



Conférence du Guide 192  
le 21 mai 1971

## LES VRAIS ET LES FAUX BESOINS ET LEUR LIEN AVEC L'ETAT DE CONSCIENCE DE L'HOMME

Je salue tous mes amis présents. Si vous ouvrez votre cœur et votre esprit, vous pouvez recevoir la bénédiction et la force qui jaillissent. J'aimerais entamer cette conférence qui est la dernière de la saison, en répétant à nouveau que la plupart des êtres humains ne sont pas encore conscients de l'immense potentiel, des immenses pouvoirs spirituels qu'ils possèdent. Qu'est-ce que j'entends par potentiel et pouvoirs « spirituels » ? J'entends par là que ces pouvoirs transcendent de loin ce qui est considéré comme « normal » par les standards ordinaires dans cette sphère d'existence.

Ces pouvoirs restent cependant inaccessibles ou peuvent même être dangereux si l'être humain n'est pas purifié dans une certaine mesure, si la conscience se trouve encore dans un état de demi-sommeil qui est toujours en rapport avec des attitudes destructives (l'obstination, l'orgueil et la peur, l'avidité, la jalousie, la malveillance, le dépit, l'égoïsme). La majorité des êtres humains se trouvent dans un état d'être qui correspond à 90 pour cent de sommeil et à seulement 10 pour cent d'éveil à ce qui est – dans le monde qui les entoure ou en eux-mêmes. Le processus de réveil du soi nécessite beaucoup d'efforts, d'engagement, de travail et la volonté de sacrifier les schémas destructeurs et leurs satisfactions de courte durée qui coûtent cher. Alors progressivement la conscience grandit, la perception s'affine, une nouvelle connaissance intérieure devient disponible en tant que manifestation du soi réel qui s'éveille.

Cette perception intuitive et cette connaissance intérieure grandissent – d'abord au sujet de soi puis au sujet de l'être intérieur des autres, et en fin de compte également au sujet de la vérité cosmique, de la création – elles s'épanouissent jusqu'à l'expérience de la vie éternelle, la certitude de cette vie éternelle ! Le potentiel spirituel qui s'éveille signifie également l'accès aux forces de la vie, toujours présentes, qui toutes existent en et autour de vous. Ces pouvoirs peuvent être utilisés comme guérison, comme aide, pour augmenter la satisfaction et la conscience de soi et des autres. Inutile de dire que si le petit ego domine encore le soi spirituel et réel, l'abus de ces pouvoirs est inévitable. Pour que ces pouvoirs soient en sécurité, l'amour doit d'abord s'éveiller dans l'âme d'une personne. Si le champ de force énergétique d'un être humain est aligné sur des fréquences basses à cause d'un état non développé de l'âme, les fréquences beaucoup plus élevées des pouvoirs spirituels peuvent détruire la santé et la vie et créer des dangers immenses. Voici pourquoi il est

tellement important que le développement ait lieu selon certains rythmes. La façon la plus sûre est toujours de privilégier, par-dessus tout, la purification.

Quand la purification précède le développement du potentiel et des pouvoirs spirituels et psychiques, le bonheur grandit. La peur diminue. Les solutions à tous les problèmes deviennent de plus en plus accessibles ; elles se présentent parce que les problèmes sont confrontés et traités. Et, comme je l'ai dit, la guérison de tous les maux – de l'esprit, de l'âme et du corps, sera alors possible.

Ceci paraît utopique, mes amis. Et cela serait en effet de l'utopie si cet état était recherché à cause de la peur de l'état opposé et dans l'espoir d'y échapper. En d'autres termes, si vous souhaitez le contentement parce que vous craignez la souffrance ; si vous souhaitez la vie éternelle parce que vous craignez la mort ; si vous souhaitez le bonheur parce que vous craignez le malheur ; si vous souhaitez la plénitude parce que vous craignez le vide ; alors toutes ces possibilités doivent vous échapper et rester inatteignables. C'est de là que provient l'illusion de l'homme qu'aucune de ces possibilités n'existe, qu'elles sont le produit d'un souhait qu'on prend pour la réalité. Il n'est pas perçu que le désir est l'expression du ressenti de cette possibilité, mais la direction choisie est dans la plupart des cas exactement l'opposé de ce qui est nécessaire. Comme je l'ai déjà dit, vous devez entrer dans et traverser ce que vous craignez et voulez éviter pour le dépasser et atteindre un état où l'état redouté précédent n'existe réellement plus. Ce n'est qu'en acceptant pleinement le manque actuel de vision et la peur ainsi créée, en traversant cette peur, que vous pouvez atteindre l'état plus élevé de conscience qui n'est alors pas une illusion, mais une réalité ; non pas un souhait qu'on prend pour la réalité, non pas une fuite, mais une réalité absolue d'être, ou la vie telle qu'elle est vraiment.

