



CENTRE D'ETUDES SPIRITES ALLAN KARDEC

REFLEXIONS PARTAGEES – JANVIER 2023

L'émotivité doit-elle être disciplinée ?

« Toute expression émotive doit être disciplinée par la foi, car son expansion en toute liberté, face aux incompréhensions du monde, peut avoir de graves conséquences. »

LA PERFECTION MORALE – LA CONNAISSANCE DE SOI.

Allan Kardec pose la question suivante aux Esprits Supérieurs : Quel est le moyen pratique le plus efficace pour s'améliorer en cette vie et résister à l'entraînement du mal ? Un sage de l'antiquité vous l'a dit : Connais-toi toi-même. (3)

Devant la difficulté de chacun de se connaître soi-même, le Codificateur demande le moyen d'y parvenir, et obtient la réponse suivante, signée par l'Esprit Saint Augustin :

Faites ce que je faisais moi-même de mon vivant sur la terre : à la fin de la journée, j'interrogeais ma conscience, je passais en revue ce que j'avais fait et me demandais si je n'avais pas manqué à quelque devoir ; si personne n'avait eu à se plaindre de moi. C'est ainsi que j'étais parvenu à me connaître et à voir ce qu'il y avait à réformer en moi. Celui qui, chaque soir, rappellerait toutes ses actions de la journée et se demanderait ce qu'il a fait de bien ou de mal, priant Dieu et son ange gardien [Esprit protecteur] de l'éclairer, acquerrait une grande force pour se perfectionner, car croyez-moi, Dieu l'assistera. Posez-vous donc des questions, et demandez-vous ce que vous avez fait et dans quel but vous avez agi en telle circonstance ; si vous avez fait quelque chose que vous blâmeriez de la part d'autrui ; si vous avez fait une action que vous n'oseriez avouer. Demandez-vous encore ceci : S'il plaisait à Dieu de me rappeler en ce moment, aurais-je, en rentrant dans le monde des Esprits où rien n'est caché, à redouter la vue de quelqu'un ? Examinez ce que vous pouvez avoir fait contre Dieu, puis contre votre prochain, et enfin contre vous-même. Les réponses seront un repos pour votre conscience, ou l'indication d'un mal qu'il faut guérir.

La connaissance de soi-même est donc la clef de l'amélioration individuelle ; mais, direz-vous, comment se juger ? N'a-t-on pas l'illusion de l'amour-propre qui amoindrit les fautes et les fait excuser ? L'avare se croit simplement économe et prévoyant ; l'orgueilleux croit n'avoir que de la dignité. Cela n'est que trop vrai, mais vous avez un moyen de contrôle qui ne peut vous tromper. Quand vous êtes indécis sur la valeur d'une de vos actions, demandez-vous comment vous la qualifieriez si elle était le fait d'une autre personne ; si vous la blâmez en autrui, elle ne saurait être plus légitime en vous, car Dieu n'a pas deux mesures pour la justice. Cherchez aussi à savoir ce qu'en pensent les autres, et ne négligez pas l'opinion de vos ennemis, car ceux-là n'ont aucun intérêt à farder la vérité, et souvent Dieu les place à côté de vous comme un miroir pour vous avertir avec plus

de franchise que ne le ferait un ami. Que celui qui a la volonté sérieuse de s'améliorer explore donc sa conscience afin d'en arracher les mauvais penchants, comme il arrache les mauvaises herbes de son jardin ; qu'il fasse la balance de sa journée morale, comme le marchand fait celle de ses pertes et bénéfiques, et je vous assure que l'une lui rapportera plus que l'autre. S'il peut se dire que sa journée a été bonne, il peut dormir en paix et attendre sans crainte le réveil d'une autre vie.

