

## **Commentaires au Message de Silo**

Ces commentaires n'abordent pas tous les thèmes du "Message de Silo" mais seulement ceux qui nous ont semblé nécessaires à une meilleure compréhension de cet écrit.

Nous ferons ces approches du Message de Silo en respectant l'ordre d'exposition. Ainsi, la première partie sera dédiée aux chapitres et paragraphes du livre "Le Regard Intérieur", la seconde partie se penchera sur "l'Expérience" et la troisième sur "le Chemin".

## Première partie du "Message de Silo"

Dans la première partie, nous commenterons le livre "Le Regard Intérieur", en considérant **les trois premiers chapitres** qui sont des chapitres d'introduction faisant référence à certaines précautions à prendre pour encadrer correctement les thèmes les plus importants.

**Jusqu'au chapitre V** les explications sont données depuis un tréfonds de non-sens que le chercheur de vérités plus définitives se sent enclin à écarter. Nous trouvons là des chapitres et paragraphes qui méritent quelques considérations. Mais nous devons d'abord nous demander : « qu'est-ce qu'on prétend transmettre dans cette œuvre ? » Il s'agit de transmettre un enseignement sur la conduite et sur l'intériorité humaine par rapport au sens de la vie.

Pourquoi le Livre porte-t-il comme titre "Le Regard Intérieur" ? L'organe de la vue n'est-il pas positionné là pour entrevoir le monde extérieur, comme s'il s'agissait d'une fenêtre, ou plutôt deux si nous étions dans ce cas-là ; n'est-il pas là pour s'ouvrir chaque jour au réveil de la conscience ? Le fond de l'œil reçoit les impacts du monde extérieur. Mais parfois, lorsque je ferme les yeux, je me souviens du monde externe, ou je l'imagine, ou j'en fais des rêveries, ou je le rêve. Je vois ce monde par un œil intérieur qui regarde également sur un écran, mais qui ne correspond pas au monde extérieur.

Mentionner un "regard intérieur", cela implique que quelqu'un regarde et que quelque chose est regardé. C'est de cela dont traite le Livre et son titre souligne de façon évidente et inattendue cette mise en confrontation avec ce qui est admis de manière ingénue. Le titre du Livre résume ces idées : « Il y a d'autres choses qui se voient avec d'autres yeux et il y a un observateur qui peut se placer autrement que de la façon habituelle. » Nous devons maintenant faire une petite distinction.

Lorsque je dis que « je vois quelque chose », j'annonce que je suis en attitude passive par rapport à un phénomène qui s'imprime sur mes yeux. Lorsque, en revanche, je dis que je « regarde quelque chose », j'annonce que j'oriente mes yeux dans une direction déterminée. Presque dans le même sens, je peux parler de « voir intérieurement », d'assister à des visions intérieures comme le sont celles de la divagation ou celles du rêve, en distinguant ce phénomène du "regarder intérieur" en tant que direction active de ma conscience. De cette façon, je peux même me souvenir de mes rêves ou de ma vie passée ou de mes fantaisies et les regarder activement, les éclairer dans leur apparente absurdité, en cherchant à les doter de sens. Le regard intérieur est une direction active de la conscience. C'est une direction qui cherche signification et sens dans le monde intérieur apparemment confus et chaotique. Cette direction est même antérieure à ce regard car c'est elle qui l'impulse. Cette direction permet l'activité qu'est le regarder intérieur. Et si l'on arrive à comprendre que le regard intérieur est nécessaire pour révéler le sens qui l'impulse, on comprendra qu'à un moment ou un autre, celui qui regarde devra se voir lui-même. Ce "soi-même" n'est pas le regard ni même la conscience. Ce "soi-même" est ce qui donne sens au regard et aux opérations de la conscience. Il précède et transcende la conscience elle-même. De façon très large, nous appellerons ce "soi-même" : "mental", et nous ne ferons pas la confusion avec les

opérations de la conscience, ni avec la conscience elle-même. Mais lorsqu'on prétend saisir le Mental comme s'il était un phénomène de plus de la conscience, celui-ci nous échappe car il n'admet ni représentation ni compréhension.