Ceci ne peut venir facilement. Quiconque marche sur ce chemin doit pleinement s'engager à tout ce qu'une telle recherche signifie réellement. La plupart de mes amis qui sont engagés dans ce chemin de développement de soi commencent de la manière habituelle : ils sont malheureux et veulent une solution à un certain problème. Ou peut-être même que la conscience spécifique d'un problème ou d'un blocage intérieur n'existe pas encore. Il se peut que vous expérimentiez un vague sentiment de malaise dans la vie. Et vous souhaitez corriger ces états indésirables – la plupart du temps dans l'espoir inconscient que les attitudes problématiques qui vous rendent malheureux puissent rester en place sans que l'on y touche, et même qu'on les renforce. Quand le chemin exige le contraire, souvent la réaction est la panique, le ressentiment, la lutte, la résistance et parfois même la cessation de tout autre effort vers la bonne direction intérieure. En d'autres mots, la plupart d'entre vous commencent par un but négatif ; c'est-à-dire, vous souhaitez enlever un état négatif. Par-ci, par-là, il existe une exception et une personne commence par un but positif dès le départ. Beaucoup adhèrent à ce but positif du bout des lèvres – l'auto-purification totale et la croissance spirituelle. Mais quand il s'agit d'être prêt à accepter les difficultés, le dépassement, l'abandon des schémas de vie destructeurs instaurés depuis longtemps, l'engagement conscient pour le but positif disparaît brusquement. Chez la plupart, l'authentique objectif positif est seulement poursuivi et renforcé en plongeant plus profondément en soi.

Le désir est toujours là. Quelque chose dans votre être le plus profond, le plus intime sait qu'existent une autre réalité et un autre état de conscience que ceux que vous expérimentez maintenant à votre stade de développement actuel. Et vous tendez vers ce

désir. L'atteinte de cet état plus élevé, plus satisfaisant est un besoin sain, légitime. Lorsque ce besoin devient conscient, il est possible d'établir une direction ou un but positif. Tant que ce besoin est inconscient et caché par des buts négatifs et mélangé à ceux-ci, « débarrassez-moi de mon état malheureux », la confusion au sujet du chemin en lui-même existe forcément. Un manque d'engagement total génère des résultats précaires, simulés ou limités de manière à ce que le doute referme le cercle vicieux : le doute renforce le non-engagement qui rend à son tour la libération impossible de façon telle que le doute semble justifié.

Comme toujours, cette conférence suit naturellement la séquence des précédentes. Dans cette conférence, il est absolument nécessaire de répéter en grande partie une conférence que je vous ai donnée il y a de nombreuses années. Mais même ceux parmi vous qui l'ont lue l'ont probablement oubliée en grande partie. Grand nombre d'entre vous qui sont arrivés beaucoup plus tard et qui ne connaissent pas toute la matière, ne sont pas conscients des principes dont je vais parler ce soir. Cependant, même ceux qui ne s'en souviennent pas trouveront que cette répétition apporte une nouvelle matière plus profonde qu'il n'était pas possible de donner précédemment lorsque tout le groupe était dans un état de conscience moins profond. Ainsi, non seulement les répétitions occasionnelles sont nécessaires, mais en fait il ne s'agit pas du tout de répétitions. Elles suivent le mouvement en spirale continu du chemin, et chaque cycle complété reprend dès le début, seulement cette fois à un niveau de conscience plus élevé et plus profond où une perception plus grande rend possible une compréhension plus profonde.

Cette conférence est en même temps une séquence organique ; une répétition ; l'achèvement d'un cycle où de la nouvelle matière peut être assimilée. Le mouvement cyclique en spirale vous permet de commencer à n'importe quel point et de continuer à partir de là, en achevant le cycle, peu importe où se trouvait le point de départ. Ceci explique pourquoi presque tous (à un certain niveau de développement) peuvent trouver ces conférences utiles, peu importe où ils ont commencé. Cette conférence en particulier sera, à nouveau, la réponse pour beaucoup d'entre vous et éclairera le point exact où vous êtes bloqués pour le moment.

