontre de deux sciences : le courant Nature, support, ascendant, et le courant Esprit, informant, descendant. Ceci se comprend aisément : pour capter une émission, elle doit être diffusée et un récepteur sensible est nécessaire ; si l'émission est trop abstraite ou le récepteur trop grossier, rien ne sera enregistré. Ceci rejoint la tradition taoïste : l'énergie de la Terre monte des pieds aux reins, l'énergie du Ciel descend via la calotte crânienne jusqu'aux poumons, et ils se rencontrent dans l'humain, relation Terre-Ciel. Conscience, relation au monde puis, par intériorisation, relation à soi.

La Trinité est une idée fort ancienne, connue bien avant l'Antiquité. Elle se présente dans le trident de Neptune, de Shiva ou dans le triskel notamment. Nicolas Roerich <sup>7</sup> a entouré trois points rouges d'un cercle rouge et l'a valorisé comme le symbole de la Culture unissant passé présent et avenir, ou Art, Religion et Science. Ce symbole produit une impression de paix, de force et de plénitude. Un traité international en 1935 l'a reconnu pour protéger les monuments culturels en cas de conflit armé ; ce traité a été signé par les 21 pays d'Amérique. La même idée a été reprise à l'UNESCO en 1954 ; malheureusement ce symbole a été remplacé par un blason moyenâgeux, qui a un sens pour les experts médiévaux occidentaux, mais non pour l'ensemble des peuples. Nous verrons que la conscience a trois pôles comme beaucoup d'autres choses.

### Emblème de la pure conscience

Alice Bailey présente en plusieurs endroits trois points entourés d'un cercle, d'abord dans le tome 1 du Traité sur les 7 rayons<sup>8</sup> puis dans le tome 5. Le symbole en noir apparaît comme étincelle de

<sup>6</sup> Psychologue, Introduction à l'ontologie

<sup>7</sup> Artiste peintre, The Roerich pact and the Banner of Peace

<sup>8</sup> Respectivement page 39 puis 456

vie et comme pure conscience. Pour décrire celle-ci, il s'agissait donc de colorer le cercle et les trois points.

La conscience étant l'interface entre soi et le monde, le bleu ciel s'imposait pour le cercle ; les 3 couleurs de base étant le rouge, le bleu et le vert, le rouge de la vie colorait le point en haut, et le vert un des deux points en bas. Nous avons commencé par placer le vert à droite et le bleu à gauche, dans l'ordre des aspects (1, 2, 3). L'expérience fut déterminante : après avoir contemplé ce symbole, nous n'arrivions pas à prononcer deux phrases à la suite. De fait les points stimulent certaines zones du cerveau lors de la contemplation, et nous avons inversé les deux hémisphères. Il était donc juste de placer le point vert en bas à gauche et le bleu à droite.

Beaucoup ont noté que le blanc dans le cercle paraissait plus éclatant que le blanc à l'extérieur. C'est bien une illusion d'optique, ceci confirme que les points stimulent certaines zones du cerveau : la contemplation fait résonner ensemble l'objet en face et l'instrument réceptif.

L'attention mettait l'accent sur la polarité émettrice, la conscience met l'accent sur la polarité réceptrice. La conscience est relation avec le monde, et ce réseau de relation a un noyau que l'on peut situer comme identité relationnelle<sup>9</sup>, neutre dans toute relation. Le cercle bleu symbolise cette identité, relation à soi.

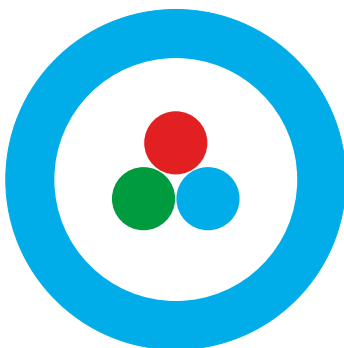


Figure 2.1. Emblème de la pure conscience

<sup>9</sup> Dans la théorie mathématique des catégories, tout est relation ; les éléments ou points sont des boucles neutres qui ne changent rien à la composition des flèches ou relations.

## Protocole d'expérience : contempler le symbole

### Préambule à l'expérience

Les couleurs imprimées ne peuvent donner les coloris exacts et la luminosité souhaitée, disons donc que le rouge est profond, le bleu lumineux, le vert vibrant d'activité.

Nous vous proposons ici un schéma d'intégration de ce symbole relativement complexe, à cause de ses divers coloris. Chaque partie du symbole donne lieu à une phase de « présence » ou résonance consciente ou contemplation (d'une à deux minutes) terminée par une brève mémorisation des impressions, sensations, état d'esprit, inscrites dans la conscience.

### Protocole

- Les pieds à plat sur le sol, la colonne vertébrale droite.  
Respirer calmement, écouter les bruits de la rue, simplement présent.
- Être simplement présent face au symbole  
Particulièrement présent au fond blanc
- Puis être particulièrement présent au cercle bleu  
Respirer calmement, nous sommes présents,  
Que nous dit le cercle bleu ?
- Être particulièrement présent au point vert  
Que nous dit ce point vert ?
- Être particulièrement présent au point bleu  
Que nous dit ce point bleu ?
- Être particulièrement présent au point rouge  
Que nous dit ce point rouge ?
- Replacer les trois points au centre du cercle.  
Présent au symbole.

Notre groupe y a travaillé pendant plus de 7 ans assidûment et y travaille encore régulièrement. Le tracé conscient s'approfondit

progressivement et laisse découvrir sa source, que vous pourrez découvrir à votre tour. Le terme le plus exact pour ce symbole est « emblème d'illumination », et nous serons heureux d'apprendre pourquoi vous approuvez cette appellation et quand vous pourrez vous passer du symbole pour accéder directement à l'impression sous-jacente.

## **Contempler**

« Pour connaître la chose, soyons la chose ».

Contempler vient après une concentration sur un objet, l'attention est focalisée dessus et le reste est négligé, que ce soit le corps, le temps ou d'autres préoccupations.

Méditer est une seconde étape, cela signifie que des pensées, idées, éléments viennent s'ajouter à la réflexion soutenue. Ce processus passe par des phases d'absence de pensée et d'autres de formation et d'accumulation.

Contempler, c'est regarder en présence de l'objet, en d'autres termes, l'objet apparaît à la conscience et le reste s'efface, les processus mentaux se ralentissent et s'arrêtent, donc l'objet prend toute la place, on est simplement présent à lui.

Vient ensuite un moment où objet et sujet fusionnent, il n'y a plus de distance entre moi et l'objet. Lorsqu'Einstein se demande ce que voit la lumière dans un miroir, il devient ce rayon de lumière. Alors je peux devenir lumière, l'attention et la perception fusionnent, je suis le regard et la vision ; j'observais le processus de penser, à présent je suis observateur et acteur à la fois, source intérieure, Soi.

### Contempler un objet

Contempler un objet commence d'abord par une posture calme et une respiration ample et apaisée. Il ne se passera rien d'excitant, il n'est pas question d'accélérer le rythme mais bien de le ralentir pour noter ce qui se passe à chaque instant et pourtant reste inaperçu.

On peut prendre une pierre, une fleur, un symbole ; l'objet le plus simple facilitera l'expérience. Tout élément divertissant perturberait et gênerait, comme dans tout composé chimique lors d'une réaction.

Au début, la pensée vient : à quoi peut servir ce moment, il ne se passe rien. Non, rien de spécial, mais la respiration se calme, la pensée s'apaise, le sentiment s'efface. Il s'agit de prendre le temps, d'être présent, d'observer et l'objet et ce qui se passe en nous.

On peut distinguer divers stades dans l'observation.

- L'aspect sensoriel, que voit-on ? Quelles arêtes, courbes, surfaces, coloris et nuances ? Quels reflets et ombres ?
- L'aspect attractif, ai-je envie de m'approcher ou de rejeter ? L'objet est-il plaisant, semble-t-il agréable ou repoussant ?
- L'aspect intellectuel, à quoi me fait-il penser ? Quelles idées me traversent ? Quelles associations d'idées, de sens viennent en tête ? C'est le stade de la méditation, décrit plus haut.
- L'aspect qualitatif. Quel est mon état d'esprit ? Comment je me sens ? Fermeté, douceur, droiture, solidité, expansion ? Élan, calme, modestie... Ces qualités résonnent d'abord puis m'imprègnent – si je reste attentif et présent.
- L'aspect essentiel. Le parfum d'une fleur m'épanouit, la dureté d'une pierre me renvoie à l'essentiel : épanouissement, rayonnement, concrétion, dureté et durée. Le végétal en moi s'exprime : les poumons ; le minéral en moi résonne : squelette. Ces diverses strates peuvent se succéder, se mélanger, s'invertir, ou se superposer ; mais avec la pratique et le temps, les niveaux de résonance se distinguent aisément.

### Contempler l'emblème

Les diverses phases ont été décrites plus haut et cet ordre permet d'approcher le sens du symbole, la théorie (*théoria* = contemplation au sens étymologique, donc ce qui vient à la suite) viendra en son temps. Ici nous ne nous occupons que du protocole d'observation. On va donc de l'extérieur vers l'intérieur, du fond blanc, puis de l'anneau bleu clair, puis le point vert, le point bleu, le point rouge puis les trois points ensemble.

Le fond blanc rend la conscience ample, vide, sans objet, présence ; il étend l'espace, la respiration s'amplifie naturellement.

Le fond à l'intérieur de l'anneau semble plus brillant, c'est une illusion d'optique, elle est voulue. En effet, chaque point va susciter

une zone du cerveau et leur ensemble stimulera le centre de la boîte crânienne; vous le découvrirez vous-mêmes. Plus nous sommes au centre de notre conscience, plus l'espace intérieur apparaît brillant, déjà au début. Que veut dire "être au centre de sa conscience" ?

Le point vert stimule une zone derrière l'œil gauche – traditionnellement associé à manas ou mental – et de là à l'hémisphère gauche. Le point bleu stimule une zone derrière l'œil droit, et de là l'hémisphère droit – souvent associé à l'intuition (terme vague s'il en est). Le point rouge stimule une intensité qui provient de la calotte crânienne – le Qi Gong nomme cet impact l'énergie du ciel.

Ensuite il s'agit de fusionner les traces nerveuses des 3 points ensemble, le fond blanc et l'anneau bleu restant à l'arrière-plan. Comment décrire cet élan vers la fusion ? Il s'agit d'un acte de volonté immédiat ; les zones stimulées réagissent et interagissent.

La contemplation conduit à une fusion duelle entre le sujet et l'objet ; ici il s'agit de fusionner les trois points en un : cette fusion s'opère en 3 temps, même s'ils sont brefs. 1) activer la résonance avec chacun des traits du symbole, 2) ouvrir la conscience à l'ensemble donc inclure les 3 pôles (et leur écho qualitatif), 3) abstraire l'ensemble. L'élan enregistré, si l'on réussit à l'atteindre tellement il est rapide, est une abstraction plutôt qu'un retrait.

La contemplation des divers traits du symbole ne fait que préparer ce moment de fusion des trois en un ; la résonance de l'anneau bleu dans sa totalité et l'incitation du point rouge en constituent les éléments essentiels.

Parce que 1) la tension d'être est perçue et soutenue volontairement, parce que 2) la sensibilité en éveil s'ouvre au monde, et parce que 3) l'intelligence discerne et analyse l'impression enregistrée, la source prend conscience d'elle-même. Les trois pôles fusionnent.

L'entraînement montre à quel point cela est simple, il s'agit de se placer au centre de la conscience, et les mots ne sont que de pâles reflets de ce geste intérieur. Ainsi une amie nous a demandé dans quel but nous contemplions ce symbole, nous

avons répondu aussi précisément que possible, mais cela lui restait incompréhensible ; 3 ans plus tard, cette amie reposa la même question, la même réponse lui fut donnée à quelques mots près, et elle a compris : tout était clair.

### Éviter les pièges

Il n'y a rien de fantastique dans cette expérience, il est inutile de s'asseoir en lotus, il suffit d'avoir les pieds à plat sur le sol et le dos droit. En effet, le courant nerveux circule mieux dans la colonne érigée. *A contrario*, faire l'expérience allongé ou le dos courbé accroîtrait la difficulté à percevoir finement ce qui se passe en soi.

La respiration est calme, non oppressée.

Si des idées saugrenues surviennent face au symbole, on peut chercher à écouter les bruits ambiants, on cherche à être présent, c'est la base ; la respiration aidera à se débarrasser des gênes éventuelles.

Combien de temps faut-il rester devant un élément du symbole ? Le temps ne se compte pas en minutes ni en respirations, c'est l'imprégnation qualitative dans cet instrument qu'est la conscience qui donne le tempo, celle-ci suppose la fusion d'elle comme on l'a vu.

### Critique

Le blanc à l'intérieur du cercle semble plus vif que le blanc à l'extérieur, c'est une illusion d'optique. Le terme *illusion* fait frémir et met en garde. Nous cherchons la réalité malgré l'apparence trompeuse. Mais nous l'avons dit : la contemplation stimule le cerveau, il s'agit d'utiliser tout le cerveau, d'aller au centre de l'impression, d'en chercher l'origine. Si de la lumière apparaît, en tête ou sur le papier dans le cercle, quelle importance ? Si cette lumière nous éclaire, nous emplit, nous rafraîchit, pourquoi s'en passer ? Nous passons-nous d'un radiateur parce qu'il chauffe et que nous nous sentons bien avec ? L'outil doit être utile, l'emblème ci-dessus nous sert-il ? S'il souligne la structure de la conscience, est-il anormal qu'il stimule la lumière intérieure et certaines zones du cerveau ? Cet éclairage ne masque pas le réel, ne l'inhibe pas, au contraire il nous y fait entrer.

## Un sens

On peut donner un sens aux éléments du symbole, mais c'est votre expérience qui vous donnera le sens : il s'inscrira en vous. Donc on peut dire (c'est du langage, une description approchée) :

- le fond blanc symbolise le champ de conscience ;
- l'anneau bleu la relation à soi, l'élément neutre ou l'invariant dans toute relation, donc le Soi ou identité relationnelle ;
- le point vert focalise l'intelligence discernante ;
- le point bleu l'ouverture au monde ;
- le point rouge, le renouvellement, la tension interne à l'attention.

## Réflexions

### Le Moi conscient distinct du moi opérationnel

Dans les projets professionnels, on distingue souvent le MOE ou Maître d'Œuvre (celui qui coordonne l'action) et le MOA ou Maître d'Ouvrage, celui qui demande et finance les travaux. Parfois on voit apparaître sur l'organigramme MOI, cela doit vouloir dire le Maître d'Œuvre Interne. Oui, le MOI coordonne les actions, c'est l'unité active qui régit les interactions avec l'environnement, avec les sensations, les sentiments, et si possible avec les désirs et les pensées. Cette unité active est réflexive car elle se pense, elle s'éprouve puis se nomme.

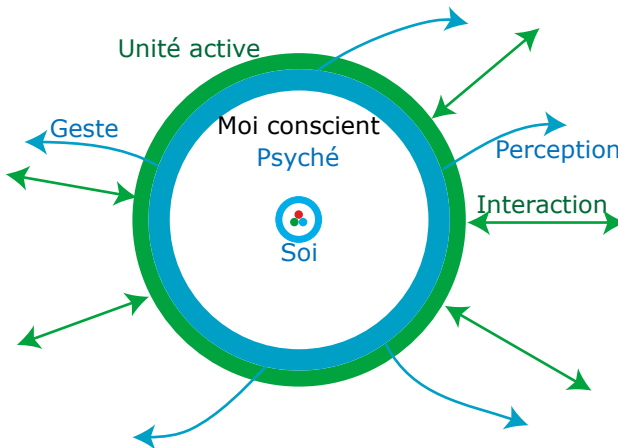


Figure 2.2. Le Moi interactif



Fort justement, Pierre Cauvin et Geneviève Cailloux montrent que le Moi conscient dépasse le pilote automatique. En effet, Jung<sup>10</sup> “distingue en tout quatre fonctions fondamentales: deux rationnelles et deux irrationnelles: la pensée, le sentiment, l’intuition, la sensation.” Chacune a deux polarités, extravertie et introvertie, ce qui fait 8 fonctions psychiques au total. Pensée s’oppose à Sentiment car ces deux fonctions permettent de choisir, Sensation s’oppose à Intuition et effectuent la perception.

Selon nos préférences, deux fonctions sont plus sollicitées (par exemple Sensation et Pensée ou Sensation et Sentiment) et nous permettent de vivre: de capter l’information sur le monde et de choisir, elles forment la base du pilote automatique, le fonctionnement habituel. En conséquence les autres fonctions, moins utilisées, tombent en désuétude.

“L’interaction entre les stratégies requises par l’environnement et les processus psychiques qui se développent donnent naissance à des Sous-Personnalités, c’est-à-dire des parties de nous qui savent faire face à un type de situation... L’ensemble des Sous-Personnalités primaires forment le Moi opérationnel ou pilote automatique.”<sup>11</sup>

Plus largement, “Le Moi conscient... embrasse les deux pôles de chaque paire d’opposés [Sensation ou Intuition, Sentiment ou Pensée] car il est capable d’apprécier ce que chacun d’eux peut apporter... Il est le régulateur des énergies opposées à l’intérieur de nous... Il opère de façon dialectique, en ouvrant la troisième voie, qui est la ligne de crête plutôt que celle de la plus grande pente.”<sup>12</sup>

Il est déjà périlleux de sortir de notre routine et de fonctionner avec tout le Moi conscient. Approcher le Soi constitue un autre défi, pourtant ce foyer de la sensibilité existe; contacter la relation intime à Soi peut sembler utopique, mais les protocoles de cet ouvrage et bien d’autres techniques le permettent, l’expérience le prouve. Précisons que nous ne cherchons pas à nous identifier

---

<sup>10</sup> Types psychologiques, page 426

<sup>11</sup> L’intelligence de soi et de l’autre

<sup>12</sup> Idem, page 54

à ce foyer mais bien à le contacter. Alors nous sommes vraiment nous-mêmes.

### La pure conscience ou Soi

Soi, ce pronom réfléchi de l'identité à la 3<sup>e</sup> personne, signifiant une mise à distance, à la fois ce qui représente l'unité active et une instance observatrice, Jung a le premier utilisé ce mot pour désigner le foyer de la psyché (ou sensibilité); ses successeurs ont pu considérer le Soi comme inaccessible, car tenant partiellement de l'Inconscient. Mais est-ce exact? Jung, évoquant ses souvenirs, commence par "Ma vie est l'histoire d'un inconscient qui a accompli sa réalisation"<sup>13</sup>. Que cette affirmation soit valide ou erronée, l'inconscient est donc réalisable pour Jung. Quel sens donner à cette réalisation ?

Comment unir le je qui nous parle, le moi que je me représente et le Soi, foyer de la sensibilité? Le Raja yoga est "la science de l'union", annonce le premier sutra des stances de Patanjali, union au monde et à notre être intérieur. Donc le centre de notre être est réel et il est réaliste d'approfondir ce qui passe à travers le Je, d'aller au centre de nous-mêmes.

Selon Marie-Claire Dolghin-Loyer<sup>14</sup>, le Soi est l'équivalent d'atman, le Je universel, notre ouvrage ne va pas jusque-là, car cela mériterait une exploration beaucoup plus hardie, des concepts plus profonds et une persévérance remarquable. Ainsi Alice Bailey situe le Soi unique dans le Cœur subjectif du Soleil.

Ici, nous cherchons à percevoir la conscience en elle-même. Et pour cela, il nous faut oblitérer les contenus conscients pour mettre en évidence le réseau de perceptions, les gestes intérieurs, donc se détacher momentanément de l'action, du contexte, du monde environnant

---

<sup>13</sup> Ma vie

<sup>14</sup> Les concepts jungiens, page 144

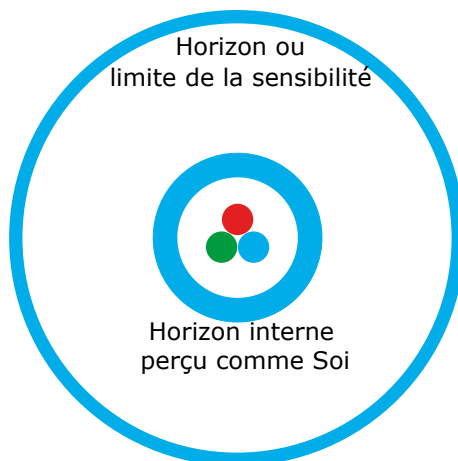


Figure 2.3. Pure conscience détachée de l'unité active

La relation à soi ou horizon intime, symbolisé par l'anneau bleu de l'emblème, se focalise dans le pôle bleu éveil, elle se déploie dans une large sphère jusqu'à la limite de la sensibilité ; celle-ci englobe l'inconscient, les perceptions fugaces et impressions entraperçues.

On pourrait également penser que l'unité active, le Moi, se focalise dans le pôle vert intelligence et que sa limite d'extension est la sphère d'action ; mais l'intelligence relève de la conscience, il vaut donc mieux parler du discernement, d'où découle la capacité d'action.

Qu'en est-il du pôle rouge ? Il symbolise la tension d'être, son ancrage. L'être essentiel se déploie dans l'archétype humain, mais cette étude, cette expérimentation dépasse de loin la portée de cet ouvrage

### [Bienfait de la contemplation](#)

La contemplation du symbole, au début, aère le cerveau ; progressivement la vision s'élargit, le comportement change, le sens intime de l'identité évolue. Le rôle dans le monde se modifie : non plus qu'est-ce qui m'arrive ? Ou qu'est-ce que je fais ? Mais qu'est-ce que je peux apporter ? En quoi puis-je être utile ?

