Deuxième partie

Les états et les structures de conscience

3 – Les états fondamentaux de la conscience

Nous avons évoqué les trois tournants majeurs de la Roue du Dharma reconnus par le Bouddhisme. Le premier Tournant constitue le Bouddhisme précoce, c'est-à-dire les enseignements originaux du Bouddha historique Gautama. Il est représenté par le Bouddhisme Theravada, particulièrement prévalent en Asie du Sud-Est, et il a trouvé récemment des fans en Occident en lien avec sa pratique de la « pleine conscience ». Le second *Grand Tournant* est représenté par Nagarjuna et l'école de Bouddhisme Madhyamaka, qui a introduit la notion de *Shunyata* (ou Vacuité) non duelle, une élaboration profonde sur la nature de la Vérité ultime « non duelle ». Cet aspect est devenu fondamental pour les écoles de Bouddhisme Mahayana et Vajrayana qui ont suivi. Le *Troisième Grand Tournant*, celui du Bouddhisme Yogachara ou Vi*jnana*vada, est associé aux deux demi-frères Asanga et Vasubandhu, et parfois appelé l'école du seul Mental, ou de la seule Représentation, et elle a influencé tout particulièrement les traditions Vajrayana et Tantrique.

Tandis que ces trois développements se succédaient, il y a eu de plus en plus d'impulsion à les intégrer ou à les synthétiser tous, et certaines de ces tentatives ont été assez réussies. Le Bouddhisme a toujours eu une forte tendance à la synthèse, et aujourd'hui de plus en plus de professeurs et d'étudiants Bouddhistes pensent que suffisamment de nouvelles vérités ont besoin d'être intégrées dans le Bouddhisme, si bien que nous sommes à la veille d'un nouveau déploiement, un Quatrième *Grand Tournant* de la Roue. Je vous livre ci-après la suite de ma pensée sur les éléments les plus importants qui pourraient être inclus dans cette nouvelle synthèse. Et j'ajoute que ces suggestions s'appliquent non seulement au Bouddhisme, mais à n'importe quel système spirituel souhaitant devenir plus Intégral, complet et inclusif – c'est-à-dire à n'importe quelle pratique de vie en général. Ce sont des faits essentiels de la nouvelle version de l'Existence Humaine, et ils s'appliquent à chacun de nous dans nos vies, notre travail, nos relations – il s'agit de la Croissance (vers une Complétude authentique), d'un Éveil (à une Liberté radicale), d'un Nettoyage (pour véritablement être Florissant), et d'une Manifestation (et un Fonctionnement Optimal). Ce Cadre Intégral fait partie d'un *manuel d'utilisateur de l'univers* – qui comprend un fascicule sur l'être-humain-étant-dans-le-monde.

Les états et les structures

Dans les quatre chapitres qui suivent, nous allons continuer à explorer en détail ce que nous avons commencé à décrire au chapitre précédent, c'est-à-dire les *structures* de conscience et les *états* de conscience qui sont les deux éléments psychologiques les plus importants à la disposition des êtres humains. Il existe un spectre développemental dans ces deux dimensions allant d'une conscience minimale à une conscience maximale. De plus, lorsque le sens du soi (ou le système du soi) est en train de grandir, de se développer et d'évoluer, il va s'identifier successivement avec des structures de plus en plus élevées (ce qui créera des Visions du monde de plus en plus élevées), et avec des états de plus en plus élevés (ce qui créera des Points de

Document de travail

vue de plus en plus élevés sur le monde). Ces 4 éléments (les structures et leurs Visions du monde, les états et leurs Points de vue) sont les 4 aspects les plus importants, les 4 vecteurs basiques de la croissance et du développement.

Puisque ces 4 vecteurs d'évolution sont assez bien compris par les communautés d'experts (relativement petites) qui les étudient, mais complètement inconnues de la plupart des gens, je voudrais commencer par situer brièvement les structures et les états avant de développer le sujet des états et de leurs Points de vue. Dans les chapitres 4 et 5, je me concentre sur les caractéristiques de chacun des états majeurs, et dans les chapitres 6 et 7, j'aborde les structures et leurs Visions du monde. Dans la troisième partie (chapitres 8 à 13), je définis les pathologies ou dysfonctions des structures/Visions du monde et états/Points de vue – c'est-à-dire ce qui peut mal se passer à chacune de ces étapes-clés dans la Croissance et dans l'Éveil. J'espère que cela vous donnera une idée des pièges sur lesquels être vigilants dans votre propre croissance, développement et évolution, et aussi que cela vous apportera certains moyens pour traiter efficacement ces dysfonctionnements. C'est-à-dire qu'il existe des actions que vous pouvez faire dès maintenant pour éviter chacune des choses qui peuvent « mal se passer » - et « régler » les problèmes ! Il n'existe jusque-là aucune approche décrivant toutes ces dysfonctions dans les états et les structures, mais si nous combinons l'existant avec notre « carte composite » ou Vision Intégrale, nous avons une image assez complète de tout ce qui peut mal se passer dans notre évolution, et des remèdes efficaces que nous pouvons prendre dans chaque cas. J'espère que cela deviendra plus clair au fur et à mesure ! Ces 4 vecteurs (les structures et leurs Visions du monde, les états et leurs Points de vue) sont d'une importance tellement cruciale que je veux les approcher – brièvement – sous plusieurs angles différents. J'espère apporter une bonne compréhension de chaque vecteur pris séparément et de la raison qui les rend si importants dans votre vie tout entière.

Rappelez-vous que jamais dans toute l'histoire de l'humanité, ces *deux* séquences développementales (les structures de la Croissance et les états de l'Éveil) n'ont été reconnues et consciemment combinées, ce qui a laissé une humanité cassée et fragmentée, à l'Est comme à l'Ouest, dans toute l'histoire jusqu'à maintenant. Cette situation brisée, fracturée, s'est reflétée dans chaque activité, de chaque humain, en Orient et en Occident, sans exception. Cette profonde fracture a laissé des traces dans toutes les directions où l'on peut regarder, dans nos attitudes et nos comportements sociaux, politiques, philosophiques, spirituels, éducationnels, dans les gouvernements et les lois. C'était aussi le cas, du moins jusqu'à maintenant, jusqu'à la seconde décennie du XXIe siècle, jusqu'à ce que l'émergence d'un stade de développement authentiquement « Holistique/Intégral » - un « saut considérable de sens » - rassemble ces deux composants cruciaux d'une façon plus complète, inclusive et efficace.

Donc, pour commencer : les *états de conscience* sont connus de l'humanité depuis des milliers d'années – probablement depuis cinquante mille ans environ (depuis le temps des premiers chamanes et tout particulièrement de leurs explorations des « sous-mondes » et « sur-mondes » grâce à différents états, souvent assistés par des plantes enthéogènes).[1] Les états de conscience sont des expériences directes immédiates de 1re personne, et sont donc accessibles par l'introspection, la méditation, la quête de vision, des expériences au sommet, et d'autres modes expérimentaux directs – sans oublier que l'expérience simple du Moment Présent est

[1] Un enthéogène est une substance qui, lorsqu'elle est ingérée par un humain, tend à conduire à différents états altérés ou expériences au sommet, qui ont véritablement une saveur spirituelle ou divine (« theo » = « dieu » ; « en » = « à l'intérieur » ; « gen » = « généré ». Des textes religieux très anciens font référence à des substances telles que l'antique « soma » (disparu) qui induisent des visions divines ; de nos jours, on utilise la mescaline de cactus, la psilocybine des champignons hallucinogènes, l'ayahuasca et le LSD-25.

Document de travail

un état. Les *structures de conscience* quant à elles (dont une version est la séquence « archaïque », « magique », « mythique », « rationnel », « pluraliste », « Intégral » et « Super-Intégral »), sont des schémas mentaux de 3e personne, implicites, imbriqués (des « cartes cachées » ou « règles de grammaire ») à travers lesquels le mental voit, interprète et expérimente le monde, *y compris les états*. Les états sont quelque chose *que l'on peut observer* ; les structures sont des choses *à travers lesquelles on regarde*. (Les intelligences multiples sont faites de structures de conscience, et donc chacune d'entre elles – par exemple cognitive, émotionnelle, morale, esthétique, interpersonnelle, etc. – va passer à travers les mêmes niveaux de développement ou stades de structure (archaïque, magique, mythique, rationnel, pluraliste, Intégral, et Super-Intégral, avec d'autres stades encore plus élevés en devenir. Nous reviendrons sur cet important concept). Les états – oui – sont présents dans les expériences actuelles (telles que des états de bonheur, de joie, de tristesse, d'anxiété, de peur, de terreur, d'enthousiasme), dans les ressentis quotidiens, dans les expériences spirituelles et/ou religieuses et dans les expériences au sommet (visions spirituelles, conscience ultime de l'unité, expériences d'unité avec Dieu, etc.), dans les états altérés (tels que des sorties du corps ou « voyages astraux », « des expériences de vide cosmique », etc.), et les états méditatifs (*savikalpa samadhi* ou « méditation avec forme » ; *nirvikalpa samadhi* ou « méditation sans forme » ; *sahaja* ou conscience non duelle, etc.).

Je ne doute pas un instant que si les structures et leurs stades avaient été compris pendant la période Axiale – au milieu du premier millénaire avant JC, lorsque la plupart des Grandes Traditions du monde ont été créées – chacune des religions majeures du monde sans exception leur aurait donné une emphase centrale pour comprendre leurs dharma, dogmes, évangiles, tout comme leurs branches contemplatives ou méditatives donnent un rôle central aux états. *Le monde semble différent à chaque stade* – à la fois dans les états et dans les structures – et cela est une notion extraordinairement importante pour comprendre tous les sujets rencontrés par les humains, y compris certainement la science et la spiritualité. Comme nous le verrons, il existe une forme profondément différente de la spiritualité à chaque état – et à chaque stade – et cette réalisation modifie profondément la façon dont nous concevons la spiritualité. Quelle découverte extraordinaire !

Nous allons donc commencer par un rapide survol des états, puis de leurs Points de vue, puis des structures et de leurs Visions du monde. Ni les états ni les structures ne sont de simples subtilités académiques. Bien qu'il faille un peu de compréhension intellectuelle pour les saisir, restez avec moi s'il vous plaît, car les deux sont incroyablement importants, et les deux sont très actifs dans votre conscience *en ce moment-même*. Et laissez-moi ajouter ceci : chaque état et chaque structure que je vais discuter va être illustré par des exercices qui vous donneront une expérience directe et immédiate à leur sujet, et ainsi vous pourrez voir par vous-même de quoi je parle. Mon discours n'est absolument pas un simple remue-méninges intellectuel !

De plus, vous expérimentez toujours ensemble une structure majeure et un état majeur – les états déterminent *ce que vous voyez* (des objets physiques ou grossiers, des objets subtils, des objets du causal et ainsi de suite), et les structures déterminent *la façon dont vous les voyez* (mythiquement, rationnellement, pluralistiquement, etc.). Et le plus important, comme nous le verrons, est que les structures sont notre façon de GRANDIR, ou de maturer à travers nos courants, lignes, et intelligences ; tandis que les états sont la façon dont nous nous ÉVEILLONS, c'est-à-dire dont nous devenons plus présents à la Présence du Moment Présent, à sa profondeur, à son caractère ultime – ce qui mène finalement à la Grande Libération et à l'Identité Suprême.

Document de travail

Permettez-moi d'insister une dernière fois que si vous n'êtes pas à l'aise avec les termes religieux et les concepts mythiques-littéraux, et si vous n'avez jamais eu l'opportunité d'expérimenter une expérience spirituelle directe dans l'Éveil, prenez tous ces termes avec légèreté tant que vous n'avez pas fait les exercices pour expérimenter les réalités spirituelles auxquelles je fais référence. Comme je l'ai dit précédemment, le problème avec la religion Occidentale, c'est qu'elle est largement privée d'Éveil et qu'elle est arrêtée dans son développement à des niveaux très faibles d'intelligence spirituelle – magique et mythique – ce qui la fait apparaître assez stupide à la plupart des gens de l'ère moderne ; et sous ces formes, elle l'est. Et donc, s'il vous plaît, accrochez-vous !

Les états de conscience

Les états naturels de conscience

Les grandes traditions contemplatives décrivent généralement 4 ou 5 états naturels majeurs de conscience, auxquels tout être humain peut accéder pratiquement dès sa naissance. On dit que ces états de conscience (ou « esprits » dans le sens le plus général) sont corrélés avec un substratum « masse-énergie » particulier (ou « corps » dans le sens le plus général). Ces 5 états majeurs sont décrits explicitement dans le Bouddhisme, dans l'Hindouisme Vedanta, dans le Shivaïsme du Cachemire, et dans plusieurs écoles occidentales néoplatoniciennes, et implicitement dans toute école mystique de l'Occident comme de l'Orient. Ce sont :

1. *L'état de conscience d'éveil* et son corps grossier/physique (la masse-énergie physique) correspondant. Il s'agit du monde de la Forme (« objectif », matériel, sensorimoteur) et de la conscience que l'on en a. (Le corps ou aspect « masse-énergie » de ce domaine est connu dans le Bouddhisme comme *Nirmanakaya* – le Corps de la Forme.)
2. *L'état de conscience de rêve* et son corrélat, le corps subtil (ou masse-énergie subtile). Les caractéristiques de ce « domaine subtil », qui sont présentes chaque nuit pendant le sommeil, peuvent être expérimentées dans l'état d'éveil, y compris sa libido ou bioénergie, ses capacités mentales, ses images, ses ressentis, et au-delà, les prises de conscience et intuitions – il s'agit du domaine du « mental » typique et de l'énergie biologique subtile qui le soutient. (Le corps ou aspect « masse-énergie » de ce domaine est connu dans le Bouddhisme comme *Sambhogakaya* – le Corps de Transformation subtil.)
3. *Le sommeil profond sans rêve* et son corps causal (ou « très subtil »). C'est le siège des toutes premières formes de manifestation qui émergent à partir de la Vacuité, du monde sans forme ou nirguna Brahman (Réalité ultime au-delà de toutes formes) et le corps de « masse-énergie » causal qui leur est associé. Les Grecs appellent ces formes « archétypes » et elles sont stockées dans les Annales Akashiques trouvées dans de nombreuses traditions ou la « conscience de réserve » du *Lankavatara Sutra*. Cet état, nous le verrons, est souvent combiné avec le suivant, « *turiya* », la conscience pure de Témoin. Cet état combiné causal-*turiya* est alors considéré comme le siège du Vrai Soi, du Visage Originel, de la Véritable Nature la plus profonde (laquelle est confinée techniquement dans l'état *turiya* seulement) ; et dans la mesure où le Soi Véritable est radicalement inqualifiable, cet état est aussi le siège de la Vacuité si on la conçoit comme une Absence de Forme et de Limites. (L'aspect corps causal de ce domaine est appelé en Bouddhisme le *Dharmakaya* – le Corps de la Vérité/de la Vacuité.)

Document de travail

Il faut faire attention lorsqu'on voit des termes comme « causal » ou « *Dharmakaya* » et bien déterminer si l'on parle du sens étroit de « causal » (c'est-à-dire, les premières formes et les plus subtiles de manifestation, ce qui est la définition technique exacte), ou si on le combine avec l'état supérieur de « Vacuité/Vérité » (qui provient de la combinaison du causal « étroit » avec l'état de Témoin Vide ou *turiya*). Cela peut donner lieu à des confusions mais j'espère que cette clarification sera utile. (C'est-à-dire que « causal » peut être utilisé soit pour signifier « les formes les plus élevées ou les plus subtiles » OU « sans aucune forme » qui correspond à l'état supérieur. On trouve ces deux utilisations. Je vais essayer d'être clair sur le contexte pour que la signification soit exacte – la forme la plus élevée, ou totalement sans forme).

4. *La conscience Turiya* (« *turiya* » signifie « le quatrième », et il s'agit du quatrième état après les trois que nous avons déjà cités – grossier, subtil et causal – et c'est précisément de là qu'il tient son nom). Il s'agit du pur Témoin vide ou de la pure Conscience inqualifiable n'ayant pas elle-même d'objet, mais éternellement capable d'être consciente de tout objet (grossier, subtil ou causal), accompagné de son corps correspondant de masse-énergie. C'est la pure Conscience ultime vide, libre de pensées et d'objets quelle que soit leur provenance (grossier, subtil et causal) mais capable d'être Témoin de tous ces objets dans l'équanimité la plus pure, dans la conscience de l'esprit-miroir. Cela correspond à *Purusha* (le Soi Véritable) ou à *Mahatman* (le Grand Soi) du *Nirvana Sutra*. Et c'est ce que Ramana Maharshi a appelé « Je-je », car c'est la Conscience de la conscience, le grand Soi Observant (le premier « Je ») étant témoin du petit soi objet fini (le second « je » ou « ego ») ; « Je-je » est donc égal à « Grand Soi-ego » - c'est-à-dire ce qui en vous en ce moment-même est conscient de vous-même, comme nous le verrons en détail dans un instant. Comme il est libre de tout objet, il peut les intégrer tous ; et de là son corps de soutien, son composant masse-énergie est parfois appelé dans le Bouddhisme le *Svabhavikakaya*, le Corps Intégratif. Et finalement :
5. *La conscience Turiyatita* (« au-delà du quatrième ») que l'on appelle parfois métaphoriquement « la conscience ultime de l'unité ». Cela signifie l'union du Témoin Vide avec TOUS les objets observés (grossiers, subtils ou du causal, l'union de la Vacuité et de toute Forme, la disparition du Soi Témoin, l'union du Véritable Observateur avec tout ce qui peut être vu, le résultat étant un état de pure Essence, d'État d'Être, sans ego, non duel, ultime, l'union du fini et de l'infini, du sujet et de l'objet, de la Vacuité et de la Forme (ou de la Vacuité et de la Luminosité), ou de l'âme avec Dieu dans la Divinité – ou d'*Ayin* (« le Rien ») avec toute Forme dans *Ayn Sof* (« l'Un »). C'est pourquoi cet état est la pure conscience non duelle, la conscience « de l'Unité », l'Identité Suprême, le summum bonum de tout être et de toute existence, le plus haut échelon de l'évolution (la pure transcendance) ET le bois qui compose toute l'échelle (l'immanence), et qui donc transcende et inclut l'univers entier. Sa masse-énergie de soutien (son corps) est connu sous différents noms dont « le corps *Vajra* », le corps Indestructible ou corps Diamant (intemporel et non duel). C'est l'Illumination ou Éveil ultime quels que soient les standards (de l'Orient ou de l'Occident).[2] (À ceci près que comme les structures de la Croissance

[2] Il faut faire très attention et noter exactement combien d'états/domaines sont décrits par une tradition particulière, si l'on veut comprendre les trois plus hauts degrés des cinq états. Toutes les traditions ont quelque version des stades inférieurs (physique/grossier et subtil). Et ensuite, si elles ont les cinq états, les définitions sont celles que j'ai données, c'est-à-dire des définitions « étroites et techniquement correctes ». Mais parfois, pour des raisons de simplification, ou parce qu'elles ne connaissent pas d'alternatives, les traditions vont décrire quatre états seulement, et dans ce cas, le causal est presque toujours combiné avec

Document de travail

doivent être ajoutées à ce schéma pour une description Intégrale, la « Complétude » effective de ce stade ultime devient de plus en plus Complète au fur et à mesure que l'on atteint des structures élevées de Croissance. Comme toutes les expériences et les états sont interprétés par les structures, plus la structure qui expérimente l'état *turiyatita* est « holistique » et plus cet état d'Illumination sera « holistique ». Je reviendrai sur ce point et je l'expliquerai soigneusement en cours de route.)