La conférence précise que j'ai donnée il y a des années à laquelle je me réfère, aborde le sujet des vrais et des faux besoins. Depuis lors, beaucoup d'entre vous sont entrés dans leurs sentiments de peur, de souffrance, de culpabilité et de colère les plus profonds – des sentiments que vous avez expérimentés dans cette vie d'abord au moment de votre prime enfance et que vous n'aviez pas le courage de ré-expérimenter. Au cours de ce voyage vers le revécu d'anciens sentiments qui n'avaient pas pleinement été expérimentés auparavant, vous rencontrez également les besoins que vous aviez en tant qu'enfant, des besoins dont la non-satisfaction vous a causé les émotions les plus douloureuses et donc les plus refoulées. Comme je l'ai dit, toute entité qui n'amène pas à la conscience son expérience inconsciente ressentie doit emporter ce matériel avec lui et renaître avec cette même matière non-expérimentée. Cette matière résiduelle est en grande partie responsable de la manière dont l'énergie jaillit et recherche des exutoires correspondants. En d'autres termes, la matière incrustée recherche, pour la prochaine incarnation, des circonstances et des personnes qui permettront de ramener à l'avant cette matière latente non-assimilée. Ainsi, un couple de parents, un certain environnement, des conditions spécifiques semblent être responsables de l'expérience douloureuse dans l'enfance. Mais en fait l'état non-développé des parents agit comme un moyen de ressortir ce qui autrement resterait inaccessible, latent et bloquerait la purification totale. Bien sûr, il est possible de « traiter » encore et encore cette expérience

douloureuse de l'ancienne façon, en évitant l'expérience, prolongeant ainsi la chaîne. Mais pour chaque entité, un jour viendra où elle constatera qu'il n'est plus possible d'éviter la confrontation et où elle fera volte-face.

Vous pouvez suivre cet enchaînement d'événements même au cours de la durée de cette vie-ci. Dans la mesure où vous n'avez pas pleinement vécu votre passé en tant qu'enfant, vous devez forcément attirer plus tard des expériences similaires, du moins dans leur essence. Dans la mesure où vous avez évité l'expérience de votre passé et n'avez pas conscience de ce qui s'est vraiment déroulé en vous à ce moment-là, c'est dans cette mesure exactement que vous avez tendance à ne pas reconnaître ce que vous ressentez et expérimentez maintenant, lorsque l'expérience se répète. Inversement, c'est dans la mesure où vous devenez conscient de vos émotions passées que vous devenez également conscient de la manière dont l'expérience se répète. Vous expérimentez pleinement et par là même vous comprenez, rendant ainsi superflues d'autres répétitions. L'état d'engourdissement autour de vos émotions passées vous engourdit également à des expériences actuelles similaires – à moins que et jusqu'à ce que vous preniez un réel engagement et fassiez un vrai effort pour vous réveiller, peu importe à quel point cela vous semble douloureux au départ.

Vous ne pouvez être alerte à et dans la pleine connaissance de ce qui vous arrive maintenant que lorsque les expériences similaires d'alors sont révélées et gérées pleinement. Dans ce cas, c'est non seulement la matière d'âme résiduelle de cette vie qui sera clarifiée, mais également celle d'existences passées. Maintenant, dans cette phase actuelle de votre chemin, où vous expérimentez de plus en plus de matière résiduelle, vous rencontrez le fait que l'élément le plus douloureux est la non-satisfaction de vos besoins légitimes en tant qu'enfant. Dans la conférence donnée il y a de nombreuses années, j'ai parlé de la relation entre les vrais et les faux besoins. J'ai expliqué que la négation des premiers crée les derniers. Il s'agit d'une facette extrêmement importante à observer au point où vous vous trouvez maintenant.

Que sont les vrais et que sont les faux besoins ? Tout d'abord, ce qui est vrai à une période de la vie d'une entité peut être tout à fait faux et irréal à une période ultérieure. Ce qui est un vrai besoin pour un enfant n'est pas du tout un besoin réel pour un adulte. Quand l'entité qui grandit nie la souffrance du vrai besoin non-assouvi, ce qui arrive n'est pas du tout la disparition de ce besoin. Au contraire, le déni de sa souffrance perpétue ce besoin et le projette dans le temps sur d'autres personnes de manière à devenir un faux besoin. Pour préciser, un enfant a besoin qu'on prenne soin de lui ; il doit seulement être le bénéficiaire de soins, de nourriture, de bons sentiments, d'attention et d'appréciation du fait qu'il est unique. Si ses besoins ne sont pas assouvis, l'enfant doit souffrir. Si cette souffrance est gérée au niveau conscient, la personnalité n'en est pas mutilée, comme beaucoup pourraient vouloir le croire. Ce qui crée l'état de mutilation est la croiance que cette souffrance ne pourra être éliminée que lorsque la personnalité recevra tout ce qui lui manquait, même des années plus tard. Ceci, bien sûr, ne peut jamais arriver. Car même s'il était possible qu'un adulte obtienne enfin des parents de substitution idéaux et parfaits selon les notions de l'enfant qui a été privé, tout ce qu'il recevrait en tant que don à partir de l'extérieur ne pourrait jamais apporter la satisfaction à cet adulte.