Le regard intérieur devra parvenir à entrer en collision avec le sens que pose le Mental dans tout phénomène, y compris de la propre conscience et de la propre vie et la collision avec ce sens illuminera la conscience et la vie. C'est de cela dont traite le Livre dans son noyau le plus profond.

La réflexion sur le titre de l'œuvre nous conduit donc à tout ce qui précède. Mais entrant pleinement dans l'ouvrage, dans le premier paragraphe du premier chapitre, il nous est dit : « *Ici est raconté comment l'on transforme le non sens de la vie en sens et plénitude* ». Et dans le 5<sup>e</sup> paragraphe du même chapitre, on éclaircit : « *Ici l'on parle de la révélation intérieure à laquelle parvient celui qui médite avec soin en une humble recherche* ».

L'objectif est clairement indiqué : transformer le non sens de la vie en sens. Et de plus, y est tracée la façon de parvenir à la révélation du sens sur la base d'une méditation soigneuse...

Entrons en matière :

**Le chapitre II** développe la façon de parvenir à la révélation intérieure, en prévenant des attitudes non correctes qui éloigneraient de l'objectif proposé.

**Le chapitre III** traite de ce qui se produit dans ce que l'on appelle "le non sens". Le développement de ce chapitre commence avec le paradoxe du "triomphe-succès" en ces termes : « *Ceux qui éprouvèrent un échec dans leur cœur purent illuminer l'ultime triomphe ; ceux qui s'étaient sentis triomphateurs restèrent sur le chemin tels des végétaux à la vie diffuse et éteinte* ». Dans ce chapitre, on revendique l'échec en tant que non-conformité aux sens provisoires de la vie et comme état d'insatisfaction propulseur de quêtes définitives. Il souligne le danger de l'enchantement que produisent les triomphes provisoires de la vie, ceux-là même qui, une fois atteints, exigent toujours plus, conduisant finalement à la déception et qui, s'ils ne sont pas atteints, conduisent aussi à la déception finale, au scepticisme et au nihilisme.

Plus loin, dans le même chapitre mais dans le paragraphe 1, on affirme : « *Il n'y a pas de sens à la vie si tout se termine avec la mort.* » Bien, il reste à démontrer si effectivement la vie se termine ou ne se termine pas avec la mort, d'une part, et si la vie a ou non un sens en fonction de la mort... Ces deux interrogations échappent au domaine de la Logique pour essayer d'être résolues tout au long du Livre en termes d'existence. Quoi qu'il en soit, ce 1<sup>er</sup> paragraphe **du chapitre III** n'est pas à lire d'une traite, en passant immédiatement au paragraphe suivant. Il exige une pause et quelques réflexions car il traite d'un point central de Doctrine. Les paragraphes suivants s'appliquent à mettre en exergue la relativité des valeurs et des actions humaines.

**Le chapitre IV** considère tous les facteurs de dépendance qui opèrent sur l'être humain, lui ôtant des possibilités de choix et d'action libre.

**Le chapitre V** fait apparaître quelques états de conscience qui revêtent un caractère différent des états habituels. Il s'agit de phénomènes suggestifs et pas pour autant extraordinaires, mais qui ont de toutes manières la vertu de faire soupçonner un nouveau sens de la vie. Le soupçon du sens, loin de donner une foi ou de fomenter une croyance, permet en revanche de changer ou de relativiser la négation sceptique du sens de la vie.

Le registre de tels phénomènes ne fait pas plus que favoriser un doute intellectuel mais il a l'avantage, par son caractère d'expérience, de toucher le sujet dans sa vie quotidienne. En ce sens, il possède une plus grande capacité de transformation que celle que pourrait avoir une théorie ou un ensemble d'idées qui ferait simplement varier le point de vue par rapport à n'importe quelle position face à la vie.