Pendant tout ce temps, je me sens plus présent, plus plein, plus ouvert. Avec le monde, plutôt que face à lui.

### En résumé

La conscience résulte de la rencontre de 2 scients : l'un informant, abstrait descendant, l'autre support, concret, ascendant.

La contemplation réussit avec la fusion sujet – objet, l'objet n'est plus à distance.

L'emblème est une clé pour contacter la source de conscience.

L'anneau bleu symbolise la relation à soi.

Le point vert évoque l'intelligence qui discerne.

Le point bleu symbolise l'éveil, il focalise l'ouverture au monde.

Le point rouge évoque le renouvellement incessant.

## Chapitre 3 Cohésion

### L'adaptation à l'honneur

La mécanique quantique a montré que l'on ne pouvait connaître un objet sans interférer avec lui. Ce constat s'est élargi à tous les systèmes industriels puis commerciaux : les choses ne sont plus isolées mais interagissent avec leur environnement, c'est ce que l'on appelle la systémique. Également, une action n'est pas isolée, elle entre dans un processus, c'est un enchaînement d'actions qui vise à donner une valeur à un destinataire. On l'observe dans notre vie quotidienne : faire des courses dans une grande surface est un processus, acheter en ligne en est un, déclarer ses impôts, prendre le train, l'avion, etc. Ainsi cette conception dit que tout est guidé par des interactions : celles-ci permettent de s'adapter à l'environnement ou à tout autre système. Ainsi l'adaptation d'un système est pensée, construite, régulée de cette manière.

### La cohésion ignorée

Le système s'adapte face à d'autres systèmes, mais ceux-ci sont supposés se maintenir. Dans le temps, une action effectue une transition entre deux états, mais ceux-ci sont supposés définis. Mais qu'est-ce qui assure l'unité d'un système, d'un projet, d'une équipe ? Qu'est-ce qui fait qu'une unité ne se disloque pas, mais résiste aux chocs, secousses et pannes ?

On admet alors que la cohésion est décrite par des échanges internes comme à l'intérieur du corps ou d'une cellule ; si l'unité se fissure, des interactions repérées n'ont pas eu lieu, ou d'autres ont pris leur place. On obtient donc une explication après-coup.

### La cohésion en miroir

Cette question de cohésion d'une unité renvoie aussi en miroir à celle de la cohésion du sujet.

Lorsque l'unité est composite, elle devient une totalité, un ensemble, un monde, et peu à peu la compréhension s'élargit à l'ensemble de ce que l'on connaît, au monde connu. Ce monde est beaucoup plus acceptable qu'une masse informe d'éléments ;

la confusion rend toute action, toute décision, toute coopération difficile, comment faire face s'il n'y a plus de repères? Les unités qui composent le monde, et lui dans son ensemble, sont beaucoup plus maniables.

En miroir, le sujet s'unifie. Il n'est plus traversé de pulsions incohérentes, d'émotions contradictoires, de rôles disparates, un rôle en famille, un autre au travail, un autre dans une association, avec des amis... La cohésion perçue à l'extérieur renvoie à la cohésion de l'unité active, de l'individu qui se perçoit un. Le sujet unifié assume ses actes, une expression cohérente. Cette unification est un réel travail qui s'effectue avec la croissance dans la jeunesse, mais il se produit parfois des ratés. Assagioli a inventé le terme de sub-personnalités pour décrire des rôles distincts, antagonistes dans une personne, cette notion a été reprise par des jungiens et les artisans du dialogue intérieur.

### Gérer la régularité

Les interactions existent, régulent, gèrent la continuité; si une faille se produit, les interactions la décrivent mais elles arrivent trop tard. Cette approche systémique décrit le fonctionnement régulier, mais ne permet pas l'innovation, car les interactions sont posées, supposées exister continûment. La répétition provient de la pulsion de mort, a dit un psychanalyste; la vie est nouveauté, découverte, inattendu.

Il faut recourir à ce qui se passe et non à ce qui se répète. Justement, après Husserl et Merleau-Ponty, la phénoménologie s'intéresse à ce qui se présente et le distingue de ce qui se représente. Représenter, c'est tenir un rôle, répéter comme une scène de théâtre; se présenter s'effectue dans le présent, offre sa spontanéité, exprime en se découvrant.

### **Capter ce qui se passe**

Qu'est-ce qui se passe? Sans perception, nous ne connaissons ni notre état intérieur ni la situation extérieure. La perception n'a ni début ni fin, mais dispose d'une intériorité, elle explore, capte et cueille. L'action, elle, part d'un état initial pour arriver à un état final, elle se formule par un ternaire sujet – verbe – complément;

un jugement se formule aussi en un ternaire 'ceci est cela', c'est pourquoi les interactions forment un monde logique, le monde du 3. C'est cette différence entre jugement et perception, entre interaction et suspens, que nous allons développer à présent.

Commençons par une présentation brève et approximative. Nous allons distinguer divers mondes chacun avec une vue et une logique différente. Le monde du 4 est celui des contours fixes, tel un carré ou un rectangle : les choses sont définies, c'est le monde du passé, on ne peut que constater ; les affirmations sont vraies ou fausses. Le monde du 3 est celui des choses qui se font, c'est le présent avec des actions qui ont un début et une fin, avec la transition cela fait 3 ; les choses se vérifient, car on teste leur validité. Le monde du 2 est celui des liens en suspens, on explore : s'il y a un départ, on cherche, on observe, le but n'apparaît pas ; il n'y a donc pas de jugement mais perception. Le monde du 1 est celui où tout jaillit, tout peut apparaître, c'est la question alors que les réponses restent latentes, la discipline sportive ou intellectuelle qui attend toutes les théories, tous les entraînements, c'est l'enjeu du débat où rien n'est encore exprimé, c'est la source d'énergie ; vis-à-vis de la logique c'est la fusion des opposés mentionnée par Héraclite et Jung. Si l'on prend comme exemple un sport collectif, le monde du 1 est le match, le monde du 2 rassemble les regards, les gestes et les observations, le monde du 3 décrit les passes et les buts, le monde du 4 constate le score.

Reprenons posément la description de ces logiques qui forment des mondes.

### [La vision systémique ou monde du 3](#)

Les objets statiques (monde des données représentées par un rectangle, donc appelé monde du 4) résultent d'une action terminée ; dans la vision systémique, l'action s'effectue, les objets se définissent, selon une procédure prévue et fixée. L'action passe d'un état initial à un état final, ce qui est une vue générale dans la science comme l'ont noté Bailly et Longo <sup>15</sup>. État initial

---

<sup>15</sup> Bailly et Longo, Mathématiques et sciences de la nature

– transition – état final, voilà le ternaire qui structure toute cette approche, que nous appelons le monde logique du 3.

Le ternaire est représenté par une flèche avec un début et une fin bien définis qui, eux, se représentent par une boucle. La flèche est analogue au ternaire sujet - verbe – complément, décrivant une action. C'est pourquoi il est si facile de penser de cette manière, sur le mode du 3.

Dans ce monde, l'individu se définit, il s'exprime selon une procédure stéréotypée, ainsi il peut dire ce qu'il fait, ce qu'il est, il peut signer. Sa signature peut être vérifiée : elle a été enregistrée dans le monde du 4, mais ici l'individu agit, il reproduit sa signature. Les données du monde du 4 sont donc toutes produites par des actions (monde du 3).

### L'ouverture au monde, la suspension, monde du 2

Dans le monde du 2, l'individu se présente, sa présence dépasse les mots, les formules déjà faites, les rôles. Quoiqu'il dise ou fasse, les autres perçoivent plus qu'il ne peut en dire. Certains auteurs récents mettent l'accent sur la présentation, la mise en présence qui n'est pas une représentation. Les choses se passent sans avoir été définies à l'avance. C'est le monde du regard, du suspens, de l'ouverture.

Lorsque nous ouvrons les yeux, nous ne savons pas ce qui va se présenter. Lorsque nous nous levons le matin, nous nous attendons à certaines choses, mais il y aura des surprises. Ainsi l'objet n'est pas défini au préalable. Le regard est en suspens, comme lorsque nous regardons ce qui va s'afficher à l'écran ou le résultat que présente un moteur de recherche. Ce sont ces surprises, ces découvertes qui donnent leur sens à la vie, sa joie. Nous sommes ouverts à ce qui se présente, c'est cela l'éveil, le ressort de la conscience.

Dans ce monde en suspens, les choses s'élaborent, ni sujet ni objet ne se définissent, il s'agit du jet. Son cours se construit, comme lorsque la solution à un problème s'élabore, une œuvre se conçoit, sans repasser par des schémas établis. La perception capte, avant d'avoir reconnu ce dont il s'agissait, avant tout jugement.



Gilles Châtelet<sup>16</sup> a étendu ce phénomène de lien en suspens dans le domaine de l'action : il décrit le geste qui explore l'espace, rassemble, cueille. Il cueille, c'est-à-dire il ne va pas droit vers l'objet, il tâtonne, explore l'espace autour, l'entoure, puis prend. Si l'œil perçoit un contour, c'est parce que le balayage visuel capte la transition entre deux zones : le regard explore autour de ce qui va être perçu comme trait.

De même, sujet et objet ne sont pas définis exactement, on le remarque dans la contemplation : auparavant, nous sommes là, l'objet est ici ; dans la contemplation, la conscience s'absorbe dans ce qui se présente, dans le présent. Le geste est ainsi une danse au présent (et non une action qui part de là pour aller là-bas).

Le suspens décrit le jet, le regard ; ici il n'y a pas de résultat ni vrai ni faux, mais il peut y avoir un envers, comme l'a dit Edgar Morin puis Alain Badiou<sup>17</sup>. L'envers est la perception d'une absence, d'une différence, mais la perception ne peut être niée ; le geste s'esquisse, n'aboutit pas à ce que l'on pouvait espérer, néanmoins il s'effectue. Ici la négation ne déconstruit pas l'action comme dans le monde du 3 ; la négation décrit un autre monde logique, le monde du 2, celui de l'endroit et de l'envers, de la similitude. On ne peut dire qu'une perception est identique à une autre, elles sont semblables. On peut regarder plusieurs fois le même arbre, l'objet est identique, mais la perception n'est jamais la même : il n'y a pas d'égalité entre les perceptions.

La lumière ne cesse jamais, elle poursuit sa trajectoire en spirale ; le jet de la suspension ne cesse jamais lui non plus, progressant en spirale. Le lien en suspens a une intériorité ; le retour à soi ou identité de ce lien est donc une progression, un pas de l'hélice ; l'identité se construit sans cesse comme le 'je' dans la conscience.

Dans le monde du 3, un jugement ou une action est représenté par une flèche. Comment représenter un lien en suspens ? Par une spire, une sorte de boucle ouverte. Les spires se présentent

<sup>16</sup> Gilles Châtelet, Les enjeux du mobile

<sup>17</sup> Edgar Morin, La nature de la nature et Alain Badiou, Logiques des mondes

donc selon deux dimensions, longitudinale pour le déroulement et latérale pour l'exploration ; elles rappellent les photons qui se propagent en suivant une trajectoire en hélice. Bien qu'elles s'inscrivent sur la surface du dessin, elles n'ont ni début ni fin définis.

## 4 Mondes logiques

Quatre logiques différentes s'appliquent à des visions différentes que nous appelons des mondes logiques. Les objets et le lien avec eux diffèrent selon la manière dont on les considère.

Le monde du 4 est celui des objets, posés, constatés. C'est le monde du passé, décrit avec des participes passés : produits, résultats, données ; la logique est celle du tout ou rien, l'élément existe ou pas. Parfois, on peut ajouter plusieurs valeurs de vérité : probable, possible, éventuel... Ces objets sont toujours donnés.

Le monde du 3 est celui de l'action, du présent. Le verbe d'action est donc au participe présent, on fait des choses, on gère la connaissance, on entre dans un processus... Cette vision systémique repose sur des interactions, car on ne peut connaître une chose qu'en interagissant avec elle ; cette idée provient de la mécanique quantique, créée en 1927. Le monde du 3 décrit une action entre début et fin, ou bien un jugement entre ceci et cela : donc relation entre 2 invariants ou objets qui se définissent ; or chaque définition suppose une action. La logique est celle du raisonnement qui va d'une hypothèse à une conclusion. Ici, la négation infirme ce qui a été annoncé, elle se situe dans un processus de vérification : confirmation ou non.

Le monde du 2 est un monde en suspens, les liens ne se posent pas encore, la perception, le geste sont esquissés mais n'ont ni début ni fin (définies). Cette idée provient de Husserl au début du XX<sup>e</sup> siècle : il voulait "connaître les choses elles-mêmes". La négation dans ce monde est un envers : je perçois qu'il n'y a pas de fleur ou de vase, mais je ne peux nier la perception. L'absence est l'envers de la présence, mais la perception est toujours affirmative. Ainsi le geste peut ne rien recueillir (il a la forme d'une spirale qui cueille une fleur), il peut ne cueillir que le

vide. Comme la lumière, le lien suspensif ne s'arrête pas mais il peut se poser avec d'autres liens suspensifs.

Le monde du 1 institue l'espace, introduit une dimension, pose une question ou affirme une valeur (ce qui a de l'importance). Cet espace donnera ensuite lieu à 2) des variables, des explorations en suspens, gestes ou perceptions, à 3) des actions ou des jugements, qui produiront 4) des résultats, des réponses, des données. Dans ce monde, les opposés fusionnent, un pôle (source de cet espace) n'a pas de négation, par exemple la vérité est une dimension d'abord. Ensuite apparaît l'ombre du pôle parce que nous sommes à distance de ce pôle, alors le faux peut apparaître comme une possibilité. La santé est un pôle, le bien aussi, et la première exploration est toujours naïve, affirmant le positif, c'est seulement ensuite que la possibilité du manque, du négatif apparaît.

Héraclite puis Hegel ont fait allusion à ce monde, remis à l'honneur, car il n'y a pas de réponse sans question. Le pôle (élément du monde du 1) a des arborescences avec des sous-pôles comme une question principale avec des questions secondaires; le pôle produit la tension qui donne l'énergie aux explorations représentées par des spires.

Une action est nécessaire pour définir un point; dans le monde du 1 aucune action ne se définit, l'extension (invisible, implicite, logique) de ce monde est dénommée la nappe. Dans la conscience, c'est le lieu où la tension est telle que rien n'apparaît, la perception ne se courbe pas, il semble que tout est là, tension d'être. Pouvez-vous enregistrer cette impression? Elle se situe au-delà de l'horizon conscient, de l'autre côté du bord. La nappe est donc parcourue de rayons directs, droits qui ne se courbent pas et n'ont pas d'intériorité.

Chacun des mondes a une position face au temps, un style de négation, une trace sur le dessin et un mouvement générique.

Le monde du 1 inclut les pôles, source de tout développement. Ce peut être une valeur qui sous-tend une activité ou un projet; ce peut être une question qui suscite un domaine de recherche, voire une discipline telle que la chimie, les mathématiques, la gestion des connaissances, etc. Ces pôles sont donc la semence

d'un espace dédié. Dans cette semence, tout est possible, la négation qui suppose de poser une affirmation n'a pas lieu, faute d'objet. Cette source est en pulsation et suscitera le déploiement qui, lui aussi, pulsera du centre à la périphérie.

Le monde du 2 passe de la semence au germe qui jaillit, éclôt, explore. Le geste tâtonne, explore, tourne autour de l'objet, puis le cueille et le ramène. Dans l'éveil, l'attente s'élanche, s'élargit, puis une impression s'enregistre: perception fugace. Dans ce monde du 2, les choses s'esquissent, en suspens, exploration, innovation, essai et erreur. La perception enregistre, présence ou absence, endroit ou envers, mais la négation ne se pose toujours pas. Le mouvement dessine une spirale: aller en avant, envelopper, cueillir, revenir avant de repartir.

Dans le monde du 3, les trajets s'effectuent du départ à l'arrivée selon un chemin connu, les actions se déroulent du début à la fin en un processus établi, prévisible, répétitif. C'est alors que se posent les jugements, la reconnaissance que telle chose est ceci ou cela, de telle ou telle nature. Les choses se font en interagissant avec d'autres; on se place dans le présent, en posant les choses, en conscience ou dans l'action. Si les choses se font, elles peuvent, à l'inverse, se défaire; la négation existe car l'action peut s'interrompre, échouer, le jugement peut s'avérer faux, trompeur, plausible, probable ou exact. Les choses se définissent en revenant à elles-mêmes comme en une rotation, on peut en faire le tour et les opposer à d'autres, d'autres objets, d'autres notions, d'autres avis.

Le monde du 4 concerne les choses telles qu'elles sont ou plutôt telles qu'elles sont constatées, connues, obtenues. C'est le domaine du passé avec ses contenus, ses effets (participe passé du verbe effectuer) ses résultats (du verbe résulter), ses données. Ce monde statique est posé, stable, tranquille, facilitant l'économie de pensée, car on sait que A est A et non son contraire; comme l'a énoncé Parménide, "l'être est et le non-être n'est pas"; logique, rigueur mais aussi mort, les choses sont faites, pas d'évolution. Le mouvement ne peut venir que de l'extérieur tel le déplacement d'une forme inerte, solide.

Donc chaque monde

- s'inscrit dans le temps (infinitif, suspens, présent, passé),
- admet ou non la négation (jonction des opposés, envers, inverse, contraire)
- laisse une trace (espace, spire, flèche et boucle, quadrilatère défini pour le 4)
- suit un mouvement (pulsation pour le pôle, spirale pour le lien suspensif, rotation pour les objets du monde du 3, déplacement pour le 4).

Récapitulatif des 4 mondes logiques

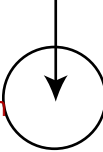

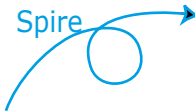



Nb	Monde	Négation	Trace	Mouvement
1	Pôle Valeur Question Dimension	Jonction des opposés	Création d'une dimension 	Pulsation 
2	Suspension Perception Geste	Envers En suspens	Spire 	en spirale
3	Interaction Jugement Action	Inverse se posant	Flèche Boucle 	Rotation 
4	Espace variance Passé , Donné	Contraire posé	Ensemble éléments 	Déplacement

Figure 3.1 Tableau des 4 mondes

Illustrons ce tableau par un exemple. Henri Poincaré a remarqué que la géométrie euclidienne se basait sur le déplacement des corps solides, indéformables. Dans le monde du 4, les éléments sont donnés, ils existent continûment, indépendamment de tout

acteur. Ainsi un tas de planches existe, dans un coin. Dans le monde du 3, il faut une action pour définir les choses : la planche n'a pas de longueur si elle n'est pas mesurée, mettons avec un mètre flexible ; si après avoir appliqué le bord du mètre, l'autre bout touchait autre chose, on ne pourrait rien dire de sa longueur ; on suppose donc que la planche est bien la même au début et à la fin de la mesure.

Pour mesurer une planche, l'artisan effectue plusieurs gestes (monde du 2) qui sont ici détaillés : appliquer le bout du ruban sur un bord de la planche, tendre le ruban, lire la gradation sur l'autre bord de la planche ; ainsi l'action de mesure se compose de gestes qui restent souvent implicites. La connaissance (jugement) que la planche fait 1,20 mètre est issue de plusieurs perceptions sur le bout du ruban, sur sa tension, sur la gradation du mètre. C'est le monde du 2. Si le bout du ruban bouge ou si le ruban n'est pas tendu, la perception a lieu, mais ne peut servir.

Enfin si la planche doit servir pour une étagère, d'autres dimensions viennent s'ajouter à la longueur : la solidité de la planche et la nature du mur porteur, en plâtre, béton, parpaings... Ce sont des pôles du monde du 1. Si le support ou la planche est métallique et que la température varie fortement, la dilatation devient un problème (une dimension) à prendre en compte. Ainsi les mondes logiques sont à portée de main.<sup>18</sup>

Ici nous laisserons de côté les pôles, le monde du 1 qui fonde l'identité relationnelle ou source de conscience qui, elle, fait partie du monde du 2.

## **Transitions entre les mondes logiques**

### Du monde du 2 au monde du 3 : le suspens se pose.

Deux liens en suspens peuvent se composer et produire un autre lien. La perception peut s'élargir, s'approfondir, le geste peut se continuer. Pour se poser, il faut semble-t-il deux genres de liens : un lien sensoriel et un lien mental. La perception sensorielle capte cette table, la mémoire rappelle ce qu'est du bois, du métal, du

---

<sup>18</sup> Extrait de Penser la vie

plastique, du contreplaqué ; c'est la reconnaissance, une perception mentale. La jonction des deux perceptions sensorielle et mentale permet le jugement. Ainsi la sensation "Ceci" va être nommée, donc associée à une catégorie "cela", ce qui produit un jugement "Ceci est cela" : la table est en bois, soit une relation Perception – Reconnaissance.

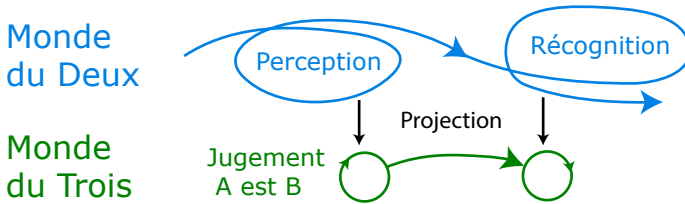


Figure 3.2 Deux perceptions formant un jugement

Dans le domaine de l'action, le geste, pour devenir une action rationnelle et non instinctive, doit avoir une représentation, une intention ou un but : j'ai une idée et ma main écrit, alors que l'estomac fonctionne sans intention consciente. En Qi Gong, pour stimuler le corps énergétique, l'intention est nécessaire autant que le geste ; le geste seul ne peut stimuler le Qi ou vitalité, il ne fait que mouvoir le corps dense, musculaire.