Un dernier point technique : dans les descriptions précédentes, j'ai fait référence, à chaque niveau, à la fois aux « domaines » et aux « états ». « Domaine » correspond à la somme totale des entités phénoménologiques existant dans chacun de ces mondes particuliers (domaine du grossier, du subtil, du causal, etc.), et « état » correspond à la conscience de ces phénomènes spécifiques. D'une certaine façon, les domaines sont « ontologiques » et les états sont « épistémologiques », et il faut comprendre que la Théorie Intégrale ne les divise pas en deux dimensions séparées, cloisonnées, divorcées où l'une serait plus réelle et l'autre serait basée sur la première (l'épistémologie ou mental privilégierait l'idéalisme tandis que l'ontologie ou corps privilégierait le réalisme). Elle les voit plutôt comme des dimensions d'une Complétude sous-jacente. Les « domaines » sont des corps effectifs, des entités réelles, des phénomènes réels avec leur masse-énergie concrète (bien que l'énergie, tout comme les états eux-mêmes, existe selon un spectre allant de grossier à subtil à causal). Ainsi, les traditions ont une façon très sophistiquée de traiter le problème du corps/esprit – elles disent que chaque esprit a un corps, ou chaque état de conscience (ou « esprit ») a un domaine correspondant de masse-énergie (ou « corps »). C'est comme un signal radio. Si vous écoutez une station de radio et qu'on joue de la musique, il y a deux éléments : vous écoutez le programme de radio effectif, qui propose de la musique ou des discussions ou autre (la composante « information » ou « esprit » du programme), mais il y a en même temps le signal radio lui-même qui transporte

---

turiya, le Témoin vide, et ce sont les caractéristiques de *turiya* qui sont données à ce stade : il s'agit de la Conscience de Témoin pure, ouverte, vide, claire, libre de toutes formes, de tous objets, de toutes pensées (« sans image », « sans forme » et « sans rêve »), c'est une pure Vacuité qui est aussi une pure Conscience ultime dans son Essence. Ces qualités sont généralement attribuées à *turiya* ou *Mahatman*, mais ici elles sont combinées avec l'état causal du sommeil sans rêve – probablement parce que « l'état sans rêve » est très proche d'une conscience sans image, sans pensée, pure et vide, et donc à cause de cet aspect « sans rêve », cet état est pour des raisons pratiques l'état de Vacuité sans forme, ce qui fait que les deux états sont facilement confondus (ou alors cela est fait intentionnellement pour simplifier les choses).
D'un autre côté – et c'est très fréquent, donc prêtez-y bien attention – si la tradition reconnaît seulement trois états, alors les caractéristiques des deux états supérieurs (turiya et turiyatita, la Vacuité/ le Témoin et l'Essence non duelle) sont « écrasées » dans le causal (Dharmakaya) et celui-ci devient le domaine ultime, et l'éveil à cet état est l'éveil à l'état non duel Illuminé (cet état en vient donc à représenter tout depuis le véritable Témoin jusqu'à la pure Essence non duelle, bien que techniquement, l'Essence soit au-delà du Témoin). Ce qui est encore plus perturbant, c'est que certains systèmes, tels que le Bouddhisme, vont souvent faire les trois choses que je décris ici : ils vont parfois parler comme s'il n'y avait que trois états (et trois corps), ce qui est appelé la doctrine « Trikaya », la doctrine « des Trois Corps », alors qu'à d'autres moments, ils décrivent quatre états (et quatre corps) et dans d'autres, ils donnent cinq états (et cinq corps). Il faut donc examiner soigneusement le contexte pour faire votre détermination. Après tout, en termes de détails techniques, il existe un nombre stupéfiant de différences entre ces trois états les plus élevés, et leurs réalisations font la différence entre être ignorant (si vous connaissez seulement trois états sur cinq), avoir une réalisation dualistique (où le quatrième état de Vacuité est divorcé de la Forme, un nirvana séparé de samsara), ou avoir une Illumination plus complète (atteindre le 5ème état de pure conscience non duelle de l'unité). Donc il est important de bien garder un œil sur le nombre d'états reconnus (et, pour être totalement inclusif et complet, de les inclure tous les cinq, même s'il faut parfois simplifier à un nombre inférieur pour des raisons de commodité).

Document de travail

le programme jusqu'à votre radio (la masse-énergie concrète de l'onde radio, ou composant « corps », qui porte ou « supporte » le contenu). Selon les traditions, chaque état mental conscient est semblable à cela : il a un contenu, une information ou composant esprit (comme la musique réelle que vous écoutez), et ce contenu est transporté, ou supporté, par une onde particulière de masse-énergie (comme le signal radio qui transporte la musique), qui se trouve dans un « domaine ou corps » particulier. (Si les traditions avaient été conscientes de la physiologie du cerveau, elles auraient certainement identifié certaines de ces ondes de masse-énergie avec les ondes cérébrales « transportant » des pensées, et noté que ni les états de conscience ni les ondes les transportant ne sont réductibles l'un à l'autre – nous verrons qu'ils proviennent du « quadrant Supérieur Gauche » et du « quadrant Supérieur Droit », respectivement.) [3]

Ainsi pour les traditions, les « esprits » (ou « états ») et les « corps » (ou « domaines ») vont toujours deux par deux, ce qui fait que vous avez vraiment le corps-esprit grossier, le corps-esprit subtil, le corps-esprit causal, et le corps-esprit non duel ultime. Nous verrons également que les « corps ou domaines » constituent ce que nous appelons le quadrant Supérieur Droit, qui nous donne *un spectre d'énergie* : de l'énergie grossière à l'énergie subtile à l'énergie causale à l'énergie du Témoin à l'énergie non duelle ; quant aux « états ou étuis » (et structures), ils sont ce que nous appellerons le quadrant Supérieur Gauche, nous donnant *un spectre de conscience*, un spectre « d'esprits et d'états » : de l'éveil au rêve au sommeil profond au Témoin à l'état non duel (ou si nous utilisons le terme « étuis » qui vient du Vedanta et de Yogachara, allant du niveau des cinq sens et du mental (*manovijnana*) (le mental constituant un sixième sens) jusqu'au niveau de l'esprit existentiel (manas) à travers le magasin de conscience altérée jusqu'à la conscience pure *Alaya-jnana*, ou Esprit de sagesse. (Tout cela deviendra de plus en plus clair au fur et à mesure que nous avancerons). L'important est que le problème du « corps-esprit » n'en est pas réellement un dans le Bouddhime ni dans aucune des traditions non duelles parce que chaque esprit a un corps – ce sont deux dimensions entrelacées du même évènement complet, en harmonie l'une avec l'autre (ce n'est pas plus un problème que de se demander comment un signal radio et son contenu vont ensemble).

Document de travail

[3] L'esprit *de l'état d'éveil* (le mental) en tant qu'état de conscience (le contenu de la radio, le son, ou la pensée) est supporté par le domaine du grossier ou le *corps grossier* (le composant masse-énergie ; dans le Bouddhisme le *Nirmanakaya*). Ainsi le mental grossier a un corps grossier (bien que les termes « grossier », « subtil », « causal », etc. ne fassent référence techniquement qu'au domaine du corps et de la masse-énergie ; mais comme le nombre de termes est limité, ils sont souvent utilisés également pour l'esprit correspondant – d'où : l'esprit grossier est soutenu par le corps grossier). L'esprit du rêve en tant qu'état de conscience est porté par le *corps subtil* (le composant masse-énergie subtil ; dans le Bouddhisme, le *Sambhogakaya*). Esprit subtil, corps subtil. L'esprit du sommeil profond est porté par le *corps causal* (le composant masse-énergie causal ; dans le Bouddhisme, le *Dharmakaya*). L'esprit du Témoin/non duel (pour combiner les deux, comme cela arrive souvent) est supporté par le *corps intégratif* (le composant masse-énergie non duel ; dans le Bouddhisme, il s'agit du Svabhavikakaya). Les domaines, ou corps, sont des dimensions « concrètes » de masse-énergie (et leur nom dérive du type de « corps », corps étant la signification littérale du mot « *kaya* » comme dans « *Sambhogakaya* » ou « *Dharmakaya* », parce qu'ils existent effectivement dans le monde concret, bien qu'ils deviennent naturellement de plus en plus subtils). Donc, vous pouvez leur prêter attention, vous pouvez « poser votre doigt dessus » (vous pouvez prêter attention à votre corps physique et le toucher ; avec une conscience plus subtile, vous pouvez effectivement voir et « toucher » votre corps subtil avec ses auras, ses chakras, ses méridiens d'acupuncture, etc.) Les « esprits » ou « états » (ou « étuis ») sont des composants de conscience non matériels, qui n'existent pas dans le monde concret. Où se trouvent par exemple « compréhension mutuelle », « amour », « soin », « prise de conscience » ou « *satori* » ? Vous ne pouvez pas poser le doigt sur eux, comme vous pouvez le faire pour un corps. Et pourtant est-ce qu'on doute vraiment de leur existence ?

Les états de conscience méditatifs

A la naissance, la conscience (ou état d'éveil) commence en étant largement identifiée avec l'état grossier – c'est-à-dire avec le monde physique. Le but de la méditation est de découvrir tôt ou tard la pure Vacuité, la Divinité vide, Ayin, le Rien pur, ou le Plein/Vide, son Véritable Soi le plus élevé et inqualifiable, le Grand Soi, le Visage Originel, la Vraie Nature, le Soi Unique – quels que soient les noms donnés – et donc de cesser de s'identifier avec le petit ego fini mortel et limité par la chair ; et puis c'est de faire le pas supplémentaire pour unir ce Témoin vide, ce Véritable Observateur avec tout ce dont il est témoin, dans la combinaison de la Vacuité avec toute Forme (grossière, subtile ou causale). Il s'agit de trouver ce que les Soufis appellent notre Identité Suprême, ce que les Bouddhistes appellent Essence non duelle et les Chrétiens la Conscience Divine ou Christique. C'est cela la Condition ultime de toutes les conditions, la Nature de toute nature, l'Esprit non duel radicalement libre de toute identité avec quoi que ce soit de fini, de toute identité avec une chose ou un évènement. Ou, vu sous un autre angle, l'Esprit fait un avec absolument *toute* chose ou *tout* évènement fini, il fait un avec le domaine entier du manifeste et du non manifeste, il est radicalement Un avec le Tout, Un avec le Fondement entier de l'Être. Comme il n'est identifié avec aucun objet séparé, identifié avec Rien, il est identifié avec chaque chose, c'est-à-dire avec le Tout, ou l'Ensemble complet. Notre Véritable Soi, étant un avec tout, n'a littéralement rien en dehors de lui que nous pourrions désirer, ni rien en dehors de lui que nous pourrions rencontrer. Ainsi, il n'existe plus ni peur, ni anxiété, ni angoisse, ni autre. L'univers extérieur objectif tout entier apparaît comme survenant *à l'intérieur de nous*, de sorte qu'à la fois les objets et les sujets disparaissent dans l'Essence non duelle pure et simple – dans la transcendance et l'union du sujet et de l'objet, de nirvana et de samsara, de la Vacuité et de la Forme, du ciel et de la terre, du Divin et de l'humain, ici-même, en ce moment-même. Comme disent les Upanishads « Là où se trouve l'autre se trouve la peur »[4], mais quand nous faisons un avec le Tout, il n'y a pas d'Autre (qui ne serait pas une texture de notre Soi Véritable et de notre Essence), ce qui fait que nous sommes libérés, illuminés, libres de tout tourment, de toute souffrance, agonie, et torture, et à la place Éveillés à la Divinité ultime, à la Vérité, à la Beauté, et à la Réalité : Non né et Qui ne meurt jamais, Délivré et sans limites, résolument Libre et joyeusement Un et extatiquement Tout, brillamment Infini et éternellement Intemporel, radicalement Ouvert, Libre et Complet – un état connu sous les différents noms d'Illumination, Éveil, *moksha* (libération), metanoïa (transformation), *wu* (transparence). Telle est la nature de notre Soi Véritable quand nous faisons intimement un avec l'état ultime de l'être (avec l'Essence spirituelle non duelle – passant de *turiya* à *turiyatita*, du Soi Unique ou Subjectivité Absolue (comme l'appelle le maître Zen Shibayama) à l'Essence non duelle, rayonnante, pure, radicale, et toujours présente.

Entre le point de départ originel, où notre Conscience est identifiée exclusivement avec l'état d'éveil grossier et le corps physique grossier, et notre libération finale où notre état d'éveil est identifié avec l'Essence pure et vide de l'unité non duelle, se trouvent ces 4 états de conscience que nous venons de décrire et qui sont donc moins que complètement Éveillés. Chacun de ces états constitue une identité de plus en plus profonde, de plus en plus élevée et de plus en plus proche de l'Identité Suprême ultime non duelle, mais celle-ci n'est pas vraiment atteinte – bien que chaque état s'en rapproche de plus en plus. Le but de la méditation est de traverser *tous* ces états à travers la Conscience ou l'état d'éveil – en transcendant et incluant chacun d'entre eux. Il s'agit tout d'abord de s'identifier avec les nouveaux états en étant éveillé, puis de les transcender et de se désidentifier d'eux tandis que nous allons vers l'état supérieur suivant, jusqu'à ce que nous les ayons tous transcendés et *dépassés* jusqu'à l'état ultime non duel, et

[4] *Brihadaranyaka Upanishad* 1.4.2.

Document de travail

en même temps que nous les ayons *tous inclus* dans notre Conscience éveillée. Ainsi après avoir transcendé et dépassé tous ces états, nous ne sommes plus identifiés avec quoi que ce soit ; nous sommes la pure Vacuité ; et nous avons inclus *tous* ces états – nous sommes à la fois rien et tout, la Vacuité et le Tout, une Liberté radicale et une Complétude débordante, zéro et l'infini. Nous avons « transcendé et inclus » tout, et nous avons découvert notre Essence Réelle, une avec l'Esprit – l'Identité Suprême – qui est l'Essence du Kosmos tout entier. Nous sommes vraiment revenus à la maison.

Toute tradition méditative mature du monde entier possède ces cartes comprenant 4 ou 5 états naturels de conscience (imbriquées dans les structures de surface et les caractéristiques culturelles de la société dans laquelle ces états se produisent). Et le plus important est que chacun de ces *états* naturels (qui sont, dans leurs caractéristiques profondes, universelles, ancrés directement dans des réalités biologiques universelles – tous les humains s'éveillent, rêvent et dorment, par exemple) devient un *stade* majeur dans le développement méditatif et le processus d'Éveil (chaque état devient un « stade-état »). (Il se passe la même chose dans le processus de la Croissance, où chaque structure de développement devient un stade – un « stade de structure » - dans le processus de maturation et de croissance de l'organisme humain, dans la dimension Grandir. Nous nous concentrerons sur cette partie dans les chapitres 6 et 7). Comme nombre de ces états naturels sont corrélés à des faits biologiques (ancrés dans la biologie mais *non* réductibles à la biologie), cela explique sans doute que les stades-états méditatifs trouvés à travers les grands Chemins de Libération du monde entier ont tant de similarités. (Dans la phase de Reflux – de « retour à l'Esprit » - de l'évolution, ces états de conscience – éveil, rêve, sommeil profond, etc. – ont co-évolué et se sont co-développés avec les ondes cérébrales biologiques, si bien que ces deux réalités ont des similarités partout où elles apparaissent. Il ne s'agit pas ici d'ancrer la méditation seulement dans la biologie, mais de positionner la biologie dans un des 4 quadrants, tandis que la méditation apparaît dans un autre, ce qui fait que ces dimensions sont corrélées comme nous le verrons.)

Comme nous le verrons également, bien qu'un *état* de conscience et son domaine tel que l'éveil, le rêve, le sommeil profond, ou le non duel, soit une caractéristique permanente de la conscience humaine, lorsque nous commençons à méditer et à parcourir ces états (où, chaque étape dans ce processus est appelé un stade-état pour le différencier des stades de structure), le sens du soi s'identifie temporairement avec le stade-état actuel, ce qui se traduit par une vision du monde particulière tandis que le soi regarde le monde majoritairement à travers cet état particulier – ce qui fait que nous allons voir un monde grossier, un monde subtil, un monde causal, etc. Ces Points de Vue sont créés par le fait de s'identifier exclusivement avec un état/domaine particulier (nous les appelons *Points de Vue* pour les différencier des *Visions du monde* qui sont créées de la même façon quand le sens du soi s'identifie exclusivement avec une structure particulière. Ainsi les stades de structure produisent des Visions du monde (archaïque, magique, mythique, rationnel, etc.), et les stades-états produisent des Points de Vue (un Point de Vue grossier, un Point de Vue subtil, un Point de Vue causal, etc.). Dans les deux cas, l'idée générale est la même : lorsque le sens du soi s'identifie exclusivement avec une structure et un état particulier – ce que j'appelle un *double centre de gravité* (parce que le soi est toujours identifié avec *à la fois* une structure et un état) – le soi va voir le monde majoritairement à travers cette structure et cet état particulier et s'identifier avec cette structure et cet état particulier. Eventuellement le soi va arriver à *turiyatita* – la Non-dualité de samsara et nirvana, de la Forme et de la Vacuité, du fini et de l'infini. Et là, bien que la conscience ne soit plus exclusivement identifiée avec les autres états, ceux-ci vous continuer à exister – même les Bouddhas s'éveillent, rêvent et dorment, et ont certainement une Conscience non duelle.

Document de travail

C'est simplement que leur identité a traversé tous ces états et est donc fondamentalement libre par rapport à leurs identités limitées, partielles, et fragmentées.

Dans la Théorie Intégrale, il existe ce que nous appelons le « centre de gravité du soi », auquel je viens de faire référence. Le soi a au moins deux centres de gravité – son « centre de gravité de *structure* » et « son centre de gravité d'*état* ». Son centre de gravité de *structure* est le niveau, sur le spectre des structures et de leur croissance, ou « stades de structure » (archaïque, magique, magique-mythique, rationnel, pluraliste, Intégral et super-Intégral, selon la version que nous utilisons le plus souvent), auquel le soi est en moyenne le plus identifié à un moment donné de sa croissance et de son développement dans n'importe quelle ligne particulière de Croissance. Pour le centre de gravité de structure, nous nous focalisons généralement sur la ligne du soi, parce qu'elle indique l'identité la plus générale du sens du soi global relatif et conventionnel. Et ensuite le soi a aussi un centre de gravité d'*état*, qui est le niveau, dans le spectre des états majeurs parcourus ou « stades-états » (grossier, subtil, causal, témoin vide, non duel ultime), auquel le soi est majoritairement identifié à un moment donné de sa croissance d'état vers l'Éveil. Ainsi, dans le développement de structure, le processus de Croissance, le sens du soi d'une personne peut être majoritairement au niveau mythique, tandis que dans son développement d'état, le processus d'Éveil, le sens du soi peut être majoritairement à subtil. Son double centre de gravité sera alors (mythique, subtil). Et cela continue avec (rationnel, causal) ou (Intégral, non duel), ou (magique, grossier), et ainsi de suite.

Il s'avère que ces deux centres de gravité – dans les structures et dans les états – sont assez faciles à reconnaître à partir du moment où l'on devient familier avec eux, et il existe de nombreux tests pour les déterminer. Ils indiquent simplement deux processus de croissance sur deux axes très importants de développement et d'évolution – les structures et les états – et ces deux dimensions ont en commun de devenir de plus en plus conscientes, inclusives, et attentionnées. En fait, lorsque vous aurez fini de lire ce livre – si vous le finissez bien sûr – vous aurez une compréhension assez bonne de chacun de ces stades de structure et de ces stades-états, de votre position sur chacune de ces échelles de croissance, et des possibilités d'actions que vous avez pour parfaire votre croissance et développement dans chacun d'entre eux, si vous le décidez. Comprendre ces deux échelles de croissance expliquera une grande partie de ce qui a pu vous sembler étrange dans votre comportement et dans celui des autres – et dans le monde entier, en fait. Cependant rappelez-vous que ces échelles ne sont pas faites pour marginaliser – ce ne sont pas des niveaux d'être humain, ce sont des niveaux de conscience accessibles à tout être humain vivant, et à partir desquels chacun peut fonctionner, si il ou elle choisit de le faire. Voir que ces stades sont ouverts à tout le monde nous aide entre autres à mieux comprendre les gens, à mieux communiquer avec eux, et mieux prendre soin d'eux. Et enfin, comprendre les énormes possibilités positives disponibles aux stades les plus élevés dans chaque axe, structure ou état, nous donne une bonne raison, une motivation forte, de continuer à GRANDIR et à S'ÉVEILLER, et ainsi de donner à la vie du sens et une raison d'être. Et tous ces stades et ces stades-états sont ancrés dans le plus haut état possible, l'Essence ultime toujours présente – qui est vous, exactement comme vous êtes, en ce moment-même.

Les stades des états méditatifs

Je disais donc que chaque tradition majeure de méditation reconnaît ces 4 ou 5 états de conscience, et possède également les cartes des 4 ou 5 stades-états correspondants, les stades méditatifs : ainsi elle peut avancer à travers eux, en les transcendant et les incluant en cours de route. Des recherches significatives ont montré que bien que les *caractéristiques de surface* de ces traditions et de leurs stades-états diffèrent considérablement d'une culture à l'autre, leurs

Document de travail

caractéristiques profondes sont très similaires de bien des façons. Pratiquement toutes suivent des variations sur les 4 ou 5 états naturels de conscience attribués universellement à travers les cultures à tous les êtres humains – physique (éveil), subtil (rêve), causal (sommeil sans rêve), témoin (pure conscience) et Essence (union non duelle) (je donnerai des exemples de chacun dans un instant). Comme je l'ai déjà dit, dans mon livre *Integral Psychology*, je donne des schémas de plus de cent systèmes du monde entier concernant à la fois les structures de développement et les états de développement. Environ un tiers de ces schémas concernent des systèmes d'états et de stades-états de développement méditatif – et vraiment, étonnamment, ils possèdent des similarités reconnaissables, et traitent des mêmes états fondamentaux et des mêmes stades-états de développement contemplatif. Ceci témoigne de la nature essentiellement universelle de cet axe des états de développement et des stades-états majeurs. De la même façon, les deux autres tiers des schémas qui traitent des structures et des stades de structure, montrent une similarité étonnante, et témoignent de la nature universelle de l'axe de développement des structures et des stades de structure majeurs ; au total, cela constitue une preuve éclatante de l'existence des 4 vecteurs majeurs de développement que nous discutons ici, à savoir les états et leurs Points de Vue et les structures et leurs Visions du monde.