La satisfaction si douloureusement convoitée ne peut être atteinte que lorsqu'une personne entreprend de rechercher en elle-même tout ce qu'elle recherche encore à l'extérieur. Ceci doit commencer par la question de la responsabilité. Si la personne reste coincée dans le ressentiment (rendant responsables les parents et la vie), elle se prive du

centre vital de tout le bien en elle-même. Ce n'est qu'en cherchant à changer sa propre attitude et à découvrir que sa souffrance est induite par son attitude de maintenant, qu'elle peut commencer à trouver la sécurité – la sécurité qu'elle recherchait dans le soutien des autres. L'anxiété disparaîtra dans la mesure exacte où la personne cherche en elle-même la cause de sa souffrance actuelle. Et je répète, cette souffrance est toujours le déni de la souffrance d'origine et le schéma émotionnel et de pensée négatif et destructeur ainsi créé.

Quand l'homme commencera à assumer la vraie responsabilité de soi, il cessera également progressivement de s'attendre à ce que les bons sentiments lui proviennent de l'extérieur. Il sera moins dépendant du fait d'être loué et aimé parce qu'il sera capable de se donner l'estime qu'il ne pouvait pas se donner à lui-même lorsqu'il était un enfant exigeant, dans le ressentiment. Il s'agit d'encore un pas vers le fait d'être centré en soi plutôt que de « s'accrocher » à quelqu'un d'autre. Ceci augmente, à son tour, la capacité d'avoir un puissant flux de bons et chaleureux sentiments : le désir d'en donner plutôt que les refuser dans le dépit ; la capacité d'expérimenter du plaisir de l'intérieur du corps et de l'âme et d'en donner plutôt que d'insister avidement pour en recevoir. Tout ceci remplira le vide précédent.

Plus la souffrance du besoin légitime insatisfait demeure non vécue, ou vécue à moitié seulement, plus des besoins faux, irréels remplissent la personnalité qui sera alors dans l'exigence face aux autres. Quand ces demandes ne sont pas remplies, le ressentiment et souvent même le venin avec lequel on construit des dossiers contre la vie et les autres, augmentent le sentiment de privation de manière telle qu'un cercle vicieux continu semble piéger la personne dans un état de désespoir. Il n'est pas trop difficile de rationaliser un dossier, de produire une accusation, de blâmer. On peut toujours trouver des « raisons » réelles comme imaginées ou exagérées et distordues pour la focalisation du poids à l'extérieur de soi. Puisque tout ceci est subtil et caché, il faut une attention spécifique en matière d'observation de soi et d'honnêteté face à soi pour voir ce processus à l'œuvre. Ce n'est qu'en étant capable d'admettre les exigences irrationnelles que vous avez et de voir à quel point vous voulez punir ceux que vous blâmez pour leur insatisfaction que vous pouvez vraiment comprendre les connexions que je fais ici.

Que sont les vrais besoins d'un adulte ? Ce sont l'expression de soi, la croissance, le développement, l'atteinte de son potentiel spirituel et tout ce qui en découle : plaisir, amour, satisfaction, bonnes relations, et le fait d'apporter une contribution sensée au schéma des choses, au grand plan où tout le monde a sa tâche. Quand une certaine croissance a eu lieu, cette tâche est ressentie, expérimentée intérieurement, jusqu'à devenir une réalité. C'est un vrai besoin de percevoir sa tâche et quand cette perception fait défaut, le malheur augmente. L'entité doit alors entreprendre la recherche des obstructions dans sa propre âme et enlever celles-ci. Elles sont toujours, d'une manière ou d'une autre, en rapport avec la perpétuation des besoins qui étaient réels jadis et qui sont maintenant devenus faux.

La perpétuation des faux besoins crée un grand nombre d'états destructeurs dans l'âme d'une personne. Puisque ces besoins ne peuvent jamais être assouvis, la frustration et le vide continus enlèvent l'espoir, noircissent la vision et induisent le ressentiment, la haine, le blâme – et souvent le dépit. La résistance et l'apitoiement sur soi venimeux et passifs sont utilisés comme moyen pour punir les autres qui semblent être à l'origine de l'état négatif. Plus ces traits intérieurs sont graves, plus la culpabilité est grande, plus on se fuit, cette fuite rendant impossible d'aller jusqu'à la racine et de changer de direction et de focalisation. Ce n'est que lorsque la résistance est vigoureusement dépassée que tout ceci peut s'inverser.

Les vrais besoins ne nécessitent jamais que les autres cèdent et « vous le donnent ». Ce n'est qu'au petit ego qu'il semble nécessaire qu'ils le fassent. Le vrai besoin d'amour, d'amitié et de partage ne peut commencer à se remplir que lorsque l'âme est prête à aimer et à donner, état qu'il ne faut jamais confondre avec le besoin névrosé d'être aimé. Mais souvent, la confusion entre les deux besoins existe. Tant que vous croyez que vous êtes vraiment prêt à aimer, mais que le destin vous fait l'affront de vous refuser la personne qui vous aimera et que vous pourrez aimer, vous êtes encore ardemment engagé dans la tentative d'assouvir le besoin infantile avec un parent de substitution. En fait, tout au fond de votre cœur vous êtes en colère, dans le blâme, voulant punir, dans l'état de victime, parce que votre besoin réel imaginaire d'amour reste inassouvi. Lorsque vous serez vraiment prêt à lâcher l'ancien dossier et commencerez à vivre maintenant, en regardant en vous, l'amour vrai viendra à vous et votre besoin réel actuel sera assouvi.