Dans ce chapitre, certains faits mentionnés, authentiques ou pas du point de vue objectif, mettent le sujet dans une situation mentale très différente de l'accoutumée. Ces faits ont l'aptitude de se présenter accompagnés d'intuitions qui font soupçonner une autre façon de vivre la réalité. Et c'est précisément le fait de "soupçonner" un autre type de réalité qui nous ouvre de nouveaux horizons. À toutes époques, ce qu'on appelle des "miracles" (dans le sens de ces phénomènes qui sont contraires à la perception normale) entraînent avec eux des intuitions qui finissent par placer le sujet dans un autre cadre mental. Nous attribuons à cet autre cadre, que nous appelons "conscience inspirée", de nombreuses significations et de nombreuses expressions corrélatives. Les paragraphes de ce chapitre forment une sorte de liste incomplète, mais suffisante, de registres qui, en se produisant, apportent invariablement avec eux des questions sur le sens de la vie. Le registre de ce questionnement est d'une telle intensité psychique qu'il exige des réponses sur sa signification. Et quelles que soient ces dites réponses, la saveur intime qu'elles laissent est toujours de soupçon d'une réalité différente. Voyons les cas cités : « *Parfois, j'ai anticipé des faits qui se sont produits par la suite. Parfois, j'ai saisi une pensée lointaine. Parfois, j'ai décrit des lieux que je n'avais jamais visités. Parfois, j'ai rapporté avec précision ce qui s'est produit en mon absence. Parfois, une joie immense m'a saisi. Parfois, une compréhension totale m'a envahi. Parfois, une communion parfaite avec le tout m'a mis en extase. Parfois, j'ai brisé mes rêveries et j'ai vu la réalité sous un jour nouveau. Parfois, j'ai reconnu comme les ayant déjà vues quelque chose que je voyais pour la première fois. ... Et tout ceci m'a donné à penser. Je suis bien conscient que sans ces expériences, je ne serais pas sorti du non-sens.* »

**Le chapitre VI** établit des différences entre les états de sommeil, de demi-sommeil et de veille. L'intention est de relativiser l'idée que l'on a normalement de la réalité quotidienne et de l'exactitude de cette réalité qui est perçue.

**Les chapitres VII, VIII, IX, X, XI, XII et ensuite XV, XVI, XVII, et XVIII** traitent directement ou indirectement du phénomène de La Force.

Le thème de La Force est du plus grand intérêt car il permet de manière pratique de mettre en marche des expériences qui orientent vers le sens, à la différence des phénomènes commentés dans le chapitre V qui se produisent spontanément ou sans direction aucune, même s'ils confèrent le soupçon du sens. Nous parlerons de

ce point de La Force et de ses implications à la fin de ces commentaires sur le Regard Intérieur.

Concentrons-nous maintenant sur les quatre derniers chapitres du Livre.

**Le chapitre XIII** expose les "Principes de l'action valable." Il s'agit de la formulation d'une conduite dans la vie, qui est exposée pour ceux qui désirent développer une vie cohérente, en s'appuyant sur deux registres internes de base : celui de l'unité et celui de la contradiction. De cette façon, la justification de cette "morale" se trouve dans les registres qu'elle produit et non dans les idées ou croyances particulières relatives à un lieu, à une époque ou à un modèle culturel. Le registre d'unité intérieure, que l'on désire mettre en évidence, est accompagné de quelques indicateurs à tenir en compte : 1- Sensation de croissance intérieure ; 2- Continuité dans le temps ; 3- Affirmation de sa répétition dans le futur. La sensation de croissance intérieure apparaît comme un indicateur véritable et positif, toujours accompagné de l'expérience d'amélioration personnelle. Tandis que la continuité dans le temps permet de vérifier dans des situations postérieures à l'acte ou imaginées postérieures à l'acte, ou comparées dans son souvenir avec des situations postérieures à l'acte, si elle ne varie pas selon le cadre de la situation. Enfin, si après cet acte, on expérimente sa répétition souhaitable, nous disons qu'il s'affirme dans la sensation d'unité interne. Au contraire, les actes contradictoires peuvent posséder certaines des trois caractéristiques des actes unitifs ou aucune d'entre elles, mais en aucun cas ils ne possèdent les trois caractéristiques des actes unitifs.