Un exemple met en évidence la différence entre perception interne et action démonstrative, entre lien en suspens et interaction qui se déroule. *Avoir raison* s'appuie sur des arguments, sur des actions déclaratives, dans un procès ou processus social, dans une extériorité, alors que *être juste* se base au fond sur l'équilibre ressenti dans la poitrine, une perception proprioceptive, l'espace interne de la personne. On note donc la complémentarité mais aussi la différence entre monde du 3 et monde du 2, entre interaction et perception.

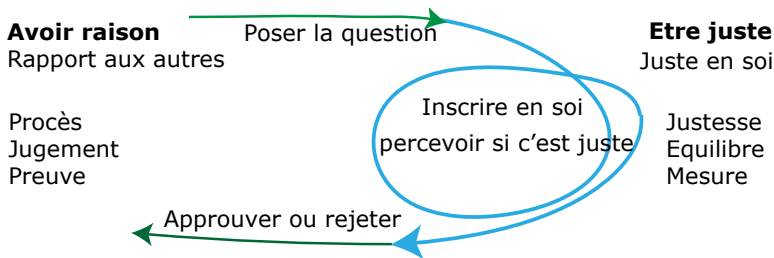


Figure 3.3 Extériorité, avoir raison, et Intériorité, être juste

### Transitions inverses

Si le suspens se pose, on peut opérer en sens inverse : passer de l'inerte au vivant. Du monde du 4, sans mouvement, statique, posé, on passe au mouvement, monde du 3. Mais celui-ci est répétitif, déterminé. On va donc vers la suspension, monde du 2, l'exploration, le nouveau qui est le sel de la vie. Mais d'où vient l'énergie de l'exploration ? Du monde du 1, de la tension.

Le détail du passage des flèches aux spires est décrit dans le livre *Penser la vie : couper les arêtes du graphe* (les flèches) en deux, dépointer les sommets, qui donnent l'intériorité des spires. On obtient un tissu de spires ou tissu de liens suspensifs : gestes et perceptions.

### Pulsation entre les mondes

Il existe une pulsation au sens large entre les mondes. Nous la remarquons à peine, encore faut-il y prêter attention.

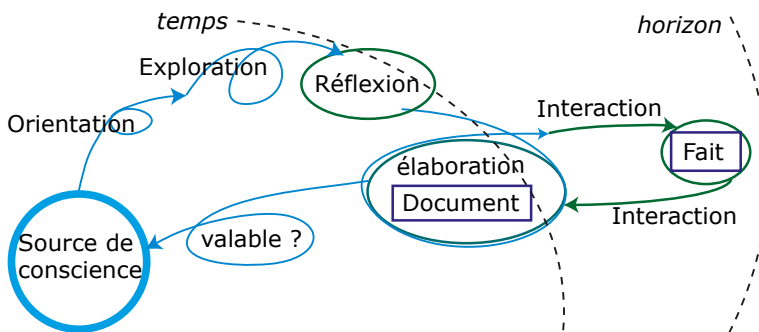


Figure 3.4 Pulsation de la Source au Document



Lors de l'écriture d'un texte, l'auteur s'interroge, explore des idées, réfléchit, puis élabore le document; celui-ci est ensuite laissé reposer ou bien envoyé, il devient un fait (participe passé, monde du 4). L'auteur anticipant l'interaction ou bien la recevant se demande si ce document est valable et correspond à son intention initiale.

Mais on peut aussi se mettre à la place du lecteur ou lectrice. La lecture lui fait entrevoir un sens, il comprend le texte, il réfléchit, compare peut-être avec d'autres idées, puis rédige une réponse. Cela peut se dérouler en 3 secondes en réponse à un texto ou bien des jours après la lecture d'un ouvrage ardu.

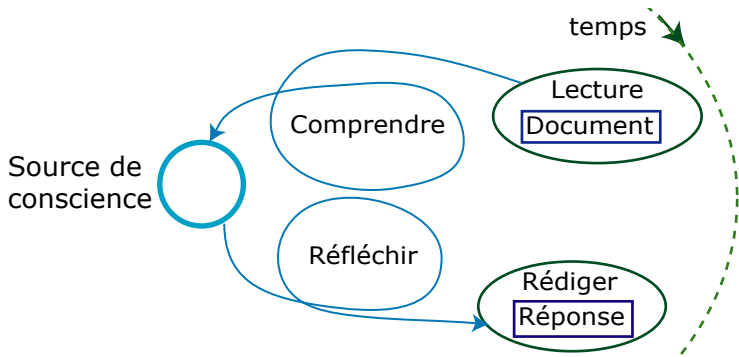


Figure 3.5 Pulsation du Document à la Réponse

### Remarque sur les figures

L'attention s'exprime dans l'espace, elle part de la source de conscience et y revient; mais dans la figure 3.5 ci-dessus, elle n'apparaît pas pour ne pas surcharger le dessin; ici le document semble premier, mais il a été perçu grâce à l'attention qui lui a été portée.

Les couleurs correspondent aux pôles de l'emblème vu au chapitre 2, mais ces pôles jouent conjointement dans le geste ou la perception. Ainsi toutes les spires bleues – monde du 2, liens en suspens – se stabilisent dans les flèches vertes – monde du 3, interactions – qui définissent et utilisent les éléments figés – monde du 4, les traces ou données.

## La forme, cohésion et Soi

### Genèse de l'unité

Pour la systémique, un organisme composite est maintenu par des interactions basées sur un anneau central, tel le moyeu d'une roue. Ce moyeu est l'identité relationnelle, la relation la plus interne ; est-elle capable de générer, coordonner, soutenir les interactions entre composants et avec l'extérieur? Parce qu'elles ont un début et une fin, ces interactions fonctionnent, elles assurent la cohésion, ou parfois non.

Or ces interactions sont sous-tendues par des liens en suspens. Perceptions ou gestes, ces liens en suspens décrivent ce qui se passe. Ainsi l'unité se construit, au présent. Ces liens s'étendent vers l'extérieur, constituant alors l'horizon, et vers l'intérieur ils forment une limite : l'anneau de perceptions internes qui constituent l'horizon de la perception, tout comme il existe un anneau externe sous-jacent aux différents composants (en vert).

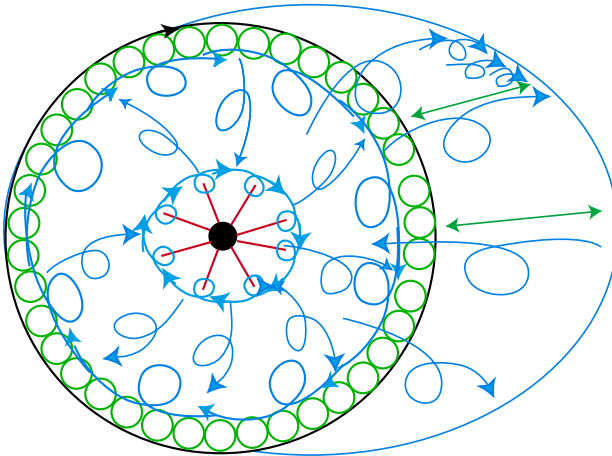


Figure 3.6 Forme en interaction et 3 anneaux de spires

Le cercle vert décrit les composants de l'unité active qui interagit avec l'extérieur. Ce cercle est sous-tendu par des spires bleues qui représentent le moi. Cette relation à moi est alimentée par des perceptions internes qui, elles, proviennent de Soi : relation à

Soi en genèse perpétuelle : le Soi se reconstruit à chaque instant (l'anneau central). Ce lien tire son énergie des rayons rouges où le flux de l'attention est si puissant que les liens ne se recourbent pas, eux-mêmes provenant de la tension d'être, représentée par le trou noir. Le pôle ou tension d'être qui fonde la forme a été représenté, c'est le monde du 1 qui donne l'énergie aux liens qui s'assemblent en identité relationnelle ou source de conscience. Ce qui dépasse l'horizon interne a été décrit dans le livre Penser la vie, mais ce monde du 1 va au-delà de cet ouvrage.

À l'extérieur de l'unité figurent des interactions, les flèches vertes, et des perceptions, qui aboutissent à l'horizon cognitif : l'ovale bleu.

### 3 mouvements et 3 degrés

Des liens suspensifs sous-tendent l'enveloppe composite qui constitue la forme tangible ; celle-ci est parcourue, telle une paramécie, par un mouvement longitudinal, ce qui équivaut à la rotation d'ensemble de la forme. La limite extérieure de ces liens dessine la limite spatiale de la sensibilité, l'horizon ; avec le temps celle-ci permet à la forme d'évoluer, c'est le deuxième mouvement. Enfin la limite intérieure des liens suspensifs constitue l'horizon interne, le sens intime de la perception et du geste subjectif, le Soi de la forme. Le mouvement associé est une pulsation, la forme sensible est vivante.

En fait, la pulsation s'exerce de 3 manières : 1) dans l'espace, par extension de la tension qui fait jaillir l'être, 2) par l'ouverture au monde, produisant la sensibilité, donc la notion de durée, du temps, ce qui permet l'évolution, 3) par le retour sur soi-même, vers l'horizon interne, donc par réflexivité. Avec ces 3 types de pulsation, 3 degrés de la forme s'élaborent.

Ces points ont été développés dans la thèse La Tension interne à la cohésion informationnelle. La figure ci-dessus illustre ces 3 degrés, mais ne peut les manifester.

### Exercice préalable : repérer les liens en suspens

Penser à des êtres ou objets avec qui nous avons interagi récemment.

Que savons-nous de ces objets (monde du 4) ?

Comment se définissent-ils régulièrement (monde du 3) ?

Quelles perceptions ai-je eues hors du déjà connu ?

Quels nouveaux aperçus se sont présentés ?

Quels gestes mentaux ai-je effectués ?

Oublier, laisser tomber.

Revenir au présent en trois grandes respirations conscientes.

Silence

### Protocole d'expérience

Observer ma sphère de perception actuelle, dans tous les registres : visuel, auditif, tactile.

Noter l'attention qui sous-tend ces perceptions.

Se tourner vers l'intérieur

Laisser de côté le contenu des perceptions

Noter la sphère de sensibilité active

Qu'est-ce qui me fait un ? Gestes mentaux, intentions, perceptions ?

Quelle énergie provoque ces gestes ?

Aller vers le centre, l'horizon interne, un.

Être ce qui perçoit, ce qui suscite cet élan vers le monde

Être la source - vraiment soi-même

L'attention construit le monde autour de moi

Elle stimule ma capacité à comprendre

J'observe l'étendue de mes connaissances

Sous mon regard, le monde s'unifie : tout est un.

Je note les zones encore incomprises.

Je suis avec le monde.

### Note

Les gestes mentaux sont accueil, approfondissement, exploration, retrait, abstraction, perception ou encore d'autres ; tous ces mots désignent des liens en suspens.

La démarche de l'exercice part donc des liens en suspens, actuels, pour aller vers l'intérieur, elle va jusqu'à l'anneau central, puis repart vers le mental, capacité de comprendre, puis la sphère de connaissances (monde du 3).

### Le Soi de la forme

Trois mondes sous-tendent la forme apparente :

- 1) le monde du 3 avec ses interactions ;
- 2) le monde du 2 avec les liens en suspens, perceptions ou gestes ;
- 3) le monde du 1 issu de la tension d'être qui fournit l'énergie aux liens suspensifs puis aux interactions.

L'emblème vu au chapitre 2 résume le foyer de la forme, le Soi de celle-ci. Ce modèle repose donc sur 3 pôles au sein de l'identité relationnelle représentée par l'anneau bleu, c'est aussi l'horizon interne, ce que nous cherchons. Quel sens a chacun de ces pôles ?

Le pôle sous-jacent à la forme tangible, au corps, stimule les liens en suspens qui forment la charpente de cette forme. Ils en créent et entretiennent son intégrité ; en ce sens ils l'animent. Ce pôle est donc responsable de la santé, du support physique de toute activité (interaction avec l'environnement). C'est le pôle le plus naturel et il peut être associé à la couleur verte.

Le pôle sous-jacent au tissu de spires est l'origine de l'attention, de tout échange, perception ou geste avec l'extérieur ou l'intérieur du corps ; elle est donc le sujet puisque le jet unit le su- jet (sous le jet) à l'ob- jet (devant le jet). Ce pôle sous-jacent au tissu de spires peut être associé à leur couleur bleu clair.

Le pôle sous-jacent à la pulsation et à l'anneau central ou horizon intérieur décrit le sens de l'existence ; ce pôle échappe à la perception de soi et c'est ce que cherchent à incarner les individus. Il échappe au langage et, en règle générale, à la perception consciente. Toutefois, cette pulsation suscite l'anneau central, il est donc possible, selon le modèle, d'en avoir un écho conscient. Ce pôle, lié à la pulsation du monde du 1, est associé à la couleur rouge, comme étant vitale et fondamentale.

Cette étude aboutit donc au schéma ci-dessous mettant en valeur le pôle triple et l'anneau central.

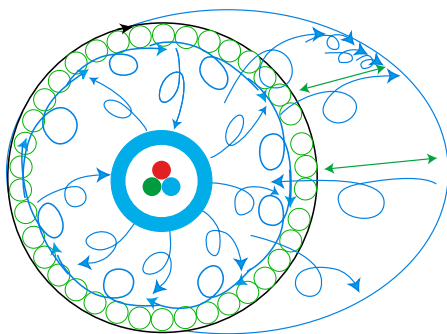


Figure 3.7 L'emblème au cœur de la forme

Qu'indique l'emblème au cœur de la forme, au cœur de notre forme? Comment y pénétrer? Résonner au centre? Contempler l'emblème favorise le contact. La conscience est formée par la rencontre de 2 scients : le stimulus informant et le support réceptif; de même le corps énergétique est perçu par la jonction de 2 gestes, le geste mental ou intention et le geste physique du corps détendu mais actif. L'impression du contact est enregistrée grâce à la jonction de l'attention tournée vers l'horizon interne, l'identité relationnelle, et de l'activité des neurones (support). Intention de chercher et attente réceptive : le contact jaillit, frais, lumineux, régénérant.

### Obstacles

Le modèle des spires rend compte de la cohésion des formes, mais admettre les liens en suspens suppose un saut en avant, une reconnaissance, une aventure un peu plus loin que le "bien connu".

Deux obstacles s'opposent à la prise en compte des perceptions. Tout d'abord la tendance bien ancrée de s'en tenir à des contenus figés, statiques. Cette tendance est renforcée par le commerce qui se base sur des échanges de biens au contenu spécifique et au prix affiché. Pourtant de nombreuses entreprises passent de la vente de produits à celle de services : la relation client est plus

durable, plus souple et plus rentable. Justement Winnicott<sup>19</sup> a noté le rôle de l'objet transitionnel : doudou, peluche, poupée. Cet objet de référence affective sert à rassurer sur l'amour constant et la création du Moi, ce complexe psychique ; l'enfant apprend ainsi à développer une relation.

Se baser sur les objets statiques – monde du 4 – permet une économie de pensée, par rapport aux interactions – monde du 3 ; il y en a beaucoup moins, ils constituent une évidence avec leur durée.

La multiplicité des perceptions constitue un deuxième obstacle. Lesquelles prendre en compte ? Lesquelles ignorer ? La disposition des sièges, la couleur des murs, la température ont-elles une importance quelconque dans la situation ? Pourtant elles ont été perçues et bien d'autres choses encore. Alors, comment remarquer ce qui importe ? Nous le faisons tous pourtant sans nous en rendre compte. Pour créer individuellement ou collectivement, pour sortir des sentiers battus, des processus établis, pour faire face à la nouveauté et y participer, il nous faut aller plus avant dans la conscience, plus loin dans le subtil, plus fin dans l'observation de ce qui se passe.

La multiplicité des perceptions est redoublée par celle des gestes, ces liens suspensifs dans l'action, qu'elle soit consciente ou inconsciente. Ils ont lieu, nous pouvons les ignorer momentanément, mais la description de la réalité les amènera au premier plan, à un moment ou un autre. Ce peut être comment une idée a jailli lors d'une réunion, comment une décision s'est prise, ou quel geste mental nous a fait comprendre quelque chose. Chercher des arguments, construire un raisonnement, contempler un symbole, capter une inspiration font appel à de tels gestes.

### Cohésion, une science en devenir

Qu'est-ce qui assure la cohésion d'une forme ? Qu'est-ce qui assemble des composants ? Qu'est-ce qui maintient l'unité d'un organisme ? Ce ne peut être un donné, ni un facteur répétitif.

---

<sup>19</sup> La nature humaine

Le facteur de cohésion d'une forme vivante doit se renouveler à chaque instant, pour susciter l'exploration du monde environnant, pour se lier à tout ce qui se présente, pour s'approfondir en son sein. Ce facteur doit être un creuset qui attire au centre, unit ses composants et s'élançe au-dehors ; le modèle des anneaux de spires, ces liens en suspens, apporte une réponse théorique en accord avec des avancées philosophiques ; l'horizon interne des perceptions et gestes mentaux s'offre à l'expérimentateur.

Comprendre c'est déjà unir. La science physique cherche à unir le monde des phénomènes matériels, chacun se construit sa conception du monde et, en miroir, cela aide à unir son monde intérieur.

Les relations au sein des écosystèmes et les unifications au sein de la pensée esquissent une science de la cohésion, que l'on a aussi appelé la morphogenèse. Les 4 mondes logiques, la suspension des perceptions et gestes, les anneaux de spires constituent une proposition pour cette discipline. Quand les humains contacteront en eux leur source de cohésion, ils sauront constituer un groupe de travail, ils sauront manier le facteur qui fonde, anime et soutient un projet, ils sauront comment contribuer à créer un monde plus aimant, plus stimulant, donc plus vivant.

### En résumé

La cohésion n'est pas donnée mais se construit sans cesse.

Le monde du 3 décrit des interactions, soit des transitions entre deux états.

Un état pour se définir suppose une action.

On peut distinguer 4 mondes logiques, selon leur logique, opposition et mouvement.

La cohésion s'élabore avec des liens en suspens : gestes ou perceptions (monde du 2)

Ces gestes se posent en actions et jugements (monde du 3).

La forme apparente a un contour, posé, défini (monde du 4).

L'énergie ou intension d'un lien en suspens provient d'un pôle (monde du 1).

La forme revient sur elle-même en 3 degrés :



- 1) spatial : rotation
- 2) temporel : évolution
- 3) réflexif : le Soi de la forme

L'horizon interne est une limite, formée de liens en suspens.

L'être humain est une forme et doit sa cohésion à un certain facteur biologique et psychologique.

Cellules, organes, organisations, pays, galaxies sont des formes douées de cohésion avec leur vie propre.



## Chapitre 4 Pulsation

### Introduction

La respiration est le premier signe de vie, suivi par la réactivité ; la chaleur du corps n'est qu'un signe ultérieur, ceci est connu depuis les temps les plus anciens. Une pulsation s'est produite dans l'embryon, s'est exprimée dans les battements de cœur, puis dans les poumons ou la respiration primaire des os. Les pores de la peau respirent aussi, comme le montrent les exercices de Qi Gong, décrits notamment par le Dr Pang He Ming<sup>20</sup>. S'il y a 6 directions externes : devant / derrière, droite / gauche, haut / bas, la 7<sup>e</sup> direction va de la peau vers l'intérieur et la 8<sup>e</sup> du centre vers l'extérieur. La pulsation se transforme en ondulation dans le mouvement péristaltique de l'intestin ou la purification de la moelle, selon les taoïstes avec le Yi Jin Jing.

Dans les années 1930, Wilhelm Reich<sup>21</sup> a observé cette pulsation dans une amibe et a comparé l'expansion d'un pseudopode au plaisir et sa rétraction à la douleur ou au repos. Il met donc en évidence un rythme d'expansion, sortie vers le monde, plaisir et contraction, retrait, isolement dans l'indifférence ou la douleur. L'expansion se note par l'envoi de sang dans les extrémités, dont la peau, le front, les membres, donc la chaleur, l'éclat des yeux ; la contraction se note par le retrait du sang vers l'intérieur, le froid ou pâleur, le repli sur soi. Cette pulsation physiologique s'observe donc aussi dans la sphère de la sensibilité.

---

<sup>20</sup> Zhi Neng Qi Gong de Pang He Ming et l'enregistrement de décembre 1992 non publié

<sup>21</sup> L'analyse caractérielle et Selected writings

Image: Pulsation

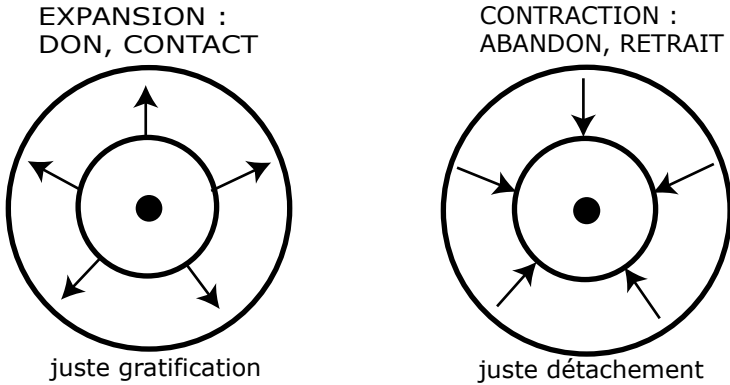


Figure 4.1. Pulsation d'une forme vivante

**Protocoles d'expérience**

La pulsation est la marque du cœur.