Posez-vous donc des questions nettes et précises et ne craignez pas de les multiplier : on peut bien donner quelques minutes pour conquérir un bonheur éternel. Ne travaillez-vous pas tous les jours en vue d'amasser de quoi vous donner le repos sur vos vieux jours ? Ce repos n'est-il pas l'objet de tous vos désirs, le but qui vous fait endurer des fatigues et des privations momentanées ? Eh bien ! qu'est-ce que ce repos de quelques jours, troublé par les infirmités du corps, à côté de celui qui attend l'homme de bien ? Cela ne vaut-il pas la peine de faire quelques efforts ? Je sais que beaucoup disent que le présent est positif et l'avenir incertain ; or, voilà précisément la pensée que nous sommes chargés de détruire en vous, car nous voulons vous faire comprendre cet avenir de manière à ce qu'il ne puisse laisser aucun doute dans votre âme ; c'est pourquoi nous avons d'abord appelé votre attention par des phénomènes de nature à frapper vos sens, puis nous vous donnons des instructions que chacun de vous est chargé de répandre. C'est dans ce but que nous avons dicté le Livre des Esprits. (4)

Kardec commente la réponse donnée par Saint Augustin :

Beaucoup de fautes que nous commettons passent inaperçues pour nous ; si, en effet, suivant le conseil de saint Augustin, nous interroignons plus souvent notre conscience, nous verrions combien de fois nous avons failli sans y penser, faute par nous de scruter la nature et le mobile de nos actes. La forme interrogative a quelque chose de plus précis qu'une maxime que souvent on ne s'applique pas. Elle exige des réponses catégoriques par oui ou par non qui ne laissent pas d'alternative ; ce sont autant d'arguments personnels, et par la somme des réponses on peut supputer la somme du bien et du mal qui est en nous. (5)

Il découle de ces enseignements, que la connaissance de soi-même est le premier pas pour que l'Esprit puisse atteindre la perfection morale. Le processus de rénovation vers le bien est long, puisqu'il dépend de l'effort de la volonté de chacun dans le sens de son auto-éducation, mais il est inévitable, selon la loi de Progrès à laquelle tous les êtres sont soumis.

En effet, l'Âme, ou l'Esprit étant une création divine, ses diverses réincarnations (...) ont pour but la manifestation grandissante de ce qu'il y a de divin en elle, l'accroissement de l'empire qu'elle est appelée à exercer au-dedans et au dehors, à l'aide de ses sens et de ses énergies latentes.

On peut atteindre ce résultat par des procédés divers, par la science ou la méditation, par le travail ou l'entraînement moral. Le meilleur procédé consiste à utiliser tous ces modes d'application, à les compléter les uns par les autres. Mais le plus efficace de tous est encore l'examen intérieur, l'introspection. Ajoutons-y l'affranchissement des liens matériels, la ferme volonté de s'améliorer, l'union avec Dieu, en esprit et en vérité, et nous verrons que toute religion véritable, toute philosophie profonde trouve là sa source et se résume en ces formules. Le reste, doctrines, formes culturelles, rites et pratiques, n'est que le vêtement extérieur qui cache aux yeux des foules l'âme des religions.

Victor Hugo écrivait dans le Post-scriptum de ma vie : « C'est au-dedans de soi qu'il faut regarder le dehors... En nous penchant sur ce puits, notre esprit, nous y apercevons, à une distance d'abîme, dans un cercle étroit, le monde immense. » (8)

Cependant, pour que nous puissions faire cette rencontre avec nous-mêmes, en vue de la perfection, il faut, en particulier, apprendre à discipliner nos pensées.

La pensée est (...) créatrice. Elle n'agit pas seulement autour de nous, influençant nos semblables en bien ou en mal ; elle agit surtout en nous. Elle génère nos paroles, nos actions et, par elle, nous construisons chaque jour l'édifice, grandiose ou misérable, de notre vie, présente et à venir. Nous façonnons notre âme et son enveloppe par nos pensées ; celles-ci produisent des formes, des images qui s'impriment dans la matière subtile dont le corps fluide [périsprit] est composé. Ainsi, peu à peu, notre être se peuple de formes frivoles ou austères, gracieuses ou terribles, grossières ou

sublimes ; l'âme s'ennoblit, se pare de beauté, ou se fait une atmosphère de laideur. D'après son idéal, la flamme intérieure s'avive ou s'obscurcit. (9)