Les besoins légitimes ne peuvent être assouvis que dans la mesure où vous vivez vos émotions d'origine et vos émotions résiduelles du passé et que dans la mesure où vous découvrez et abandonnez les faux besoins qui se sont accumulés à partir de la négation de la souffrance de l'ancienne insatisfaction. En vous laissant tomber dans l'état de l'enfant, en permettant aux réactions irrationnelles et destructives de l'enfant en vous de s'exprimer maintenant, en prenant la responsabilité de cette partie de vous, vous créez déjà un nouveau climat intérieur. Au départ, ceci semble ne pas être facile. Les images de soi qu'on préfère et les faux-semblants empêchent presque tout le monde de faire cela facilement. Aussi, cet enfant destructeur, exigeant, punissant et dépité se manifeste habituellement de manière très obscure. Il est facile de le cacher, de le rationaliser, de le nier, de le justifier et il est possible de mettre l'accent sur d'autres facteurs à l'extérieur de vous. Si vous donnez voix à ce côté irrationnel, vous trouverez qu'il dit de manière plus ou moins invariable et à différents degrés : « Il faut que je sois toujours aimé et approuvé par tous. Si ce n'est pas le cas, c'est une catastrophe. » Le soi arrive alors à se convaincre de le croire, presque comme moyen de forcer les autres à céder. La réaction exagérée devient alors tellement douloureuse qu'il semble que le non-assouvissement de ces exigences insatiables d'une satisfaction totale et inconditionnelle de l'obstination et de l'orgueil est effectivement catastrophique. Peu importe à quel point il se peut que vous soyez matures dans de nombreux domaines de votre être, recherchez ces réactions cachées en vous quand vous vivez de l'anxiété et de l'inconfort lorsque surgissent certains états dans votre environnement.

On réfléchit rarement en termes aussi concis au fait qu'on croit à la catastrophe. En effet, si vous y pensez de manière claire, il vous sera déjà impossible d'y croire encore longtemps tout autant. La difficulté est que votre réaction mettant à égalité la catastrophe et l'insatisfaction d'être aimé et admiré par tous est vague. La réaction n'est pas conceptualisée, mais rationalisée sans jamais aller au bout de vos pensées et de vos émotions, ce qui mettrait les deux en corrélation. Il est donc nécessaire de découvrir le concept, ou plutôt la conception erronée, piégée dans une forte réaction face à une insatisfaction, une blessure, une critique, une frustration. Il est alors possible de reconnaître le besoin irréal et la force avec laquelle vous le perpétuez, le poursuivez et le justifiez. Les besoins irréels sont des exigences face aux autres. Les besoins irréels ne peuvent jamais être satisfaits.

C'est un concept irréal que de croire que la souffrance pourrait vous nuire. Elle ne vous nuit que si vous avez un concept secret que ce sera le cas, si vous insistez que ce sera le

cas tout simplement parce que vous n'êtes pas enclin d'accepter la vie telle qu'elle est et vous-même tel que vous êtes.

Certains d'entre vous ont vraiment commencé à savoir et à expérimenter que votre plaisir, votre paix, votre satisfaction ne dépendent jamais des autres, mais seulement de vous-même. Mais parfois vous l'oubliez – au moment où vous vous approchez d'un territoire encore non reconnu en vous-même où les faux besoins et les émotions résiduelles non-expérimentées créent un point de focalisation destructeur.

Souvent, la conception erronée dualiste selon laquelle soit vous dépendez de vous-même et il vous faut alors être tout seul, soit vous vous trouvez dans une relation satisfaisante et alors vous dépendez totalement de l'autre, vous empêche même de vouloir un jour assumer la responsabilité de vous-même. Faire cela vous semble comme si vous deviez abandonner tout espoir d'un partenaire aimant. C'est exactement l'opposé qui est vrai : ce n'est qu'en ramenant vos émotions à vous-même, en puisant aux ressources en vous-même et en ouvrant la source de vos sentiments de don et d'amour que la satisfaction deviendra une réalité inévitable. À l'inverse, c'est dans la mesure où vous vous accrochez à l'exigence que les autres vous satisfassent que vous devez rester seul et insatisfait dans vos vrais besoins maintenant – perpétuant ainsi les anciennes blessures de votre enfance. Votre état actuel peut donc être utilisé comme la jauge la plus fiable qui soit, car il est impossible de tricher avec la vie. Ses lois et ses règles vous disent la vérité sur là où vous vous trouvez, même si votre conscience directe est encore brouillée. C'est dans la mesure où la satisfaction fait défaut que vous devez vraiment sonder à l'intérieur de vous quant à où et comment vous projetez sur l'autre ce qui doit en premier lieu provenir de l'intérieur de vous.