Pulsation simple

Détendu, la colonne vertébrale, droite, soutenant la voûte crânienne.  
Respirer calmement  
Mettre en œuvre une pulsation du centre à la périphérie, puis de la périphérie au centre  
Commencer par le champ visuel : l'attention se porte au-dehors, puis revient à sa source  
Poursuivre par le champ auditif  
Poursuivre par l'amour pour le monde puis retraits au centre (niveau affectif)  
Poursuivre par les pensées sur l'existence, puis retour à la source  
Pulser Soi - le monde  
Aller plus au centre, le mental n'est qu'un instrument  
Poursuivre la pulsation : perception de Soi – attention jaillissante

## Double Pulsation

### a) Geste des mains

Le geste part des mains en dessous des épaules, elles pulsent devant le sternum puis s'écartent à nouveau en se tournant légèrement vers l'avant.

RÉCEPTION : les mains se rapprochent face à face CREUSET : pulsation interne devant le milieu de la poitrine DISTRIBUTION : les mains s'écartent et se tournent vers l'avant
--

### b) pulsation en conscience

Le geste associe la pulsation étendue avec le monde, ayant lieu dans les poumons et la pulsation plus étroite du cœur. La même idée est reprise au niveau mental et non plus corporel.

La pulsation centrale est plus difficile à capter, mais elle résonne dans le cœur, passe par abstraction au sommet de la tête; l'intensité se fait sentir, puis l'énergie ou inspiration se diffuse.

RÉCEPTION : centrage de la conscience, synthèse ; cette phase est aussi récapitulation, prise de sens, abstraction de la perception CREUSET : Abstraire vers le facteur central, capter cette pulsation DISTRIBUTION : distribuer l'éveil, la vie consciente, cette phase est aussi propagation de l'attention comme énergie
--

### c) Pulsation avec un collectif

La pulsation peut servir à fortifier un collectif, que ce soit un groupe, un pays ou la planète. Il faut alors appréhender le facteur central de cette entité, sa vie subjective; ce peut être une impression ténue au début, mais la réception de tout cet ensemble favorise la recherche du centre; la pulsation semble imperceptible, mais on peut pressentir une vibration, puis une intensité. Bien sûr, l'oubli de soi est indispensable, c'est même une conséquence de cette attention.

## Pulsation de la sensibilité

Le corps respire, cette pulsation s'accompagne d'une autre dans la psyché ou sensibilité. Ainsi, si nous devons avoir une piqûre, le tissu se contracte d'abord, puis se détend ; la psyché, elle aussi, se recroqueville par anxiété puis se détend avec soulagement après la piqûre.

On observe une pulsation également dans la fabrication d'une œuvre, que ce soit un plat cuisiné, du bricolage, un dessin, etc. Zoom avant pour entrer dans le détail, faire les choses à fond ; zoom arrière pour revenir à une vue d'ensemble, soit pour vérifier la tâche accomplie, soit pour présenter l'œuvre réalisée. Cette pulsation se répète souvent plusieurs fois.

Enfin le lecteur le sait : lire c'est, d'une part suivre le texte, plonger dans le sens ; d'autre part s'abstraire, s'interroger, penser à d'autres exemples, d'autres points de vue, donc sortir du texte, lire entre les lignes pour deviner l'intention de l'auteur, mettre en cause ces affirmations, ce récit, sa logique, ressentir le style, etc.

Cette pulsation fine a aussi été observée en mathématiques, un lieu où opère la pensée pure.

### Pulsation mathématique

Les mathématiques traitent de la pensée sur des objets mentaux qui s'objectivent dans une trace sur le papier ou le tableau. Cet exercice de penser juste, de rigueur s'allie au glissement vers autre chose, vers un possible, un point de vue différent ou une application. René Guitart écrit ainsi dans *La pulsation mathématique* :

“l'incessante vibration” entre “c'est ça, exactement, sans aucune espèce d'équivoque” et “c'est autre déjà possiblement... Un geste de pensée que j'appelle pulsation.” Ce que l'on perçoit bien quand on écrit successivement des égalités pour résoudre une équation. Par exemple  $2x + 3 = 8$ ,  $2x = 5$ ,  $x = 5/2$ . Chaque égalité est posée, mais opère ensuite un glissement vers l'égalité suivante.

Dans la 4<sup>e</sup> de couverture, il annonce : “Cette pulsation consiste paradoxalement en un va-et-vient permanent entre sens et non-

sens, entre maîtrise et abandon, et relève d'une profonde ironie vis-à-vis de l'égalité et de l'identité." Ou encore « mouvement de ceci (déterminé) vers (de l'autre indéterminé)... l'idée de tension » « du point de la fixité assurée d'où se ressent la possibilité de la mobilité : ça s'appelle la 'tension' ou la 'tension vers' ».

Fixité de l'expression écrite, orale, corporelle et ouverture incertaine à ce qui peut arriver dans la pensée, la découverte, l'inconnu. Ce qui rejoint la question vue au Chapitre 1 de l'at-tension, de la mise à distance ou de la fusion sujet-objet ; comme l'écrit René Guitart : « ce qui ne va plus de soi quand on emprunte le chemin de la pulsation, c'est qu'il y ait de l'objet »<sup>22</sup>. Car la pensée se pose puis glisse, avance et revient s'éprouver.

### **Pulsation des trois pôles de conscience**

La conscience pulse du plus profond - ce qui passe à travers le Je - à l'expansion vers le monde - rayonnement. Elle pulse en 3 rythmes différents, l'un pratiquement instantané, un second qui peut s'étaler sur plusieurs années, avec des périodes d'introversion centrée sur soi, et d'autres d'extraversion, de découverte du monde, à l'adolescence notamment, et enfin le grand cycle de la vie, avec l'alternance entre la jeunesse qui s'élance vers le monde et la vieillesse qui décante l'expérience et revient vers l'essentiel. Les 3 pôles présentés dans le symbole du chapitre 2 pulsent aussi, en 3 rythmes chacun :

- le temps d'une respiration ;
- une période de quelques heures à quelques mois ;
- le temps d'une vie entière.

#### Pôle vert intelligence, création

Comment surgit une idée ? Il s'agit tout d'abord de rassembler la compréhension de la situation, puis de concentrer en une question implicite, ensuite on prend son souffle et l'idée surgit suite à l'inspiration, celle-ci pourra se développer en plusieurs minutes. Si des éléments épars restent latents, le terrain n'est pas déblayé ; quand tout est rassemblé en une semence tacite,

---

<sup>22</sup> Respectivement aux pages 15, 4e de couverture, 63 et 67

alors l'idée peut germer et, telle une tige, grandir pour fleurir et porter du fruit. Chacun en a fait l'expérience même si les mots diffèrent. Telle est la pulsation créatrice dans une respiration.

La création d'une œuvre s'inscrit dans un rythme médian, durant de quelques heures à quelques mois. Comme dans les projets, une pulsation voit le jour entre la fabrication, l'agencement des matériaux, la finition des détails, et la conception, la vue d'ensemble, l'intention. Le rapport sur la construction des situations<sup>23</sup> annonçait un art complet avec le décor, l'ambiance, les protagonistes, un scénario, des activités, etc. Ainsi l'architecture, la musique, le théâtre se joignaient en une construction commune. Une fête est un tel exemple de situation, mais ces artistes, les situationnistes, élargissaient le spectre de l'intention. Si l'on y ajoute l'imprévu et la succession de situations diverses, on obtient une tranche de vie.

On peut agrandir le cycle à une vie complète et envisager l'art de mener sa vie. Toute une série d'actions, de perceptions, prend forme en une trajectoire avec ses incurvations, ses crises et rebondissements. Cette trajectoire est conditionnée par le profil de la personne et ses choix, manifestes ou implicites. C'est ce à quoi aboutit Jung, et Nicolas Roerich le formule ainsi :

“Ils te demanderont comment traverser la vie.

Réponds : comme on franchit l'abîme sur un fil tendu  
En beauté, avec vigilance et légèreté.”<sup>24</sup>

On peut ainsi faire de sa vie une œuvre de Beauté.

### Pôle bleu, ouverture, éveil

Le pôle bleu d'ouverture au monde, de relation, respire aussi entre échange et solitude : je me présente aux autres si je suis moi-même, si, de mon for intérieur, je m'exprime. À l'inverse, si je joue un rôle, je ne présente qu'une façade et l'échange devient creux. Chacun de nous connaît ce jeu social où il faut “dire les choses comme il faut”, ce qui prive l'échange de sa richesse après sa spontanéité. Ceci concerne le cycle court, lors d'une respiration.

---

<sup>23</sup> Debord Guy, Rapport sur la construction des situations

<sup>24</sup> Les Feuilles du Jardin de Morya, tome 1



Une relation amicale ou de couple se développe dans la durée, elle suppose des actes qui servent de tests, des phases de solitude puis de partage. Fonctionner en équipe s'effectue également avec une pulsation entre les phases individuelles de réflexion - action, et les réunions, les mises en commun. La prise de distance permet de partager ensuite des apports originaux.

Enfin, dans le cycle d'une vie, on observe l'évolution des liens familiaux, la proximité de la fratrie dans la jeunesse, l'éloignement dans la vie active, et l'approfondissement lors des retrouvailles avec la maturité. Cette pulsation joue dans la famille, mais aussi dans des amitiés de longue durée, et ceci malgré des divergences et des heurts éventuels.

### Pôle rouge, volonté, décision

La pulsation dans le pôle rouge est peut-être plus difficile à saisir. Pourtant toute décision met en évidence deux phases, l'une de rejet ou négation et l'autre d'engagement et d'affirmation. Diverses options sont rejetées, leurs avantages refusés, mais l'une d'elles est non seulement acceptée, le tournant est pris, on s'engage dans cette direction. Plus la décision est importante et lucide, plus ces deux phases sont manifestes ; endroit et envers d'une même bascule.

Dans le temps d'une respiration, la décision peut être de maintenir le rythme ou de prolonger le contact pour accentuer l'impression ou de le raccourcir pour s'en détacher.

Des décisions importantes modifient l'orientation à moyen terme ; c'est le rythme médian de plusieurs mois ou années. Il s'agit de s'investir ou non dans un projet, une activité, une association, puis les priorités changent, d'autres préoccupations prennent le dessus ou bien l'activité évolue, et l'on se retire du premier engagement.

Enfin, au cours d'une vie, des valeurs fondamentales sont affirmées au détriment d'autres possibilités ; des choix de vie sont effectués à plusieurs reprises, amplifiés, validés. Ces choix peuvent concerner des changements de métier, de ville, de partenaire ; ils proviennent de périodes de crise, provoquant une remise en cause personnelle. L'individu approfondit alors sa

perception de lui-même, de ce qu'il a à offrir au monde. Steve Jobs<sup>25</sup> parlait de changer le monde, de marquer son époque; laisser une empreinte? Mais n'est-ce pas un château de sable que balayeront les vagues? Il serait plus sage d'apporter une contribution au monde, à sa famille d'abord, puis à un entourage plus large.

### Donc pulsation dans les trois pôles

Pour récapituler, les 3 pôles de la conscience pulsent à la fois en cycle court, lors d'une respiration, lors d'actions à moyen terme et dans le cycle de toute une vie. À chaque fois, alternent repli et ouverture, contraction et expansion, refus et engagement. Dans son ensemble, la sensibilité jette un regard neuf sur le monde à chaque souffle; dans le cycle d'incarnation, l'être découvre le monde, entre dans la danse, s'approprie un corps, un comportement social et une éducation, puis sur la fin de sa vie, se dégage des détails, de toute attache, de tout attrait pour aller plus profond au centre de Soi. Tout attrait? Non, il a fallu des années pour s'approprier un corps et la conduite qu'il faut avec; s'en détacher, lorsqu'il s'use, provoque soucis, troubles, tourments parfois; il en est de même avec les liens qui se sont créés. Pourtant la grande vague se poursuit ailleurs; ici la marée se retire: ces liens et le corps sont relativisés et entrent dans une autre perspective. Ainsi se dessine une grande pulsation entre Soi et le monde. Pour le cycle court, nous pouvons proposer un nouveau protocole d'expérience.

### Protocole d'expérience: une respiration triple

Visualiser la pulsation le monde – Soi

Situation compréhension

Les autres – for intérieur

Engagement – retrait

S'investir dans le contact - se détacher

Présence

---

<sup>25</sup> Les secrets de présentation de Steve Jobs

### Notes

Comme dans la course, l'expiration peut se prolonger, l'inspiration survient d'elle-même. Au début, les pulsations sont intellectuelles, comme extérieures, puis avec l'entraînement elles peuvent s'assimiler et s'intérioriser. Les 3 pulsations que l'on va chercher en des directions distinctes se rejoignent et fusionnent.

### **Vies à divers niveaux**

Chacun de nous ressent la vie, mais comment la décrire ? Risquons une définition : *Une vie est un stimulus abstrait impactant une substance plus dense* ; ce stimulus renouvelé produit la pulsation. Ainsi un logiciel a plusieurs cycles de vie : il est créé suite à une intention qui suscite conception, écriture de code et tests, puis survient une phase de diffusion (expansion). Suite à des retours d'expérience, bogues, attaques et à l'arrivée de nouvelles technologies, une nouvelle version voit le jour ; son développement lui-même comprend plusieurs cycles de vie, comme le savent les informaticiens.

Donc une vie provient d'une source au départ et aboutit à un niveau plus dense, elle provoque l'agrégation de cette substance en une forme. L'ensemble de la substance vibre à différentes fréquences qui constituent des niveaux, couches ou plans. Une vie apparaît alors comme une courroie de transmission ou un transformateur électrique.

Ces puissances créatrices sont des agents d'attraction, puisant dans leur niveau d'origine, distribuant, par affinité, vers les unités du niveau plus dense. Nous disons *vie* alors qu'il faudrait dire une grappe de vies, puisqu'un tel stimulus n'est point seul, mais regroupe divers points focaux ou semences ; la tradition théosophique a appelé ces grappes de vies des Hiérarchies créatrices, car elles forment une arborescence, et l'une est sacrée (*hiéros*) pour une autre. Nous avons donc la grappe des étincelles d'Esprit, celle des pures consciences, et celle des formes vivantes, unités actives et autonomes : ce sont les personnalités humaines, et aussi les organes jusqu'aux cellules et aux microbes. Mais l'on peut aussi compter les océans, fleuves,

montagnes, dont les droits commencent à être reconnus. Des disciplines scientifiques, courants artistiques ou théories peuvent aussi être considérées comme des formes autonomes. Un autre ensemble de vies comprend celles qui ne sont pas autonomes, par exemple les virus, informatiques ou biologiques.

L'être humain apparaît alors constitué par l'union de 3 grappes de vies :

- l'étincelle, Esprit, l'Un, appelée aussi monade ;
- la pure conscience, baignant dans sa lumière ;
- l'unité active aux niveaux de la pensée, du sentiment et du sensoriel.

### 3 axes d'activité de l'unité active

La vie telle qu'elle est envisagée actuellement montre un organisme dont la durée de vie va de la naissance à la mort. Pour un être humain, c'est la personnalité. Cette vie utilise, aménage, se meut dans le monde concret bien connu. *Personnalité* est un mot ambigu, puisque *persona* veut dire masque. Mais c'est bien ce comportement qui est remarqué par tous.

3 axes d'action se distinguent dans ce comportement

- L'action d'implanter des éléments matériels. Elle est représentée par l'axe vertical vert, représentant la colonne de la tête aux pieds.
- L'action vis-à-vis d'autres êtres, donc l'aspect relationnel ou affectif, qui concerne l'ensemble de l'organisme. Elle est représentée par l'axe bleu horizontal.
- L'action à long terme ou direction par rapport à un but et des valeurs, ce genre de projet met en œuvre la pensée qui généralise et dépasse la réaction spontanée. Elle est représentée par l'axe rouge transversal.

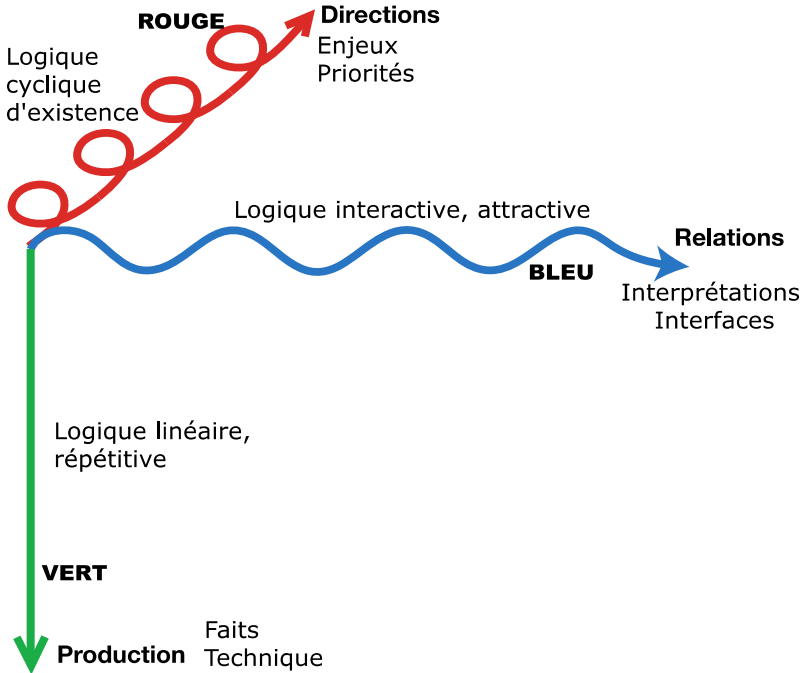


Figure 4.2. 3 axes et 3 logiques

L'unité est donc active dans ces 3 dimensions ou à ces 3 niveaux qui, chacun, ont leur propre sphère, consistance et type de mouvement. Ces 3 niveaux sont donc :

- le niveau physique, dense et énergétique perçu par la sensation ;
- le niveau affectif, relatif au sentiment, soit lié à l'état global, soit aux relations ;
- le niveau mental (concret) de la pensée, du raisonnement et des notions.

Ces trois axes obéissent chacun à trois logiques différentes ; ils correspondent aux trois sous-systèmes de Jean-Louis Le Moigne<sup>26</sup> (opérant, gestion et pilotage). Bailly et Longo<sup>27</sup> font référence eux aussi à trois types de systèmes, discret, continu et critique. Les systèmes discrets obéissent à une loi additive,

<sup>26</sup> Théorie du système général

<sup>27</sup> Mathématiques et sciences de la nature

les systèmes continus ou ondulatoires interactifs, obéissent à une loi multiplicative, les systèmes critiques obéissent à la loi des attracteurs, telle une décision qui bascule lorsque le bord du bassin d'attraction est franchi.

Ces faits sont aisément visibles dans les projets : dans le cas d'un nouveau livrable (discret), la charge estimée s'ajoute ; pour un nouvel acteur avec une communication (continue), la charge est multipliée par un coefficient puisque les réunions et divergences augmentent en proportion ; enfin les décisions sont stables sauf en situation critique (bord de l'attracteur), car elles peuvent basculer ou non.

### Pulsation de la conscience

La conscience est aussi une vie qui palpite, du monde environnant au sens intime de l'identité, de l'extérieur vers l'intérieur et vice-versa. Les protocoles d'expérience ci-dessus permettent de l'éprouver. C'est cette grappe de vie que nous étudions, approchons et expérimentons dans cet ouvrage.

Pour résumer, la pure conscience part de la tension d'être, qui se présente comme trou noir au centre de la conscience ; **cette tension jaillit vers l'éveil, lumière éclairant**, par l'attention, ce qui se présente et qui aboutit au **discernement** par rapport à mon attitude. Le dépositaire de ce regard est donc le soi, le sens intime, ce qui produit la voix intérieure, on l'a aussi décrit comme balance dans la poitrine. Suis-je dans le vrai, le juste, le lumineux ? Ce sens intime s'approfondit ou s'éclaire. **Et c'est de cet éclairage interne que l'unité active partira pour mener son action dans le monde.**

### Moi et Soi

Le moi est une peau psychologique, un horizon interne structuré, c'est de lui que partent ou aboutissent les interactions. Celles-ci sont sous-tendues par des liens en suspens, représentés par des spires. Le moi est le maître d'œuvre interne, qui résume l'image de soi, et pourtant il existe bien d'autres aperçus subtils, inspirations et affinités qui passent à travers cette membrane. C'est le but de cet ouvrage d'inviter à aller plus avant, plus profond, plus fin au centre.

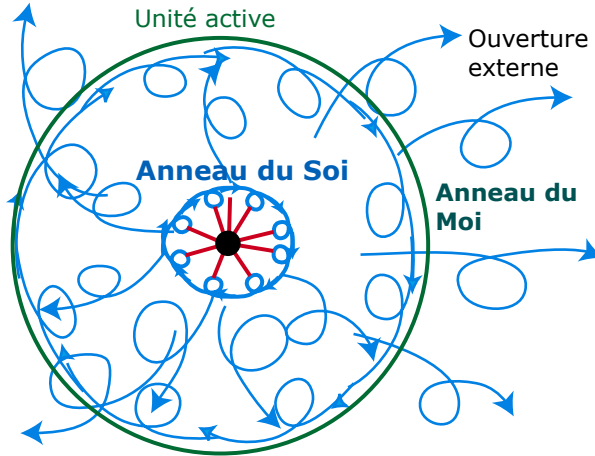


Figure 4.3. Le Moi et le Soi

### Vision traditionnelle

Traditionnellement, le Soi est représenté par un lotus, cette plante qui éclôt les pieds dans la boue, mais dont la fleur s'épanouit au-dessus de l'eau. Les pétales du lotus symbolisent des capacités plus ou moins révélées et déployées et ces pétales sensibles se déploient autour du joyau, dont l'aspect minéral évoque son côté indestructible. Cette puissance minérale traduit la tension d'être alors que la floraison évoque sensibilité, ouverture et délicatesse. Oui, la sensibilité palpite.