Si nous méditons sur des sujets élevés, sur la sagesse, le devoir, le sacrifice, notre être s'imprègne peu à peu des qualités de notre pensée. Voilà pourquoi la prière improvisée, ardente, l'élan de l'âme vers les puissances infinies, a tant de vertu. Dans ce dialogue solennel de l'être avec sa cause, l'influx d'en haut nous envahit et des sens nouveaux s'éveillent. (10)

D'un autre côté, (...) l'étude silencieuse et recueillie est toujours féconde pour le développement de la pensée. C'est dans le silence que s'élaborent les œuvres fortes. La parole est brillante, mais elle dégénère trop souvent en propos stériles, parfois malfaisants ; par-là, la pensée s'affaiblit et l'âme se vide. Tandis que dans la méditation, l'esprit se concentre ; il se tourne vers le côté grave et solennel des choses ; la lumière du monde spirituel le baigne de ses ondes. (11)

Ainsi, (...) il n'est pas de progrès possible sans une observation attentive de soi-même. Il faut surveiller tous nos actes impulsifs, afin d'arriver à savoir dans quel sens nous devons porter nos efforts pour nous améliorer. (12) C'est à nous de pratiquer la discipline de la pensée. Vouloir c'est pouvoir ! La puissance de la volonté est sans limites. L'homme conscient de lui-même, de ses ressources latentes, sent croître ses forces en raison de ses efforts. Il sait que tout ce qu'il désire de bien et de bon doit s'accomplir tôt ou tard, inévitablement, soit dans le présent, soit dans la suite de ses existences, lorsque sa pensée s'accorde avec la loi divine. Et c'est en cela que se vérifie la parole céleste : « La foi transporte les montagnes. » (7)

C'est pourquoi les Esprits Instructeurs de la Codification Spirite ont affirmé que l'homme peut vaincre par ses efforts ses mauvais penchants, (1) en ajoutant qu'il (...) y a beaucoup de personnes qui disent : Je veux, mais la volonté n'est que sur les lèvres ; elles veulent, et elles sont bien aises que cela ne soit pas. Quand on croit ne pas pouvoir vaincre ses passions, c'est que l'Esprit s'y complaît par suite de son infériorité. Celui qui cherche à les réprimer comprend sa nature spirituelle ; les vaincre est pour lui un triomphe de l'Esprit sur la matière. (2)

Le bonheur n'est pas dans les choses extérieures ou les hasards du dehors, mais seulement en nous-mêmes, dans la vie intérieure que nous savons nous faire. Qu'importe que le ciel soit noir sur nos têtes et les hommes mauvais autour de nous, si nous avons la lumière au front, la joie du bien et la liberté morale au cœur. Mais si j'ai honte de moi-même, si le mal a envahi ma pensée, si le crime et la trahison habitent en moi toutes les faveurs, toutes les félicités de la terre ne me rendront pas la paix silencieuse et la joie de la conscience. (13)

Comme le dit Saint Augustin, il faut donc passer nos actions en revue, afin d'identifier les maux à guérir, la connaissance de soi-même étant la clef de l'amélioration individuelle.

En résumé, on peut dire que, la créature humaine doit tout d'abord chercher à se connaître elle-même (...) pour pouvoir orienter son auto-éducation. Cette connaissance est à compléter par celle du destin qui l'attend et qui doit lui servir de cible, afin qu'elle sache vers où et comment diriger son action. Elle doit en même temps connaître les qualités qu'elle doit chercher à développer en elle et les habitudes vicieuses ou les obstacles qui pourraient l'embarrasser dans son travail, habitudes et vices dont il faut qu'elle se débarrasse sans complaisance. Avec la connaissance de à soi-même, indispensable à chaque moment de son évolution pour laquelle toute son action doit se concentrer avec les ressources morales ainsi que ses expériences et celles d'autrui, qui permettent son action dans le plan où il se trouve, l'individu peut très bien guider son auto-éducation. (6) Mais, par-dessus tout, cherchons l'amour, l'essence de tout ce qu'il y a de divin en nous, le phare qui guide nos efforts d'auto éducation. A toutes les interrogations de l'homme, à ses hésitations, à ses craintes, à ses blasphèmes, une grande voix, puissante et mystérieuse, répond : « Apprends à aimer ! » L'amour est le sommet de tout, le but de tout, la fin de tout. De ce sommet se déploie et s'étend sans cesse, sur l'univers, l'immense réseau d'amour, tissé d'or et de lumière. Aimer est le secret du bonheur. D'un seul mot, l'amour résout tous les problèmes, dissipe toutes les obscurités. L'amour sauvera le monde ; sa chaleur fera fondre les glaces du doute, de l'égoïsme, de la haine ; il attendra les cœurs les plus durs, les plus réfractaires. (14)