Une merveilleuse force s'éveille quand sont exprimés au cœur du soi spirituel le vrai besoin d'enlever ce qui bloque la conscience et la satisfaction de soi (et donc l'intimité et la proximité avec les autres), ainsi que celui d'écarter les faux besoins. Cette prière n'est jamais vaine. Même si vous vous sentez encore trop faible pour prendre l'engagement total qui est nécessaire, vous pouvez demander à être aidé pour le faire. L'aide viendra.

Voici le but de toute grande importance, celui dont découle tout le reste. Maintenant vous évitez la souffrance du passé oubliée depuis longtemps, pourtant vous constatez qu'elle continue à s'infecter au fond de vous, et vous découvrez également que vous êtes resté accroché au blâme. Car peu importe à quel point vos parents ont échoué, car ils sont eux-mêmes des êtres humains faillibles, vous ne pouvez les rendre responsables de votre souffrance actuelle. D'autres, dont vous attendez qu'ils compensent toutes les blessures endurées, le sont encore moins. Votre souffrance actuelle est le résultat de cette distorsion de poursuivre les faux besoins et d'insister pour qu'ils soient satisfaits. Au départ, ce mécanisme semble extrêmement subtil, mais une fois que vous serez entraîné à l'observer, il deviendra tout à fait évident. Tant que vous choisissez de rester inconscient, même si vous êtes très habile à expliquer rationnellement votre dossier, ceci rendra les choses pires plutôt que meilleures. Il se peut en effet que vous trompiez les autres au sujet de la légitimité de votre dossier. Et il se peut même que vous trompiez votre soi conscient extérieur. Mais vous ne pouvez jamais tromper votre vrai soi intérieur ou la vie. La vie fonctionne selon ses règles de manière très carrée, juste et impartiale. Elle attend que vous trouviez la vérité, celle où vos besoins légitimes non-reconnus de l'enfance ont créé la peur et la souffrance que vous n'étiez pas prêt à expérimenter pleinement, jusqu'à ce que la coupe soit pleine. Ce manque de

volonté crée à son tour de faux besoins dont la nature et la signification sont également dissimulées. Quand tout ceci est révélé, vous pouvez le gérer.

Tout refoulement, toute dissimulation créent des cercles vicieux et des réactions en chaîne négatives : les faux besoins créent le mal – la cruauté, l'esprit de vengeance, etc. La culpabilité et la haine de soi qui en découlent rendent justifiée la souffrance dans votre évaluation secrète de vous-même, mais vous ne voulez pas l'admettre et donc vous continuez à projeter le blâme sur les autres – et ainsi de suite. Les énergies qui sont piégées dans la suppression de toute cette force (et les forces se gonflent et deviennent de plus en plus puissantes, créant crise après crise) ne peuvent être relâchées et utilisées pour votre bien qu'en permettant que tout cela ressorte pour l'évaluer en toute vérité, en ayant le courage d'accepter le mal sans totalement vous identifier à celui-ci. Ceci tracera immédiatement le cap vers la satisfaction de vos vrais besoins maintenant.

Lorsque vous poursuivez un faux besoin, vous vous trouvez forcément dans une souffrance insupportable. La souffrance est alors serrée, verrouillée, amère, avec une connotation de désespoir. C'est une souffrance toute autre que celle d'une vraie insatisfaction, d'une vraie souffrance, d'une vraie privation. Si ces dernières ne sont pas canalisées dans des besoins irréels, il est possible de dissoudre la souffrance et elle peut à nouveau se transformer vers son courant d'origine fluide, générateur de vie. La souffrance dure est le résultat de la lutte contre ce qui est. La souffrance douce est le résultat de l'acceptation.

Une fois que la croûte de l'engourdissement extérieur sera enlevée comme résultat de tous vos efforts sur votre chemin ; une fois que la couche défensive qui vous isole de ces états intérieurs aura été soulevée, vous expérimenterez forcément tous vos sentiments divers : les vrais et les faux besoins et les souffrances douces – et dures qui en découlent. Pour trouver votre voie à travers le labyrinthe de ces confusions, il est essentiel que vous connaissiez tous la différence entre les premières et les dernières. Si vous vivez des émotions résiduelles en étant inconscients du fait que vous êtes submergés dans l'expression de vos faux besoins, de vos exigences insatiables, il se peut que vous vous perdiez dans la souffrance dure. Car la souffrance dure qui provient des faux besoins, contient la vengeance. La souffrance en elle-même est une arme utilisée fréquemment pour punir les parents, les parents projetés, et la vie. Elle dit en effet : « Voyez comme vous êtes mauvais, ce que vous m'avez fait ! Le fait que vous ne cédiez pas à mes exigences mérite mon anéantissement comme punition. » Et il se peut en effet que la personne aveugle impliquée dans ce processus sans en être tout à fait consciente soit tirée vers le fond par ce sous-courant.