### **Zoom arrière sur la pulsation**

Le souffle est le premier signe de vie, la sensibilité palpite du centre à la périphérie et de la périphérie au centre ; les 3 pôles de la conscience pulsent aussi chacun en 3 rythmes différents. Plusieurs vies palpitent chacune à son niveau : biologique, actif, psychologique, spirituel ; l'une stimule l'autre, l'autre lui sert de support.

Si ces pulsations battent le rythme fondamental de notre vie, pouvons-nous les amplifier, les approfondir, les intensifier ? Pour quoi ? Y a-t-il un mauvais usage de ces pulsations ? En quoi pourraient-elles gêner ? En quoi peuvent-elles nous être utiles ?

## Obstacles

La pulsation peut générer plusieurs obstacles par excès ou par déficience. Elle peut susciter une multitude d'activités, de lubies ou d'aperçus sans lien entre elles, c'est une prolifération tel un cancer. Cette prolifération peut aussi s'exercer dans le domaine des relations, contacts sociaux sans autre but que de se convaincre d'exister; le numérique facilite cette tendance, mais elle existait bien avant.

À l'inverse, la pulsation peut s'interrompre, notamment par fascination pour un objet ou un être aimé; celui-ci devient une icône, figée, inhibant momentanément le retour à soi. L'objet aimé peut être la mode, fluide, mouvante; l'admirateur ou l'admiratrice se laisse alors porter par cette aspiration, insatiable.

On le voit dans ces exemples, la pulsation exige d'avoir une continuité, un fil conducteur pour s'enrichir progressivement, pour se développer et porter du fruit. Fruit qui peut être la sagesse acquise de l'expérience ou plus simplement une œuvre, une réalisation.

Un autre obstacle fréquent à la pulsation est l'attachement, le Bouddha l'a souligné avec force. La souffrance vient de l'attachement au passé, au désir, à l'objet au lieu de laisser le cycle se poursuivre: l'objet perd alors de son intérêt puis la relation peut ensuite se reprendre de manière équilibrée. Sinon, l'attachement freine puis bloque la contraction, ce qui affaiblit l'expansion, la respiration reste alors superficielle.

## Utilité

S'accorder au rythme intérieur permet de l'amplifier. La double pulsation des mains devant la poitrine allège celle-ci et calme le cœur, elle nous met en résonance avec l'extérieur.

Réaliser la pulsation entre soi et le monde permet de mieux assimiler ce qui nous arrive, de faire la part des choses, de nos motifs et d'agir, de nous exprimer avec plus de sagesse. C'est important en cas d'événements stressants, même les plus banals et cela évite de réagir à l'aveugle.

La pulsation sert aussi pour être créatif; en quelques cycles, on peut se décrire la situation, repérer les facteurs en cause,



synthétiser sa compréhension, puis chercher une nouvelle vue ; ceci s'appelle préméditer l'inspiration.

Pour développer une relation, l'entretenir, la pulsation aide à se retrouver chacun, puis à se retrouver ensemble, partager la nouveauté, approfondir ce que l'on est l'un et l'autre. Le lecteur l'a remarqué, pour rencontrer quelqu'un, il faut d'abord être bien dans sa peau. Si l'on ressasse un échec, qu'a-t-on à offrir ? La solitude est donc nécessaire avant puis pendant la relation.

Enfin, ces pulsations répétées entraînent et fortifient discernement et créativité, ouverture et charisme, affirmation et abnégation ; à la longue, elles produisent une expansion notable de conscience : l'horizon s'élargit alors durablement.

### En résumé

La conscience est pulsation soi – le monde.

Une idée vient dans l'inspiration (souffle).

Pour créer, il faut pulser de la perception de la situation au centre obscur.

Aimer suppose une pulsation entre soi et l'autre.

Être soi-même suppose abnégation et affirmation de ce qui dépasse l'apparence sociale.



## Chapitre 5 Sens

“Apprendre, c’est attraper le geste et pouvoir le continuer”

Jean Cavallès

### Introduction

Le sens est d’abord le sens du mouvement. Pour les animaux, c’est le sens du vent, de la proie, des congénères. Par la suite le sens est devenu la signification que les humains trouvent à certains phénomènes.

Encore faut-il qu’un mouvement soit discerné. Dès l’éveil, dès la première perception, une question surgit, c’est l’amorce de la pensée. Elle peut se formuler de diverses façons : rester, bouger ? Qu’est-ce qui se passe ? Quelle action entreprendre ? Qu’est-ce que c’est que ça ? Qu’y a-t-il ? Elle demande une recherche et, de là vient la quête du sens.

On connaît la série de questions fondamentales : qui suis-je ? Quel est ce monde ? D’où venons-nous ? Pour aller où ? Devenir quoi ? Qui est derrière tout ça ? Pour quoi ? D’autres questions encore, que vous pouvez formuler <sup>28</sup>. Demeurons à l’origine, dans l’instance interrogative comme l’a appelée Jung. Alors ?

### Image



Figure 5.1. Point d’interrogation

---

<sup>28</sup> Ces questions peuvent former une arborescence de pôles, dans le monde du 1 vu au chapitre 3.

Ce dessin montre la conscience qui s'éveille en spirale, puis qui s'affirme en verticale et se pose en un point: résumé - ancrage. L'exploration part de soi, la sensibilité capte le monde en une spirale qui se déploie, puis un étonnement, une question ou une idée directrice apparaît: une perspective se dessine et pousse le penseur dans ses retranchements; il prolonge sa réflexion et aboutit à une conclusion, résumant le sens de cette quête.

### Protocole d'expérience : ancrage

La colonne verticale droite, calme,  
Tout le processus s'effectue dans la pensée.  
Silence  
Tension d'être  
Le monde  
Quelle question surgit ?  
Développer, répondre  
(Après un moment, on peut dire)  
"Je me tiens au centre  
Le cœur en paix  
Tout est là"

### Notes :

Le protocole précédent est une esquisse, à modifier à votre gré, comme la formule verbale.

La réflexion peut s'effectuer en quelques minutes ou se prolonger pendant des mois, voire des années.

### **Réflexion**

Depuis les temps les plus anciens, les humains font face à un monde étrange, mystérieux et dangereux. Il importe donc de se concilier les forces présentes à défaut d'avoir une emprise sur elles. Face à l'inconnu, 3 réponses principales peuvent se discerner:

- la participation magique qui repose sur l'empathie;
- la religion qui se base sur la ferveur;
- la philosophie qui se base sur la pensée.

Nous ajouterons la vision de la théosophie qui récapitule de nombreuses traditions.

### Participation magique

Moins l'on a de prise sur les éléments, plus l'on a recours au fatalisme ou à la participation magique ; il s'agit alors d'établir un rapport sympathique avec des forces qui nous dépassent. D'où les expressions "à la grâce de Dieu", "si Dieu le veut", "Inch Allah" et en dérive la prière : "pourvu que", "Mon Dieu, faites que..." Et après tout, pourquoi pas ? Si ça marche, du moins cela donne du courage, de l'assurance. Alors le footballeur se signe avant de tirer le penalty, on lève les mains au ciel ou se prosterne avant un voyage, etc. pour s'attirer les grâces de l'Inconnu. Combien de scientifiques se disent en se moquant "croisons les doigts, touchons du bois", avant une expérience ? Se moquer, mais y penser. L'autre attitude, plus rationnelle, serait : "Qu'est-ce qui peut ne pas marcher ?" car selon un principe ironique, si ça peut ne pas marcher, ça ne marchera pas. Ces expressions sont des restes de superstition, provenant de cette participation magique, faute de mieux.

La participation magique se retrouve, en un autre sens, dans les cérémonies religieuses, dans ses croyances et dans la philosophie. Platon mentionne déjà la participation à l'Un<sup>29</sup> et Plotin y revient maintes fois.

Sur un autre continent et une autre culture, le premier sutra du Raja Yoga, rédigé par Patanjali énonce ainsi : "AUM. L'enseignement suivant concerne la science de l'union." La participation à l'univers est donc une quête constante, partagée par tous.

### Religion, relier

Le terme religion vient de relier, relier à l'Inconnu. Mircea Eliade<sup>30</sup> montre que le Sujet Suprême qui régnait sur tout se situait d'abord dans le ciel, puis s'est rapproché ; de Chronos le temps, il est passé à Zeus, qui se manifeste par la foudre. La divinité s'implantait en certains lieux, les sommets, les sources, les forêts ou certains arbres, et, pour finir (?) il s'incarne en un être humain,

---

<sup>29</sup> Dialogue le Parménide 129b

<sup>30</sup> Traité d'histoire des religions

un grand Exemple, un Fils de Dieu. Dans l'hindouisme, Vishnou, le Pénétrant (Vis : pénétrer) imprègne toute Sa création, donc tout être humain, mais aussi les animaux, les plantes, etc.

Des sociologues des religions y distinguent 4 facettes :

- le rituel, avec les cérémonies mais aussi les édifices ;
- la mystique, avec la ferveur, la conversion, la foi ;
- le dogme, avec les croyances ;
- l'institution, avec les postes, les responsabilités, l'organigramme, le droit.

Selon la facette du rituel, on trouve les religions reconnues comme telles qui font face à la mort, mais on peut élargir le spectre de ces pratiques. Les matchs sportifs, la Bourse, les parades et festivals, la commémoration dans les médias de la mort des comédiens ou du résultat des élections constituent de grands rituels sociaux unissant les foules. Une rave party peut être considérée comme une recherche de l'Inconscient collectif, une célébration festive de la Vie.

Et il n'est pas besoin d'aller profond pour trouver les croyances ou dogmes qui sous-tendent ces rituels. Même une conférence scientifique se conforme à un rituel sous l'égide de la Connaissance, est-elle une déesse ? Un idéal, une valeur partagée ?

Platon parsème ses dialogues de mythes, les cultures folkloriques ont leurs légendes, les religions ont leur récit depuis Gilgamesh ou le Mahâbhârata ; l'Illiade et l'Odyssee et bien d'autres récits fondent la culture des peuples.

Actuellement un autre grand récit s'élabore avec le big Bang, la tectonique des plaques, l'évolution des espèces ; il a une coloration scientifique, se base sur des traces, des faits, mais remplit un rôle d'archétype au fond de la conscience humaine. Notre lien avec l'univers tisse une toile diversement colorée, parfois chatoyante ou tragique ; la recherche de sens s'affine, s'enrichit, et derrière le Comment, se profile le Pourquoi ou le Qui. Alors ?

## Philosophie

La philosophie recherche la sagesse. Dans l'Antiquité grecque, les Sages énonçaient leurs conseils dans l'art de mener sa vie.

Puis Platon apporte une pensée réflexive dans ses dialogues : l'orateur applique à son propre discours les vertus dont il parle. La philosophie est-elle un discours intellectuel, une théorie qui s'élabore, un ensemble d'idées abstraites ? Pierre Hadot <sup>31</sup> rappelle que le discours servait à orienter l'ascèse, les exercices, la discipline spirituelle pour mener sa vie. Les exemples en sont nombreux depuis les stoïciens, les épicuriens... Marc-Aurèle et Plotin. Voilà pour la culture occidentale. Et ailleurs ?

Pour résumer grossièrement, en Chine, la sagesse est d'accomplir son devoir social, l'utilisation de préceptes est privilégiée et les réflexions générales sont rares. En Inde, les lois de Manou conseillent de vivre une vie mondaine, d'accomplir ses devoirs familiaux et sociaux, puis de se retirer, soit auprès d'un guide spirituel, soit en ermite. L'art de mener sa vie a toujours été au centre des réflexions les plus profondes.

Lorsqu'Alain Badiou <sup>32</sup> parle de vivre selon une idée, il reprend ce courant, cette nécessité ; c'est le motif central de la vie de l'individu qui suscite sa pensée, l'oriente et lui donne corps. Lorsque Jung <sup>33</sup> affirme que sa "vie est l'histoire d'un inconscient qui s'est réalisé", il énonce le même fait. On peut donner des noms différents à cette "idée" directrice : vocation, destinée, destin, etc.

Mener sa vie dans l'univers, avec les autres, en accord avec soi-même, voilà la préoccupation de ceux qui recherchent la sagesse. Sagesse, conviction, foi, participation de tout son être, telle est la réponse humaine à l'Immense qui nous dépasse, nous englobe et nous donne vie.

En Grèce, la philosophie a donné naissance à des écoles où le discours s'est élaboré. En Inde, le yoga (de *joug* qui signifie à la fois union et discipline) a utilisé une parole beaucoup plus mesurée. De nombreuses traditions, indienne, chinoise, japonaise, cabalistique, néo-platonicienne, ont vu certaines de leurs facettes reprises dans la théosophie.

---

<sup>31</sup> Exercices spirituels et philosophie antique

<sup>32</sup> Métaphysique du bonheur réel

<sup>33</sup> Ma vie

## Théosophie

Fondée en 1875, la société théosophique (ce terme signifiant sagesse divine) s'est donné 3 buts :

- faire reconnaître l'unité de l'espèce humaine sans distinction de race, de sexe ni de religion. Ce but est réalisé à présent grâce à la pandémie, au réchauffement climatique et aux échanges économiques ;
- encourager l'étude comparée des religions, des philosophies et des sciences ;
- étudier les lois inexplicables de la nature et les pouvoirs latents dans l'homme.

L'ouvrage principal de la théosophie s'intitule 'La Doctrine secrète' qui commence par présenter des symboles ; elle énonce qu'il existe un principe (actif), une réalité absolue qui dépasse toute conception humaine. Cette réalité est présentée comme le fond obscur.

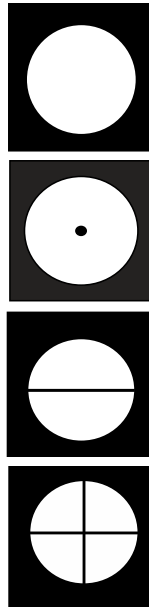


Figure 5.2. Premiers symboles de la Doctrine secrète



Tout d'abord, le monde connu est symbolisé par le disque blanc sur fond obscur. Ce monde peut être celui de l'espèce humaine, d'une communauté ou seulement le champ de conscience d'un individu, sa sphère cognitive.

Le deuxième symbole provient d'un acte d'abstraction. Le fond émerge au centre du disque, c'est ce qui le fonde, la Lumière ou Conscience est Communion de cet Absolu avec Lui-même. Il s'agit donc d'un genre d'équation.

Le monde connu vibre à tout niveau, la Lumière s'étend, s'étale, cette extension est symbolisée par le diamètre horizontal. C'est l'espace, non-espace physique mais espace de tous les possibles.

Puis se superpose le diamètre vertical : idéation ou Souffle. Des fréquences les plus basses, les plus denses, inertes – Matière – jaillit le discernement qui s'élève et cherche le sens, et des fréquences les plus hautes, les plus fines – Esprit – s'implante l'intention créatrice.

Anthropomorphisme ? Il s'agit de trouver des éléments qui feront levier pour établir une correspondance avec des forces qui nous dépassent. Celles-ci peuvent nous échapper, mais ce qui nous correspond, ce qui nous imprègne, pénètre en nous et peut entrer en résonance.

## **Question de sens**

Les religions, la philosophie traitent du sens de la vie, mais la question du sens abonde dans de multiples domaines plus banals, du sens giratoire, au sensoriel, au sens d'un texte, d'un discours. Et tous ces sens répondent chacun à une question, ne serait-ce que celle du sens du mouvement, de l'action en cours.

### Sens. Registre sensoriel

On ne peut parler de sens sans mentionner les cinq sens, c'est semble-t-il le niveau le plus concret. Les sens sont des portes, ouvertures ou voies d'accès par où l'attention peut se diriger vers l'environnement et par où celui-ci fait sentir sa présence, sa texture, sa vibration. Comme l'indique Wikipédia, les sens sont liés au mouvement : chacun constitue "un système de récepteurs capable de capter et de traduire plusieurs formes d'énergie

(stimuli) et de les transmettre au système nerveux central sous forme d'influx nerveux". Mais il est précisé "La multiplicité des rapports entre le monde sensible et le monde intelligible laisse augurer des difficultés rencontrées dans la recherche d'une définition précise." Chacun de ces sens compose un registre où jouent les perceptions, permettant un geste en réponse.

### Sens des couleurs

Quel sens ont les couleurs de l'emblème présenté au chapitre 2? Leur contemplation nous en persuade mieux que toute explication, mais basons-nous ici sur l'expérience usuelle, en dehors de toute contemplation et expérimentation subjective.

Le vert colore la végétation foisonnante, abondante que nous pouvons approcher, toucher, diversité de nuances et fraîcheur réconfortante, détente et activité.

Le bleu ciel décrit l'espace perceptible, mais inaccessible où passent oiseaux et nuages. Par contraste, le bleu nuit décrit l'immensité presque obscure où l'on s'absorbe, alors que le bleu ciel dénote l'expansion aisée.

Le rouge marque la vitalité et le danger, signe d'urgence, mort ou vif, il faut vite décider, trancher.

### S'interroger, attitude fondamentale

Jeanne Hersch<sup>34</sup> résume l'attitude philosophique en montrant qu'elle se base sur l'étonnement. Elle le définit ainsi "L'étonnement est cette capacité qu'il y a à s'interroger sur une évidence aveuglante". Celui-ci aboutit à une question étrange, par exemple "Pourquoi y a-t-il quelque chose plutôt que rien?"

Si la question formulée découle de l'étonnement, celui-ci provient de l'interrogation qui suit l'éveil: les mots du langage viennent alors masquer cette ouverture, ce premier contact ou mouvement. Est-ce l'esprit en nous qui nous fait nous interroger, une amorce de sensibilité réflexive? Parler d'esprit est déjà une forte hypothèse. Pourtant quelque chose nous "vient en tête", expression française qui veut dire en conscience, "in the mind".

---

<sup>34</sup> L'étonnement philosophique

Le premier retour de l'ouverture au monde, de la tension vers lui, semble bien être une interrogation, une sorte de quête, une attente accueillante; Jung parlait de l'homme comme instance interrogative; "l'être humain est un point d'interrogation vivant" selon un adage traditionnel.

### S'interroger, question de base selon les mondes logiques

Quelle est la première question, la question de base qui fonde les autres ?

Selon Alain Badiou<sup>35</sup>, c'est un "Il y a", répondant donc à la question "Qu'y a-t-il?", ceci nous semble un constat, le monde est objectivé en face de soi, la conscience observe à distance et la pensée se pose après avoir jailli. Ceci correspond au monde du 4. Dans le monde du 3, l'action s'effectue, le faire passe au premier plan: "Qu'est-ce que ça fait?" "Comment ça se fait?" puis agir, vérifier, sentir.

Dans le monde du 2, où le lien est en suspens où gestes et perceptions priment, il nous semble que la question est "Qu'est-ce qui se passe?". L'indicatif *Passe* indique le mouvement et le passé se réfère à ce qui est derrière nous.

Et dans le monde du 1 ? L'interrogation jaillit sans se formuler, car il n'y a pas de dualité entre soi et le monde, on ne saurait dire ni penser "Je", on ne peut prendre le monde à bras-le-corps, encore moins le poser en face, objet. Pur jaillissement, l'être vient au monde pourrait-on dire, tension à, la sensibilité s'amorce, le conscient émerge.

### Obstacles à la recherche

Quels obstacles se dressent à la recherche de sens? Le premier obstacle est probablement formé par les réponses toutes faites; elles obstruent l'horizon et inhibent la recherche, car tout serait déjà là. Les Anciens l'ont dit, ils ont parlé et voilà, c'est comme ça. Les religions établies, avec leurs croyances et dogmes, constituent donc un obstacle, d'autant plus qu'elles se déforment au fil des siècles. On en constate la cristallisation:

---

<sup>35</sup> Logiques des mondes

Gautama a-t-il souhaité des statues de huit mètres de long, lui qui prônait l'éveil? Le charpentier de Nazareth a-t-il voulu des églises et la chapelle Sixtine, lui qui a chassé les marchands hors du temple? Mohamed a-t-il souhaité un pèlerinage en foule autour de la Kaaba, lui qui se retirait dans la montagne?

Le scepticisme constitue un deuxième obstacle: à quoi bon chercher, il n'y aurait aucune réponse possible, rien de nouveau sous le soleil. Alors oublions, enivrons-nous de sensations, de divertissements, de facilités; la publicité nous promet-elle autre chose? Aucun sens à ce foisonnement exubérant. Le profit? Pourquoi au fond? Impasse sans issue.

Le déclin progressif des religions ouvre une perspective, comme toute liberté elle est difficile et expose au danger. La recherche est ouverte, chacun y est invité et nul ne peut se dérober: quel sens a la vie, la mienne? Celle de mes proches et finalement celle du globe? Cette recherche est à la fois individuelle et collective, chacun puise des éléments qui lui semblent appropriés. Et il semble sage de laisser chacun avancer dans l'interrogation, d'explorer les options et de formuler ses réponses.