Il existe cependant un autre type d'action, dont nous ne pouvons dire qu'il soit strictement "valable" ou "contradictoire". C'est l'action qui n'empêche pas le propre développement ni ne provoque d'améliorations considérables. Elle peut être plus ou moins désagréable ou plus ou moins plaisante, mais elle n'ajoute ni n'enlève rien du point de vue de sa validité. Cette action intermédiaire est l'action quotidienne, celle qui est habituelle et mécanique, peut-être nécessaire à la subsistance et à la vie en société, mais elle ne constitue pas en soi un fait moral, selon le modèle d'action unitive ou contradictoire que nous venons d'examiner. On classe les Principes, appelés "d'action valable" comme suit : 1- Principe d'adaptation ; 2- d'action et de réaction ; 3- d'action opportune ; 4- de proportion ; 5- de conformité ; 6- de plaisir ; 7- de l'action immédiate ; 8 de l'action comprise ; 9- de liberté ; 10- de solidarité ; 11- de négation des contraires ; 12- d'accumulation des actions.

**Le chapitre XIV** du Livre traite du "Guide du Chemin Intérieur". Ce guide n'a pas plus de prétentions que n'importe laquelle des expériences guidées, bien qu'il soit placé parmi les exercices qui sont proposés dans une direction transcendante de phénomènes "suggestifs" ou de "soupçon du sens".

**Le chapitre XIX** parle des "états intérieurs". Ce chapitre n'est pas une expérience guidée et ne prétend pas à des solutions transférentielles mais il essaie de décrire, de façon allégorique, des situations actuelles dans lesquelles peut se trouver le lecteur. Ce chapitre est une description poétique et allégorique de différentes situations dans lesquelles peut se trouver une personne sur son chemin vers la rencontre du sens de la vie. Comme il est dit au premier paragraphe : « *Tu dois acquérir à présent une perception suffisante des états intérieurs dans lesquels tu*

*peux te trouver au cours de ta vie et, en particulier, au cours de ton travail évolutif. »*  
Nous entendons ici par "travail évolutif", celui qui permet de dévoiler des inconnues dans le développement du sens de la vie.

**Le chapitre XX**, intitulé "La Réalité Intérieure" est un peu obscur. Il semble que son interprétation soit difficile pour celui qui n'est pas familiarisé avec la théorie de la symbolique, des allégories et des phénomènes de production, traduction et déformation des impulsions. De toutes manières et en laissant de côté la compréhension théorique de ce chapitre final, il n'est pas difficile de trouver des personnes qui perçoivent avec une relative clarté leurs états intérieurs et captent leurs significations à un niveau profond, comme elles le feraient à partir de n'importe quel paragraphe poétique.

Pour en revenir maintenant aux chapitres en relation à la Force.

Les thèmes de la Force, du Centre Lumineux, de la Lumière intérieure, du Double et de la projection de l'Énergie, admettent deux visions différentes. La première : les considérer comme des phénomènes d'expérience personnelle et bien entendu les maintenir dans une relative incommunication avec les personnes qui ne les ont pas expérimentés, en les limitant dans le meilleur des cas à des descriptions plus ou moins subjectives. La deuxième : les considérer à l'intérieur d'une plus grande théorie qui les explique, sans faire appel à la preuve de l'expérience subjective. Une semblable théorie plus vaste, que nous pourrions considérer comme étant issue d'une Psychologie Transcendantale, est d'une complexité et d'une profondeur impossible à exposer dans ces simples « Commentaires sur le "Message de Silo" ».

## Deuxième partie du "Message de Silo"

Dans cette seconde partie, appelée "L'Expérience", nous considérons huit cérémonies qui se présentent pour différents cas et situations de la vie personnelle et sociale.