Références bibliographiques :

1. KARDEC, Allan. Le Livre des Esprits. Question 909.

2. ____ . Question 911.
3. ____ . Question 919.
4. ____ . Question 919.
5. ____ . Idem.
6. AGUAROD, Angel. Grandes et Peuenos Problemas. Chap. X, item I (Auto-éducation).
7. DENIS, Léon. Le Problème de l'Être et de la Destinée. Chap. XX (La volonté).
8. ____ . Chap. XXI (La conscience. Le sens intime).
9. ____ . Chap. XXIV (La discipline de la pensée et la réforme du caractère).
10. ____ . Idem.
11. ____ . Idem.
12. ____ . Idem.
13. ____ . Idem.
14. ____ . Chap. XXV (L'Amour).

La religion est pour les gens qui ont peur de l'enfer, la spiritualité est pour les gens qui ont été en enfer.

David Bowie

La fuite dangereuse.

Sans aucun doute, la plus tragique de toutes les circonstances qui provoquent la mort, avec des conséquences dévastatrices pour le " désincarnant ", c'est le suicide.

Très loin d'être considéré comme une expiation ou une épreuve pour l'accomplissement de desseins divins, l'autodestruction est une fuite désastreuse, une fausse porte que l'individu franchi en pensant se libérer de ses malheurs, se précipitant ainsi dans une situation encore pire.

"La plus grande souffrance sur Terre ne peut être comparée à la nôtre", disent invariablement les suicidés quand ils se manifestent dans les réunions médiumniques.

Des tourments indescriptibles les dominent après le contrecoup du geste regrettable.

L'Esprit violemment jeté dans le monde spirituel, jouissant d'une pleine vitalité physique, revit pendant une période longue et indéterminée les douleurs et les émotions de ses derniers instants, confiné dans des régions de ténèbres ou selon l'expression de l'Évangile, " il y a des pleurs et des grincements de dents ".

L'un des plus grands du suicidé c'est la lésion qui survient dans son corps spirituel.

Ceux qui se désincarnent suite à une mort violente, dans des circonstances qui échappent à leurs volontés, gardent dans leur périsprit les marques et les impressions relatives au type de mort qu'ils ont subi.

Néanmoins, elles sont passagères et tendent à disparaître, au fur et à mesure que leur intégration dans la vie spirituelle se fait.

Le même phénomène ne se produit pas avec le suicidé.

Son périsprit garde les blessures correspondantes à l'agression commise contre son corps physique.

S'il s'est tiré une balle dans la tête, il aura une grave lésion dans la région crânienne ; s'il a ingéré un poison, il aura des ulcères au niveau de l'appareil digestif ; s'il s'est jeté sous un train, il aura des traumatismes généralisés.

Ces effets sont en grande partie des causes de souffrance pour le suicidé.

Afin d'être surmonté, ils exigent généralement, à nouveau une réincarnation ou ils apparaîtront fatalement dans cette nouvelle structure charnelle.

La balle dans le cerveau sera à l'origine de difficulté de raisonnement ; le poison provoquera de graves problèmes dans l'appareil digestif, et le violent impact des roues du train, de complexes dysfonctionnements neurologiques.

Comme dans tous les cas de mort violente, le suicidé subit en plus, l'inévitables aggravation de ses souffrances en voyant sa famille qui plonge dans le désespoir car inconsolable et exacerbée par des complexes de culpabilité.

"Ah ! Si on avait agi autrement, Ah ! Si on lui avait donné plus d'attention, Ah ! Si on avait cherché à mieux le comprendre ! "

Il est inutile de toujours épiloguer sur ce qui s'est passé.