L'interrogation, puis la question suscite la recherche, où s'arrêtera-t-elle? Le contact intérieur donne l'assurance. Tout comme celui qui coule doit toucher le fond pour remonter, il nous faut descendre dans notre for intérieur pour en resurgir plus fort. C'est à cela qu'invite ce livre.

### En résumé

Le dessin du point d'interrogation est parlant.  
L'être humain s'interroge depuis la nuit des temps.  
Religion (relier) et philosophie prennent naissance dans le rapport ébahi à l'univers.  
Chaque être humain s'interroge sur le monde, lui-même, son avenir.  
Qui cherche trouve.

## Chapitre 6 Parallèle avec la Physique

### Penser et expérimenter

#### Formalisme et gestes usuels

La physique se sert d'outils mathématiques depuis le XVII<sup>e</sup> siècle. Dès l'Antiquité, les mathématiques (arithmétique et géométrie) sont un jeu de réflexion abstrait basé sur les opérations des marchands et arpenteurs. Il en est de même aujourd'hui, elles sont une réflexion épurée d'opérations concrètes, la condition est d'être capable de décrypter le formalisme utilisé.

Grothendieck, le mathématicien qui a fortement contribué à la géométrie algébrique, l'exprime ainsi : "C'était comme si le bon vieux « mètre cohomologique » standard dont on disposait pour « arpenter » un espace s'était soudain vu multiplier en une multitude inimaginablement grande de nouveaux « mètres » de toutes les tailles, formes et substances"<sup>36</sup>.

Cet exemple parlera peut-être au lecteur : les fonctions attribuent une valeur à tout point de l'ensemble de départ. Laurent Schwartz a généralisé cela en inventant les distributions ; on peut manier des fonctions sans connaître leurs valeurs en un point, par exemple, leur dérivée (la pente de la courbe), l'intégrale sur un intervalle (la surface grisée sur la figure) etc. La valeur en un point n'est qu'une distribution particulière, une mesure spéciale si vous voulez.

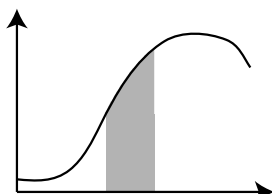


Figure 6.1. Courbe d'une fonction

Nous concluons : Tout formalisme mathématique résulte de l'abstraction d'actions et gestes usuels.

<sup>36</sup> Récoltes et semailles page 61

## Action, cohésion, intension

Au début du XX<sup>e</sup> siècle, on croyait que les corps avaient une longueur, un volume, une masse, puis la mécanique quantique a montré que ces données n'existaient que si on les mesurait. Cette opération de mesure est nécessaire, les données n'existent pas seules. Pour le dire crûment, l'univers est constitué d'actions.

Une grandeur fondamentale est le quantum d'action, un grain d'action indivisible. Il a fallu plusieurs années aux plus grands esprits de l'époque pour réaliser que, si la lumière est constituée de grains - les photons - le quantum n'est pas de la lumière, ni de l'énergie, mais un quantum d'action.

L'action a pour dimension Énergie x Temps ou Impulsion x Longueur, notée  $ML^2T^{-1}$ ; cette grandeur est donc peu maniée dans l'étude de la mécanique. La difficulté provient notamment que, si l'énergie est conservée lors d'une réaction atomique, l'action ne le semble pas. Pourtant on peut admettre que le photon est un grain d'action qui se propage sans action (par inertie).

Dans la vie courante, l'action est pourtant un des traits les plus marquants. Par exemple, un jardinier ne s'intéresse pas au fait de savoir qu'une goutte d'eau va tomber ou non à tel milliardième de seconde sur tel ou tel grain de terre, mais si le terrain est assez humecté ou s'il doit être arrosé.

Le fait que l'action soit constituée de grains indivisibles est lui aussi facile à saisir; on ne peut faire un demi-pas ni un tiers, on ne peut faire un demi-clic, imprimer un demi-pixel, envoyer un demi-texto, prendre une demi-décision. On fait un pas plus petit ou non, on prend une décision de moindre importance ou non. Voilà pour le niveau le plus fin.

Reste à savoir comment ces petits cycles s'assemblent en une forme, qu'est-ce qui leur donne leur cohésion? Quelle intension les suscite? Consciemment, il semble évident qu'une intention relie différents gestes et aboutit à un résultat visé, mais dans la nature, qu'en est-il? D'où proviennent tous ces petits cycles? Quelle est leur source? Le chapitre 3 au sujet de la cohésion a esquissé une réponse: le Soi de la forme, esquisse à développer ou à infirmer et corriger.

## Expérience de pensée

Expérimenter suppose une intention, on le remarque avec les expériences les plus pointues. Heisenberg, dans son ouvrage *La partie et le tout*, rappelle cette phrase d'Einstein: « C'est la théorie qui détermine ce qui peut être observé ». De fait, c'est une conception qui précède la construction du dispositif d'observation.

Plus le dispositif est coûteux (collisionneur LHC au CERN, réseau de télescopes), plus la conception est détaillée et l'interprétation élaborée. Lorsque l'on teste un logiciel ou, à un moindre degré, que l'on prend en main une nouvelle version, que l'on explore un nouveau site, on observe soigneusement les résultats, on vise un effet, on réfléchit à ce qui se passe, surtout lorsque c'est inattendu. Comme l'a remarqué Schrödinger<sup>37</sup>, l'explication scientifique s'enfonce dans des abstractions, mais les résultats aboutissent à des organes sensoriels humains : aiguille sur un cadran, trace sur un écran, bips sonores. Notre corps est l'instrument fondamental, il supporte la conscience et toute intention.

Dans sa jeunesse, Einstein s'est demandé ce que voyait le rayon de lumière dans un miroir : la réponse est qu'elle ne voit rien car elle ne se pose pas, elle poursuit son chemin. Il s'est donc interrogé sur ce qui se passait - dans sa tête - avant d'élaborer tout modèle, toute théorie. Il est aussi le premier, à ma connaissance, à avoir publié une expérience de pensée. Certains peuvent penser à la simultanéité avec la mesure du milieu du train avec des signaux lumineux vus depuis le train ou depuis le bas-côté, ou bien au fameux article Einstein – Podolsky – Rosen, mettant en cause la mécanique quantique.

Plus largement, tout phénomène peut donner lieu à une expérience de pensée. Derrière l'explication de bon sens, souvent analogique, la simulation permet de radiographier les caractéristiques ou les règles que suit le phénomène. C'est ce que favorisent les calculateurs et la pensée extravertie. Pourtant comprendre signifie prendre à soi, appréhender le cours des choses telles qu'elles se passent, intégrer la logique à l'œuvre,

---

<sup>37</sup> L'esprit et la matière

suivre de l'intérieur, c'est la priorité de la pensée introvertie; et ces deux versants, extraverti et introverti, se complètent.

## **Lumière et matière**

Physique et expérimentation subjective convergent en de nombreux autres points, tout en gardant leur spécificité; en voici quelques-uns.

### Une particule et le lotus

La relativité restreinte décrit 3 zones dans l'espace-temps avec un cône de lumière émis à partir d'un événement: 1) la zone temps où une masse au repos dure et se prolonge dans le temps, 2) une zone lumière où, dans son repère propre, la lumière se propage à cette vitesse  $c$ , 3) une zone espace où, dans son repère propre, une impulsion se propage instantanément dans l'espace, en terme imagé c'est un souffle. Selon la relativité générale, les masses courbent l'espace et certaines plus denses peuvent refermer le cône en trou noir. À sa surface, se trouve alors une pellicule de lumière, le séparant de l'espace où se meuvent les masses à une vitesse inférieure à la lumière.

Cette approche rejoint l'image traditionnelle du joyau dans le lotus: *Om mani padme Hum*, traduit par "Salut à toi, joyau dans le lotus". Le lotus flotte sur l'eau se basant sur la vase des impressions et pensées. Il fleurit en 3 séries de pétales, plus une rangée intérieure de 3 pétales recouvrant le joyau ou aspect minéral de la conscience. Les anciens yogis ne connaissaient pas les trous noirs, mais leur image est bien proche de la description d'un noyau obscur et d'une éclosion de lumière.

On peut poursuivre ce parallèle en notant que, selon la mécanique quantique, une particule nue est environnée d'un nuage de photons virtuels. Virtuels, car on ne peut les observer, toute expérience visant à les observer perturberait le nuage. Ainsi un halo de lumière environne une particule nue.

### Aller-retour d'interaction électromagnétique

Lorsque la lumière rencontre la matière, cette interaction est décrite, selon la Mécanique quantique, par des spineurs de Dirac.



Or ces spineurs ont une structure qui met en évidence à la fois une rotation et un aller-retour. Ainsi l'interaction lumière – matière ou champ quantique inclut ce que nous avons appelé une intériorité (représentée par une spire au chapitre 3).

En fonction d'un événement de l'espace-temps  $x = (x_0, x_1, x_2, x_3)$  d'une dimension temps  $x_0$  et de 3 dimensions espace  $x_1, x_2, x_3$ , le spineur s'écrit :

$$\gamma(x) = \begin{pmatrix} 0 & 0 & & \\ 0 & 0 & \sigma x & \\ & \tau x & 0 & 0 \\ & & 0 & 0 \end{pmatrix} \quad \text{où} \quad \begin{aligned} \sigma x &= \sigma_0 x_0 + \sigma_1 x_1 + \sigma_2 x_2 + \sigma_3 x_3 \\ \tau x &= \sigma_0 x_0 - \sigma_1 x_1 - \sigma_2 x_2 - \sigma_3 x_3 \end{aligned}$$

Un spineur de Dirac est un tableau (une matrice) 4x4, dont les éléments 2x2 sur la diagonale sont nuls, comme dans l'encadré ci-dessus. En haut à droite se trouve une matrice (tableau 2x2) sigma x et en bas à gauche une autre matrice tau x. Comme les matrices sigma et tau se situent en dehors de la diagonale, elles décrivent des rotations. Si elles se situaient sur la diagonale, elles décriraient des translations. Tau x est la matrice sigma x où les coordonnées spatiales ont changé de signe (du plus elles passent au moins). Tau x et sigma x décrivent donc un aller-retour ; ainsi rotation et aller-retour se trouvent au sein des spineurs de Dirac, ceux-ci décrivent des amplitudes de probabilité, donc les interactions du champ quantique. En termes psychologiques, l'attention émettrice est attendue réceptrice.

### Une fibre de jauge ?

Les particules de matière, dites fermions, ont un spin ½ et les particules d'interaction, porteuses de champ, dites bosons, ont un spin entier. Cela signifie que la particule de matière tourne 2 fois moins vite qu'une particule de lumière. Or un miroir renvoie un rayon réfléchi – par rapport à son axe de symétrie – d'un angle égal au rayon incident ; un miroir tournant renverrait donc le rayon réfléchi d'un angle double du rayon incident. Dans les discothèques, les boules métalliques aux multiples facettes renvoient la lumière, si elles tournent elles illustrent ce phénomène.

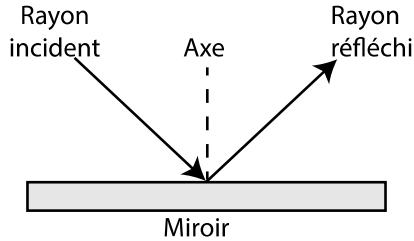


Figure 6.2. Miroir réfléchissant un rayon

Donc la pellicule de lumière entourant la particule nue pourrait renvoyer un rayon qui tournerait d'un angle double de celui de la particule. Le spin demi-entier renverrait alors un spin entier.

Le terme *spin* évoque la rotation d'une toupie sur elle-même, mais selon les expériences, elle devait tourner sur les 3 axes à la fois. Problème: il n'existe aucun groupe de rotation à 3 dimensions sans axe fixe, c'est-à-dire où les 3 axes sont variables; une issue est d'imaginer deux rotations synchronisées à 2 dimensions, ce qui introduit une dimension supplémentaire, différente du temps. Cette dimension serait une fibre de jauge, associée au monopole magnétique prédit par Dirac. Il n'existe à ce jour aucune expérience qui ait permis de mettre en évidence cette fibre (ou cette corde). Cette fibre est élastique, insécable et ne réagit pas aux interactions de champ connues – selon les articles publiés, du moins à ma connaissance.

Subjectivement, lorsque l'on veut abstraire une forme pensée de sa conscience, on a l'impression de tirer sur un fil, ancré dans le cœur. Ce parallèle n'est donc pas une preuve, seulement une indication, encore faut-il ressentir cette impression. Il s'agit donc d'une simple hypothèse qui reste dans les limbes, sans aucun fait expérimental probant.

### La couleur

Nous avons tous dessiné avec des crayons de couleur et nous savons qu'avec le rouge, le bleu clair et le jaune, nous pouvons obtenir toutes les nuances, fonçant peu à peu le papier. Précisément, cyan, jaune, magenta forment la base des encres d'imprimantes (en ajoutant le Noir pour augmenter le contraste)

permettant d'obtenir des millions de couleurs sur papier, c'est la base du spectre soustractif, car elles enlèvent des fréquences lumineuses. La base du spectre additif, lui, est constituée des couleurs Rouge, Bleu (outremer) et Vert qui font passer un écran ou une salle obscure du Noir au Blanc. La couleur est à base trois et ce groupe de permutations a été amplement étudié et utilisé, notamment par la Chromodynamique quantique. Protons et neutrons sont constitués de 3 quarks de saveurs et de couleurs complémentaires. Les couleurs des quarks restent abstraites, inobservables, mais leurs permutations suivent le groupe SU3 indiqué ci-dessus.

Frans Gerritsen <sup>38</sup>, notamment, a décrit ce groupe :

Rouge + Bleu + Vert = Blanc  
 Rouge + Bleu = Magenta  
 Bleu + Vert = Cyan  
 Vert + Rouge = Jaune  
 Et  
 Rouge + Cyan = Blanc  
 Bleu + Jaune = Blanc  
 Vert + Magenta = Blanc

La couleur aide aussi les logiciens à distinguer des types d'oppositions. Ici les positions sont binaires, vraies ou fausses ; ce qui donne cet hexagone :

**Contradiction** (Tous / Pas tous, Aucun / Au moins 1, Seuls quelques-uns / Tous ou Aucun) : rouge  
**Contraire** (Tous / Aucun, Tous / Seuls quelques-uns, Aucun / Seuls quelques-uns) : bleu  
**Subcontraire** (Au moins 1 / Pas tous, Pas tous / Tous ou aucun, Au moins 1 / Tous ou aucun) : vert

<sup>38</sup> Présence de la couleur

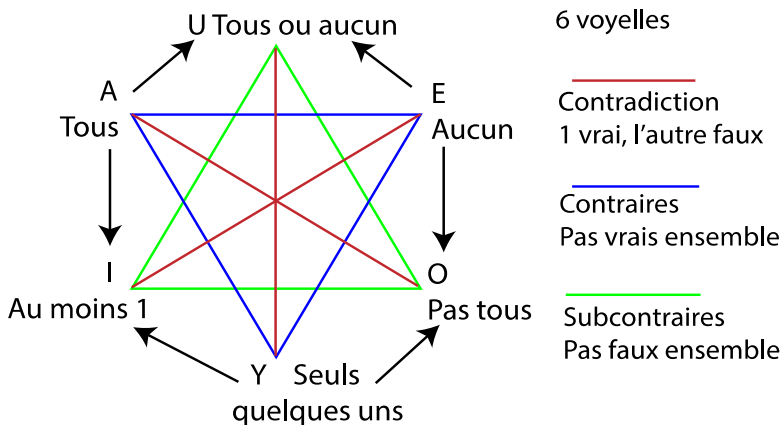


Figure 6.3. Hexagone logique (Jean-Yves Beziau)

En nous servant de la contemplation (chapitre 2) et de l'étude des mondes logiques (chapitre 3), essayons de penser abstraitement. Quel sens ont les couleurs ?

**Le vert suggère la fluidité, la souplesse, l'adaptation, mais aussi la progression le long de la trajectoire, la succession de positions dans le temps, donc la progression du même ; ceci évoque aussi l'inertie et l'intelligence qui apprend et discerne.**

**Le Bleu outremer (proche du bleu nuit) suggère le calme, la réflexion, l'immensité, l'espace, et aussi le latéral, donc l'autre.**

**Le Bleu lumineux, addition du vert et du bleu, suggère le ciel visible, l'horizon, l'éveil, l'ouverture en progression, l'extension latérale, donc le changement et la conscience (support et informant) qui reste elle-même tout en enregistrant de nouvelles impressions.**

**Le rouge suggère le sang, la vie, le renouvellement, la stimulation, donc la volonté, l'abnégation et ce qui fait surgir.**

Allons plus loin. Le bleu choisi pour l'emblème (chapitre 2) a la formule R0 V129 B227, chaque chiffre allant de 0 à 255. Ainsi 129 est pratiquement la moitié du maximum de vert, et  $227/255 = 89\%$  de bleu, la proportion est de  $227/129 = 1,76$ . Le latéral est donc plus grand que le longitudinal, le changement envisagé plus grand que la continuité ; attention, ces rapports se situent dans la conscience, non dans l'action.

C'est ce que dit le symbolisme des couleurs, cela donne un ordre de grandeur.

L'emblème de l'anneau bleu avec les trois points rouge, bleu, vert décrit alors une équation symbolique.

### Équation symbolique

Le cercle est la forme archétype désignant une unité dans l'espace. Le cercle peut être vu en rotation, en pulsation, en spirale (l'union des deux mouvements) ou comme un sas permettant le passage d'un flux à travers lui. Les 3 points dans le cercle signifient 'les trois sont un' ou bien 'la forme a un pôle triple' ou 'le courant est triphasé'.

L'anneau bleu représente la relation à Soi, soi face au monde, c'est-à-dire l'horizon interne, comme on l'a vu au chapitre 2. Cette ouverture au monde se focalise dans le pôle bleu d'éveil ; le pôle vert pointe l'intelligence qui discerne et comprend ; le pôle rouge indique le renouvellement incessant de la conscience et, plus profondément, le surgissement de l'être. Ensemble ils signifient l'unité de la forme traversée par un flux (le surgissement), forme qui s'ouvre au monde extérieur et discerne.

Cette ouverture va non seulement vers l'intérieur reflétant une unité, mais elle impacte aussi le monde extérieur ; on peut le penser sous l'angle philosophique ou psychologique (Weltanschauung, la conception du monde), on le voit aussi sur le globe : la conscience humaine unit la Terre. Et l'on regrette que cette unité ne soit pas plus cohérente, respectueuse et aimante. La source a une structure fractale : elle s'implante en tout point, pourtant cette structure existe dans toute sa généralité, dans son archétype et dans son extension humaine.

Généralement le graphisme montre la trace d'un geste : un trait désigne un mouvement, une transmission d'énergie ; un cercle une unité, un cycle, un sas par où passe un flux ; un point dénote un surgissement, un pôle énergétique ; un carré marque un cadre, une structure équilibrée, avec exactitude ; une étoile symbolise un rayonnement.

## Fusion subjective temporaire

### Fusion temporaire de conscience

Pour étudier les constituants les plus fins de la matière, les physiciens se servent d'accélérateurs de particules; ceux-ci bombardent une cible pour en observer les morceaux résultants; la cible se situe à l'extérieur de l'accélérateur. Par la suite, des collisionneurs ont été construits pour fracasser deux faisceaux qui se rencontrent. Le principe est le même: désagréger ou éclater des particules avec beaucoup d'énergie.

Une idée est venue à ce sujet: utiliser un anneau accélérateur pour fusionner des particules. Mais pour la fusion, il faut non pas bombarder et projeter par inertie le faisceau à l'extérieur, mais attirer à l'intérieur puis abstraire le faisceau pour provoquer la fusion.

L'expérience de pensée a été faite et reproduite une dizaine de fois en petit groupe (moins de 7 personnes); elle est concluante: chacun a bien l'impression d'émettre les particules en anneau, d'accélérer le faisceau et, après l'abstraction, de faire face à un espace plus grand, empli d'énergie. La difficulté est alors de circonscrire cet espace et de récupérer l'énergie, avant de l'employer.

L'abstraction peut même être décrite plus finement: tirer sur le fil, attirer au cœur. Bien sûr, cette description dépend des participants et cette expérience n'est que subjective, pourtant l'impression est réelle et elle se reproduit au cours des expériences.

Notons que la particule de lumière mentionnée par le protocole est une émission de lumière mais correspondrait au nuage virtuel de photons autour d'une particule. Subjectivement, l'émission doit être un don mû par l'attention, et non un objet ou un contenu, d'où le terme particule de lumière.

## Schéma de l'expérience

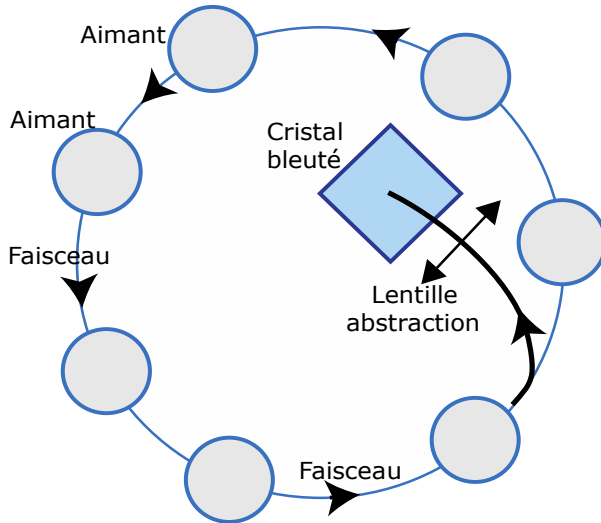


Figure 6.4. L'anneau des consciences

## Protocole d'expérience

Ce qui donne le schéma de méditation suivant :

### L'ANNEAU DES CONSCIENCES

Le corps détendu, les émotions apaisées, l'esprit clair et alerte, prenons contact avec la Source de l'Attention que nous pouvons visualiser comme un soleil transparent au-dessus de la tête.