Vous pouvez donc tester le type de souffrance expérimentée en toute sécurité. Mène-t-elle vers un morne désespoir, à des abîmes immenses où aucune lumière ne semble poindre ? Dans ce cas, vous pouvez supposer en toute sécurité que « le niveau de venin » empêche la vraie expérience de la souffrance résiduelle d'origine. Car dans le cas du vécu de la vraie souffrance, une guidance intérieure organique guide le rythme et la durée de chaque expérience. À chaque fois, il y aura une profonde prise de conscience, et des liens seront faits qui apporteront davantage de lumière et d'espoir. Mais quand ceci fait défaut, la personne ne devrait pas aller plus loin dans cette souffrance dure parce qu'elle est en train de punir les autres avec sa souffrance (sans le savoir et de manière tout à fait inconsciente). Le travail devrait plutôt être dirigé vers la reconnaissance de ce facteur. Alors la personne pourra entrer dans son expérience résiduelle en toute sécurité et se libérer. Elle le fera alors dans un esprit



tout à fait différent. Son attitude sera faite d'espoir et d'intention et ne sera pas celle d'une victime impuissante menée à l'abattoir.

Si vous craignez, mes amis, d'aller jusqu'au fond de vous-même, cela n'est pas tellement à cause de la vraie souffrance. Car la souffrance douce générée par de vrais besoins insatisfaits peut avoir comme conséquence l'expression momentanée par des pleurs ou des cris, où la personne se tord et se débat, mais il existe un terrain intérieur de sécurité grâce à l'absence de venin, l'absence de courant de force qui envoie un message dans le monde. La souffrance tranquille qui caractérise la vraie souffrance et les vrais besoins réels inassouvis se dissout dans son propre flux. L'expérience insupportable, dure et dangereuse de la souffrance est causée par le faux besoin qui dit : « tu dois me donner ce dont j'ai besoin, j'insiste. Sinon, je périrai pour me venger. » Cette voix, mes amis, doit être découverte. Dans un certain degré, elle existe chez tous sans exception. Plus elle est cachée, plus vous êtes éloignés de la dissolution et de la transformation de vos courants d'énergie. Si vous le pouvez, permettez-vous de faire l'expérience de cette voix et reconnaissez-la pour ce qu'elle est plutôt que de vous identifier à elle. Tant que vous êtes totalement identifiés avec elle, vous ne pouvez pas la confronter et la tester. Mais au moment où vous l'observez comme une partie de vous seulement, vous saurez instantanément que ce n'est pas tout ce qu'il y a en vous, car ce qui l'observe est certainement davantage vous-mêmes que ce qui est en train d'être observé. Et ce qui la remet en question et entre en dialogue avec elle sonde la vérité de ses messages implicites, est plus fort et devient encore plus fort jusqu'à finir par prendre le dessus. Ceci élimine le besoin du rejet total de soi-même qui est le résultat de l'identification totale avec cette voix.

Par exemple, au moment où vous posez la question, « est-ce vraiment vrai que je dois périr parce que j'ai enduré de la souffrance, ou que j'en endure maintenant? » vous considérez inévitablement les différentes possibilités, par exemple, qu'il ne s'agit pas de la seule possibilité. Quand est-ce le cas, et quand n'est-ce pas le cas ? De quoi cela dépend-il, en ce qui vous concerne ? Quand toutes ces questions seront sérieusement confrontées, vous verrez que ce n'est pas vrai qu'il vous faille périr ou même mener une vie malheureuse pour le restant de vos jours parce que vous avez enduré de la souffrance. Aucune souffrance ne peut jamais vous faire périr. Ce n'est que votre attitude vis-à-vis de la souffrance qui vous fera périr. Si vous résistez et vous endurez contre la douleur, elle se compactera et finira par littéralement vous écraser. Ce n'est qu'en étant écrasé – jamais par la souffrance que d'autres vous infligent, mais par ce que vous vous infligez à vous-même – que vous pouvez confronter cette attitude en vous. Dialoguez avec elle, comme je vous l'ai dit.