Dans presque toutes les cérémonies sont présentes deux réalités qui, traitées explicitement ou non, montrent leur importance pour leurs profondes significations pour la vie. Nous connaissons ces réalités, qui admettent différentes interprétations, sous les désignations suivantes : "L'Immortalité" et "Le sacré". Le Message accorde la plus grande importance à ces thèmes et explique qu'on doit pouvoir disposer du plein droit de croire ou de ne pas croire en l'Immortalité et dans le Sacré car l'orientation de la vie d'une personne sera en fonction de la posture qu'elle assume face à cela.

Le Message assume les difficultés d'examiner ouvertement les croyances fondamentales, heurtant la censure et l'autocensure qui inhibent la pensée libre et la bonne conscience. Dans le contexte de la libre interprétation que favorise le Message, on admet que pour certaines personnes l'Immortalité se réfère aux actions réalisées dans la vie et que leurs effets continuent dans le monde physique malgré la mort physique. Pour d'autres, la mémoire conservée par les êtres chers, ou même par des groupes ou des sociétés entières, garantit la perpétuation après la mort physique. Pour d'autres encore, l'immortalité est acceptée comme perpétuation personnelle à un autre niveau, dans un autre "paysage" d'existence.

Pour continuer avec la libre interprétation. Certains ressentent le Sacré comme le moteur de l'affection la plus profonde. Pour eux, les enfants ou les autres êtres chers représentent le Sacré et revêtent une valeur maximale qui ne doit être avilie sous aucun prétexte. Il y a ceux qui considèrent l'être humain comme Sacré, ainsi que ses droits universels. D'autres encore expérimentent la divinité comme l'essence du Sacré.

Dans les communautés qui se forment autour du Message, on considère que les différentes postures assumées face à l'Immortalité et au Sacré ne doivent pas être simplement "tolérées" mais véritablement respectées.

Le Sacré se manifeste depuis la profondeur de l'être humain, de là vient l'importance qu'a l'expérience de la Force, en tant que phénomène extraordinaire que nous pouvons faire surgir dans le monde quotidien. Sans l'expérience, tout est douteux, avec l'expérience de la Force, nous avons des évidences profondes. Nous n'avons pas besoin de la foi pour reconnaître le Sacré. On obtient la Force au cours de certaines cérémonies comme celles de l'Office et de l'Imposition. On peut aussi percevoir les effets de la Force dans les cérémonies de Bien-être et d'Assistance.

Le contact avec la Force provoque une accélération et une augmentation de l'énergie psychophysique surtout si nous réalisons quotidiennement des actes cohérents, qui par ailleurs, créent une unité intérieure orientée vers la naissance spirituelle.

**La première expérience, connue comme "Office"**, est une cérémonie sociale qui est réalisée à la demande d'un ensemble de personnes. Les participants appelés "Officiant" et "Auxiliaire" établissent une sorte de dialogue à voix haute qui permet à tous de suivre une même séquence du début à la fin. Il s'agit d'une expérience qui, en utilisant quelques ressources de relaxation, donne lieu en peu de temps à un ensemble d'images visuelles et cénesthésiques qui, finalement, prennent le caractère d'une "forme sphérique" en mouvement capable de libérer la Force. À un certain moment, on cite un Principe ou une pensée du Regard Intérieur comme thème de méditation. Finalement, on réalise une Demande en direction de ce que chacun expérimente comme étant sa "nécessité" la plus profonde.

**Dans une autre cérémonie, également sociale, connue comme "Imposition"**, on travaille avec le registre de la Force d'une façon plus directe que dans l'Office. On ne fait pas appel à l'évocation ni au registre de la sphère. On ne lit pas non plus de Principe ni ne suggère de thème de méditation. On maintient une Demande selon la même mécanique que celle de l'Office.

**Une troisième cérémonie, connue comme la "Bien-être"**, se réalise également à la demande des assistants. Sans doute, il s'agit d'une position mentale dans laquelle une ou plusieurs personnes sont évoquées en essayant de se souvenir, de la façon la plus vivace possible, de leur présence et de leurs tons affectifs les plus caractéristiques. On cherche à comprendre, de manière la plus intense possible, les difficultés que peuvent être en train de vivre à ce moment-là les personnes évoquées. De là, on passe à considérer une amélioration de la situation de manière à pouvoir expérimenter le registre de soulagement correspondant.