Au lieu de donner de nombreux exemples des similarités dans les caractéristiques profondes des stades de méditation dans les traditions méditatives du monde, je vais en choisir trois ou quatre au hasard venant du monde entier.

Tout d'abord, faisons un survol de ce qu'implique le développement des états. Peu importe à quel centre de gravité de *structure* se trouve une personne lorsqu'elle commence la méditation (ce centre de gravité de structure peut être n'importe où entre magique et super-Intégral), elle va presque toujours commencer à un centre de gravité *d'état* situé à l'état d'éveil grossier. Tout le monde naît au degré zéro à la fois dans les états et dans les structures, et bien que dans le processus naturel de la CROISSANCE, une personne aura parcouru plusieurs stades de structure au-delà d'archaïque avant de commencer à méditer, peu de gens passent naturellement à des états de conscience plus élevés sans méditer, ce qui fait que presque tout le monde commence à méditer à partir de l'état grossier. (Le centre de gravité de structure est très important, parce qu'il va largement déterminer comment les différents stades-états méditatifs sont interprétés et expérimentés. Nous y reviendrons. Pour l'instant, nous pistons simplement les états et les stades-états dans leurs termes les plus généraux.)

En termes d'états, dans le domaine d'éveil grossier, l'individu est identifié avec le corps physique et le cerveau pensant grossier – le « cerveau de singe » chaotique – le courant des pensées, sentiments, émotions et sensations centrées sur l'état « sauvage » égoïque, et reflétant le domaine matériel et ses désirs. (Si vous voulez savoir ce que signifie « cerveau de singe » ou « état sauvage égoïque », il vous suffit de fermer les yeux, de suivre votre dialogue intérieur pendant quelques minutes et de noter à quel point il est chaotique). Dans les formes de méditation de pleine conscience (et dans d'autres formes occidentales comme la prière de centrage), on demande à la personne d'être simplement témoin de ce courant d'évènements, sans les juger, ni les condamner, ni s'identifier à eux. Après plusieurs mois, le cerveau de singe va commencer à se calmer, et la conscience va s'ouvrir à des dimensions plus subtiles d'esprit et d'être – par exemple des états plus subtils d'amour bienveillant, de luminosité et d'illumination presque infinie, des périodes de calme profondément paisible et de repos mental, ou des expériences d'expansion au-delà de l'ego dans des états de plus en plus profonds d'état d'être JE SUIS. (Au stade grossier, j'appelle le soi *ego* ; au stade subtil, j'appelle le sens du soi *âme* ; à causal/témoin, je le nomme Soi Véritable ; et à non duel je parle de pure

Document de travail

« unité » ou d'Essence non duelle[5]. Pour les lecteurs Bouddhistes, une note sur mon utilisation du mot *âme* : l'âme dans le domaine subtil, comme l'ego dans le domaine grossier, ou le Soi Véritable dans le causal, n'est pas une réalité ultime, c'est seulement une réalité conventionnelle. Mais en tant qu'entité conventionnelle, elle a une réalité *relative*, comme l'a expliqué Nagarjuna).

Tandis que la conscience méditative s'approfondit dans le causal/Témoin, les périodes de pure conscience libre de toute pensée peuvent augmenter ; des états d'identité transpersonnelle (Soi Véritable) ou État d'Être infini JE SUIS peuvent se produire de plus en plus souvent ; un amour universel, la félicité, le bonheur et la joie peuvent survenir ; l'identité avec le corps-esprit fini peut disparaître complètement, et être remplacé par tout ce qui va de la Conscience Christique à l'Esprit de Bouddha à Ayin (un terme de la Kabbale pour « Vacuité »). Et si la conscience s'approfondit encore davantage, allant du Témoin causal à l'Unité ultime ou Non-dualité, la sensation de dualité sujet-objet - la sensation d'être l'Observateur témoin des phénomènes – disparaît complètement, et au lieu de regarder la montagne, vous *êtes* la montagne, au lieu de ressentir la terre, vous *êtes* la terre, au lieu d'être conscient des nuages qui flottent dans le ciel, les nuages flottent *en vous*, dans votre propre Conscience. Comme le dit un maître Zen à propos de son Éveil : « Quand j'ai entendu la cloche sonner, il n'y avait ni cloche ni Je, seulement le fait de sonner. » Quand cet état devient plus ou moins permanent pour vous, votre centre de gravité est passé de grossier à subtil à causal à Témoin à l'Essence non duelle – et vous *êtes* l'Identité Suprême – un avec l'Esprit, et un avec le monde manifeste tout entier (avec ce en quoi consiste ce monde pour vous, car, comme nous le verrons, cela change et s'étend d'une structure de CROISSANCE à une autre à une autre).

Evelyn Underhill, dans son livre classique *Mysticism*, signale que pratiquement tous les mystiques occidentaux progressent à travers les mêmes 4 à 5 stades-états majeurs sur leur chemin vers la réalisation permanente – et ces stades-états sont naturellement des variations sur l'enchaînement standard grossier, subtil, causal sans forme, et unité non duelle. Mais précisons que le développement des états, à la différence de celui des structures, est plus souple et moins rigide. Les structures sont – disons – plus structurées ! Elles émergent dans un ordre qui ne peut être changé par le conditionnement social. De plus, vous ne pouvez sauter les stades de structure, et vous ne pouvez avoir des expériences au sommet de structures plus élevées au-delà d'un stade au-dessus du vôtre (ce qui est différent pour les états). Quelqu'un au stade mythique, par exemple, ne peut expérimenter une pensée pluraliste. Mais quelqu'un dans l'état grossier peut avoir une expérience au sommet du causal et même de l'état non duel. Par exemple, la méditation de Pleine Conscience vous fait commencer par vous identifier (ou du moins par essayer de vous identifier) avec la conscience de Témoin lui-même (le 4e état).

En gardant cela à l'esprit, les stades d'Underhill sont les suivants :

[5] Je mets des guillemets à « unité » quand je fais référence à la conscience de l'« unité » parce que l'état ultime est conçu par pratiquement tous les Grands Chemins de Libération, comme étant purement non duel – le « non-deux » de l'infini et du fini, de l'esprit et de la chair, de l'ultime et du relatif, de sujet et objet, de nirvana et samsara, de la Vacuité et de la Forme – mais cela ne signifie pas non plus une simple identité directe. Les concepts désignés par les termes dualistiques (infini et fini, ultime et relatif, etc.) ne peuvent être séparés ni divorcés l'un de l'autre, mais ne peuvent pas non plus être directement identifiés l'un à l'autre. Il y a une « unité dans la diversité » si vous voulez – ou ce que le Zen appelle « non-deux, non-un. » C'est pour cette partie « non-un » que je mets généralement « unité » entre guillemets et si je ne le fais pas, c'est implicite).

Document de travail

1. Purification (grossier). On travaille à se purifier et à relâcher son identité avec le corps physique et ses pensées chargées de désirs.
2. Illumination (subtil). On découvre des dimensions plus subtiles, des luminosités, et des émotions plus élevées : la conscience des ressentis de l'âme.
3. Nuit noire (causal). On découvre un nuage sans forme de non-savoir, une libération de l'attachement fini, un goût du vrai « ciel ». On souffre alors terriblement de la perte de cette vaste Liberté parce que la réalisation n'est pas encore permanente – la « nuit noire » ne désigne pas les agonies dont vous souffrez parce que vous n'avez pas encore trouvé Dieu mais la souffrance horrible que vous expérimentez d'avoir trouvé Dieu, puis d'avoir perdu la conscience de sa présence.
4. Conscience non duelle de l'Unité. L'âme et Dieu disparaissent dans la Divinité ultime.

Souvent, le processus est initié avec une expérience au sommet d'éveil ou metanoia, un aperçu qui nous montre le paradis de la Réalité ultime et place l'âme sur le chemin des stades-états et de l'Éveil.

Dans *Transformations of Consciousness,* Jack Engler, Daniel P. Brown et moi-même, avons inclus un chapitre du théologien de Harvard John Chirban : il a montré que les Pères du désert des débuts de l'Église sont passés par environ 5 stades-états, qui sont tous des variations des stades de base de Underhill (à nouveau, dans notre langage, grossier, subtil, causal/témoin et non duel).[6]

Daniel P. Brown, un des co-auteurs de *Transformations of Consciousness*, qui vient aussi de Harvard, a passé trente années de sa vie à étudier les systèmes de méditation du monde, en se concentrant sur le système le plus sophistiqué et complet jamais conçu, le système *Mahamudra* du Bouddhisme Tibétain. En s'appuyant sur quatorze textes de base de *Mahamudra*, tous dans leur langage d'origine, il a montré qu'ils décrivaient tous les mêmes cinq ou six stadesétats de développement essentiels (qu'il a été le premier à nommer Points de Vue).

Nous reviendrons à Brown dans un instant et nous soulignerons ses importantes découvertes plus en détail. Mais tout d'abord je veux répéter la notion qu'une Vision du monde est la même chose pour une structure de croissance qu'un Point de Vue pour un état/domaine. Je veux que cela soit aussi limpide que possible, parce que ces éléments donnent les 4 vecteurs principaux du développement humain général, et tous les 4 sont absolument cruciaux : (1) les structures et leurs (2) Visions du monde (ou stades de structure), et (3) les états et leurs (4) Points de Vue (ou stades-états). A la fois les structures (dans la Croissance) et les états/domaines (dans l'Éveil) *demeurent en existence* dans le développement à partir du moment où ils ont émergé, mais les Visions du monde et les Points de Vue sont transcendés et remplacés tandis que le développement continue. Restez bien avec moi ici, et vous verrez très rapidement ce que cela implique et pourquoi c'est si important – en particulier pour le développement et l'évolution de l'humain (y compris, bien sûr, pour tout *Quatrième Tournant* ou toute Spiritualité Intégrale). Nous allons maintenant examiner cette importante notion, puis nous continuerons notre démonstration que les grands Chemins de Libération – les systèmes méditatifs et contemplatifs majeurs du monde entier – présentent tous essentiellement les mêmes cartes (les 4 ou 5 stades-états majeurs) de l'axe global de développement spirituel méditatif.

[6] Wilber, Engler and Brown, *Transformations of Consciousness* [Transformations de la conscience].

Document de travail

Transcender et inclure

L'idée générale est simple. Commençons par les structures puis nous passerons aux états. Pour les structures, prenons comme exemple des structures de base permanentes, les chakras majeurs dont on dit traditionnellement qu'ils sont au nombre de sept [7] :

1. Le chakra racine, à la base de la colonne vertébrale, « l'étui de l'alimentation » – c'est-à-dire le corps physique matériel (correspondant au stade de structure « Archaïque » ou sensorimoteur).
2. Le chakra émotionnel-sexuel, localisée dans la région des organes génitaux, et gouvernant l'énergie émotionnelle sexuelle et la pensée imaginaire (correspondant au stade de structure « Magique » ou « impulsif »).
3. Le hara chakra, ou chakra des « tripes », localisé dans le ventre sous l'ombilic, et gouvernant le pouvoir (« Elle a des tripes ! »), grâce à l'intentionnalité introduite par l'émergence des concepts à ce stade (correspondant au stade de structure « Magique-Mythique » ou de « pouvoir »).
4. Le chakra du cœur, localisé dans la région du cœur, qui gouverne l'appartenance, la compassion et l'amour débutant, commençant sous des formes très concrètes, conformistes, mythiques-littérales (correspondant au stade de structure « d'appartenance mythique »).
5. Le chakra de la gorge, au niveau des cordes vocales, gouvernant l'expression du soi par l'estime de soi (correspondant au stade de structure « Rationnel » ou « de réussite ») et par le début de l'actualisation du soi (correspondant au stade de structure « Pluraliste » ou « postmoderne »).

Document de travail

[7] Traditionnellement, les chakras sont considérés principalement comme des « centres d'énergie subtile », et c'est ainsi qu'ils sont généralement présentés et utilisés. Ces centres d'énergie font partie de l'anatomie du corps subtil et de ses énergies subtiles – en commençant avec le premier chakra, à la base de la colonne vertébrale, puisant dans le domaine grossier de la nourriture et de la matière, jusqu'au chakra le plus élevé, le septième, au-delà du sommet de la tête – les chakras passent de subtil à causal et à la réalité ultime. En tant que centres d'énergies, ce sont au départ des « corps » ou des spirales de masse-énergie, dont chacun devient de plus en plus subtil. Ces chakras sont découverts par l'introspection méditative et ils ne sont pas traditionnellement connus comme ce que nous appelons « structures » (au mieux, les traditions les appellent « étuis », qui ont une corrélation implicite avec les structures, bien que cette corrélation ne soit jamais présentée ni explicitée par ces traditions, parce que, à nouveau, les structures ne peuvent pas être vues par le seule introspection). Mais puisque tous les phénomènes ont quatre quadrants (comme je l'expliquerai plus tard) et que les chakras font techniquement partie du « spectre des énergies » dans le quadrant Supérieur Droit, ils ont forcément des corrélations dans le quadrants Supérieur Gauche – qui inclut les états et les structures – ce qui fait que les corrélats structures des chakras (si les traditions peuvent les postuler) peuvent être facilement déduits des caractéristiques généralement attribuées à chaque chakra en tant que roue d'énergie. Quand je parle du composant « structure » de chaque chakra, je fais référence à la corrélation implicite entre le Supérieur Gauche et le Supérieur Droit, et comme attendu, cette corrélation est assez juste en général (c'est-à-dire que la façon dont l'énergie tourbillonne dans le quadrant Supérieur Droit comme le définissent les traditions est très compatible avec la façon dont la psychologie développementale moderne définit les structures, puisque les corrélations des 4 quadrants sont similaires dans tous les cas). Finalement, puisque selon la Théorie Intégrale, tout phénomène dans un quadrant a des corrélats dans chacun des 3 autres quadrants, les roues de masse-énergie ou chakras, dans le quadrant Supérieur Droit, peuvent être prises comme exemples de corrélats dans le Supérieur Droit des structures dans le Supérieur Gauche.

6. Le « troisième œil », localisé entre les deux yeux un peu en arrière, gouvernant un pouvoir mental intégratif élevé tirant vers des capacités paranormales (correspondant aux stades de structure « Holistique » et « Intégral » du 2e palier).
7. Le chakra couronne, localisé au sommet de la tête, et représentant la transcendance du soi et le Soi Réel (correspondant au 3e palier ou stades de structure « super-Intégral »).

Nous voyons que les chakras sont de bons corrélats des structures de base, même s'ils sont un peu rudimentaires. Ils sont « rudimentaires » en cela que comme les « étuis » ou « *koshas* », ce sont des structures de conscience, mais comme seule l'introspection personnelle peut les mettre en évidence, et non pas la science de 3e personne, ils n'ont pas la granularité des modèles occidentaux de structures. (Naturellement, les modèles occidentaux, passent totalement à côté des états, ce qui fait qu'ils manquent catastrophiquement de notion d'Illumination ou d'Éveil. A l'inverse, comme nous l'avons souvent précisé, les traditions contemplatives étaient pour leur part presque totalement dépourvues des structures.) Par exemple, le structuralisme moderne a découvert que l'étui appelé le *manomayakosha* (« étui » signifiant à peu près « structure », dans ce cas, « la structure mentale »), qui était considéré comme un étui basique par les traditions telles que le Vedanta, contenait au moins cinq structures majeures – magique supérieur, magique-mythique, mythique, rationnel et pluraliste. Et le structuralisme moderne a trouvé six sous-stades d'intelligence sensorimotrice dans ce qui était considéré comme un seul chakra, le premier chakra. De même, le chakra de la gorge, qui était considéré comme une seule structure, contient au moins deux structures dramatiquement différentes, la réussite personnelle rationnelle et la sensibilité du soi pluraliste ! En tout cas, pour l'instant, nous allons nous contenter des chakras comme exemple car ils ont une existence réelle et ce sont de bons exemples de corrélats énergétiques des structures de base.

Le développement à travers les structures de base/chakras, se produit de la façon suivante dans le processus général de la Croissance. Le sens du soi est né consciemment identifié avec le chakra 1, celui de la nourriture et de la matière, le chakra alimentaire (oral et anal). Tandis que le 2e chakra commence à se développer – le chakra émotionnel-sexuel – le sens du soi va normalement se désidentifier du chakra 1 et faire passer son identité centrale principale au chakra 2, puis s'identifier avec le chakra 2 et intégrer le chakra 1 dans son système du soi. Après que le sens du soi ait été principalement identifié avec le chakra 2 pendant deux à trois ans, le chakra suivant – chakra 3 – le mental conceptuel et ses pulsions de pouvoir – commencent à émerger, et le soi proximal va normalement se désidentifier du chakra 2, pour progresser et s'identifier au chakra 3, puis intégrer le chakra 2 dans son système du soi global.

Faisons une petite pause et notons quelques éléments cruciaux. Tout d'abord, ce que je viens de dire décrit le développement sain. Dans le développement pathologique, lorsque le soi est identifié, disons au chakra 2, et que certains aspects de ce chakra sont jugés dangereux, mauvais, ou simplement « faux » pour quelque raison, alors des aspects de ce niveau peuvent être dissociés, réprimés, ou on peut se les désapproprier. Les impulsions réprimées à une structure-chakra particulière – dans ce cas les pulsions émotionnelles-sexuelles – ne disparaissent pas pour autant, mais sont poussées dans l'inconscient personnel, où elles existent dans des formes dissociées « d'ombre ». Le plus souvent, elles vont être projetées sur les autres, qui seront trouvés, par exemple, terriblement portés sur le sexe, tandis que je suis pur, innocent et propre de toutes ces obscénités. J'ai déjà mentionné un bon exemple de projection d'ombre en parlant de travaux de recherche montrant que les hommes activistes anti gay, lorsqu'ils sont exposés à des images homosexuelles et érotiques gays, sont plus excités que le mâle hétérosexuel moyen. En d'autres termes, ces zélotes eux-mêmes possèdent une bonne quantité de pulsions homosexuelles, mais ils se les sont désappropriées et les ont

Document de travail

bannies dans leur inconscient, d'où ils projettent leurs propres pulsions d'ombre sur d'autres hommes puis tentent d'éliminer leur ombre en éliminant les homosexuels. Voilà un exemple typique de dissociation, désappropriation de l'ombre, et de la projection – qui se traduit par un comportement de confrontation à l'ombre « boxer son ombre ».

Ce type de pathologie peut se produire à n'importe quel niveau de structure (et aussi à n'importe quel état/domaine) de conscience, et lorsque cela arrive, on observe deux types de problèmes typiques. Si le sens du soi central ne se désidentifie pas totalement d'avec un niveau particulier (tel que chakra 2, ou la structure magique) afin de faire de la place pour le niveau suivant, alors la personne développe une *fixation* à ce niveau (un attachement à l'ombre), et de là crée une sous-personnalité ayant une *addiction* aux besoins et désirs de ce niveau (dans cet exemple, la sexualité) ; dans ce cas, la personne peut devenir un prédateur sexuel. Si, à l'inverse, la différenciation va trop loin et que le sens du soi central se désidentifie excessivement d'un niveau particulier, il va s'en dissocier et se *désapproprier* des facettes de ce niveau, développer une *aliénation* d'ombre, et de là créer une sous-personnalité non désirée, refoulée, ce qui cause une *allergie* aux besoins, pulsions et désirs de ce niveau. Ainsi une personne, chez qui une telle pathologie se produit à chakra 1 (c'est-à-dire axé sur l'archaïque, l'alimentaire) peut développer soit une addiction à la nourriture (par exemple, outre-manger) ou une allergie (par exemple développer une anorexie/boulimie). À chakra 2 (c'est-à-dire magique, émotionnel-sexuel, fantasmatique), la personne peut développer une addiction au sexe (par exemple, devenir un prédateur sexuel, ou développer une addiction sexuelle) ou une allergie au sexe (par exemple devenir puritain ou réprimer sa sexualité). À chakra 3 (c'est-à-dire magique-mythique, des concepts, de pouvoir), la personne peut développer une addiction au pouvoir (par exemple en devenant excessivement égocentrique, narcissique, affamée de pouvoir sur les autres) ou une allergie au pouvoir (par exemple en développant un sens du soi faible, en ne prenant pas sa place). À chakra 4 (c'est-à-dire mythique, d'amour-d'appartenance) une personne peut développer une addiction à l'amour (par exemple devenir un romantique irrécupérable, prêt à brader son pouvoir pour des relations), ou une allergie à l'amour (devenant par exemple, indifférent aux autres, fermé, méchant).