Le soleil rayonne d'un coup dix fois plus fort.

Nous imaginons d'autres soleils qui forment un cercle.

(les autres soleils sont les consciences de tous ceux qui font l'exercice)

Chaque soleil émet/devient une particule de lumière qui part vers la droite.

Toutes les particules tournent ensemble dans l'anneau des consciences.

Bien sentir le faisceau qui tourne dans l'anneau.

Au cours d'une de ses rotations, le faisceau est dévié vers l'intérieur et passe dans une lentille focalisatrice.

ABSTRACTION vers le centre - FUSION - LIBÉRATION d'énergie.

L'énergie libérée fait vibrer un grand cristal de lumière bleutée.

Visualisons le rayonnement du cristal qui se déverse sur la terre et affirmons le sens de notre activité :

Exprimer en vos propres mots la magnificence et vos souhaits pour la Terre

### Exemples de fusion temporaire de conscience

Les frictions abondent dans les groupes sociaux, il est difficile de s'entendre et encore plus de créer ensemble. Mais on connaît aussi des exemples de réussite collective. Des équipes de puéricultrices, médecins, assistantes sociales, pédiatres se réunissent pour parler de cas difficiles de petite enfance. Après l'une de ces réunions, les choses semblent se résoudre d'elles-mêmes, et le premier contact s'effectue souvent plus facilement, la situation semble avoir évolué et l'attitude des soignants en est certainement un vecteur.

Un autre exemple connu se produisit lors de la tempête de neige sur l'aéroport de Roissy en décembre 2010. Des équipes de personnes compétentes : chef d'escale, commerciaux, techniciens de piste, ont constitué un comité et décidé quels avions pouvaient décoller et lesquels restaient au sol.

Souvent en cas d'urgence, des équipes se forment, en dehors du circuit hiérarchique. Vous lecteurs, en connaissez peut-être : lors d'un accident par exemple ; les raisonnements habituels, les prérogatives s'effacent devant l'appel de la réalité.

Quels sont les critères pour qu'une telle union soit efficace ? Plus le but est clair, plus l'attention peut se concentrer sur l'objectif. Alors les questions personnelles s'effacent, chacun écoute l'autre, son point de vue, enfin les compétences sont en jeu : l'intelligence



s'applique grâce à la connaissance du terrain.

Puis après cette fusion temporaire, chacun reprend ses perspectives, ses attentes, sa spécialité : l'individualité se maintient.

### Conditions et perspectives d'applications

La fusion des consciences a pour base théorique l'ouverture au monde; une approche expérimentale a été indiquée, à vous d'essayer. Nous pouvons maintenant passer à l'application, aux conditions nécessaires, puis aux perspectives. Les exemples réussis nous l'ont montré : un objectif concret suscite la motivation. Le film Apollo 13 le montre de manière romancée: il s'agissait de sauver 3 astronautes, que certains connaissaient bien. Une deuxième condition est l'écoute des personnes et des idées présentées; celles-ci sont évaluées selon leur valeur pratique (conformité au but dit l'Agni Yoga) et non selon le statut de celui qui parle. Enfin ou au début, la créativité de chacun basée sur une réelle compétence est requise, ainsi l'intelligence d'individuelle devient collective.

Donc, 1) un but visible par tous, 2) écoute des idées, et 3) créativité individuelle sont les conditions pour développer la créativité collective.

Maintenant passons aux perspectives.

Un but concret aide à focaliser l'attention vers un but et à unir des gens, car les résultats obtenus encouragent la poursuite de l'action. On peut penser au Téléthon, mais aussi au sauvetage d'un blessé, etc. Le monde abonde d'exemples d'entraide physique et les ONG nous le rappellent, c'est un signe de santé humaine qu'elles soient aussi nombreuses. Cependant il s'agit souvent d'appliquer l'idée de base de l'ONG en de multiples occasions, et non de créativité collective ni de fusion des consciences. Ces conditions de réussite sont difficiles à remplir.

Un nombre restreint de participants (5 ou 7) favorise l'écoute, car les mécanismes sociaux (pouvoir, séduction) jouent plus nettement dans les grands groupes. Le travail associatif le révèle : des personnes qui n'ont pu réussir dans leur vie professionnelle compensent leur échec relatif et se font valoir dans le registre bénévole.

Enfin chacun a pu côtoyer des personnes qui parlent haut et fort, qui ne connaissent pas le terrain ou ne savent pas décider ; les gens compétents, dans n'importe quel groupe social se reconnaissent assez vite. Donc des petits groupes dans une situation concrète auront plus de facilité pour créer ensemble.

Il est probable que, dans un deuxième temps, et peut-être avec d'autres personnes, l'on puisse passer à un cran au-dessus, c'est-à-dire résoudre une situation régionale, dont le but est moins concret ou apparent. Enfin la situation mondiale (réchauffement climatique, approvisionnement en eau, énergie, et économie) exige encore plus d'altruisme, plus de patience pour atteindre un objectif plus vaste et une écoute des idées, et non plus des paroles exprimées dans une salle. C'est à cela que travaillent les serviteurs de l'évolution, les travailleurs dans le champ de la pensée et de la Présence. Présence sous-jacente comme l'espace qui nous environne, au-delà ou en deçà de toute prise de conscience.

### Obstacle de l'objectivité

Lors des travaux pratiques de chimie, on porte une blouse blanche pour éviter les projections d'acide. Cette blouse est presque l'emblème des scientifiques, les croyances, les espoirs et les idéologies ne doivent pas se projeter sur l'expérience en cours. La seule croyance qui subsiste est la foi en l'objectivité et la rationalité. Or l'objectivité a été mise à mal par la mécanique quantique qui a montré que l'on ne peut observer un objet sans interférer avec lui. Bien souvent l'effet est négligeable, mais pas toujours ; la systémique a généralisé ce fait : toute observation, toute connaissance suppose une action conjointe avec l'objet. On ne peut observer une tribu sans la modifier de ce fait, ni une équipe, ni une simple réunion.

Ce souci d'impartialité prône une mise à distance et dévalorise l'interférence en supposant que l'effet en retour est négligeable. Et puis le repli vers la vieille croyance en l'objectivité réapparaît, ce qui gêne profondément l'observation du processus conscient et toute exploration subjective. Oui, la fusion sujet-objet est nécessaire pour aller vers la source de conscience, sinon l'on n'observe que

des effets à distance, de l'extérieur. Plus fondamentalement, la mise à distance ne peut comprendre.

Psychologiquement, la difficulté provient de l'attitude de prendre à soi plutôt que d'émettre, comme l'a remarqué Martin Muller. On veut obtenir des résultats, on note les effets, mais l'on néglige ce que l'on fait pour cela : l'intention, la conception, le regard.

### Trou noir ou pupille, origine du regard

“Pour connaître la chose, soyons la chose” a énoncé Krisnamurti. On le perçoit bien dans l'étude des trous noirs. La plupart des descriptions prennent l'exemple d'un corps matériel qui est attiré, accéléré puis absorbé dans un trou noir. C'est donc partir d'un objet massif, car le sujet qui imagine est “quelqu'un”, qui a une contenance, un nom, un statut et une réputation.

Dans le trou noir, la matière s'effondre en une densité extrême et devient pure énergie. C'est supposer que le corps demeure dans la zone temps à l'intérieur du cône lumière. On pourrait aussi supposer que l'objet passe dans la région espace, où il devient, dans son repère propre, une pure impulsion, c'est-à-dire en langage imagé un souffle. Pour penser la pure impulsion, il faut accepter de n'être rien, espace, souffle, voire même Esprit. C'est beaucoup demander à des scientifiques, des penseurs honorables.

De fait, dans l'expérience subjective, le point le plus ténu, le plus central de la conscience est un point d'absorption et il émet une tension immense, origine de toute expression. Il est comparable à la pupille de l'œil qui absorbe la lumière mais émet le regard.

On note, à cet égard, une nette opposition entre le trou noir des physiciens qui absorbe tout et n'émet rien, et la perception subjective des méditants du point central qui stimule tout et n'admet aucune forme.

### **Utilité de l'exploration subjective**

Puisque toute expérience scientifique provient d'une intention, le contact avec la source de conscience éclaire le chemin, elle illumine les questions, souligne les incohérences restantes, met à jour des parts d'inconnu et facilite la réception de l'inspiration.

En fait, tout scientifique s'identifie avec l'objet étudié, que ce soit un électron, un quark, un champ, une galaxie, une cellule, un virus, un écosystème, une société. Il ou elle travaille avec sa subjectivité autant que grâce à la lecture d'articles ou de faits expérimentaux. Pourtant malgré son importance, cet aspect de la recherche est négligé, car ce sont les raisonnements et résultats qui sont publiés. On peut espérer que les démarches, actions et gestes subjectifs seront aussi pris en compte que les expériences de pensée. Grothendieck, dans son ouvrage <sup>39</sup>, décrit finement cet aspect.

En sens inverse, l'approche de la source de conscience pourra être étudiée de façon méthodique, systématique et pourra être confirmée par plusieurs et même de nombreux expérimentateurs. Ainsi le subjectif et l'objectif pourront se compléter et former une unité.

### En résumé

Tout formalisme mathématique résulte de l'abstraction d'actions et gestes usuels.  
Tout phénomène peut donner lieu à une expérience de pensée.  
La matière s'explore grâce à des aperçus intuitifs et de l'imagination.  
L'expérimentation subjective rejoint en de nombreux points les découvertes physiques.  
La physique aide à explorer les ressorts de la conscience.  
La tradition parle de joyau, de fil de vie, de fil de conscience ;  
la physique parle de trou noir, de corde ou de fibre.  
Un petit groupe peut fusionner sa conscience momentanément.

---

<sup>39</sup> Récoltes et semailles, tome 1

## Chapitre 7 Usages

Le contact avec la source est enrichissant, alors on veut réitérer l'expérience, mais déception : la fois suivante l'expérience est moins concluante ; en fait le désir voile et en amoindrit la fraîcheur et le tonus ; la solution est d'écarter toute attente pour être simplement présent. La qualité du contact ou "de l'énergie", sa force, sa tonalité, varie selon les biorythmes, les rythmes saisonniers et les conditions atmosphériques. Il s'agit d'être un éternel débutant ; le contact est toujours nouveau, frais, vivifiant.

Avec l'entraînement, de nouveaux intérêts émergent et de nouvelles affinités. Ceci dérange l'entourage, qui était habitué à l'ancien comportement et, eux, ne sont pas emportés dans le même mouvement. Le changement modifie les liens aux proches et les entraîne.

Avec le temps, la lumière nouvelle révèle des saletés qui restaient inaperçues, le comportement se voit sous un jour nouveau. On se croyait gentil alors qu'on se protégeait ; on se croyait serviable alors que l'on se faisait valoir ; on croyait aimer, alors qu'on attendait de la reconnaissance. L'étude de ses motifs est exigeante, pénible, mais indispensable. Puis peu à peu, tel un abat-jour qui s'allège, le comportement laisse passer la lumière intérieure : elle attire, encourage et soutient les proches.

L'humain fait le lien entre le Ciel et la Terre. Une tendance serait de chercher à s'envoler vers les hauteurs, mais il s'agit d'accomplir les tâches quotidiennes dans un autre état d'esprit, non de les fuir.

Les nouvelles affinités peuvent conduire à s'intégrer dans un groupe ; alors se créent de nouveaux liens, mais aussi des contraintes ou freins. Un groupe permet de se rassurer, de se conforter et de se fortifier, mais il voile aussi des questions et présente des pièges. Qui se sent méprisé au travail cherche le pouvoir par ascendant ou séduction, etc. phénomène de compensation. Le groupe peut être social, mais il est surtout un vecteur d'un champ de force : de très nombreuses personnes cherchent la même chose, endurent des difficultés

similaires, et c'est là le véritable groupe composé d'inconnus, nos semblables.

Voici donc quelques pistes pour utiliser le contact :

- se transformer en s'imprégnant des qualités évoquées par les couleurs ;
- installer l'emblème sur le corps ;
- s'unir à la conscience humaine.

### **Se transformer : se servir des couleurs**

La source de conscience produit de la lumière et l'on peut jouer sur sa fréquence, c'est-à-dire sur sa couleur. On peut ainsi déverser un rayon coloré, imprégner une qualité dans une action ou dans tout son comportement.

En fait, on a déjà des qualités prédominantes selon le type ou profil psychologique et d'autres qui sont moins apparentes ou moins développées.

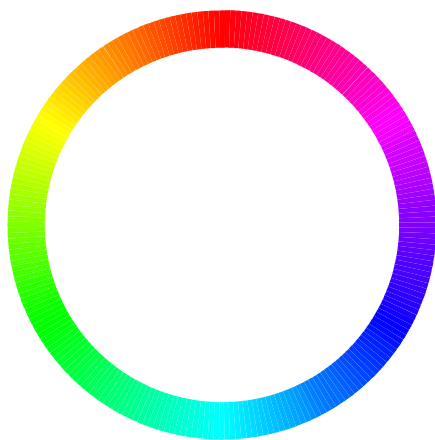


Figure 7.1. Cercle chromatique

On peut développer certaines qualités en plaçant un bandeau de couleur sur son écran ou sur une feuille devant soi, voire dans la salle de bains : on la regarde pendant que l'on se lave les dents.

Il importe alors de varier les couleurs et de les équilibrer. Un excès d'une couleur produirait ou renforcerait une difficulté.

Le sens des couleurs a été décrit par observation de la nature

puis avec une première réflexion ; à présent approfondissons l'étude. Chaque couleur est ici mise en correspondance avec deux noms du langage managérial, une définition, une liste de termes associés à cette qualité et quelques excès possibles.

**Rouge : Dynamisme – renouvellement**

**Capacité à se renouveler, donc de remettre en cause les orientations et de passer à l'acte.**

Mots associés : **valeur, finalité, synthèse, recul, élan, proactif, force de proposition, concision, fermeté, décision, priorité, tonique**

Donc **rapide, vif, concis, synthétique...** mais peut-être  **Brusque, cassant, autoritaire**

**Bleu : Rigueur – Cohérence**

**Capacité de suivre une démarche logique avec exactitude.**

Mots associés : **logique, méthode, rigueur, exigence, précision, méticuleux, pointer, étudier, suivre, vérifier, anticiper, conformité, fixité, planifier**

Donc **méthodique...** mais peut-être **pointilleux, tatillon, terre à terre**

**Vert : Adaptation – Souplesse**

**Capacité de réagir en fonction de la demande, du contexte, du partenaire.**

Mots associés : **souplesse, flexibilité, évoluer, réactif, sollicitation, créatif, fantaisie, imaginatif, jetable, mobile, portable, léger, sur mesure, opportun**

Donc **créatif, fluide, stratège,** mais peut-être **versatile, inconsistant, flou**

Et les couleurs complémentaires, composées des deux couleurs voisines :

- Magenta en face du Vert, addition du rouge et du bleu évoquant la rigueur dynamique ;
- Jaune en face du Bleu outremer, addition du vert et du rouge évoquant un dynamisme souple ;
- Cyan en face du Rouge, addition du bleu et du vert évoquant une rigueur souple, soit l'agilité.

### **Magenta : Optimisation – Perfectionnement**

**Capacité d'améliorer un processus, des activités.**

Mots associés : **capitaliser, perfectionner, améliorer, régler, élever, bilan, niveau, idéal, enthousiasme**

Donc **optimiste, enthousiaste**, mais peut-être **idéaliste, naïf, exalté, déconnecté**

### **Jaune : Harmonisation – Complémentarité**

**Capacité de parvenir à un accord, de s'enrichir grâce aux différences.**

Mots associés : **alternative, autre, confronter, approfondir, différence, humour, analogie, comparaison, hétérogène, opposition, conflit, accord, divergence, adverse, original**

Donc **humour, fantaisiste...** mais peut-être **dramatisant, écartelé, incisif, capricieux**

### **Cyan : Ouverture – Communication**

**Capacité de relier (accepter-inclure) des faits, des idées, des partenaires.**

Mots associés : **curiosité, échange, écoute, interagir, convivialité, cordialité, réseau, lien, accommodant, réceptif, sociable**

Donc **réceptif, empathique**, mais peut-être **mou, passif, laxiste**

## Obstacles

Paris ne s'est pas fait en un jour. Des effets notables n'apparaîtront qu'avec la persévérance. Patience, courage, discernement sont de mise, mais la lumière accompagne l'effort, la joie du contact encourage les tentatives répétées, avec les réussites et échecs relatifs ; l'apprentissage est toujours progressif.

L'équilibre est une sauvegarde. Les entreprises veulent être dynamiques, mais l'on peut rentrer dans le mur de façon très dynamique, en étant cassant, brutal, sans tenir compte de l'entourage ni du contexte. Le dynamisme est souvent confondu avec la quantité d'action, mais il ne s'agit pas de s'éparpiller, de courir à droite à gauche comme la mouche du coche ; quel est le but, ce qui importe ?



Équilibrons donc le dynamisme avec l'écoute, ou avec la souplesse et la rigueur. Le cercle chromatique a une structure significative, qui sert de guide.

Plus d'explications sont disponibles sur le site [www.qualitecouleur.com](http://www.qualitecouleur.com) notamment dans l'onglet Plus avec le PDF Développer ses qualités.

## **Emblème horizontal**

### Préambule

La Terre nous porte, on commence par lui donner notre poids, signe de notre présence matérielle. Une énergie fine remonte si la colonne vertébrale est droite.

L'aura indiquée ici est l'espace autour et au-dessus de la tête. Placer la conscience au sommet de la tête stimule cette aura, une vie droite la purifie.

Le Soi rayonnant ou Soi de la forme ou foyer de la psyché, est le cœur de la vie, c'est donc au niveau du cœur que l'attention nous relie au monde.

L'accueil précède le don, comme la perception précède l'action.

Ce qui guide l'action est responsable de notre santé, de notre existence physique,

Ce qui s'ouvre au monde marque l'éveil, la sensibilité à l'environnement.

Ce qui préside est le facteur à l'arrière-plan qui nous lie à l'esprit, qui veut s'incarner.

En inscrivant l'emblème sur le corps nous le transportons avec nous, la source toujours disponible est ainsi facilement accessible.

### Schéma

1. Respirer, la colonne vertébrale droite
  - 1a Donner son poids au sol
  - 1b Le courant Nature remonte le long de la colonne jusqu'au sommet de la tête
2. Accueillir la voûte des cieux, les étoiles, dans l'aura au-dessus de la tête

3. Exprimer l'Amour via le cercle bleu à la hauteur du cœur  
Accueil et don, rayonnement  
Inclure notre groupe, puis tout l'horizon conscient
- 4 À l'intérieur de la tête, un autre cercle bleu, l'horizon interne : qui nous sommes.  
Au centre du cercle 3 points :  
Vert, Ce qui guide l'action  
Bleu, Ce qui s'ouvre au monde, présence  
Rouge, Ce qui préside, être pur  
Les trois fusionnent : Lumière  
L'horizon interne sous-tend le rayonnement vers l'horizon externe ;  
Il attire les chercheurs vers la source de conscience
5. Chanter doucement le Om, le son qui sous-tend la conscience

### Inscription sur le corps

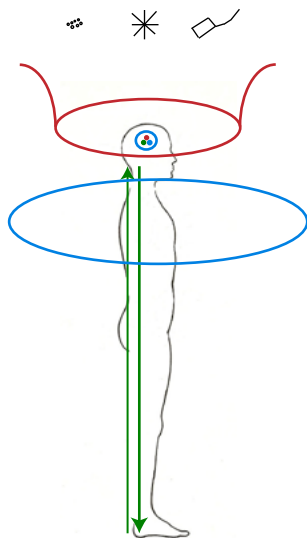


Figure 7.2. L'emblème sur le corps

## Participer à la conscience humaine

Nous partageons avec d'autres beaucoup plus que nous ne le croyons. Notre communauté est vaste, avec ses difficultés, ses atouts, sa culture qui s'appuie sur les capacités communes à l'espèce humaine. C'est dans ce champ énergétique, affectif et mental que nous évoluons, il est donc intéressant et utile de fortifier ces capacités alors que nous y participons bon gré mal gré.

### Réflexion

Le yoga illustre la pure conscience avec un lotus composé de 9 pétales qui sont autant de capacités ; plutôt que de rester dans une allégorie imagée, essayons de les formuler. Le jet d'attention, qui va du sujet à l'objet, se déverse en 3 modes et sur 3 niveaux. Ces 9 canaux de l'attention sont issus de 9 potentiels qui sont activés, accessibles ou latents. Il est aisé de percevoir, chez soi ou chez d'autres, les potentiels, ceux qui sont souvent utilisés, lesquels sont en cours d'activation et lesquels sont rarement, voire jamais utilisés ; ceux-là serviront plus tard.

Observons de plus près cette subdivision en 3 fois 3.

### 3 modes

Ces 3 modes se distinguent dans l'inscription dans le monde, du sujet à l'objet, dans le parcours du Soi au non- Soi.

Le premier mode est le surgissement de l'être, qui est affirmation et simultanément négation : c'est être ceci, surgir comme ceci, et non être cela.