Quand vous abandonnez de manière spécifique vos exigences insatiables, les besoins irréels, les uns après les autres, vous trouverez que ce sont effectivement des besoins irréels. Vous avez démarré par la prémisse, par exemple, que vous ne pouvez pas vivre sans approbation totale, sans acceptation et amour inconditionnels, sans évaluation de vous-même dénuée de toute critique, sans compréhension infaillible ; ou quoi que ce soit d'autre. Si vous considérez la possibilité que vous pourriez même gagner la satisfaction et le contentement, le plaisir et le bonheur, sans que ces exigences soient remplies – une idée tout à fait neuve, car vous insistez tellement sur votre dossier – vous serez surpris de constater que c'est tout à fait possible. De nouvelles voies se révéleront à vous – de nouvelles possibilités que vous n'auriez jamais pu ressentir avant parce que vous étiez tellement focalisés sur la seule et unique voie, celle qui devait être.

Lorsqu'il existe des obstructions, de l'insatisfaction, un mur inébranlable dans votre vie, il faut rechercher ce besoin irréal. Vous devez trouver votre propre insistance, celle qui dit, «il faut que ce soit ainsi, pas autrement. La vie doit me le donner ; je dois l'avoir. » Quand vous trouvez et exprimez cette voix et en reconnaissez l'erreur, quelque chose se relâche instantanément. Le simple fait que vous questionniez la validité de ces besoins irréels que vous aviez pris pour argent comptant jusque-là libérera vos énergies créatives. Du plus profond de votre être intérieur, du centre de votre plexus solaire, la voix de la sagesse vous guidera. Elle vous a déjà guidé avant dans d'autres domaines où vous n'étiez pas bloqués. Mais elle ne peut pas vous guider là où vous avez encore le plus besoin de la guidance en provenance de l'intérieur de vous, comme de l'extérieur. Il est alors possible d'utiliser ces énergies relâchées pour ouvrir la voie davantage ; là où d'épais nuages doivent encore être dissipés. Ces énergies peuvent alors se mettre à l'œuvre pour dissoudre la substance d'âme encore dure – durcie par des convictions préconçues, non mises à l'épreuve et même non-articulées ; par l'insistance et l'obstination serrées ; par la négation et le refoulement des émotions et des pensées.

Il ne faut pas confondre l'insistance durcie avec la détermination et la bonne volonté détendue de l'engagement, se focalisant sur un seul objectif, tout ce qui est un prérequis indispensable pour ce chemin. La crampe de l'obstination durcie intensifie fortement la souffrance résiduelle d'origine. Elle crée une tension douloureuse dans tout votre système qui est alors toujours blâmée sur les autres – la manière dont ils vous ont failli par le passé et dont ils échouent encore au moment présent. Ainsi vous capitulez et renoncez à tout espoir pour l'avenir.

Les énergies libérées en suivant le processus que j'ai décrit ne sont pas de simples énergies physiques qui apportent du bien-être, de la fluidité et du plaisir. Elles libèrent la voix de la vérité et de la sagesse de votre propre soi spirituel le plus profond, celle qui vous indiquera la voie, celle que vous apprendrez à reconnaître et à laquelle vous ferez confiance lorsque vous sortirez de l'obscurité, lorsque vous tracerez votre cap entre les deux extrêmes. Ces deux extrêmes sont d'une part l'aveuglement de prendre ses souhaits pour la réalité, n'écouter que ce que vous souhaitez entendre, ce qui vous rend sourd à la vraie vérité en vous ; et d'autre part la méfiance cynique de toute vérité plus profonde en provenance de votre soi spirituel, cette méfiance qui vous rend également sourd à la voix de la vérité. Ainsi, vous devez chercher votre voie entre ces deux extrêmes.

Si vous plongez tout au fond de vos émotions les plus intimes, mes amis, vous ne serez plus en danger de vous perdre dans la souffrance insupportable. Car peu importe à quel point votre enfance était difficile, et peu importe le nombre d'expériences négatives que vous avez eues, et peu importe à quel point un parent était cruel, les vraies causes de la souffrance n'étaient pas celles-là. La cause est votre persistance et votre insistance à rester accroché à des besoins qui sont désormais devenus de faux besoins ; à la demande et à l'exigence que les conditions soient différentes et que la vie compense maintenant tout cela en vous donnant gratuitement, faisant de vous quelqu'un qui ne ferait que recevoir, écarté du « jeu de la vie ». (Le mot jeu est utilisé dans son sens positif). C'est cela qui vous fait vraiment mal maintenant. Vous devez commencer par vous-même, quelle que soit votre étape. Si vous procédez de la sorte, vous serez capable de permettre que les sentiments positifs soient une expérience aussi profondément et réellement vécue que les sentiments négatifs et douloureux.

Conférence n° 192 par Eva Pierrakos le 21 mai 1971 (version non-éditée)  
Traduit et édité par le Troisième Pôle – Marianne Hubert – version 27/1/2012  
Edité par Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) sous le titre: “Real and false needs and their relationship to man’s state of consciousness.”  
© Pathwork Foundation