La nourriture, le sexe, le pouvoir, l'amour… et cela peut continuer. Dans des chapitres ultérieurs, nous allons suivre ces types de dysfonctionnements jusqu'aux plus hautes structures elles-mêmes ; dans ce chapitre, nous nous concentrons sur le développement des états, mais dans cette courte introduction, j'ai parlé des structures parce que leur développement est évident et facile à mettre en évidence. Tous les niveaux (des structures et des états), peuvent développer des fixations/addictions ou des dissociations/allergies pratiquement tout le long du spectre, jusqu'en haut. La formation de pathologies – contrairement à ce que dit Freud – ne s'arrête pas à l'enfance mais peut continuer tout au long de la vie, jusqu'au sommet des structures et des états, simplement parce que la croissance et le développement continue dans ces deux axes, et que là où il y a de la croissance (le processus de différenciation, désidentification, identification au stade suivant, et intégration), des problèmes peuvent aussi se produire (problème de désidentification = fixation/addiction ; manque d'intégration = désappropriation/allergie). C'est la raison principale pour laquelle toute Spiritualité vraiment complète, Intégrale, ou tout *Quatrième Tournant*, devrait vouloir inclure du travail sur l'ombre dans son cadre de base.

En plus de « ce qui peut mal tourner », il existe un second élément important à remarquer à propos du processus de développement et c'est ce qui se passe dans le développement sain. C'est-à-dire, quand on dit que le développement sain implique de « transcender et inclure »,

Document de travail

qu'est-ce qui exactement est transcendé et laissé tomber, et qu'est-ce qui est gardé et inclus ? Depuis que Hegel a fait remarquer que « remplacer consiste en même temps à nier et à préserver » (ce qui est une autre façon de dire que « la transformation ou le développement est en même temps transcender et inclure »), les chercheurs se sont demandé : qu'est-ce qui exactement est nié et transcendé, et qu'est-ce qui est inclus et préservé.[8] La réponse apparaît maintenant assez claire : les structures de base, par exemple les chakras, sont préservées (incluses et intégrées) ; les Visions du monde limitées de ces structures sont niées (transcendées et remplacées). Et il en est de même avec les états : les états majeurs sont préservés (inclus et intégrés) tandis que les Points de Vue à partir de ces états sont niés (transcendés et remplacés). Cela se produit à chacun des stades majeurs de croissance à la fois dans les structures et les états – les structures de base sont incluses, on laisse aller leurs Visions du monde limitées ; les états naturels sont inclus, on laisse aller leurs Points de Vue limités.

Retournons aux chakras/structures, continuons l'histoire développementale, et démontrons ce que cela signifie exactement. Nous avons vu que lorsque le soi commence son développement et sa croissance évolutionnaire, il est identifié en son centre avec le chakra 1 archaïque (oral et anal). Cela signifie qu'il est identifié exclusivement avec le chakra 1, et donc il voit le monde *exclusivement* à partir de ce seul chakra. Pour les freudiens, il existe le stade oral et le stade anal, où le soi libidinal est identifié tout d'abord avec la région orale du corps (le nourrisson a le maximum de plaisir en mangeant et en mettant des objets dans sa bouche), puis avec la région anale (où il apprend à contrôler son corps pour des activités jusque-là spontanées, cela est appelé « l'éducation à la propreté »).

Ensuite, si tout se passe bien à ces stades, le soi central va se désidentifier de la région orale, puis de la région anale, puis – avec l'émergence du chakra 2 (*pranamayakosha* ou d'énergie émotionnelle-sexuelle) – il va finalement laisser aller son identité avec le stade de l'alimentation (le canal alimentaire, oral et anal, chakra 1) et commencer à déplacer son identité centrale vers la région génitale, le chakra 2, la structure émotionnelle-magique. Cette structure est appelée magique parce que les processus cognitifs à ce stade sont en effet « magiques » le soi croit que maman peut si elle veut changer ces épinards beurk en bonbons ; ou que le fait de penser à quelque chose va le faire apparaître par magie – par exemple, je veux que mon père soit mort et cela se produit effectivement, c'est moi qui l'ai causé. La pensée elle-même est réglée par le déplacement et la condensation magiques, ce que Freud a appelé « le processus primaire » parce que c'est l'une des premières formes de pensée. Donc le soi va faire passer son identification exclusive (ou centrale) du chakra 1 au chakra 2, et maintenant, identifié exclusivement avec le chakra 2, il va voir le monde à travers les yeux du chakra 2, c'est-à-dire que sa Vision du monde sera celle provenant du chakra 2 magique. Il va penser par exemple, que s'il cache sa tête sous un oreiller de sorte qu'il ne peut voir personne, personne ne le verra non plus. Cela fait la joie des adultes autour de lui qui voient le derrière de l'enfant. Donc l'enfant n'est plus identifié exclusivement avec le chakra 1, et il ne voit plus le monde à partir de celui-ci. Et bien qu'il n'ait plus une Vision du monde venant de chakra 1 (une Vision orale et anale), *il a toujours le chakra 1 en lui-même* – il continue à manger et déféquer. Donc la structure de base est *préservée* et *incluse*, mais sa Vision du monde est *niée* et *transcendée*, pour faire de la place à la Vision du monde venant du chakra suivant, chakra 2. Et en fait, si le soi continue d'avoir une partie de la Vision du monde venant du stade antérieur, le stade du chakra 1, les thérapeutes vont dire que l'enfant a une fixation – dans ce cas une fixation orale ou anale. (« Fixation anale » est un des rares termes psycho-analytiques que presque tout le

[8] Georg W.F. Hegel, *Phenomenology of Mind* [Phénoménologie de l'Esprit], Trad. J.B. Baillie, Mineola, NY: Dover Publications, 2003), 64.

Document de travail

monde comprend. Nous disons : « Cette personne est complètement anale » et nous savons tous que cela signifie « très dur », « tendu », « contrôlant ». Selon les analystes, quelque chose s'est mal passée pendant le stade anal, et l'enfant est resté fixé à une attitude de contrôle excessif sur le corps, d'où il ou elle a développé un « caractère anal. »)

Vous avez saisi. Dans le développement, avec chaque transformation majeure vers le haut (avec chaque stade de croissance), le soi se désidentifie d'avec son identité centrale exclusive avec la structure actuelle (ou l'état actuel), laisse aller la Vision du monde limitée qu'a cette structure, et s'identifie à la place avec la structure suivante, ce qui fait *qu'il voit maintenant le monde à travers les yeux* de la Vision du monde de cette nouvelle structure. La structure précédente perdure et elle est incluse et préservée, tandis que la Vision du monde de ce niveau est abandonnée afin de voir le monde à partir de la Vision du monde supérieure du stade de structure suivant.

C'est assez semblable à monter une échelle – tandis que vous passez de l'échelon 1 à l'échelon 2 à l'échelon 3 à l'échelon 4, tous les échelons demeurent (sinon l'échelle s'écroulerait). Cependant vous pouvez seulement voir le monde à partir de l'échelon le plus élevé sur lequel vous vous tenez actuellement – disons la Vision du monde de l'échelon 4. Chaque vision précédente a été abandonnée lorsque vous avez quitté un échelon pour passer au suivant. Quel que soit l'échelon supérieur où vous vous trouvez – l'échelon 4 dans cet exemple – les échelons inférieurs sont présents, mais votre Vision du monde est seulement celle de l'échelon sur lequel vous vous tenez actuellement. Et si vous avez gardé des Visions du monde des échelons inférieurs, cela signifie que quelque chose s'est mal passé – une partie de vous est restée bloquée sur un échelon inférieur. Peut-être que vous avez laissé un bras ou une jambe sur l'échelon inférieur – pour poursuivre la métaphore) – vous avez du matériel d'ombre toujours fixé à une Vision d'un stade inférieur, et ce matériel a encore tous les caractéristiques et attributs du stade/de l'âge précédent, avec son caractère immature et infantile, et ses désirs impulsifs.

Cependant, bien que vous voyiez le monde à travers la Vision de l'échelon 4, vous avez toujours en vous tous les autres échelons plus bas. Tout comme à chakra 4, vous avez toujours les chakras 1 à 3 disponibles pour vous, vous continuez à avoir les structures inférieures présentes et disponibles pour vous. Mais vous n'êtes plus *exclusivement identifié* avec aucune de ces structures inférieures, et donc vous ne voyez plus le monde à travers les Visions de ces échelons inférieurs. En fait, vous n'êtes plus debout sur eux, donc vous ne voyez plus rien venant de ces niveaux. Vous pouvez porter votre attention sur eux si vous le voulez, vous pouvez peut-être vous focaliser sur l'énergie qui monte à travers ces échelons, mais vous ne voyez plus le monde *exclusivement* à partir de ces échelons inférieurs, tel que l'échelon du chakra 2 ; pour cela, il vous faudrait descendre de l'échelon du chakra 4 vers l'échelon du chakra 2, ce qui serait une régression massive. Dans la vie réelle, pour faire descendre votre identité centrale du chakra 4 (Mythique, concret opérationnel) au chakra 2 (Magique, pré-opérationnel précoce), il vous faudrait perdre tout accès au langage, tout accès à la pensée et aux émotions, tout accès aux concepts et à la pensée concrète, et finir, silencieux et muet, au chakra 2, en vous vautrant dans la pensée magique et les émotions primitives. Dans la vie réelle, cela se produit uniquement lorsqu'il y a des dommages cérébraux sévères, une maladie d'Alzheimer avancée, etc.

Donc, dans la croissance et le développement réels, nous gardons les échelons des structures précoces (et les états/domaines) et nous avons accès à ces échelons de structure mais nous n'avons plus une identité exclusive avec eux, et donc nous ne pouvons plus voir le monde seulement à partir d'eux – nous avons toujours les échelons à disposition mais nous n'avons plus leur Visions du monde. Et lorsque nous contactons effectivement un échelon inférieur, ce

Document de travail

qui peut toujours se produire, nous le faisons à partir de la Vision actuelle et de la perspective que nous avons. Si nous sommes à l'échelon de structure 4, par exemple, et si nous contactons l'échelon de structure 2, c'est-à-dire notre énergie sexuelle, nous le ferons à partir de la Vision du monde de l'échelon 4. Nous pouvons contacter notre énergie sexuelle, peut-être même faire un travail thérapeutique sur elle, mais ce sera à partir de la Vision du monde de l'échelon 4. Nous posséderons toujours le langage, la pensée conceptuelle, les émotions élevées, ce qui fait que nous ne verrons pas le monde seulement à partir de l'échelon 2 – nous n'avons plus le Point de Vue qui avait été créé lorsque nous étions SEULEMENT identifiés avec l'échelon de structure 2. Depuis longtemps, nous aurons nié cette Vision du monde, lâché prise sur elle, nous l'aurons transcendée comme toutes les Visions juniors, tandis que la croissance et le développement aura continué vers des niveaux plus élevés.

Donc nous pouvons contacter un échelon inférieur plus ancien à partir d'un échelon plus élevé, mais en l'absence de régression pathologique, nous ne contacterons plus la Vision du monde inférieure de cet échelon. Si une Vision inférieure demeure centrale à notre soi, c'est que nous avons une pathologie, une dysfonction (soit une addiction soit une allergie à des parties de cette Vision). Nous sommes supposés garder la pulsion orale pour la nourriture, mais ne pas avoir de fixation orale.

Des sujets qui deviennent objets

Nous en arrivons maintenant à ce qui est peut-être l'aspect le plus important du développement. Comme l'a dit Robert Kegan, de Harvard Graduate School of Education : « Je ne connais pas de meilleure façon de résumer le développement que de dire que le sujet d'un stade devient l'objet du sujet du stade suivant. »[9] Cela peut sembler quelque peu abstrait de prime abord, mais c'est effectivement une notion assez simple et directe – et extrêmement importante.

Revenons à ce que nous avons déjà dit du développement. Le soi relatif, fini, conventionnel – le sens du soi – a commencé sa carrière développementale en s'identifiant presque entièrement avec l'échelon du chakra 1, le niveau archaïque sensorimoteur (ou alimentaire). Il a identifié le centre de son être, son soi, sa subjectivité, avec ce stade. C'est-à-dire qu'il regardait *à travers* ce stade, il ne pouvait *le* regarder. Ce stade était un *sujet* de conscience, et non pas un *objet* de conscience. Mais tandis que l'échelon du chakra 2 commence à émerger (le stade magique émotionnel-sexuel), le sens du soi se désidentifie de l'échelon du chakra 1 et fait passer son identité centrale vers ce second stade. C'est-à-dire qu'il cesse d'identifier son soi, sa subjectivité avec l'échelon du chakra 1, et fait passer sa subjectivité à l'échelon du chakra 2. Cela signifie que l'échelon du chakra 1 n'est plus désormais un sujet, mais un objet. Ce n'est plus désormais celui qui voit, c'est quelque chose qui peut être vu. Et l'échelon du chakra 2 devient maintenant le nouveau sujet, et le soi est identifié avec cela. Mais ce stade ne peut être vu par le soi : c'est le nouveau sujet du soi, ce n'est pas un objet, c'est quelque chose à travers lequel le soi regarde, pas quelque chose qu'il peut directement observer. Le soi n'a pas ce stade, c'est ce stade « qui l'a ». Tandis que l'échelon du chakra 3 commence à émerger, le stade de pouvoir magique-mythique, le soi laisser aller son identité exclusive avec l'échelon du chakra 2 précédent, se désidentifie de ce niveau, et fait passer son identité, sa subjectivité, à ce troisième niveau. Maintenant il est capable de voir le niveau précédent comme un objet. Ce niveau n'est plus un sujet de conscience, mais un objet de conscience. Cependant il ne peut

[9] Robert Kegan, *The evolving Self* [Le soi en évolution] Cambridge, MA: Harvard University Press, 1982.

Document de travail

pas voir le niveau actuel, précisément parce que celui-ci est maintenant son sujet, son soi – quelque chose à travers lequel il regarde, et non pas quelque chose qu'il peut observer.

Donc, dans chaque cas, le sujet d'un stade devient l'objet du nouveau sujet au stade suivant, et cela continue jusqu'à ce que tous les sujets aient été rendus objets, qu'ils aient été transcendés et abandonnés, et qu'il ne reste plus que la pure Subjectivité qui ne peut jamais devenir un objet. Il s'agit d'une conscience pure et radicale, du Véritable Observateur. (C'est ce que le maître Zen Shibayama a appelé « Subjectivité Absolue » - le Sujet ultime, le Soi Véritable, qui est l'Observateur de toute chose mais qui ne peut lui-même être vu comme un objet. Il est au contraire la pure Vacuité.) Nous en venons à l'ombre : si, quel que soit le stade, certains de ses aspects demeurent un sujet caché qui ne peut être vu comme un objet – ces aspects deviennent du matériel d'ombre, caché, clivé, et désapproprié qui forme une sous-personnalité cachée, un « sous-sujet » caché ou un « sous-soi ». Ce matériel du soi, ce trait, ou ce désir est souvent projeté sur d'autres, qui semblent le posséder tandis que vous croyez ne pas l'avoir. Mais naturellement, vous n'en êtes pas libre ; vous êtes secrètement identifié avec lui, mais vous niez ce fait, et vous vous désappropriez ce matériel qui devient de l'ombre. Si cela se produit, disons, au stade 1 archaïque, le niveau matériel alimentaire, vous n'allez pas garder seulement l'échelon de base lui-même (le besoin alimentaire de manger, la *pulsion orale*), mais à la place, vous allez avoir une *fixation orale* – une identité cachée du soi, un sujet de conscience qui refuse de devenir un objet de conscience, et qui donc est clivé en tant que sujet caché, une sous-personnalité qui reste identifiée avec le stade précédent d'où il envoie des symptômes névrotiques et des dysfonctionnements douloureux ; ce sont des indications qu'une partie de votre conscience est toujours identifiée avec un besoin inférieur, infantile, une pulsion, un désir, ou une qualité d'enfant. Le sujet d'un stade n'est pas devenu complètement l'objet du sujet du stade suivant, il est resté bloqué en tant que sujet caché dissocié du soi principal, du centre de subjectivité, et il se cache en tant que composant d'ombre refoulé.

Peut-être que l'importance de ce fait va devenir clair si on le formule ainsi : la clé vers votre croissance, votre développement et votre évolution, consiste à rendre objet votre sujet actuel – c'est-à-dire qu'il s'agit de regarder votre sujet actuel au lieu de l'utiliser comme quelque chose à travers laquelle voir le monde (et de rester identifier avec elle). Tant que vous êtes identifié avec votre soi actuel, votre sujet, vous ne pouvez pas le laisser aller et faire de la place pour le sujet suivant, votre soi relatif plus élevé, et vous compromettez vos chances d'atteindre votre Subjectivité Absolue, votre Soi Réel et votre Véritable Nature, et au-delà votre Identité Suprême (puisque vous demeurez identifié avec un petit sujet (ou soi) relatif et fini).

Comme nous allons le voir de plus en plus, si des pratiques telles que la méditation de pleine conscience sont si puissantes, c'est grâce à la capacité d'introspection, à la capacité de regarder à l'intérieur et de voir quels sujets sont présents. Ce faisant, on les transforme en objets de conscience, de pleine conscience, ce qui permet d'accélérer la croissance et le développement de la personne qui pratique. L'avantage de combiner la Croissance et l'Éveil fait que précisément à cause de la nature réelle de ces sois subjectifs – avec leurs « cartes cachées » et leurs structures qui ne peuvent être vues simplement par l'introspection –vous pouvez étudier les modèles occidentaux de la Croissance (ou simplement le cadre Intégral) pour découvrir la nature de ces cartes cachées et *ensuite*, vous pouvez utiliser la méditation de pleine conscience pour vous focaliser sur ces sujets, en les rendant objets – c'est-à-dire en les transcendant, en les laissant aller, ce qui vous permet de les dépasser jusqu'au déploiement du stade suivant de développement.[10] C'est ce que nous appelons « la pleine conscience Intégrale » parce qu'elle

[10] Cela est détaillé dans *Méditation Intégrale*, Almora, Paris, 2022 (NdT).

Document de travail

utilise le cadre Intégral (et les études développementales qu'il contient) pour découvrir les cartes cachées et les structures cachées avec lesquelles vous êtes identifié en ce moment (sans le savoir), puis pour se concentrer sur elles avec la pleine conscience classique (qui ne peut pas par elle-même découvrir ces cartes cachées mais permet de les observer une fois qu'elles ont été découvertes). Ainsi vous transformez ces sujets cachés de conscience en des objets pleinement conscients, des objets sur lesquels pratiquer la pleine conscience, et ainsi vous les transcendez, vous les nettoyez, et vous faites de la place dans la conscience pour que le stade suivant de développement puisse émerger. Ceci accélère dramatiquement votre propre croissance évolutionnaire. (Nous reviendrons sur ce point dans ce livre, avec des exemples spécifiques et des instructions sur la façon de pratiquer cette pleine conscience Intégrale, ce qui va accélérer votre évolution).[11]

Ce même processus se produit pour les états et leurs Points de vue. Tandis que le sens du soi central passe d'un état à l'autre, le soi va identifier son identité centrale exclusivement avec cet état particulier, créant un stade-état, un Point de Vue particulier, à partir duquel il va voir le monde principalement : le Point de Vue est créé lorsque le soi regarde le monde UNIQUEMENT à travers cet état. Tous les états inférieurs demeurent disponibles, mais tous leurs Points de vue inférieurs sont abandonnés.

Donc, examinons maintenant plus attentivement les états de conscience et les Points de vue qui sont créés lorsque le soi passe d'un état au suivant (et chaque stade-état possède, naturellement, son Point de Vue spécifique sur le monde).