Cette cérémonie rend manifeste un mécanisme déterminé de "bons souhaits" ou de "bonnes intentions" que nous exprimons presque spontanément et très souvent. Nous disons : « Bonne journée ! » ; « Je te souhaite de nombreuses et merveilleuses années ! » ; « Que ton examen se passe bien ! » ; « Tu vas y arriver ! », etc. Il est clair que dans cette cérémonie, les "Demandes" sont réalisées depuis une bonne disposition mentale dans laquelle on met l'accent sur les registres affectifs intenses. La "Demande" de bienfaits pour d'autres, réalisée dans les meilleures conditions, nous place dans une posture mentale dans laquelle nous nous prédisposons à apporter l'aide nécessaire. Celle-ci en outre améliore nos directions mentales en renforçant en nous les possibilités de communication avec les autres.

Un point très important à considérer avec les "Demandes" est celui de les effectuer afin que les autres puissent dépasser leurs difficultés et rétablir leurs meilleures possibilités. Sur ce point, il ne doit pas y avoir de confusion. Prenons un cas. On pourrait supposer que la Demande pour le rétablissement de quelqu'un en train de mourir est le plus adéquat, puisqu'on tente de soustraire la personne affectée de la douleur et de la souffrance. Mais en envisageant cette Demande, nous devons être prudents car il ne s'agit pas de demander le meilleur pour nous-mêmes qui voudrions maintenir la personne souffrante en bonne santé et près de nous. La demande correcte devrait viser le meilleur qui soit pour ce mourant et non le meilleur pour nous-mêmes. Dans cette situation, dans laquelle nous sommes liés par une affection à cette personne mourante, nous devrions peut-être considérer que cette personne pourrait souhaiter sortir de sa situation en étant réconciliée et en paix avec elle-même. Dans ce cas, la demande est dirigée vers "le mieux pour la personne affectée" et non le mieux pour moi qui voudrais retenir l'autre à tout prix. Ainsi donc



la Demande pour l'autre doit prendre en considération qu'est-ce qui est le mieux pour l'autre et non pour soi.

Cette cérémonie se conclut, pour ceux qui le désirent, en faisant sentir la présence de ces êtres très chers qui, « *bien qu'ils ne soient pas ici, dans notre temps, dans notre espace* », se mettent en relation ou se sont mis en relation avec nous dans l'expérience de l'amour, de la paix et de la joie chaleureuse.

Enfin, on prétend créer au travers de cette cérémonie un courant de bien-être pour toutes les personnes présentes qui sont orientées dans une même direction.

**Dans la quatrième cérémonie, appelée de "Protection"**, participent Officiant, Auxiliaire, membres de la famille et amis des enfants à qui elle est dédiée. Les explications sur les formalités et les significations sont données tout au long du déroulement de cette cérémonie de changement d'état.

**La cinquième cérémonie, de "Mariage"**, est également de nature sociale et c'est pour cela qu'on a coutume de la célébrer avec la participation de plusieurs couples qui souhaitent s'unir et témoigner publiquement de ce changement d'état. Comme dans la cérémonie de Protection, l'on donne ici quelques explications sur des formalités et significations tout au long de son développement.

**La sixième cérémonie, appelée "l'Assistance"** est fondamentalement individuelle. Comme on l'explique en créant l'atmosphère avant la tirade de l'Officiant, « *il s'agit d'une cérémonie où l'on exprime beaucoup d'affection, une cérémonie qui exige que celui qui la réalise donne le meilleur de lui-même. La cérémonie peut être répétée à la demande de l'intéressé ou de ceux qui s'occupent de lui. L'Officiant est seul avec la personne mourante. Quel que soit l'état apparent de lucidité ou d'inconscience du mourant, l'Officiant s'approche de lui en parlant avec une voix douce, claire et posée.* » Plusieurs phrases lues par l'Officiant proviennent du chapitre XIV du Regard Intérieur, intitulé "le Guide du Chemin Intérieur". La séquence, les images et les allégories qui sont exposées ont la structure d'une profonde expérience guidée.