Devant un blessé grave qui vient de subir un accident, il est inimaginable de rester à se poser des questions sur ce qui aurait pu se passer si on avait agi de façon différente.

Le fait est là ! Il ne peut être changé ! A nous de maintenir l'équilibre et de s'occuper du patient.

La même chose se passe avec le suicidé, il a besoin d'une aide d'urgence.

Donc, il est indispensable de contrôler notre désespoir et de pratiquer la prière ;

Celle-ci est le baume de réconfort à sa souffrance dans l'Au-delà capable de le remonter moralement et spirituellement.

Et si pour nous cela semble difficile d'accepter les longues et douloureuses expériences de l'être cher qui est parti de son propre gré, considérons que ses souffrances ne sont pas inutiles.

Elles représentent pour lui une sévère leçon qui le rend plus mûr et va lui apprendre à respecter la Vie et à se tourner vers Dieu.

1853. Victor Hugo est en exil sur l'île de Jersey. Pour établir un contact avec sa fille Léopoldine disparue tragiquement, Victor Hugo se livre à d'innombrables séances spirites. Adeptes fervents de cette "science nouvelle" des "tables tournantes" il "parlera" avec sa fille mais aussi avec Shakespeare, Jésus-Christ, Racine, Mahomet, Molière !

Le 31 octobre 1855, à 7h15 du matin, Victor Hugo quitte Jersey pour un nouvel exil à Guernesey. Un départ qui met fin à 25 mois de séances spirites.

Que reste-t-il de cette aventure hors norme ? D'abord un ouvrage signé Victor Hugo, Le livre des tables (édition Folio classique), qui reprend l'intégralité de ces dialogues avec l'au-delà.

Citons, en guise de conclusion Patrice Boivin, qui signe une préface formidable.

Il écrit : " Il reste de cette longue période spirite des textes inédits de toute beauté, une prose et une posée toutes hugoliennes, des pages visionnaires qui résonnent encore étrangement. Il reste aussi que, jusqu'à la dernière heure de sa vie, Hugo affirmera l'existence et la survie de l'âme".

Et tout est dit.

Alfred Russel Wallace (8 janvier 1823 - 7 novembre 1913) est un naturaliste, géographe, explorateur, anthropologue et biologiste britannique. Il est le codécouvreur de la théorie de l'évolution par la sélection naturelle avec Charles Darwin.

Vivement intéressé par la phrénologie, Wallace expérimenta très tôt l'hypnose, alors connue sous la forme du mesmérisme. Il fit participer, avec un succès considérable, certains de ses étudiants à Leicester comme sujets. Quand il commença ses expériences sur le mesmérisme, le thème était très controversé et les expérimentateurs de la première heure, tels que John Elliotson, avaient été durement critiqués par les institutions médicales et scientifiques. Wallace établit un lien entre ses expériences sur le mesmérisme et ses recherches ultérieures sur le spiritisme.

« J'ai ainsi appris ma première grande leçon dans l'enquête sur ces domaines obscurs du savoir, ne jamais accepter l'incrédulité de grands hommes ou leurs accusations d'imposture ou d'imbécillité, comme ayant du poids quand elles sont opposées à l'observation répétée de faits par d'autres hommes, de l'aveu de tous sains et honnêtes. L'histoire entière de la science nous montre que chaque fois que des hommes savants et instruits de tout âge ont nié les faits ou d'autres chercheurs pour raison a priori d'absurdité ou d'impossibilité, les négateurs ont toujours eu tort. »

L'église catholique par son représentant a encore fait des siennes...le pape a déclaré, je cite : " être homosexuel n'est pas un crime, mais c'est un péché..." Il a dû oublier que la moitié des papes étaient homosexuel, dicit Odon Vallet. Bref, on voit bien la lecture moyenâgeuse de l'évolution sociétale. Ce pape ira l'expliquer aux parents qui enterrent leurs enfants qui se sont suicidé à cause du harcèlement subit. Le pape et l'église catholique portent une responsabilité morale et spirituelle sur chacun de ses suicides. Ils devront en rendre compte le jour où ils seront rappelés. Pardonnez leurs seigneurs car ils ne savent pas ce qu'ils font. Ils ne mesurent pas la portée de leurs déclarations.