Ensuite, je donnerai un survol du développement des états et des Points de vue (à partir de la perspective de la pensée Intégrale de second palier). Puis je résumerai les caractéristiques générales des différents états, des caractéristiques que différentes structures vont interpréter différemment, car chaque structure va expérimenter chaque état différemment. C'est pourquoi ajouter les structures et les stades développementaux à une vision globale de la méditation est si importante dans toute spiritualité véritablement complète. Dans une perspective

[11] Est-ce qu'on ne peut pas simplement, dans la pleine conscience Intégrale, utiliser les chakras afin de devenir conscient des structures ? Pas exactement. Comme je l'ai souvent noté, les structures de base ne peuvent être vues simplement par l'introspection : les aspects des chakras que vous pouvez voir en regardant à l'intérieur, sont seulement leurs signatures énergétiques, des roues d'énergie subtiles, et les qualités qui leur sont associées. Les roues d'énergie subtile sont le corrélat masse-énergie Supérieur Droit ou « corps » des structures du quadrant Supérieur gauche ou « esprit » ; cependant les caractéristiques effectives de ces structures, telles que leur mode de pensée - magique, ou mythique, ou rationnel, etc. ne sont trouvées dans aucun texte sur les chakras et ne peuvent être vues en introspectant les chakras. Vous ne pouvez dire par la seule introspection si vous êtes au stade moral 1, 2 ou 3 – vous ne verrez jamais une pensée disant : « Je suis au stade moral 3. » Vous pouvez ressentir une énergie du chakra disant « J'aime le monde entier ! » Mais les caractéristiques de base des structures proviennent de la recherche moderne, des modèles occidentaux de croissance et de développement, et je ne fais que combiner ces caractéristiques « mentales » avec les « corps » d'énergie des chakras. Concernant les sujets qui ont besoin d'être rendus objets, ici dans le Quadrant Supérieur Gauche, la dimension Conscience, ces « cartes et ces structures cachées » sont révélées par les modèles occidentaux qui ont été incorporés dans le cadre Intégral. Se concentrer sur les chakras d'énergie ne pourrait pas, en soi, rendre objets ces sujets de conscience. Travailler sur les chakras fait partie du travail sur les états d'énergie – cela concerne davantage l'Éveil que la Croissance, et les états suivent leur propre chemin de croissance et de développement comme je vais l'aborder bientôt. Non, les cartes et structures cachées sont des choses que la psychologie développementale moderne a découvertes, et c'est leur partie cachée que nous devons rendre consciente. Ce sont des sujets cachés qui ont besoin d'être rendus objets, afin d'accélérer et d'augmenter la Croissance.

Document de travail

Intégrale, chacun des états (et stades-états) suivants est *vu et expérimenté différemment par les structures Magique, Mythique, Rationnel, Pluraliste, Intégral, et Super-Intégral*. Gardez bien cela en tête tandis que nous avançons.

Les états et les Points de vue

Nous avons déjà mentionné plusieurs systèmes présentant les mêmes états majeurs et leurs stades-états développementaux (y compris le résumé fait par John Chirban à propos des pères du désert du début du Christianisme, la représentation des mystiques occidentaux que fait Evelyn Underhill, mon livre *Integral Psychology*, qui schématise plus de cent systèmes développementaux, orientaux et occidentaux, et la synthèse du Bouddhisme Tibétain de Daniel P. Brown). Pour donner un autre exemple de ces stades méditatifs majeurs vus par un autre professeur-praticien, je vous propose les stades-états successifs décrits par le professeur de Bouddhisme Tibétain *Mahamudra*, Geshe Kelsang Gyatso (*Mahamudra*, avec *Dzogchen*, est généralement considéré comme le plus élevé des enseignements du Bouddha). Cette description donne les 6 stades suivants pour la méditation de base *Mahamudra* :

1. Identifier notre esprit grossier
2. Réaliser notre esprit grossier directement
3. Identifier notre esprit subtil
4. Réaliser notre esprit subtil directement
5. Identifier notre esprit causal/non duel
6. Réaliser notre esprit causal/non duel directement [12]

Les Tibétains reconnaissent les 5 états majeurs et les corps correspondants. Cet enseignant utilise le schéma simplifié « *Trikaya* » où les trois états les plus élevés sont collapsés en un seul (ce qui est très fréquent, comme je l'explique dans mon introduction de ces cinq états). L'important est que ces 4/5 états/domaines majeurs sont complètement reconnus par cette tradition, qui les voit généralement se déployer au cours de la méditation, de cette façon séquentielle.

Retournons maintenant au travail plus sophistiqué de Daniel P. Brown, et aux stades-états qu'il a retrouvés dans *toutes* les Grandes Traditions qu'il a étudiées en détail. Je me concentrerai sur *Mahamudra*, qui est la plus complète ; Brown a aussi examiné Teravada, les *Yoga Sutras* de Patanjali, et plusieurs sources chinoises et Chrétiennes, entre autres). Pour représenter plus clairement le travail le plus récent de Brown en relation avec la Métathéorie Intégrale, je

[12] Geshe Kelsang Gyatso, *Mahamudra Tantra: The Supreme Heart Jewel Nectar* [Le *Mahamudra* Tantra : Le Joyau Nectar du Cœur Suprême] Glen Spy, NY: Tharpa Publications, 2005, 99. Geshe Gyatso utilise la classification standard des trois états/corps : *Nirmanakaya*, *Sambhogakaya*, et *Dharmakaya* – c'est-à-dire grossier, subtil et très subtil (le terme Tibétain pour causal est « très subtil », mais j'ai utilisé causal pour être en accord avec ma terminologie). Comme cela est fait fréquemment, cette classification en trois états fait disparaître le 4e état de témoin vide, et le 5ème état non duel, bien que ces deux états soient parfaitement reconnus par les Tibétains. Cependant, ils les incluent souvent dans le *Dharmakaya* ou très subtil (ce que je nomme « causal »), c'est pourquoi je résume cela en « causal/non duel ». C'est simplement de la sémantique, comme je l'ai indiqué quand j'ai décrit pour la première fois l'état *Dharmakaya* en définissant les cinq états. L'important est que « grossier », « subtil » et « causal » est bien reconnu par la tradition tibétaine. De plus, chacun de ces « trois mondes » (et en fait de ces cinq mondes) est décrit comme consistant en un domaine, ou *dhatu* (« ontologie ») ; le corps qui l'expérimente est le « *kaya* » comme dans « *Trikaya* » ou la classification des « Trois Corps » qu'utilise Geshe Gyatso (*Nirmanakaya* grossier ou Forme, *Sambhagakaya* subtil ou Transformation, et *Dharmakaya* très subtil ou Vacuité/Vérité) ; l'état de conscience supporté par ce corps (éveil, rêve, sommeil sans rêve, ou « épistémologie ») ; et le niveau de conscience qui le connaît, comme dans les huit ou neuf niveaux de Yogachara (également « épistémologie »). La Théorie Intégrale inclut l'ensemble de ces quatre dimensions (domaine, corps, état et niveau).

Document de travail

m'appuie sur le livre de mon bon ami Dustin DiPerna *Streams of Wisdom* [13]. DiPerna et Brown ont travaillé en étroite collaboration pour s'assurer que les idées de leur livre sont actualisées et sont bien conformes avec celles des lignées de transmission spirituelle.

En regardant le travail de Brown avec une lorgnette Intégrale, il est clair qu'il commence avec l'état d'éveil grossier, ou la personne lambda est exclusivement identifiée avec le corps physique grossier et des pensées et ressentis grossiers. Après différents préliminaires et la mise en route de la pratique de la méditation, le premier passage se fait du stade-état grossier et son Point de Vue au stade-état subtil et son Point de Vue. Ici, on n'est plus identifié exclusivement avec le corps et les pensées physiques (le domaine du grossier en général) (bien que, comme tous les échelons de base, cet état/domaine majeur continue d'exister), mais le soi central est maintenant identifié avec le domaine du subtil et son Point de Vue, qui n'est plus l'ego grossier, mais ce que Brown appelle une identité personnelle (une « personnalité subtile » que les contemplatifs Chrétiens appellent « l'âme »). Brown appelle ce stade « Conscience », parce qu'il est le premier à être libre des divagations de la pensée et des émotions grossières, et est davantage en contact avec la pure Conscience.

Au stade-état qui suit le subtil – c'est-à-dire au stade-état causal – la personnalité subtile, l'âme, ou le Point de Vue subtil est démantelé (bien que le domaine du subtil lui-même reste en existence), et on trouve à ce stade les formes les plus subtiles (ou « causales ») de manifestation, tout particulièrement l'espace et le temps. (Rappelez-vous, ce sont ce que les grecs appelaient « archétypes », c'est-à-dire les « formes basiques sur lesquelles toutes les autres formes sont basées ». Les archétypes comprennent les formes géométriques fondamentales, l'espace et le temps – et Whitehead ajoute les couleurs. Mais la question reste la même « Qu'est-ce qui est préalable à toute autre chose ? » L'espace et le temps appartiennent clairement à cette catégorie.) Brown appelle ce stade-état causal « Conscience-elle-même ».

Tandis que le développement continue du causal vers le stade-état suivant, celui de la pure conscience de Témoin, on cesse de s'identifier exclusivement avec le causal et son Point de Vue, et on transcende l'espace et le temps pour trouver un Moment Présent intemporel – et une conscience qui se concentre sur le pur Présent. Brown appelle ce stade-état « Conscience sans limites et sans changement ». C'est aussi à ce moment que trois sous-niveaux de Non-dualité commencent à émerger : il s'agit de reconnaître la Non-dualité de la Vacuité et d'un objet particulier (1) après la survenue de l'objet, (2) pendant qu'il survient, et (3) avant qu'il survienne – et le dernier niveau seulement est la Conscience non duelle Éveillée (ou Essence). La dualité sujet-objet qui persistait dans l'état de Témoin est supprimée (c'était la dualité sujet-objet que possède le Point de Vue du Témoin, ce que Brown appelle « individualité », parce que le Témoin « prend toujours du recul » par rapport à tout ce qu'il observe et le voit comme un objet qui survient « devant lui » - que ce soit un objet causal, un objet subtil, ou un objet physique). Cette « individualité » explique pourquoi on appelle souvent le pur Témoin le Soi Véritable ou Soi Réel ou Soi Unique, qui finalement doit lui-même être transcendé pour que l'Unité ultime non duelle, ou pure Essence, puisse être Reconnue. Lorsque cela se produit, le monde est vu comme un Ensemble complet harmonieux (mais non exempt de caractéristiques), une Réalité non duelle, où la Conscience d'une personne fait un avec les phénomènes grossiers, subtils et du causal, mais n'est identifiée exclusivement avec aucun

[13] Dustin diPerna, *Streams of Wisdom: An Advanced Guide to Integral Spiritual Development* [Courants de sagesse : un guide avancé de développement spirituel Intégral] Tucson, AZ: Integral Publishing House, 2014.

Document de travail

d'entre eux. Ces domaines continuent d'exister (ils sont préservés et inclus), mais il n'y a plus aucune identité exclusive, aucun attachement à eux (les Points de vue limités son niés et transcendés). Ainsi une personne à ce stade Éveillé de Conscience non duelle pourrait par exemple explorer le domaine subtil, car celui-ci continue d'exister (et la personne continue de passer par l'état de rêve chaque nuit, qu'elle fasse du rêve lucide ou non), et pourrait continuer à développer des techniques pour explorer le domaine subtil – mais elle verra ce domaine à partir de sa perspective Éveillée non duelle. Comme avec les échelons inférieurs des structures, on ne va pas redescendre pour expérimenter le monde à partir de SEULEMENT un stade-état inférieur et perdre tout accès à la perspective du stade supérieur. Ces points de vue inférieurs ont été depuis longtemps abandonnés et transcendés, tandis que leur domaine – ou leur échelon – continue d'exister et continue de se produire. C'est le rôle de la conscience « sans niveau » de l'Essence Éveillée d'intégrer tous les domaines juniors précédents. Cette tâche peut être mal gérée, ce qui produit diverses dysfonctions comme nous le verrons dans la partie 3 de cet ouvrage.

La recherche de Brown est extrêmement importante, parce qu'elle montre le niveau de détail et la portée de ces 4 à 5 états majeurs (et de leurs stades-états). Le système tibétain est généralement considéré comme le système méditatif le plus complexe et le plus sophistiqué dans le monde entier, et le fait que ses écoles les plus importantes sont en accord fondamental sur ces 4 à 5 états/domaines majeurs constitue une preuve de plus que ces états (et leurs Points de vue) devraient être définitivement inclus, sous une forme ou une autre, dans toute Spiritualité complète, Intégrale, dans tout *Quatrième Tournant*.

Enfin, pour donner un exemple postmoderne en conclusion sur ces états/domaines, nous avons le maître américain Adi Da qui affirme : « Pour Réaliser l'Illumination Divine la plus parfaite, l'ego doit être transcendé au cours de trois phases distinctes – tout d'abord au niveau physique (grossier) (celui de l'argent, de la nourriture et du sexe), puis au niveau subtil (celui des visions et auditions internes et de toutes sortes d'expériences mystiques), et finalement au niveau causal (le niveau-racine de l'existence consciente dans lequel le sens du « Je » et de « l'autre », ou dichotomie sujet-objet, semble se produire dans la Conscience). »[14] La quatrième phase selon Adi Da est la Réalisation de « La Vérité toujours déjà présente », le But non duel toujours présent, le Fondement et la Condition de toute existence, élevée ou basse, sacrée ou profane, manifeste ou non-manifeste. Ainsi, il reconnaît grossier, subtil, causal, (Témoin implicite), et non duel – les 5 niveaux.

Comme je l'ai dit plus tôt, il est probable que ces similarités universelles aient leurs racines dans les états naturels de conscience inhérents à la biologie du cerveau humain – éveil grossier, rêve subtil, sommeil profond sans forme causal, plus la conscience non duelle toujours présente qui est à leur source. Ou du moins il est probable qu'il existe une corrélation. Les postmodernistes qui essaient de déconstruire tous les universels ont du mal à nier ces états universels du cerveau. Ils essaient d'affirmer que les Bouddhistes ont culturellement construit ces états cérébraux majeurs qui sont massivement différents de ceux des Juifs qui sont massivement différents de ceux des Hindous, ce qui n'a pas de sens. Nos cerveaux biologiques et leurs états sont similaires partout où l'humain apparaît, ce qui fait que les états contemplatifs et méditatifs – qui parcourent ces stades-états – prennent aussi un caractère universel (nous

[14] Ruchira Avatar Adi Da Samraj, *Real God Is the Indivisible Oneness of Unbroken Light* (Loch Lomond, CA: Dawn Horse Press, 1999), 18-19. (Le vrai Dieu est l'Unité indivisible de la lumière intacte).

Document de travail

parlons des caractéristiques profondes, tandis que les caractéristiques de surface diffèrent d'une culture à l'autre et même entre individus).[15]

J'ai noté précédemment, et cela vaut la peine de le répéter car c'est difficile à comprendre, l'importance des Visions du monde ET des Points de vue pour déterminer l'expérience humaine - ce qui est vu, comment cela est vu et interprété, et donc comment cela est effectivement expérimenté. Ces Visions du monde et ces Points de vue sont en tout point aussi réels que les facteurs culturels et sociaux, et ils peuvent donner lieu à des « mondes » entièrement différents (des « mondes » avec des compréhensions perçues différemment, ainsi que des caractéristiques ontologiques différentes).

Les états et leurs Points de vue, grossier, subtil, causal/témoin et non duel ultime, déterminent les types de phénomènes en général qui peuvent survenir et être expérimentés initialement (ou « *ce qui* » se produit, les phénomènes grossiers, subtils, du causal, ou non duels), tandis *que les structures et leurs Visions du monde* – avec leurs « cartes cachées » et leurs règles de grammaire – déterminent *comment* ces phénomènes sont interprétés et donc expérimentés. Le même phénomène (un état méditatif par exemple), observé à travers une Vision du monde différente, va résulter en un phénomène virtuellement différent. (Ceci n'est pas un exemple de « l'erreur épistémique » - la notion que les modes de connaissance épistémiques déterminent la réalité ontologique effective de ce qui est connu. Ce n'est pas non plus un exemple de son inverse « l'erreur ontique » – la notion que la réalité ontologique d'une entité détermine le statut de la connaissance épistémique qu'on en a. Ces deux erreurs sont basées sur une fragmentation préalable entre les domaines de l'être et de la connaissance, de l'ontologie et de l'épistémologie, du ressenti et de la pensée, en des domaines distincts, séparés, tandis qu'ils sont en fait deux composants corrélés de la même Complétude sous-jacente ; ils sont reliés entre eux par une *résonance mutuelle* d'entrelacements ajustés – et ne servent pas « d'ancrage », ni de « représentation correcte », ni de « moule » les uns pour les autres. Nous en dirons plus en avançant. [16]

Document de travail

[15] Les stades de la méditation sont, comme presque toute chose, une affaire de 4-quadrants. J'ai déjà mentionné les quadrants pour situer la science et la spiritualité. Je reviendrai là-dessus et je les expliquerai plus complètement. Nous verrons que les 4 quadrants sont quatre perspectives majeures, quatre dimensions inhérentes à toute situation et qu'ils doivent tous être inclus pour une vision complète quel que soit le sujet. Les quadrants comprennent des domaines tels que les facteurs biologiques, psychologiques, culturels, économiques, technologiques, environnementaux et sociaux – qui jouent tous un rôle dans la façon dont les caractéristiques de surface des états méditatifs apparaissent et sont expérimentées. Il en est de même pour des caractéristiques universelles transpersonnelles – elles sont interprétées par les structures dans chacun des 4 quadrants. Ainsi par exemple, il est commun de trouver dans la littérature mystique occidentale d'innombrables références à des êtres de lumière, souvent avec deux ailes – en d'autres termes des anges. (Qu'ils soient considérés plutôt comme des êtres ontologiques distincts ou comme des formes lumineuses rayonnantes trouvées dans l'état subtil, dépend dans une large mesure du stade de structure qui les expérimente.) Dans ces deux cas, il n'est cependant jamais fait mention dans les textes mystiques occidentaux d'un être de lumière avec 10 000 bras, et pourtant c'est une image incroyablement courante au Tibet qui représente le *bodhisattva* de la compassion, Avalokiteshvara, dont le Dalaï Lama est sensé être l'incarnation. Le sujet n'est pas de dire que ces images sont *seulement* des constructions culturelles – en fait l'état du cerveau et l'état de conscience subtil dont sont issus les deux types d'images sont très réels et sont universellement retrouvés avec les mêmes caractéristiques profondes – mais elles sont interprétées par des facteurs façonnés par le social et le culturel, ce qui résulte en différentes caractéristiques de surface et différentes façons de les expérimenter, d'où *l'interprétation* à « deux ailes » ou à « dix-mille bras » des *réalités* de l'état subtil.

[16] Du fait de sa longueur, la note est reportée à la fin du chapitre p XXX

En ce qui concerne le sujet du jour (l'effet des échelons de structure ou « cartes cachées » sur l'interprétation et donc l'expérience d'une entité ou d'un évènement), prenez comme exemple une personne dans l'état de rêve. Le rêve est une sous-classe du domaine du subtil et le subtil est un domaine de grande créativité, libre des contraintes et limitations du domaine physique grossier, ce qui fait que quelqu'un peut rêver de tout : depuis voler dans l'air, voir une licorne ou un personnage avec dix mille bras, ou une nouvelle application d'une technologie existante. Mais la façon dont cette personne interprétera le rêve dépend dans une large mesure de sa Vision du monde (de son niveau d'échelon de structure de développement). Disons que la personne est chrétienne, et rêve d'un être lumineux de lumière et d'amour. Elle peut très bien considérer cette être comme étant Jésus lui-même. Si elle est au niveau mental conceptuel/intentionnel, mu par un mental égocentrique et avide de pouvoir (échelon de structure 3, Magique-Mythique, « pouvoir »), la personne peut se voir elle-même comme étant Jésus-Christ, parce que la Vision du monde Magique-Mythique est effectivement égocentrique et capable seulement d'une perspective de première personne (cette Vision du monde est complètement focalisée sur elle-même et dans ses formes dysfonctionnelles, elle est commune dans les phénomènes schizo-paranoïdes). Si nous montons d'un étage à la Vision du monde Mythique traditionnelle, qui est capable d'adopter une perspective de seconde personne et donc d'élargir son identité de « Je » à « Nous » (une Vision du monde centrée sur le groupe appelée « ethnocentrique »), nous trouvons des gens qui croient que la Bible est la parole littérale de Dieu ; les vrais croyants sont « les élus » (tandis que tous les autres vont brûler en enfer) ; les miracles racontés dans la Bible sont tous littéralement vrais (de Moïse ouvrant la Mer Rouge à Noé dans son arche sauvant tous les êtres vivants, au Christ né d'une femme vierge). À Mythique, cette personne peut voir l'être de lumière qu'est Jésus-Christ comme le sauveur de tous les véritables croyants, le sauveur des élus (tandis que tous ceux qui ne l'acceptent pas comme leur sauveur personnel sont condamnés à l'enfer éternel). A la Vision du monde suivante, celle du cerveau Rationnel ou objectif, l'individu peut adopter une attitude de 3e personne critique et réfléchie, traiter tout le monde avec justice, indépendamment de la race, couleur, sexe ou croyances (c'est une Vision du monde appelée « monde centrique »), et il va donc examiner les prétendues vérités de la Bible qui étaient raisonnables il y a 2000 ans mais ne le sont plus de nos jours (par exemple ne pas manger de porc, ne pas parler à une femme qui a ses règles, lapider à mort ceux qui commettent l'adultère, etc.). Quand Thomas Jefferson était assis sur les marches de la Maison Blanche, et qu'il a commencé à découper toutes les portions de la Bible qui lui semblaient des sottises mythiques, il exprimait un Point de Vue rationnel. Quelqu'un à ce stade expérimenterait vraisemblablement ce personnage de Jésus, non pas comme le fils unique littéral d'un Dieu anthropomorphique né d'une vierge, mais plutôt comme un professeur d'amour et de sagesse mondialement connu qui a encore d'importantes choses à dire au monde moderne.