**La septième cérémonie, la "Mort"**, est développée par l'Officiant, de la même façon que dans la cérémonie d'Assistance. Cependant, il s'agit d'une cérémonie sociale destinée aux membres de la famille, amis et connaissances du défunt.

**La huitième et dernière cérémonie, appelée "Reconnaissance"**, est développée par un Officiant et un Auxiliaire. Quant on crée l'atmosphère, on explique qu'il s'agit d'une cérémonie d'inclusion à la Communauté... *Inclusion par des expériences communes, par des idéaux, attitudes et procédés partagés. Elle est réalisée à la demande d'un ensemble de personnes et après un Office. Ceux qui vont participer doivent disposer du texte qui a été distribué avant.* Cette cérémonie a la structure d'un témoignage collectif.

## Troisième partie du "Message de Silo"»

Dans cette troisième partie sont présentés 17 thèmes de méditation pour parvenir à la cohérence dans le penser, dans le sentir et dans l'agir. On appelle ce travail "Le Chemin", que l'on suit pour avancer vers la cohérence, l'unité de la vie et pour éviter la contradiction, la désintégration de la vie. Nous regroupons ces 17 thèmes en deux groupes :

Dans le groupe des 8 premiers thèmes, on indique la situation dans laquelle se trouve celui qui cherche la cohérence et également le chemin à suivre pour avancer vers la cohérence.

Dans le groupe des 9 derniers thèmes, on indique les difficultés qui doivent être évitées pour avancer vers la cohérence.

1. *Si tu crois que ta vie se termine avec la mort, ce que tu penses, sens et fais n'a pas de sens. Tout s'achève dans l'incohérence, dans la désintégration.*

Ici l'on affirme qu'aucune justification n'est possible si on la place dans la perspective de la mort. Par ailleurs, nous menons nos vies portés par les nécessités vitales. Manger, boire, se défendre des agressions naturelles et rechercher le plaisir. Les impulsions qui permettent la continuité de la vie à court terme sont donc importantes. Grâce à l'illusion de la permanence vitale, on peut perpétrer toutes les activités, mais on ne peut les justifier en-dehors de l'illusion de la permanence.

2. *Si tu crois que ta vie ne se termine pas avec la mort, ce que tu penses doit coïncider avec ce que tu sens et ce que tu fais. Tout doit avancer vers la cohérence, vers l'unité.*

On affirme ici que dans le cas où l'on croit à la permanence ou à la projection de la vie au-delà de la mort, ceci doit se justifier par la coïncidence entre le penser, le sentir et l'agir dans la même direction. La vie peut durer ou se projeter par un type d'unité dynamique et en aucun cas par la contradiction.

3. *Si tu es indifférent à la douleur et à la souffrance des autres, toute aide que tu demandes ne trouvera pas de justification.*

Dans le monde des relations, on ne peut justifier ses propres nécessités en niant celles des autres.

4. *Si tu n'es pas indifférent à la douleur et à la souffrance des autres, tu dois faire en sorte que coïncide ce que tu sens avec ce que tu penses et ce que tu fais pour aider les autres.*

Une position cohérente face à la douleur et à la souffrance des autres exige que ce que l'on pense, ce que l'on sent et ce que l'on fait aient la même direction.

5. *Apprends à traiter les autres de la manière dont tu veux être traité.*

Tout notre monde de relations, si l'on prétend à la cohérence, doit être régi par la réciprocité des actions. Cette posture ne se "produit pas naturellement" dans le comportement mais on peut l'appréhender comme quelque chose en croissance, quelque chose qui doit être appris. Cette conduite est connue comme "la Règle d'Or". Cette conduite s'éduque et se perfectionne au fil du temps et de l'expérience dans le monde des relations.

6. *Apprends à dépasser la douleur et la souffrance en toi, dans ton prochain et dans la société humaine.*

Ici aussi il est possible d'apprendre plutôt que s'en remettre à une supposée "nature" humaine. Cet apprentissage s'étend aux autres en conséquence de ce qui a été appris dans le dépassement de sa propre souffrance.