Subjectivement ce mode se présente comme volonté, et simultanément comme abnégation. Le jet se restreint pour s'intensifier, s'affermir et s'affirmer. Ce mode correspond au pôle du renouvellement symbolisé par le point rouge.

Le deuxième mode est imprégnation, élargissement, ouverture. Si le premier mode est transverse, s'inscrivant sur le monde, ce deuxième mode s'étend dans l'espace, accueillant avec sensibilité ce qui se présente. Ce mode correspond au pôle de formation, intégration ou reprise à soi, symbolisé par le point bleu.

Le troisième mode est expression, extériorisation, action manifeste. Ce qui avait surgi, s'était intériorisé, se déploie, va vers l'extérieur et finit par apparaître. Ce mode exprime donc l'attention dans le monde. Il correspond au pôle du discernement symbolisé par le point vert.

### 3 niveaux

Les 3 modes suscitent 3 niveaux de conscience, que nous découvrons ou reconnaissons du plus grossier au plus fin : 1) la sensation de la matière, 2) le sentiment qui affecte globalement l'unité, 3) la pensée qui saisit le général derrière le particulier.

La sensation est localisée, elle se place du côté réceptif de l'action : que faire ? Et l'action est notée, sinon mesurée, selon des critères objectifs. Faire est ainsi le bord externe de l'attention. Et dans ce bord externe vont jouer les 3 modes dont les potentiels se dévoilent successivement. Ainsi 'utiliser ses compétences' dévoile ensuite 'prendre soin de ses proches', et vient ensuite 'l'utilité pour le tout'. C'est la fameuse question posée aux tailleurs de pierre ; le premier répond : "Vous voyez, je taille des pierres", le second "Je nourris ma famille", le troisième : "Je bâtis une cathédrale".

Le sentiment est global et affecte l'unité dans sa totalité. L'attention se tourne vers le ressenti, la relation avec d'autres. Ce niveau concerne donc les relations avec les personnes, des situations ou des organisations, c'est le domaine relationnel ; c'est aussi le domaine du désir ou attirance vers un objet, qu'il y ait passage à l'acte ou non. Ici aussi les 3 modes vont jouer : tout d'abord, 1) savoir se coordonner, comprendre l'autre, ensuite 2) discerner le besoin derrière le discours, l'être véritable derrière la personne (le masque), la lumière intérieure derrière l'apparence, enfin 3) l'affirmation de ce qui englobe la relation, qui implique l'abandon du désir de plaire, le renoncement à un désir, une activité ou un projet.

La pensée est le troisième niveau, elle quitte le domaine figuratif pour l'abstrait, le circonstancié pour le général, l'effet apparent pour la logique sous-jacente. Ici se joue l'inscription dans le monde : "qu'est-ce que je fais là ?" Il faut donc prendre du recul

pour se poser cette question, qui est loin d'être habituelle ; c'est considérer son rôle, en notant que *con-sidera* signifie à la lumière des étoiles. Ici aussi les 3 modes vont jouer : 1) se considérer comme un instrument, 2) apporter sa lumière au monde, 3) être un feu pour illuminer et réchauffer.

### 9 jets d'attention partant de la source

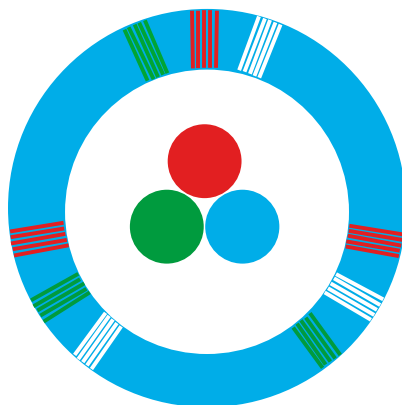


Figure 7.3. L'emblème radiant

L'anneau bleu symbolise la relation à Soi, pivot de toute relation, au corps, aux autres, au monde ; le fond blanc représente le champ illuminé de conscience, les 3 points représentent les trois pôles correspondant aux 3 modes : **discernement, intelligence, créativité pour le pôle vert, accueil, amour, ouverture pour le pôle bleu, renouvellement, abnégation, volonté pour le pôle rouge.** Les rayons sur l'anneau symbolisent ces 9 jets d'attention, ils se placent en fonction des pôles et les rayons blancs (signifiant bleu) font contraste sur le fond de l'anneau bleu. Chaque jet est représenté par 5 traits, le 5 étant le chiffre du Penseur, la pure conscience.

#### Rappel

Il est assez facile de noter les effets, les actions, états ou attitudes manifestes ; ce qui importe est la capacité, le potentiel énergétique, la puissance intérieure qui structure le déploiement de l'attention. Aussi ce qui suit décrit quelques applications de ces potentiels,

et tous ne peuvent – pour l’instant – déployer ces 9 potentiels et mettre en œuvre ces jets d’attention. Ces potentiels se révèlent au cours du temps selon les efforts et la décentralisation à laquelle parvient le chercheur.

### Applications des 9 jets d’attention

Voici quelques phrases pointant les attitudes manifestes correspondant à ces 9 potentiels.

Sensoriel: faire

- 3. expression: Utiliser ses compétences, donc bien faire le boulot, faire les choses à fond, se concentrer sur la tâche**
- 2. inclusion: prendre soin des autres, accueillir, accepter, faire confiance, coordonner les efforts, la parole juste**
- 1. abnégation: faire passer les autres avant soi, donc s’oublier, faire passer la tâche avant soi, risquer sa vie pour d’autres**

Affectif: sentiment global de son état, relationnel

- 3. expression: se mettre à la place de l’autre, écouter, soutenir, reconforter, repérer le trajet du sentiment**
- 2. amour – don: offrir son cœur à l’autre, cerner le besoin, faire appel à la lumière intérieure chez l’autre**
- 1. abnégation: affirmer le sujet face à l’objet, renoncer à un désir, un projet, dire non à une demande, accepter de ne pas plaire, tenir le cap sur la nécessité**

Mental: se considérer dans le monde

- 3. Se percevoir comme un instrument, servir de relais à une cause, sens des proportions**
- 2. Apporter sa lumière au monde, donc contribuer, servir l’évolution**
- 1. Tout donner sans cesse, feu de l’abnégation ou vivre pour le monde en donnant tout son être**

Voilà une description de ces potentiels qui demeurent sous-jacents à la conscience humaine, au plus profond. À nous de les

observer, de les cerner, de les développer – et aussi de compléter et enrichir cette approche.

L'être humain se surpasse parfois, c'est surtout lui qui se limite, en rétrécissant son horizon, en négligeant ce qu'il pressent, en ignorant ses possibilités ; il faut dire que le discours ambiant le maintient dans le passé. Aussi, cherchons dans notre for intérieur les trésors d'énergie qui s'y trouvent et exerçons nos forces : le monde s'offre et nous attend.

### Avertissement avant l'expérience

Le rayonnement provient d'une source plus positive, énergétique et se déverse vers un niveau plus dense ; la conscience fait le lien-amour entre les deux, elle ne se perd pas au niveau du déversement. L'énergie à l'œuvre depuis la source demeure le point de départ : "Je me tourne vers l'extérieur. Moi, celui qui sert, je travaille." Ces 3 niveaux peuvent se décrire comme activité, relation, conception.

Le déversement s'effectue du haut, le mental, vers le bas, apparemment plus facile.

À chaque fois, visualiser l'activité humaine et les humains mettant en œuvre cette énergie (leur pétale ou potentiel est déployé).

Il est important aussi de revenir à la source : du jet d'attention employé au motif profond au potentiel, à l'Origine : c'est facile pour le feu solaire, mais plus utile pour la chaleur solaire puisque l'interaction entre l'intérieur et l'extérieur rencontre plus de distance. Ainsi le réservoir de lumière aide nos semblables.

### Protocole d'expérience

Entrer dans le champ illuminé de conscience

Pressentir un courant de force – pure Lumière à l'arrière-plan

Travailler à partir de cette source.

Le feu solaire suscite la volonté de tout donner pour le monde.

Le feu solaire stimule la volonté d'œuvrer pour le Bien commun.

Le feu solaire stimule le fait de se concevoir instrument contribuant au monde.

Revenir à la source, Illuminer.

La lumière solaire affermit le sujet face à l'objet.

La lumière solaire soutient la lumière intérieure de l'autre, derrière l'apparence.  
La lumière solaire nourrit l'énergie de relation.  
Revenir à la source. Fortifier.  
La chaleur solaire (énergie interne) fait passer les autres avant soi.  
La chaleur solaire (consciente) admet l'existence d'autres points de vue.  
La chaleur solaire aide à utiliser ses compétences pour les autres.  
Revenir à la source pure.  
La lumière se déversant de la source soutient toute l'activité humaine, altruiste, libre, bienfaitante.  
Inscrire l'emblème radiant en nous, il pulse avec le pôle central de tous les êtres.  
Joie.  
Le son A rouge Direction spirituelle  
Le son U bleu Union - Amour  
Le son M vert Intelligence  
OM

## Notes

Ce schéma est une esquisse. Modifier les termes à votre guise, en réalisant que l'énergie pousse à l'action, mais n'est pas celle-ci.

Om est le son indiqué par le Raja Yoga, stimulant la conscience selon la tradition. Il est tout à fait possible de penser intérieurement un son tout en visualisant une couleur et en l'imprégnant d'un sens, tel que le son A rouge Direction spirituelle. Vous pouvez essayer.

“L'écoute active” est une technique qui semble relever du deuxième niveau de la rangée relationnelle.

La joie est la note dominante de la Lumière solaire.

## Conséquences

L'exercice précédent est déjà assez complexe et demande du doigté. Mais il permet de nous unir à tous les efforts vers le bien, de soutenir toute initiative altruiste, de participer à l'épanouissement collectif.



Cet exercice nous place aussi en position d'émettre plutôt que de prendre à soi. On entend tellement de plaintes à ce qui nous arrive, ce que ça nous fait. S'oublier est une manière de mettre les pendules à l'heure, ceci ne veut pas dire ne pas agir, mais ne pas se complaire dans l'émotion ou pire le marasme. L'importance excessive accordée au ressenti empêche de penser clairement, de chercher les causes et d'agir sagement.

Le soleil est là, caché peut-être, mais il peut briller à l'intérieur si nous nous y connectons, si nous y pensons. À l'échelle du cosmos, la Terre est un grain de poussière, à l'échelle de la galaxie nous sommes des moucheron, et des lucioles pour notre étoile, restons modestes : notre grandeur est d'être réceptifs à tout cela. L'égoïsme nous rapetisse ; oui, il permet de grandir, de se fortifier, mais il n'a nul besoin d'obscurcir la vue.

Soyons nous-mêmes, faisons appel à nos ressources intérieures, les choses prendront alors leurs justes proportions. L'action est interne autant qu'externe.

Action, Joie, Beauté.

### En résumé

Le contact avec la source intérieure élargit l'horizon.  
L'entraînement nous fait changer notre manière d'être et d'agir.  
La couleur modifie l'état d'esprit, suscite la qualité associée, ce qui aide à l'exprimer en actes.  
L'emblème de la pure conscience s'inscrit sur le corps, il est alors présent en toutes circonstances.  
L'attention se déverse en 9 canaux, selon les potentiels éveillés ou latents.  
Il est possible de s'unir à l'effort, l'activité et l'expression humaine dans son ensemble.



## Conclusion

Les êtres vivants explorent leur monde, les humains interrogent aussi leur intériorité : qu'est-ce qui nous rend conscients ? La description théorique et la pratique des exercices nous font découvrir cette source de conscience qui est aussi bien l'origine de l'attention, le facteur de cohésion, la pulsation centrale et le sens de la vie. Ces cinq approches convergent et s'unissent en une source qui dépasse le langage.

À chacun de nous d'expérimenter, d'éprouver, d'assimiler ce facteur qui fournit lumière, vie et amour pour le monde. Le discernement est nécessaire, l'assiduité, la rigueur également ; affronter la solitude, l'hésitation, l'absence de résultat exige volonté, courage et confiance. Pourtant la détente, la fraîcheur puis le contact incitent à poursuivre l'effort.

Irrémédiablement la source attire. Elle ne peut nous échapper, car elle attend, plus patiente que toute notre attention, plus ouverte que toute notre conscience, plus cohérente que toutes nos œuvres, plus vivante que toute pulsation, plus inspirante que toute théorie.

### Schéma d'ensemble

Chacune des cinq facettes présentées sur la figure suivante approche le pôle attractif sous un angle différent, présenté ici par un schéma, posant une question et proposant une méthode particulière. Selon la tradition, cinq est le chiffre du Penseur, l'humain doué du mental, *manas* en sanscrit d'où provient le terme anglais *man*. Cinq angles qui font un : une étoile avec ses pointes et ses relations.

Subjectivement, l'attention est première, c'est l'outil qui oriente le contact avec le monde. Vie et conscience sont les signes manifestes, les plus concrets, de l'être ; ce sont aussi sur eux que la philosophie a d'abord réfléchi. La conscience unifie le monde, ce qui souligne la cohésion tant du comportement que de la compréhension. La vie renvoie à la question du sens, sens du mouvement d'abord, puis sens global de la vie ensuite.

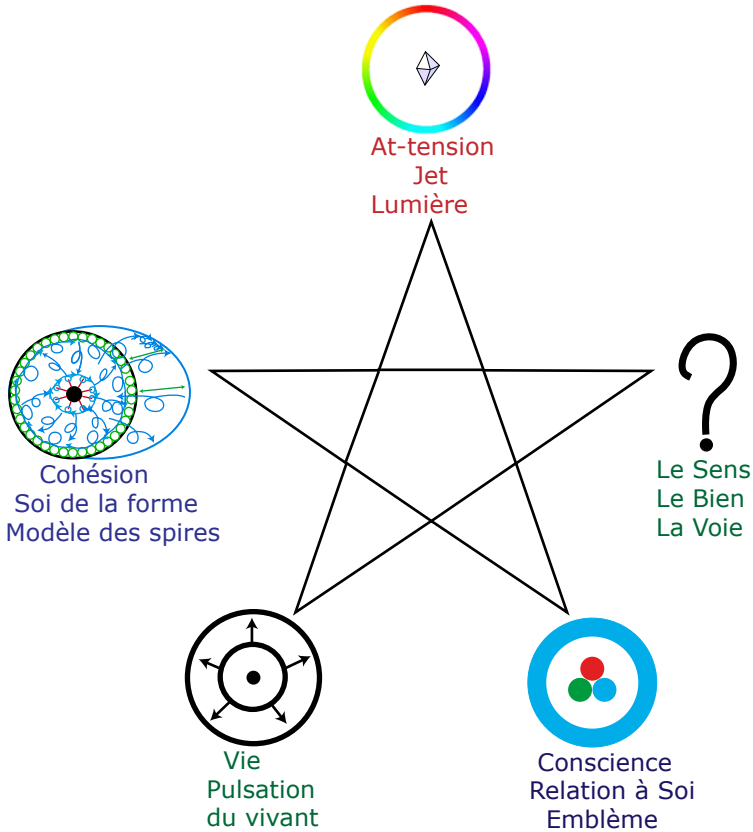


Figure 8.1 Cinq approches de la source

Ces cinq approches pointent vers la même origine, le même facteur sous-jacent, la même cause stimulante de la présence au monde : sensibilité consciente. Cachée sous de multiples appellations, se tient cette Source, disponible, fraîche et revigorante. Elle sous-tend la perception de tout ce qui s'offre à nous : le présent.

Table des matières

Remerciements .....	5
Introduction : Qu'est-ce qui nous rend conscients ?.....	7
Chapitre 1 At-Tension Lumière .....	11
Image de l'écran – jet - source de lumière .....	12
Passages de l'écran au jet, à la source.....	15
Critères de contact avec la Source .....	21
Chapitre 2 Conscience .....	23
Introduction.....	23
Emblème de la pure conscience .....	23
Protocole d'expérience : contempler le symbole .....	25
Contempler.....	26
Réflexions.....	30
Chapitre 3 Cohésion.....	35
Capter ce qui se passe.....	36
4 Mondes logiques .....	40
Transitions entre les mondes logiques .....	44
La forme, cohésion et Soi.....	48
Chapitre 4 Pulsation .....	57
Introduction.....	57
Protocoles d'expérience .....	58
Pulsation de la sensibilité .....	60
Pulsation des trois pôles de conscience .....	61
Vies à divers niveaux.....	65
Zoom arrière sur la pulsation.....	69
Chapitre 5 Sens.....	73
Introduction.....	73
Réflexion .....	74
Question de sens .....	79
Chapitre 6 Parallèle avec la Physique.....	83
Penser et expérimenter .....	83
Lumière et matière .....	86
Fusion subjective temporaire .....	92
Utilité de l'exploration subjective .....	97
Chapitre 7 Usages.....	99
Se transformer: se servir des couleurs .....	100
Emblème horizontal.....	103
Participer à la conscience humaine.....	105
Conclusion.....	113

## Bibliographie

Anonyme, *Les feuilles du Jardin de Morya*, sous-titré L'Appel, Ass. Agni Yoga, 1988

Badiou Alain

*Logiques des mondes*, Seuil, 2006

*Métaphysique du bonheur réel*, PUF, 2015

Bailey Alice

*Traité sur les 7 Rayons*, tome 1, The Lucis Trust

*Rayons et initiations*, (Traité sur les 7 Rayons, tome 5),

Lucis Trust

Bailly et Longo

*Mathématiques et sciences de la nature*, Hermann, 2006

Beziau Jean-Yves

*New light on the square of oppositions and its nameless corner*, Logical Investigations, 2003, iph.ras.ru

*The power of the hexagon*, Logica Universalis, 6, Springer-Verlag, 2012

Blavatsky Héléna, *La doctrine secrète*, Adyar, 2000

Cauvin Pierre et Cailloux Geneviève

*L'intelligence de soi et de l'autre*, Interéditions, 2009

Châtelet Gilles, *Les enjeux du mobile*, Seuil, 1993

Chaumette Yves

*La Paix est action*, 1991

*La qualité au-delà des mots*, Hermès, 2006

*Penser la vie*, L'harmattan, 2017

Debord Guy, *Rapport sur la construction des situations*, 1957

Decter Jacqueline, Nicolas Roerich

*La vie et l'œuvre d'un maître russe*, Les éditions du III<sup>e</sup> millénaire, 1990

Dolghin-Loyer Marie-Claire

*Les concepts jungiens*, édition entrelacs, 2015

Eliade Mircea, *Traité d'histoire des religions*, Payot, 2004

Gallo Carmine

*Les secrets de présentation de Steve Jobs*, Télémaque, 2010

Gerritsen Frans, *Présence de la couleur*, Dessain et Tolra, 1983

Grothendieck Alexandre, *Récoltes et Semilles*, Gallimard, 2021

Guitart, René, *La pulsation mathématique*, l'Harmattan, 1999

Hadot Pierre

*Exercices spirituels et philosophie antique*, Albin Michel, 2002

*Discours et mode de vie philosophique*, Les belles lettres, 2014

Hersch Jeanne, *L'étonnement philosophique*, Gallimard, 2008

Jung Carl Gustav

*Types psychologiques*, Georg éditeur, 1993

*Ma vie*, Gallimard folio, 1973

Latour Bruno

*Nous n'avons jamais été modernes*, édition La découverte, 2006

Le Moigne Jean-Louis, *Théorie du système général*, PUF, 1977

Morin Edgar, *La nature de la nature*, Seuil, 1977

Muller Martin, *Introduction à l'ontologie*, 1974

<http://fr.agni-yoga.com/telechargement.htm>

Reich Wilhelm

*L'analyse caractérielle*, Payot, 2006

*The Roerich Pact and the Banner of peace*, New York, 1947

Schrödinger Erwin, *L'Esprit et la matière*, Seuil Points, 2016

Stone Hal et Sidra

*Votre critique intérieur, ennemi ou allié*, Le souffle d'or, 1994

Ass. Volonté Esprit

*Vers la source de conscience*, tomes 1 à 4

<http://www.spiritualwill.org/Pages/FR/ACCUEIL/accueil.html>

onglet S'entraîner

Winnicott, D.W. *La nature humaine*, Gallimard, 1990

Zhou Maître et Dr Jean Becchio

*Zhi Neng Qi Gong*, éditions You-Feng, 2009

Achévé d'imprimer  
sur les presses de l'imprimerie  
ISIPrint  
93120 La Courneuve  
Dépôt légal : juin 2023





## QU'EST-CE QUI NOUS REND CONSCIENTS ?

La conscience nous permet d'évoluer dans le monde, phénomène si naturel qu'il est rare de l'étudier.

L'attention nous permet d'agir, c'est notre outil premier, d'où vient cette énergie ? D'où vient ce flot d'attention ?

Nous cherchons à comprendre le monde, d'où vient cette recherche d'unité ?

Le vivant pulse du cœur à l'environnement, la conscience de soi au monde, qu'est-ce qui la fait palpiter ?

Vivre, pour quoi ? À quoi cela sert-il ? Quel sens cela a-t-il ? La soi-conscience s'interroge.

Ces 5 approches convergent vers la même source. Les divers exercices présentés permettent à chacun de répondre par lui-même à ces questions.

Contacter la source de conscience donne assurance, sérénité et joie. Elle déverse créativité, ouverture et fermeté.

### **Yves Chaumette**

Polytechnicien, docteur en informatique.

A enseigné la qualité des systèmes d'information à Paris 1.

Anime depuis 35 ans un groupe de méditation.

Ass. AGNI YOGA  
[www.agni-yoga.com](http://www.agni-yoga.com)

Prix 12 €

ISBN 2-9508032-3-7  
EAN 9782950803238