Nous avons le même phénomène – un être de luminosité et d'amour – et cependant trois interprétations, trois expériences complètement différentes de ce phénomène, selon le stade de structure du sujet et sa Vision du monde. Maintenant, imaginez que la méditation atteigne un stade particulier d'illumination et de révélation – disons un stade-état subtil de luminosité. Le domaine subtil et son Point de Vue va déterminer quels types de phénomènes peuvent se produire en premier lieu – dans ce cas, luminosité et révélation – révélation qui peut inclure la conscience de l'impermanence et de l'absence de Soi, tout comme le domaine du rêve a produit un être de lumière et des ressentis d'amour dans l'exemple précédent. Mais en allant plus loin, imaginez la différence d'expérience effective et d'interprétation entre des individus ayant une Vision du monde Magique-Mythique (pouvoir égocentrique), une Vision du monde Mythique (appartenance ethnocentrique), et une Vision du monde rationnelle (égalité monde

Document de travail

centrique). La tradition méditative se focalise sur le stade-état lui-même et sur son Point de Vue, qui, dans ses caractéristiques profondes, est essentiellement le même pour les trois Visions du monde – luminosité et révélation. Mais la texture de l'expérience, sa nature spécifique, son ampleur, son interprétation détaillée vont différer de façon significative entre ces trois individus, et vont dépendre en grande partie de leur Vision du monde actuelle, qui à son tour dépend du stade de structure et de l'échelon de base qui constitue leur centre de gravité. Expérimenter ce stade méditatif d'une perspective de 1re personne, de 2e personne ou de 3e personne est en tous points différent ! Comme nous l'avons vu, le Point de Vue est le facteur majeur qui détermine ce que nous voyons (dans ce cas une luminosité subtile et une révélation), mais la Vision du monde est le facteur le plus important pour *la façon* (égocentrique, ethnocentrique, monde centrique, etc.) dont nous le voyons. Il s'agit de la lunette-même à travers laquelle nous regardons cette expérience et toutes les expériences – comment nous les cadrons, comment nous les interprétons, et le sens que nous leur donnons, en bref, comment nous les expérimentons.

Il se trouve qu'aujourd'hui les individus pratiquent déjà la méditation à partir de différents échelons de structure de développement, et donc avec différentes Visions du monde – sans oublier qu'il existe des écoles entières de Bouddhisme venant de différentes Visions du monde (comme nous le verrons) – c'est pourquoi prendre en compte à la fois les structures et les états ne peut qu'avoir des résultats favorables. Sinon, si le professeur est, disons, à une Vision Pluraliste et interprète chaque stade de méditation à partir de cette Vision Pluraliste, alors l'interprétation qu'il fait de l'expérience de méditation des individus à différentes Visions du monde risque fort d'être incompréhensible pour eux. Souvent, leur expérience d'un stade-état méditatif particulier va effectivement être correcte pour l'échelon de structure auquel ils se trouvent, mais le professeur va leur dire qu'elle est comprise de façon incorrecte. En fait, le stade-état méditatif peut même avoir été expérimenté par un étudiant venant d'une structure plus élevée que celle avec laquelle fonctionne le professeur – disons une Vision du monde Intégrale ou super-Intégrale. L'interprétation du professeur risque de mettre à mal le développement spirituel de l'étudiant et de déformer la portée la plus élevée du Bouddhisme lui-même. Cela se produit plus souvent qu'à son tour. Comme nous l'explorerons plus tard, c'était particulièrement fréquent avec de nombreux professeurs Orientaux qui, dans les années 1960 à 1970, sont arrivés avec une dimension très élevée de développement des états – souvent causal ou non duel – mais avec une dimension très basse dans les structures, reflétant la Vision traditionnelle ethnocentrique et mythique de la culture dont ils provenaient. Lorsqu'ils interagissaient avec leurs étudiants dont la majorité venait souvent d'une structure plus élevée, disons, la Vision Pluraliste postmoderne, les résultats étaient perturbants et la confusion régnait. Le conseil des professeurs en ce qui concerne les états était souvent brillants, et les étudiants étaient subjugués, mais quand il s'agissait de la Vision du monde de la structure des professeurs, c'était plutôt embarrassant avec le côté ethnocentrique, homophobe, xénophobe, patriarchal, sexiste, autoritariste, et rigidement hiérarchique. Tant que les structures et les états ne seront pas tous deux pris en compte, les étudiants vont être confrontés à ces situations extrêmement perturbantes et leur développement spirituel risque fort d'être dysfonctionnel.

Nous avons donc examiné brièvement les états et leurs stades-états (ou Points de Vue). Nous avons trouvé que tous les humains sont nés avec 4 ou 5 états majeurs de conscience (éveil, rêve, sommeil profond, témoin inqualifiable, et unité non duelle) ainsi qu'avec leurs domaines « ontologiques » correspondants (c'est à dire la somme totale des objets qui peuvent se produire dans ces états individuels). Et chacun de ces « esprits » ou « consciences » possède un corps associé (une forme concrète de masse-énergie – corps grossier, corps subtil, corps causal, corps intégratif, et corps non duel), ce qui fait que chaque esprit a son corps : il existe

Document de travail

un corps/esprit grossier, un corps/esprit subtil, un corps/esprit causal, un corps/esprit non duel (si bien qu'il n'y a jamais de problème de dualité esprit/corps).

L'état éveillé commence identifié avec l'état d'éveil (et le corps grossier), bien qu'il parcoure inconsciemment des cycles à travers tous les états majeurs au moins toutes les 24h (passant de l'éveil grossier au rêve subtil au sommeil profond causal tout en restant dans le témoin toujours présent/non duel). Mais à moins qu'une personne commence une pratique telle que la méditation ou la contemplation, le centre de gravité de son soi d'état va probablement rester identifié avec l'état d'éveil grossier (au moins jusque tard dans sa vie), parce que lorsque que le sens du soi d'une personne passe d'un état majeur au suivant, il va « s'évanouir » ou « être effacé » (comme dans le passage de l'éveil au rêve ou au sommeil profond) et ainsi il ne sait pas du tout qu'il a changé d'état. Le soi va rêver avec bonheur, pratiquement inconscient d'être endormi - d'être inconscient et de rêver – jusqu'à ce qu'il se réveille (« Waouh, c'était juste un rêve ! »). Après plusieurs années de méditation – qui entraîne le Témoin ou l'état éveillé à rester conscient lors des changements d'états - le soi va généralement devenir capable de rester conscient durant le sommeil et d'expérimenter le « rêve lucide » - être dans l'état de rêve subtil et *savoir* que vous y êtes. Et lorsque cela se produit régulièrement, vous commencez à réaliser que non seulement vous n'êtes pas identifié avec votre ego d'éveil grossier, mais que quelque chose demeure Conscient et Éveillé en vous, même dans l'état de rêve, ce qui fait que vous n'êtes pas complètement identifié avec l'état de rêve non plus. Il y a quelque chose en vous, un centre profond de Conscience et d'état éveillé qui reste Conscient à la fois dans l'état d'éveil grossier et dans l'état de rêve subtil. Qui est-ce ? Ou qu'est-ce ?

Tandis que la méditation continue, votre Conscience - que vous soyez éveillé ou endormi - va commencer à s'ouvrir dans des périodes presque infinies de « Conscience elle-même », connectée à ce qui semble être la totalité de l'espace et du temps – vaste, ouvert, spacieux, terriblement sombre et pourtant imprégné de luminosité infinie. Par moment, cela va apparaître totalement non manifeste, une pure Abysse sans fond, à partir de laquelle des formes parmi les plus subtiles vont émerger – des formes géométriques subtiles, des sons subtils, des illuminations auditives, la matrice de l'espace-temps lui-même, des formes colorées – qui se déversent, « vers l'extérieur », et « vers le bas » pour créer le monde manifeste tout entier avec ses objets grossiers, subtils et du causal. Tout cela provient de votre propre Conscience, le noyau créatif de votre pur Soi et de votre Volonté infinie, souvent imprégné d'une Joie radicale, d'un pur Amour, d'une infinie Beauté et d'une Liberté sans limites. À ce stade, quand vous dormez, vous allez souvent passer dans l'état de sommeil profond sans rêve ; et pourtant une Conscience ou un état d'éveil tacite, extrêmement subtil, va demeurer présent, un fil venant de ce profond centre de Conscience que vous voyez de plus en plus comme votre Soi le plus vrai, le plus profond, le plus ouvert, votre pur État d'être JE SUIS.

Ce Soi pur et vaste, cet État d'être vide inqualifiable, vient complètement au premier plan au stade-état suivant, la pure Conscience vide de Témoin. Soudain, vous le reconnaissez, vous réalisez que c'est cela votre seul et unique Soi Véritable, le Soi que vous aviez avant la naissance de vos parents, le Soi que vous aviez avant la naissance de l'univers, le Soi préexistant à tout ce qui peut naître, parce qu'il se situe avant la naissance du temps lui-même – ou plus exactement, c'est le Soi qui simplement n'entre jamais dans le courant du temps parce qu'il vit seulement dans le Moment Présent intemporel, dans la pure Présence du pur Présent – « Avant Abraham, JE SUIS. » Ce pur État d'être JE SUIS est la Conscience profonde et claire en vous qui en ce moment-même est en train d'être Témoin de tout ce qui se produit, simplement, spontanément – cette page, cet ordinateur, cette pièce, ce paysage – et pourtant qui ne s'identifie avec rien de tout cela : « neti, neti, » « JE ne SUIS pas ceci, JE ne SUIS pas cela, mais

Document de travail

j'en suis le simple Témoin. » Cet État d'être JE SUIS, ce Témoin, ce Soi Observant silencieux et clair réalise que « J'ai les sensations de ces objets – les voitures, la maison, l'avion – mais je ne suis pas ces objets ; j'ai des sensations mais je ne suis pas ces sensations ; j'ai des sentiments mais je ne suis pas ces sentiments ; j'ai des pensées mais je ne suis pas ces pensées. » En fait, « J'ai un corps, mais je ne suis pas ce corps ; j'ai un cerveau mais je ne suis pas ce cerveau ; et j'ai une âme mais je ne suis pas cette âme. » Tous sont des objets qui peuvent être vus, mais le Soi véritable est le pur Observateur, pas quelque chose qui peut être vu. Je ne peux pas plus voir l'Observateur qu'un œil ne peut se voir lui-même ou qu'une langue ne peut se goûter elle-même. Si j'essaie de voir l'Observateur, ou de ressentir Celui qui ressent, ou de connaître Celui qui sait, tout ce que je trouverai ne serait que des objets supplémentaires, et non le véritable Sujet, le véritable Observateur ou Soi Réel. À la place, si je demeure dans ce pur Témoin, dans ce Soi Véritable, tout ce que je vais trouver est une vaste sensation de Liberté, de Libération, de Relâche, d'Expansion et de Profondeur infinie – la Liberté de ne plus s'identifier avec ces petits objets finis et chétifs (du grossier, du subtil ou du causal ; les sensations, pensées ou sentiments) avec lesquels j'avais par erreur identifié mon Soi infini. Cette expansion tranquille, silencieuse, de profondeur et liberté infinies, de vaste équanimité, est parfois appelée « l'esprit miroir », parce que, comme un miroir, elle reflète simplement tout ce qui se produit sans s'identifier ni s'accrocher à rien de tout cela. Chuang Tzu dit « La personne parfaite emploie le mental comme un miroir – il reçoit mais ne garde rien ; il permet mais il ne saisit pas. » Ramana Maharshi appelait ce Soi Réel, cet État d'être, le « Je-je », le pur Soi Observant « Je » qui est conscient du petit soi objet « je » (ou ego). Quand vous êtes conscient de vous-même en cet instant, vous êtes conscient du petit soi objet (ou ego) et le Soi qui est conscient de cela est le Vrai Soi ou Témoin véritable. Mais mon Identité Suprême avec l'Esprit, le Divin, la super conscience, je l'avais jetée, et je me suis identifié à la place avec cet ego pitoyable, limité, fini, mortel, encapsulé de peau, qui m'a séparé du reste du Tout, et m'a laissé partiel, limité, fragmenté, tordu et cassé – donc constamment ouvert à la souffrance, au tourment, à la torture, à la terreur et aux larmes. Ce que j'appelais « moi » toutes ces années n'est qu'un cas extrême d'erreur d'identité.

En fait, mon Soi Véritable, mon Soi Originel est une vaste Liberté, une sensation de Vacuité et d'Ouverture radicales. « J'ai des sentiments, mais je ne suis pas ces sentiments » - ce qui fait que je suis Libre vis-à-vis des sentiments. « J'ai des émotions, mais je ne suis pas ces émotions » - et donc je suis Libre vis-à-vis des émotions. « J'ai des pensées, mais je ne suis pas ces pensées » - et ainsi je suis Libre vis-à-vis des pensées. « J'ai un corps mais je ne suis pas ce corps » - et donc je suis Libre vis-à-vis de ce corps. « J'ai un mental mais je ne suis pas ce mental » - ce qui fait que je suis Libre vis-à-vis du mental. Cette Liberté radicale, cette Ouverture transparente, est mon seul et unique Véritable Observateur, mon Soi Réel, mon pur État d'être JE SUIS qui est toujours présent, incluant tout, embrassant tout radicalement. C'est l'esprit miroir qui, avec une équanimité immuable, est témoin de toute chose, objet et évènement survenant dans sa pure Conscience sans limites, le Visage Originel non né et éternel que j'avais avant la naissance de mes parents, avant la naissance de l'univers, avant la naissance de l'espace-temps lui-même qui définit la texture de cet univers particulier. « Avant Abraham, JE SUIS. » En effet. Cette pure Conscience spacieuse n'est rien que je peux voir comme un objet – c'est simplement une ouverture, un espace, où tous les objets surviennent moment après moment, un espace ouvert dans lequel cette montagne se produit, ces nuages se produisent, ainsi que cette pièce, cet immeuble, ce livre. Libre de tout objet, c'est l'espace ouvert dans lequel tous les objets se produisent, moment après moment après moment.

Tandis que je repose dans cet espace infini de Vacuité radicale et de pure Liberté, le sens-même d'être un Témoin, d'être un Soi Observant, d'être un Observateur, va tôt ou tard se

dissoudre complètement. Comme le dit le Zen « le fond du seau se casse » - et l'impression d'être un Soi observant les objets autour de moi se dissout complètement : l'Observateur devient un avec toutes les choses qu'il voit, le sujet et l'objet deviennent « non deux, » le monde « là-bas » et le monde « ici à l'intérieur » se réduit à une seule expérience d'un goût unique. Je ne suis plus le témoin de la montagne, je suis la montagne ; je ne ressens plus la pluie, je suis la pluie ; je n'entends plus une chute d'eau distante, je suis cette chute d'eau ; je ne vois plus les nuages, je suis les nuages. Je ne suis plus bloqué de ce côté de mon visage, regardant le monde survenir moment après moment « là-bas ». Il y a seulement le monde survenant moment après moment et je suis tout cela. Chaque objet ou évènement survient de lui-même, et se voit lui-même, existe par lui-même, s'auto-libère. Ce n'est plus un objet perçu par un sujet, même pas par un Sujet Absolu ou Soi, mais un objet qui se voit lui-même dans sa pure Essence et en tant que sa propre Essence. Je ne vois plus cette table, cette table se voit elle-même. Le Témoin Vide est devenu un (non duel, non-deux) avec tous les objets – grossiers, subtils et du causal – de sorte que la Vacuité et la Forme sont véritablement « Non duels », ou comme le dit le Zen (afin d'éviter de qualifier l'ultime), ils sont « non-deux, non-un. » Il en est de même pour le soi et l'Esprit, pour le fini et l'Infini, pour la Forme et la Vacuité, le relatif et l'ultime, samsara et nirvana, manifeste et non manifeste, vous et le Divin ultime. Vous avez effectivement, reconnu une Maison que vous n'avez jamais quittée. (Dans un moment, je donnerai des exercices spécifiques qui vous permettront d'expérimenter le véritable Observateur ou vrai Soi, et au-delà, la pure Essence non duelle. Donc, s'il vous plait, restez en ligne pour cela.)[17] NB : il me semble que l'exercice du témoin est avant pas après, déplacer cette phrase ?

Insérer la figure 3.1 qui est la figure 2.1 de Méditation Intégrale avec Sens, Âme (avec majuscules)

Document de travail

[17] Les textes correspondant à des exercices expérimentaux sont repérés par les zones grisées (NdT).

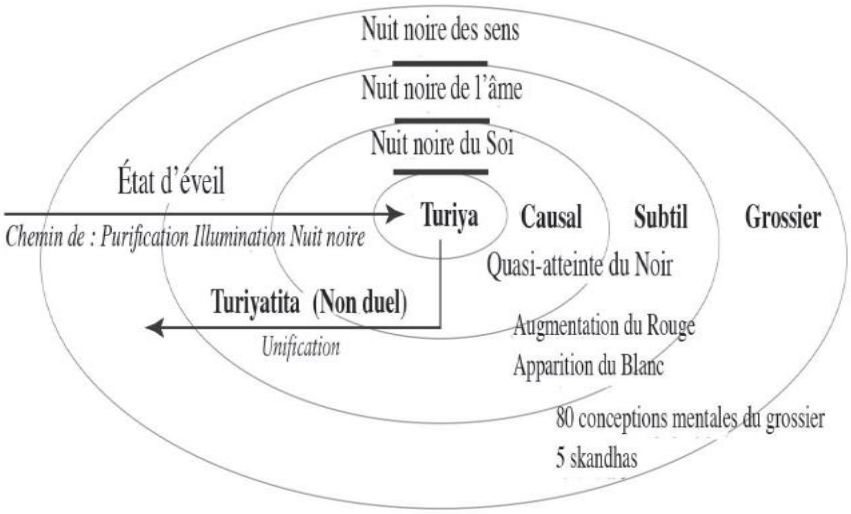


Figure 3.1. Les stades majeurs des états méditatifs.

Avant de détailler davantage ces états, ce diagramme simplifié qui les résume peut être fort utile (voir fig. 3.1pXXX). Cette figure contient de droite à gauche : grossier, subtil, causal, *turiya* (qui comme nous l'avons vu signifie littéralement « le 4e», c'est le 4e état majeur de conscience – qui est le Témoin pur, inqualifiable et Vide, le Vrai Soi, le pur État d'être JE SUIS ». *Turiya* donne *turiyatita* (« au-delà du 4e », la pure unification Non duelle de la Vacuité et de Toute Forme – grossière, subtile et causale – dans la pure Essence). Sur la gauche du diagramme, représentant l'Occident, se trouvent les stades majeurs d'Underhill, et dans le quart sud-est, commençant avec « cinq *skandhas* » (les cinq formes de conscience du grossier – forme, sensation, impulsion, concept, et sens du soi égoïque) se trouvent les stades du Yoga Tantra Supérieur, représentant l'Orient (« la quasi atteinte du noir » est la « sombre luminosité du causal », qui se produit juste avant l'Illumination, qui je le rappelle est l'union non duelle de la Vacuité et de la Forme). Chacun des domaines majeurs – grossier, subtil, et causal – a une « nuit noire » indiquée en bordure de son ellipse, qui implique la mort du soi à cet état (ou le relâchement de l'identité exclusive avec cet état/domaine), nécessaire pour permettre au stade-état suivant de survenir. Quand toutes les morts ont été traversées – y compris celle du Soi Supérieur du causal, et celle du Soi Véritable, ou Soi Réel, du Témoin *turiya* – alors le résultat est l'Essence Non duelle ultime, la Réalité *simplement telle qu'elle est*, dans son État d'être nu, ici même, en ce moment même.