7. *Apprends à résister à la violence qu'il y a en toi et en dehors de toi.*

Comme la base de tout apprentissage de dépassement et de cohérence.

8. *Apprends à reconnaître les signes du Sacré en toi et en dehors de toi.*

Cette intuition du "Sacré", du non-remplaçable, croît et s'étend à différents domaines jusqu'à parvenir à orienter la vie (le Sacré en soi) et les actions dans la vie (le Sacré en dehors de soi)

---

9. *Ne laisse pas passer ta vie sans te demander : « Qui suis-je ? »*

Dans le sens des significations de soi-même et de ce qui dénature ce qui se réfère à "soi-même".

10. *Ne laisse pas passer ta vie sans te demander : « Vers où vais-je ? »*

Dans le sens de la direction et des objectifs de la vie.

11. *Ne laisse pas passer un jour sans te répondre qui tu es.*

Dans le souvenir quotidien de soi-même en lien à la finitude.

12. *Ne laisse pas passer un jour sans te répondre vers où tu vas.*

En se souvenant quotidiennement de soi-même en relation aux objectifs et à la direction de sa propre vie.

13. *Ne laisse pas passer une grande joie sans remercier en ton intérieur.*

Non seulement pour l'importance que cela a de reconnaître une grande joie mais aussi pour la disposition positive qui s'accroît à "remercier", renforçant l'importance de ce qui est expérimenté.

*14. Ne laisse pas passer une grande tristesse sans réclamer en ton intérieur cette joie qui est restée "conservée".*

Précisément, si à un moment donné les expériences de joie ont été plus conscientes, en les évoquant dans les moments difficiles, on fait appel à la mémoire ("chargée" des sentiments positifs). On pourrait penser qu'en faisant cette "comparaison", ce ne serait pas la situation positive qui l'emporte, mais il n'en est pas ainsi car cette "comparaison" permet de modifier l'inertie affective des états négatifs.

*15. N'imagine pas que tu es seul dans ton village, dans ta ville, sur la Terre et dans les mondes infinis.*

Cette "solitude" est une expérience que nous subissons comme "abandon" d'autres intentions et en définitive, comme "abandon" du futur. Parler de "*ton village, ta ville, la Terre et les mondes infinis*" met tout un chacun des lieux petits ou grands, dépeuplés ou peuplés, face à la solitude et au néant de toute possible intention. La position opposée part de la propre intention et s'étend hors du temps et de l'espace dans lequel se déroulent notre perception et notre mémoire. Nous sommes accompagnés par diverses intentions et même dans l'apparente solitude cosmique, il existe "quelque chose". Il y a quelque chose qui montre sa présence.

*16. N'imagine pas que tu es enchaîné à ce temps et à cet espace.*

Si tu ne peux imaginer ni percevoir d'autre temps et d'autre espace, tu peux avoir l'intuition d'un espace et d'un temps internes dans lesquels opèrent les expériences d'autres "paysages". Dans ces intuitions, les déterminismes du temps et de l'espace se dépassent. Il s'agit d'expériences non liées à la perception, ni à la mémoire. Ces dites expériences se reconnaissent indirectement et uniquement en "entrant" ou en "sortant" de ces espaces et de ces temps. Ces intuitions se produisent par déplacement du "moi" et l'on en reconnaît le début et la fin par une nouvelle accommodation du "moi". Les intuitions directes de ces "paysages" (dans ces espaces Profonds) sont remémorées obscurément au travers de contextes temporels, jamais au travers "d'objets" de perception ou de représentation.

*17. N'imagine pas que dans ta mort s'éternise la solitude.*

En considérant la mort comme "néant" ou comme solitude totale, il est clair que ne subsistent ni "l'avant" ni "l'après" de cette expérience Profonde. Le Mental transcende la conscience liée au "moi" et aux espaces et temps de perception et de représentation. Cependant, rien de ce qui arrive dans les Espaces Profonds ne peut se rendre manifeste dans l'expérience.