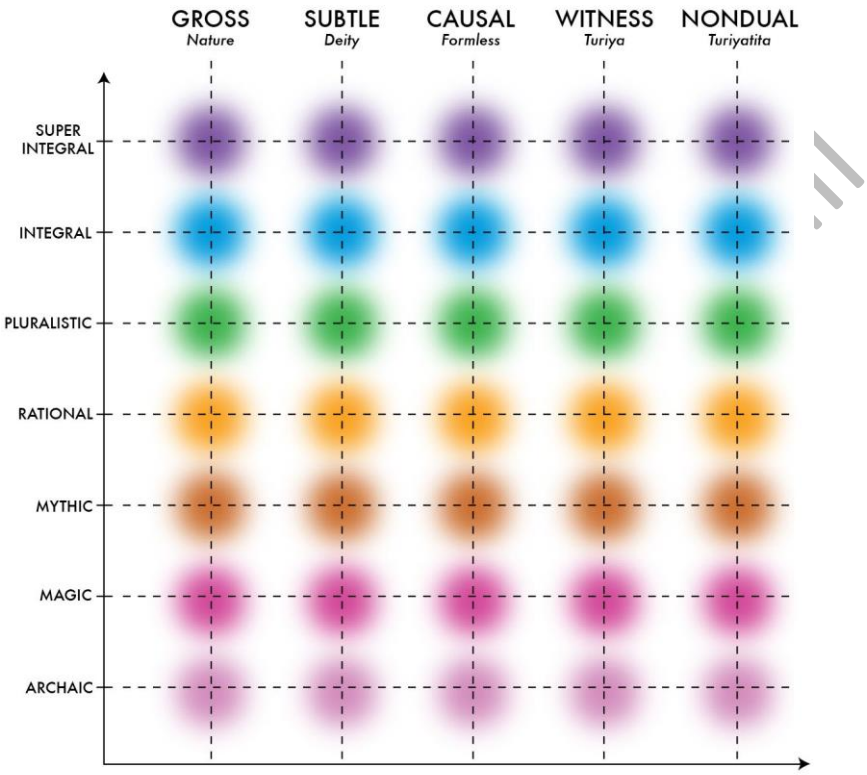
Insérer la Figure 3.2. qui est la même que la 2.2 de Méditation Intégrale

Figure 3.2 La matrice Wilber-Combs

Physique Subtil Causal/Témoin Non duel

Nature – Déité – Sans Forme – Non duel

(de haut en bas) Super-Intégral/Intégral/Pluraliste/Rationnel/Mythique/Magique/Archaïque



Nous avons vu que pratiquement chacun de ces états peut être expérimenté par n'importe quelle structure et que la structure va déterminer dans une large mesure *la façon* dont l'état est interprété. Cela est indiqué dans un diagramme appelé « La matrice Wilber-Combs » nommée conjointement avec le nom d'Allan Combs, qui a atteint essentiellement la même idée indépendamment (voir fig. 3.2). Sur l'axe vertical à gauche, nous plaçons les *niveaux de structure* majeurs (de chaque ligne développementale ou intelligence multiple, définie selon un modèle développemental psychologique au choix). Dans la figure 3.2, nous utilisons nos stades standard Archaïque, Magique, Mythique, Rationnel, Pluraliste, Intégral et Super-Intégral (qui sont des variations de la ligne de la vision du monde selon Gebser). Au sommet, nous plaçons une séquence *d'états* reconnus par une tradition donnée (dans le cas présenté, 4 sur nos 5 états standard : grossier, subtil, causal/témoin, et non duel). Sous chacun de ces noms, nous plaçons le type d'expérience spirituelle survenant dans cet état/domaine : il s'agit d'expérimenter un état expansif d'identité avec les phénomènes propres à ce domaine. Dans

le cas d'une forme de déité subtile, par exemple, on peut expérimenter une communion avec cette forme de déité, ou une union avec elle, ou une pure identité directe avec elle. Ainsi, l'unité avec toutes les formes du domaine grossier (du monde naturel) est le mysticisme dans la nature ; l'unité avec une forme majeure de déité du domaine subtil est le mysticisme autour d'une déité ; l'unité avec le domaine du causal/Témoin est le mysticisme sans forme ; et l'unité avec l'union ultime de la Vacuité et de la Forme et le mysticisme non duel de l'Unité. Cette figure nous donne deux des quatre vecteurs majeurs de développement – le vecteur vertical des niveaux de structure et le vecteur horizontal des domaines d'états. Ce qui manque (dans la façon dont la figure est dessinée) est le double centre de gravité – c'est-à-dire le stade de structure et le stade-état avec lequel le sens du soi (la conscience) est le plus identifié à un moment donné. Si nous entourions d'un cercle le premier (pour indiquer à quel stade de structure se trouve le soi) et si nous entourions d'un carré le second (pour indiquer à quel stade-état se trouve le soi), nous aurions la totalité des 4 vecteurs, ce qui serait suffisant pour cartographier complètement le double centre de gravité d'un individu et son développement général. Cette figure a l'avantage d'insister sur un point important, qui est que la façon dont un état/domaine particulier est interprété et expérimenté va varier considérablement selon l'échelon de structure qui expérimente cet état. Prendre cela en compte est crucial. (MC : je trouve cela très compliqué)

Comme nous l'avons vu, vous pourriez être à un niveau de développement de structure mythique ethnocentrique et pourtant terminer un entraînement des états et devenir un maître Zen adoubé dans une tradition de transmission, car les traditions ne prennent en compte que le développement des états (de grossier à subtil à causal à non duel), et non pas le développement des structures (de 1re personne à 2e personne à 3e personne à 4e personne et ainsi de suite). Ainsi, il manque à certains maîtres spirituels les perspectives cruciales contenues dans les « cartes cachées » à travers lesquelles leurs états sont vus et expérimentés, ce qui garantit un superbe Éveil mais souvent une Croissance médiocre, et peut-être même primitive. Nous connaissons tous des professeurs de ce genre, merveilleusement éveillés à des états très profond, mais faiblement développés dans leurs capacités de structure et leurs intelligences multiples, victimes de cartes cachées ethnocentriques et même égocentriques, ce qui provoque autoritarisme, xénophobie, hiérarchie rigide, souvent sexisme, patriarcat, parfois racisme, ethnocentrisme, absolutisme, souvent homophobie, et strict conformisme par rapport à leur tradition. Il se peut qu'ils croient aux capacités « magiques » des anciens Maîtres illuminés (par exemple croire qu'ils peuvent voler, guérir toutes les maladies, être omniscients, faire toutes sortes de miracles, etc.). Ces caractéristiques – y compris l'ethnocentrisme, l'autoritarisme, le sexisme, l'homophobie - sont hélas contenues dans leurs enseignements lorsqu'ils essaient de communiquer le dharma, la vérité spirituelle, ce qui provoque dans le public une réaction plutôt négative sur les réalités « spirituelles » en général. Le monde moderne et postmoderne va officiellement accepter des réalités venant seulement des niveaux monde-centriques ou au-delà (c'est pourquoi la modernité monde-centrique rejette agressivement *toutes* les formes de fondamentalisme religieux ethnocentrique, de l'Orient comme de l'Occident) ; de ce fait, la seule façon de garantir que la spiritualité a une place d'honneur dans le monde moderne et postmoderne est d'entraîner les enseignants et les étudiants à progresser à travers non seulement les états de conscience, de l'ignorance à l'Illumination, mais aussi à travers les structures de conscience, de l'immaturité à la maturité complète. Et la seule façon de le faire est d'inclure à la fois la Croissance et l'Éveil dans toute spiritualité vraiment Intégrale, complète et inclusive, que ce soit le *Quatrième Tournant* ou un autre développement spirituel.

Document de tra

Maintenant, il est temps de donner une analyse plus détaillée des états naturels majeurs, et d'inclure des exercices pour expérimenter directement les deux états les plus élevés disponibles – *turiya* et *turiyatita*, c'est-à-dire le véritable Témoin et l'Essence ultime non duelle.

Note 64/dernière note du chapitre 3

Ontologie = connaissance de ce qui est ; épistémologie = étude des sciences ayant pour but d'apprécier leur valeur pour l'esprit humain – Dictionnaire Larousse (NdT).

Cette interprétation constitue un juste milieu entre le réalisme naïf et l'idéalisme subjectif. Nous commençons avec le composant développemental – et si vous incluez un composant développemental (et le réalisme critique reconnaît que c'est l'un de ses manques significatifs), la première chose à laquelle vous êtes confronté est le fait que chaque stade de structure de développement *voit un monde différent* (un monde magique, un monde mythique, un monde rationnel, un monde pluraliste, un monde Intégral et ainsi de suite). Cette découverte peut être envisagée de trois façons différentes : (1) il existe un monde unique (une ontologie) qui nous est pré-donné (e) et chaque niveau en donne une interprétation (réalisme), (2) la structure du sujet connaissant crée elle-même le phénomène observé, et ainsi chaque niveau voit quelque chose de différent (idéalisme) ; et (3) une voie du milieu entre les deux – une mise en action Intégrale pluraliste – qui voit l'épistémologie et l'ontologie comme étant deux aspects corrélés d'une même réalité Complète. Dans cette perspective, le sujet connaissant, à travers sa propre épistémologie (ou la méthodologie qu'il choisit – voir ci-après) participe à cocréer l'objet connu – le sujet et l'objet coopèrent et s'influencent mutuellement. Dans chaque unification préhensive moment après moment, tandis que le nouveau sujet incorpore le sujet précédent dans son propre être, l'être est évidemment modifié d'une certaine façon par cette incorporation préhensive (l'objet influence le sujet). Mais de même, tandis que le sujet incorpore l'objet dans son propre être, l'être de l'objet est influencé par la structure du sujet connaissant qui fait l'action d'incorporer. Ainsi différents niveaux de conscience perçoivent différents mondes tandis qu'ils les mettent en œuvre ensemble.

L'erreur épistémique suppose que le sujet connaissant n'a aucune influence sur l'ontologie de l'objet connu ; ainsi, il existe un seul monde préexistant qui est interprété différemment par chaque niveau de développement. Mais si vous me décrivez ce monde « unique, pré-donné », je vous montrerai que vous me décrivez en fait un monde orange, ou un monde vert, ou un monde bleu-vert/opale[18], ou un monde turquoise, etc. Dans cette interprétation, vous supposez, que vous le sachiez ou pas, que chaque niveau de développement cocrée un monde objet différent (bien que vous soyez inconscient de la « carte cachée » ou des règles de grammaire du niveau qui cocrée). S'il existe un seul véritable monde donné à l'avance, et que cependant chaque niveau croissant de développement voit de plus en plus de ce monde et

[18] Le stade Holistique bleu-vert est le 1er stade du 2e palier. Ken Wilber utilise les couleurs de l'arc-en-ciel qui correspondent aux couleurs de chakras. Dans le livre de Frédéric Lalou, *Reinventing Organizations*, bien connu du public francophone, le terme bleu-vert a été traduit par Opale (NdT).

Document de travail

donc l'interprète de plus en plus exactement, alors aucun niveau en lui-même n'aura la vérité, parce que l'évolution n'atteint jamais un niveau spécifique en disant : « Ça y est, cela suffit ; plus d'évolution ! Ce que nous voyons ici est la vérité finale. » Non, il y aura toujours des niveaux supérieurs d'évolution, ce qui fait que s'il y a un seul véritable monde et une seule ontologie réelle, la vision du niveau actuel – ou de chaque niveau – sera toujours fausse, sera toujours moins que ce qu'un niveau maximum verrait, parce qu'il n'y a JAMAIS de niveau maximum. Et parce qu'il n'y a jamais de niveau maximum, personne ne voit jamais rien de vrai, *jamais*. Tout ce que vous voyez maintenant est faux, et l'évolution future le prouvera (pensez à ce à quoi ressemblera le monde dans mille ans). Pensez à la façon dont la vision Magique a vu le monde, et pensez que si peu de cela est accepté maintenant par les niveaux plus élevés actuels (elle n'avait ni atomes, ni molécules, ni cellules, ni évolution…), ou à la façon dont la vision Mythique le voyait. Pour la vision Magique, les atomes n'« ex-istaient » pas, je veux dire par là que le phénomène en question – les atomes – n'existait nulle part dans la conscience tribale Magique. En fait, ils n'ont pas ex-isté avant orange Rationnel et la science moderne. Mais est-ce que les atomes étaient totalement inexistants dans le monde Magique ? Non, les atomes *sub-sistaient* dans la réalité, simplement ils n'ex-istaient pas dans la conscience. Si c'est vrai – et ça l'est – alors cette vue évite toute erreur épistémique. Et, pour poursuivre, quelle est la nature, ou « vérité », des atomes eux-mêmes ? Quel est leur statut ontologique ? Cela dépend de quel niveau de développement répond à la question, et là encore, nous pouvons soit dire qu'il existe une seule vraie nature préexistante des atomes, ou bien que la nature des atomes est cocréée par le niveau de conscience qui répond à la question. Cela pourrait sembler une réintroduction de l'erreur épistémique, mais considérez cela : Quand orange a produit la conception des atomes pour la première fois, ils étaient dépeints comme des petits systèmes planétaires, avec un soleil (le noyau) et des planètes (les électrons). Avec le vert pluraliste/multipliste, est arrivée une théorie des quarks un peu décousue qui considérait les particules subatomiques comme étant des ondes de probabilité consistant en différents types de quarks multiples. Avec bleu-vert/opale et le second palier, ces quarks ont été rassemblés d'une façon unifiée (la Voie Octuple des hadrons, qui a été fortifiée par la découverte du boson de Higgs). Mais cette théorie ne pouvait toujours pas unir les quatre forces physiques (les forces nucléaires forte et faible, électromagnétique et gravitationnelle), elle ne réussissait pas à inclure la gravité. Avec turquoise est arrivée la théorie des cordes ou Théorie M – la croyance que les particules subatomiques sont en fait des manifestations particulaires de « cordes » à dix dimensions d'un univers particulaire multiple – une vision qui bien qu'abstraite, permet d'unifier les quatre forces, même si tout le monde s'accorde pour dire qu'elle est tellement abstraite qu'aucune preuve empirique n'en sera jamais possible.

Laquelle de ces conceptions des atomes est vraie ? Si nous voulons « sauver » l'ontologie et y ancrer la science en faisant de l'ontologie le seule monde réel non changeant dont la science fait des cartes et des modèles de plus en plus exacts, et dire ensuite qu'il existe une seule simple vraie nature préexistante des atomes, alors nous devons répondre : « Franchement, nous ne pouvons pas dire maintenant quelle est la véritable ontologie des atomes », parce que le prochain niveau développemental va continuer à les voir différemment et probablement plus exactement. Ainsi, seul le niveau ultime final de développement aura effectivement la vraie vérité ; tous les niveaux inférieurs, y compris notre vision du monde actuelle – n'aura PAS la moindre vérité, mais juste des illusions distordues, partielles et limitées sur l'atome réel. Les approches réalistes privilégiant l'ontologie, qui veulent sauver l'ontologie en en faisant le seul domaine non-changeant, et ancrer l'épistémologie dans l'ontologie, finissent par détruire toute chance d'atteindre un jour ce seul vrai domaine ontologique, parce que l'évolution ne finit jamais, et donc nous n'aurons jamais une vision exacte de cette réalité ontologique. OU

Document de travail

BIEN, nous pouvons abandonner l'erreur ontique de « un seul monde réel » et dire en paraphrasant Hegel « Chaque stade est adéquat et chaque stade supérieur est plus adéquat », ce qui donne « chaque stade est vrai (pour ce qui concerne les conditions des quatre quadrants et les nouveaux phénomènes émergeants de ce stade), et « chaque stade plus élevé est 'plus vrai ' » (en ce qui concerne les nouvelles conditions et les nouveaux phénomènes émergeants de ne nouveau stade). » C'est ce que révèlent en tout état de cause les études développementales avec une clarté sans équivoque – chaque nouveau niveau de conscience possède (et cocrée) un monde différent.

De façon plus précise, à chaque niveau, dans chaque « monde », l'épistémologie (la connaissance), la méthodologie (la façon de connaître), et l'ontologie (ce qui est connu) sont entrelacés, cocréant et co-agissant de façon intégrale. Ces trois paramètres co-interagissent pour produire le phénomène final qui va devenir co-ex-istant au lieu de simplement subsistant. Et par convention (qu'on le réalise ou non), ce qui « subsiste » est souvent confondu avec ce qui « ex-iste » au niveau le plus élevé qui fait l'action de connaître. Actuellement, ce qui subsiste dans le monde est à la base ce qui ex-iste dans le « monde » turquoise, parce que cette Vue est la « plus vraie » et la « plus évoluée » de tout ce qui a été développé jusqu'ici. Comme personne ne connaîtra jamais le niveau ultime de l'évolution, parce qu'il n'y a aucune indication que l'évolution atteindra jamais un point final, la seule définition de « vérité » devient « le plus vrai » - la Vision venant du « monde » du plus haut niveau en train de faire l'action de voir. Dans le monde d'aujourd'hui, « ce qui est le plus plus plus vrai » serait la vision de Supermind, mais comme tellement peu de personnes s'en approchent un tant soit peu, et qu'encore moins étudient les atomes, la vision la plus haute attendue d'un atome, est celle de turquoise, comme nous l'avons dit. L'ontologie cocréée du « monde » turquoise devient donc la réalité implicite derrière le terme « une vraie » réalité sub-sistante dans tous les temps et tous les lieux précédents – y compris le « vrai monde » des sociétés magiques tribales, le « vrai monde » des sociétés mythiques traditionnelles, le « vrai monde » des sociétés modernes rationnelles, et le « vrai monde » des sociétés pluralistes postmodernes (alors qu'elle est, évidemment, simplement ce qui *ex-iste* dans le « monde » turquoise, même si implicitement elle est supposée être la seule réalité *subsistante* de ce monde et de tous les mondes, la réalité considérée comme étant la seule « vraiment vraie », la réalité ontologiquement vraie). Mais dès que vous décrivez ce que vous jugez en train de « sub-sister » selon les théories les plus avancées du moment, vous décrirez seulement ce qui ex-iste dans le monde turquoise, immanquablement.

Ainsi l'approche Intégrale permet de s'orienter entre la conception « réalité préexistante » du réalisme et son ontologie unique, et la vision subjective idéaliste que tous les objets sont créés par le sujet connaissant. Non, il y a bien une réalité qui subsiste indépendamment de toute connaissance ou méthode de connaissance (la seule exception est quand l'objet de connaissance est lui-même certain aspect du système humain de connaissance/ un processus qui naturellement n'existe pas indépendamment), et qui permet à chaque aspect de la réalité subsistante d'ex-ister dans toute conscience humaine, cet objet subsistant devant être connu par un sujet ou un groupe de sujets (à un niveau développemental particulier de conscience) en utilisant une méthode de connaissance particulière (avec une méthodologie particulière, par exemple les sens, un microscope, une chambre à bulles, un télescope etc…). Un sujet pluraliste utilisant une méthodologie pluraliste va cocréer et faire ex-ister un objet pluraliste. Si un de ces multiples facteurs manque, le phénomène n'ex-iste pas quelle que soit la conscience. Et à nouveau, exactement ce qui *subsiste* – ce qui est effectivement ontologiquement là – est considéré comme ex-istant par la Vision du monde la plus haute faisant l'action de voir (parce que c'est la version la « plus vraie » de subsistance disponible).

Document de travail

Cela pourrait donner l'impression que la Vision Intégrale introduit un « *ding an sich* »[19] – une chose non connaissable par elle-même, que différents niveaux mettent en acte différemment, mais ce n'est pas le cas. C'est plutôt la vision réaliste qu'il existe une seule ontologie à la base de l'épistémologie qui postule implicitement un « *ding an sich* », car le vrai objet, comme le montrent les développementalistes évolutionnaires, apparaîtra seulement au niveau ultime de l'évolution, c'est-à-dire quelque chose qui ne sera jamais connu – jamais – et c'est cela la chose inconnaissable par elle-même que le réalisme postule. Tandis que redéfinir « vrai » comme étant : « vrai pour un niveau donné d'un monde » permet à l'être humain de connaître quelque chose de vrai – les phénomènes qui ex-istent à son niveau sont de vrais phénomènes (à ce niveau, et s'ils sont étudiés correctement par les méthodologies de ce niveau). Qualifier la vérité en ajoutant « à ce niveau » ne la nie pas ni ne la réduit, cela ne fait que la situer ; une fois située, la vérité est aussi vraie que la vérité peut l'être – à ce niveau. La vision Intégrale suppose aussi que « chaque stade est vrai, et chaque stade supérieur est plus vrai » - c'est-à-dire que la subsistance va être vue de plus en plus clairement et mise en acte de plus en plus correctement tandis que le développement se déploie, ce qui rend l'ex-istence de plus en plus adéquate en même temps. Elle déclare aussi que la version « la plus vraie » de subsistance est la Vision ex-istante du plus haut niveau de l'évolution à ce jour en train de faire l'observation, de sorte que « le plus vrai que la vérité puisse être » est la vérité du plus haut niveau pour ce sujet. L'ex-istence du plus haut niveau est la *vraie* subsistance pour ce moment dans l'histoire/dans l'évolution – « la vérité » n'ayant aucune signification réelle ni opérationnelle différente de cela. A la différence des versions réalistes et idéalistes, l'approche Intégrale permet à la vérité d'être authentiquement fondée sur le processus entrelacé de l'épistémologie, de la méthodologie et de l'ontologie, où aucun de ces domaines n'est réduit à une ontologie inconnaissable, unique, et préexistante, ni à une abstraction épistémologique ultime radicale subjective, d'autant plus qu'aucune des deux ne donne de description adéquate des questions développementales/évolutionnaires.

Dès que l'on regarde sérieusement des études développementales, on a besoin de ce type de vision. Parce que la première chose que l'on apprend des recherches développementales est que chaque niveau voit un monde différent – chaque niveau *possède* un monde différent ; cela réduit à néant toutes les ontologies réalistes, et montre la nécessité d'une échelle glissante de vérité réelle, de vérité développementale, et cela appelle un paradigme Intégral pluraliste créateur, ce qui selon mon opinion est la seule façon de répondre correctement à ces questions.

Il faut ajouter que si nous regardons les quadrants à partir de points de vue de « zones » : un objet dans chaque quadrant peut être examiné de l'extérieur, dans une posture objective/universelle/rationnelle, ou regardé de l'intérieur, dans une posture subjective/cognitive/locale/mise en acte – cela nous donne 8 zones, 4 vues de l'intérieur et 4 vues de l'extérieur. Je démontre (dans le volume 2 de la Trilogie du Kosmos, « Sex, Karma, Creativity », manuscrit non publié), que les disciplines de chaque quadrant se divisent en ces deux approches. Il s'avère que cela décrit quelles approches mettent l'accent sur un composant réaliste (objectiviste) de l'être et de la connaissance, et lesquelles mettent l'accent sur une approche idéaliste (cognitive/enactive), et chacune de ces 8 zones correspond effectivement à des approches bien connues. C'est en apportant une approche Intégrale (« toutes zones ») à cette question qu'on peut en dériver un Point de Vue équilibré, complet, vraiment holistique, comme je viens juste de le présenter. (Et cela suggère aussi un truisme Intégral, c'est-à-dire, en fait, que chacune de ces approches est « vraie mais partielle » - si vous prenez la perspective

[19] Un objet indépendant de l'observation, d'après Kant (NdT).

Document de travail

particulière qui génère une zone, alors le monde va effectivement vous considérer comme étant fondamentalement réaliste ou fondamentalement idéaliste, selon la zone à partir de laquelle vous l'observez. Comme d'habitude, Intégral rassemble les vérités « vraies mais partielles » - réaliste ET idéaliste – en une vue Intégrale plus vaste « vraie mais partielle » - qui représente le « plus vrai » et le « plus vaste » à ce point de l'évolution.) Voyez le chapitre 11 pour la suite de cette élaboration.

Document de travail

4 – Les états de conscience grossier et subtil

Commenté [FB1]: On va retenir la convention et il faudra il préciser : les structure en majuscule et les états en minuscule (Point de vue - Magique) mais (subil - causal) ;

La question des majuscules peut poser problèmes sinon. (et lorsque je dis cela, je suis certain qu'il seront pas aussi à cheval que moi)

Ce chapitre apporte une description plus fine des deux premiers états naturels, le grossier et le subtil, enrichie par quelques exemples concrets, tandis que le chapitre 5 fera de même avec les 3 autres états, le causal, l'état de Témoin et le non duel. Mais soyez prévenus à l'avance : la façon dont ces états sont vus, interprétés et expérimentés dépendra dans une large mesure du centre de gravité de structure du soi en train de voir, d'interpréter et d'expérimenter. Comme nous le verrons en détail de façon convaincante au chapitre 6, une expérience Magique d'un état subtil est dramatiquement différente d'une expérience Pluraliste de ce même état subtil ; une expérience Mythique d'un état causal est profondément différente d'une expérience Intégrale du même état causal. Cela fait que la discussion qui va suivre sur les états naturels et qui va se poursuivre au chapitre suivant, est un peu un amalgame – un regroupement de caractéristiques qui sont généralement, mais pas toujours ni nécessairement, expérimentées par tous les niveaux de structure du soi. De plus, je combine « l'état » de conscience, l'aspect « connaissance », avec le composant « domaine », c'est-à-dire avec les types de phénomènes ontologiques qui peuvent généralement être trouvés dans chaque état. Le même avertissement prévaut ici : « l'ontologie » d'un domaine n'est pas donnée à l'avance, elle n'est pas fixée dans le marbre, mais elle est mise en acte et cocréée par le sujet qui connaît et expérimente, et cela changera pendant le développement.[20] Un sujet Magique, avec seulement une perspective de 1re personne, va voir des choses très différentes de ce que voit un sujet Mythique, qui possède en plus une perspective de 2e personne. Et ces expériences vont être dramatiquement différentes de ce qu'un sujet Rationnel, qui ajoute une perspective de 3e personne, va voir dans cet état, ou de ce que voit un sujet Pluraliste avec une perspective de 4e personne, et ainsi de suite.

Ainsi, cette discussion des chapitres 4 et 5 apporte une présentation *générique* de ces 5 états naturels majeurs de conscience, qui sont le cœur même de l'être humain. Celui-ci, après les avoir réalisés du début à la fin dans un processus d'ÉVEIL, découvre ou reconnaît le centre toujours présent du Divin qui est le But, le Fondement, la Condition et l'Essence ultimes de chaque humain, de chaque être sensible (et de chaque holon[21] individuel dans le Kosmos tout entier). L'état ultime non duel ou Essence *est* ce qui est en train de lire cette page maintenant, de regarder cette pièce, d'écouter ces oiseaux. En fait, non seulement il est en train de lire cette page dans toute son Essence immédiate, mais il l'a également écrite. *Vous*, le seul et unique *vous*, ce seul et unique Divin dans chaque être sensible du Kosmos tout entier, vous, votre *Vous* le plus profond, en tant que votre État d'être central JE SUIS, que vous pouvez ressentir, que vous ressentez en ce moment même, est le vrai Auteur ultime de ce livre et de l'univers entier, de haut en bas. Ressentez ce simple sentiment *d'être Vous* et reconnaissez sa nature toujours présente, imprégnant tout, moment après moment après moment. Vraiment, rien n'est plus évident, ni plus présent, ni plus réel.

Vous allez généralement passer par ces 5 états majeurs sur le chemin qui vous mène à réaliser complètement et de façon permanente cet état d'être JE SUIS non duel toujours présent dans son Essence la plus simple, juste comme il est, exactement comme il est, maintenant et maintenant jusqu'au Moment Présent intemporel – le Présent étant la seule chose qui n'a pas de fin.

[20] La note précédente, à la fin du chapitre 3, est éclairante sur ces distinctions (NdT).
[21] Pour une définition de holon, voir la note en bas de la page XX102 (note 68 pour l'instant) (NdT).

Document de travail

L'état grossier [ou physique]

Techniquement pour les traditions, le domaine du grossier fait référence strictement au matériel, au domaine physique, sensorimoteur qui comprend tous les niveaux d'existence jusqu'à (sans l'inclure) l'émergence de la vie (des premières cellules). Il correspond au premier chakra (matériel) et au premier étui (l'*annamayakosha* ou « étui fait de nourriture » - c'est-à-dire l'étui physique). Mais il est aussi très fréquent d'inclure plusieurs niveaux supérieurs qui sont les plus parlants pour « refléter » le domaine grossier. Ainsi, par exemple, même si l'ego fait techniquement partie du domaine subtil, il est fréquent d'en parler comme « l'ego qui reflète le grossier » et de le placer dans le domaine grossier parce que l'ego lui aussi grandit dans le monde en étant défini majoritairement par le domaine matériel ou physique, et nombre de ses pulsions, besoins et caractéristiques reflètent ces éléments que l'on trouve plutôt dans le domaine grossier (ou du moins ils ont une dimension grossière significative) – la nourriture, l'argent, la célébrité, la fortune, les voitures, les maisons, etc. De plus, le domaine physique sensorimoteur est considéré par tous les egos comme étant incontestablement réel : par exemple « le matérialisme scientifique » ne reconnaît *que* ce domaine comme réel, d'où « l'ego qui reflète le grossier ».

De la même façon, il est courant de considérer les six premiers chakras comme étant « les chakras qui reflètent le grossier », et dans ce cas, le domaine du subtil, qui techniquement commence en même temps que la vie, au second chakra, *pranamayakosha*, au niveau émotionnel-sexuel, est considéré comme commençant au septième chakra, situé au-dessus de six chakras inférieurs « reflétant le grossier » (c'est ce que fait par exemple Adi Da dans *The Paradox of Instruction*).[22] Mais on peut « dire de quelque chose qu'elle reflète le grossier » jusqu'au niveau Intégral au maximum (où cela cesse si cela n'a pas cessé auparavant). Car à ce stade, les huit premières structures (« Intégral » étant la huitième – après archaïque, magique, magique-mythique, mythique, rationnel, pluraliste, holistique) ont « objectifié », « transcendé » ou « rendu objet » pratiquement tous les types de phénomènes qui peuvent être catégorisés comme « reflétant le grossier », ce qui fait que le plus haut niveau de structure suivant, le transglobal ou Para-mind (le premier des échelons de structure de Super-Intégral), objectifie complètement le domaine complet du grossier (du moins comme il existe à ce point de l'histoire et de l'évolution). Donc, les états ne peuvent évoluer que « vers le haut » (ou « vers la droite » dans la matrice Wilber-Combs) – c'est-à-dire vers le domaine du subtil, si le soi ne l'a pas encore fait (c'est-à-dire, s'il n'a pas encore fait passer son centre de gravité d'état de grossier à subtil, ce qui est possible à partir de Magique ou Magique-Mythique).[23] Un des

[22] Bubba Free John (Adi Da), *The Paradox of Instruction: An Introduction to the Esoteric Spiritual Teaching of Bubba Free John* (San Francisco: Dawn Horse Press, 1977). (Le paradoxe de l'instruction : une introduction à l'enseignement spirituel ésotérique de Bubba Free John).

[23] Un des sujets de discussion en cours dans toute psychologie/spiritualité Intégrale est le moment où différents états peuvent être objectifiés (rendus conscients) en relation avec le développement global des structures – le point le plus précoce où cela peut se produire, et le point le plus élevé auquel cela doit impérativement se produire pour que le développement puisse continuer. Donc, pour le plus « précoce », si vous reconnaissez les cinq états naturels majeurs, vous reconnaissez aussi que tous, sauf le plus bas – l'état d'éveil grossier – sont « inconscients » au cours des stades les plus précoces de développement (c'est-à-dire dans l'enfance). Ce qu'il se passe dans le développement général des états conduisant à l'Illumination (un processus complet d'Éveil) est que l'état éveillé, ou la Conscience en tant que telle, la pure Conscience, passe de l'identification avec l'état d'éveil grossier, vers la conscience de l'état de rêve subtil (soit avec le « rêve lucide » ou certains états de méditation tels que la « Conscience » de Brown ou les deux, ce qui fait passer le soi-sujet subtil inconscient (l'âme) en un objet de conscience, ce qui le

Document de travail

effets de « l'objectification » du domaine grossier par Para-mind est que ce stade va souvent avoir des expériences du domaine grossier (comprenant toutes les formes de la nature) soit en communion, soit en union, ou même en identité (ce continuum est trouvé dans tous les états ; il fait référence à la relation entre le sens du soi de cet état et les phénomènes globaux de cet état – cela peut être une communion, une union ou une identité). Dans cet état grossier/naturel, l'identité est une expérience d'unité avec tout ce qui fait la nature, comme dans le « mysticisme de la nature. » Mais quel que soit le degré d'union avec le domaine grossier/naturel (communion, union ou identité), Para-mind commence à exprimer une compréhension que le monde n'est pas juste physique, qu'il est psycho-physique. Il y a deux explications à cela : (1) l'union inhérente de l'épistémologie et de l'ontologie, c'est-à-dire que l'interprétation a un rôle dans toute ontologie et que les concepts contribuent à cocréer le monde qui est perçu ; (2) la notion générale que le monde possède à la fois des intérieurs (la

Commenté [FB2]: Plus je vois le lexique de wilber et plus je me dis que l'ajout en fin d'ouvrage d'un lexique "integral" serait un prérequis pour le lecteur. AU moins la matrice AQAL + les mots les plus courants.

---

transcende et l'inclut dans la Conscience). Puis l'état éveillé (ou Conscience) passe à l'état causal ou très subtil (soit en demeurant tacitement conscient pendant le sommeil profond ou en expérimentant certains états en méditation tels que « la Conscience elle-même » de Brown, ce qui fait passer le sujet caché inconscient causal en un objet de conscience, ce qui permet de le transcender et de l'inclure). De là l'état éveillé passe dans la pure Vacuité, dans la conscience/lucidité sans forme, la pure conscience du Témoin esprit-miroir, ou conscience du Soi Véritable, ainsi commençant à transcender et inclure la source ultime de dualisme et avançant vers le stade « final » la pure Essence non duelle Éveillée.

Concernant « le plus précoce », la question est la suivante : quelle est le premier stade de structure auquel un peu de cela, ou tout de cela, peut se produire ? Clairement, il faut avoir un sens du soi assez fort et bien développé pour pouvoir parcourir ces stades-états qui sont difficiles et exigeants, et le soi à ses niveaux les plus précoces ne serait certainement pas assez fort pour le faire. Donc, quelles sont les corrélations entre les niveaux ? Mes prédictions de personne éduquée sont les suivantes (j'expliquerai les couleurs au chapitre 6, il n'est pas nécessaire de s'en souvenir maintenant) : Le soi doit être à magenta Magique/impulsif pour pouvoir à peine commencer à voyager dans la conscience de l'état subtil, et plus couramment il sera à rouge Magique-Mythique. Il doit être à ambre Mythique pour commencer à voyager dans le causal, et plus couramment, il lui faudra attendre orange Rationnel pour cela. Il a besoin de vert Pluraliste, et plus probablement de bleu-vert/opale Holistique, pour atteindre des stades-états vraiment non duels. Une partie des données utilisées pour générer ces suggestions est tiré d'archives historiques et de la corrélation entre le centre de gravité de structure d'une ère particulière et les réalisations des plus hauts états qui ont émergé et étaient présents à ces périodes de l'histoire. Ainsi, à Magique les chasseurs-cueilleurs ont vu l'apparition d'un chamanisme d'état subtil bas ou moyen ; à ambre Mythique est apparu le mysticisme avec des états du haut subtil et une religion sacerdotale autour « d'un esprit manifeste » ; les premières incursions dans orange Rationnel ont vu la naissance du vrai causal, un mysticisme sans forme, où le nirvana était divorcé de samsara, le Un séparé des Nombreux ; tandis que les aperçus précoces du Pluralisme, et surtout du 2nd palier, ont vu la naissance du Tantra et des écoles du pur non duel.

Quant à « l'autre bout » de la question (c'est-à-dire, quel est le plus haut stade de structure dans lequel un état particulier doit être objectifié, rendu conscient, pour que le développement continue ?), j'ai simplement suivi Aurobindo, pour l'instant (car les résultats de recherche continuent d'arriver), entre autres sources (y compris ma propre expérience), à propos des quatre structures les plus hautes au 3e palier Super-Intégral. J'ai assigné à chaque structure un état qui doit être rendu conscient *au plus tard* par cette structure pour que le développement puisse continuer : ainsi « l'esprit illuminé » d'Aurobindo (mon Para-mind indigo) objectifie finalement le grossier, et ce qui reflète le grossier ; son « esprit intuitif » (mon Méta-mind violet) objectifie finalement le subtil ; son « Overmind » (mon Overmind ultraviolet) objectifie finalement le causal/témoin ; et son « Supermind » (mon Supermind blanc et de la lumière claire) objectifie finalement le non duel. Dans la plupart des cas, cela se produit plus tôt (à partir du niveau de structure minimal que je viens de donner).

Il y a donc des « limites théoriques » à la matrice Wilber-Combs – d'une part le stade le plus précoce et d'autre part le stade le plus tardif pour qu'une structure puisse expérimenter un état particulier. A l'intérieur de ces larges limites, il est généralement vrai que pratiquement chaque état peut être expérimenté par pratiquement chaque *structure* ; l'Éveil et la Croissance sont bien deux axes très différents de développement, et il est nécessaire de prendre soin également des deux. [Voir si on ajoute ma figure de la matrice avec ses limites.]

Document de travail

conscience) et des extérieurs (les formes matérielles) – d'où il est psycho-physique. Dans le 3e palier en général, cette prise de conscience devient primordiale : la séparation faite au 1er palier entre épistémologie et ontologie n'est pas naturelle, cela correspond à casser, fracturer ou fragmenter ce qui est en fait une Complétude inséparable. Au 3e palier la connaissance n'est pas une représentation d'un objet par un sujet, c'est une « résonnance mutuelle » dans les 4 quadrants qui vont tous « vibrer ensemble » lorsque la « vérité » est présente, et ne pas vibrer lorsque la « fausseté » est présente. La « vérité » dans n'importe laquelle de ses formes dans n'importe quel quadrant, est une question de résonance harmonique mutuelle, et non pas un « ancrage » de l'épistémologie dans l'ontologie ou vice versa, ce qui serait simplement le résultat d'une fracture antérieure entre ces deux dimensions corrélées et mutuellement dépendantes. Nous aborderons ce sujet et nous terminerons la discussion sur toutes les structures y compris celles du 3e palier, aux chapitres 6 et 7(vérifier).

Un dernier point à propos du domaine grossier/physique : comme je l'ai dit plusieurs fois ailleurs, un des problèmes majeurs à propos de la façon dont les anciens considéraient le plan physique ou matériel est qu'ils ne connaissaient pas les découvertes de la science moderne sur les « micro » dimensions de la matière, allant de la physiologie du cerveau à la biologie moléculaire à la neuroanatomie, au fonctionnement du corps, aux fonctions cérébrales ; les anciens ont donc mis *tout* ce qui concerne la dimension physique sur le niveau le plus bas de la « Grande chaîne de l'Être. » (La « Grande chaîne de l'Être » fait référence aux 5 états/domaine majeurs que pratiquement toutes les Grandes Traditions ont reconnus – ce qui fait en termes chrétiens, la matière, le corps, le mental, l'âme et l'Esprit, où l'Esprit est à la fois le plus haut niveau et le Fondement sans Fond de tous les niveaux. Ceci veut dire que l'Esprit est à la fois l'échelon le plus haut de l'échelle, et aussi le bois à partir duquel toute l'échelle est faite, de sorte que l'Esprit transcende complètement et inclut complètement l'univers manifeste tout entier.) Selon la version ancienne de ce schéma, les « sentiments » d'un ver qui existe au niveau du corps vivant, niveau 2, seraient supérieurs au cerveau humain qui est purement matériel, ou une réalité de niveau 1. Les sentiments d'un ver (sans vouloir offenser le ver) sont classés plus haut que le cerveau d'un primate, ce qui pose problème.

Tandis que la science moderne continue sa marche en avant, Intégral suggère que la matière n'est pas le niveau *le plus bas* dans la Grande Chaîne de l'Être, mais qu'elle est la dimension *extérieure* de chaque niveau dans la Grande Chaîne (comme *Prakriti*, *Mahamaya*, ou *Mahashakti* est la dimension *extérieure* manifeste matérielle du Divin lui-même). C'est à cela que servent les 4 quadrants (ce que nous explorerons bientôt davantage, voir la fig. 4.1). Intégral place toutes les formes matérielles de la réalité dans les deux quadrants droits, que ce soit individuel (quadrant Supérieur Droit) ou collectif (quadrant Inférieur Droit). Les formes individuelles matérielles – extérieures - des atomes, molécules, cellules, organismes, organismes possédant des réseaux neuronaux, ayant des troncs cérébraux reptiliens, puis des systèmes limbiques puis des néocortex sont positionnées dans le quadrant Supérieur Droit, et les formes collectives extérieures, allant des galaxies à Gaïa, et comprenant par exemple, la base « objective » techno-économique d'une société – la cueillette, l'horticulture, l'agriculture, l'industrie, l'information – sont situées dans le quadrant Inférieur Droit (voir fig. 4.1). Tout ce qui concerne les niveaux *plus hauts* que la matière dans la Grande Chaîne de l'Être sont maintenant considérés comme des *intérieurs* (quadrants gauches) des êtres (individuels et collectifs) dont nous venons de citer les *extérieurs* matériels (quadrants droits). Ainsi, les niveaux de structure intérieures corrélées avec les extérieurs individuels - atomes, molécules, cellules, etc. – sont la préhension, l'irritabilité, la sensation, et ainsi de suite, et les niveaux de structures intérieurs corrélés avec les extérieurs collectifs – la cueillette, l'horticulture, l'agriculture, l'industriel, l'informationnel – sont les visions du monde culturelles correspondant

Document de travail

à archaïque, magique, mythique, rationnel et pluraliste. La figure 4.1 montre une version d'un diagramme des 4 quadrants : il comporte 14 niveaux majeurs tandis que d'autres en ont cinq, parfois 12, parfois plus. La différence provient du degré de détail que nous voulons présenter, rien de plus.

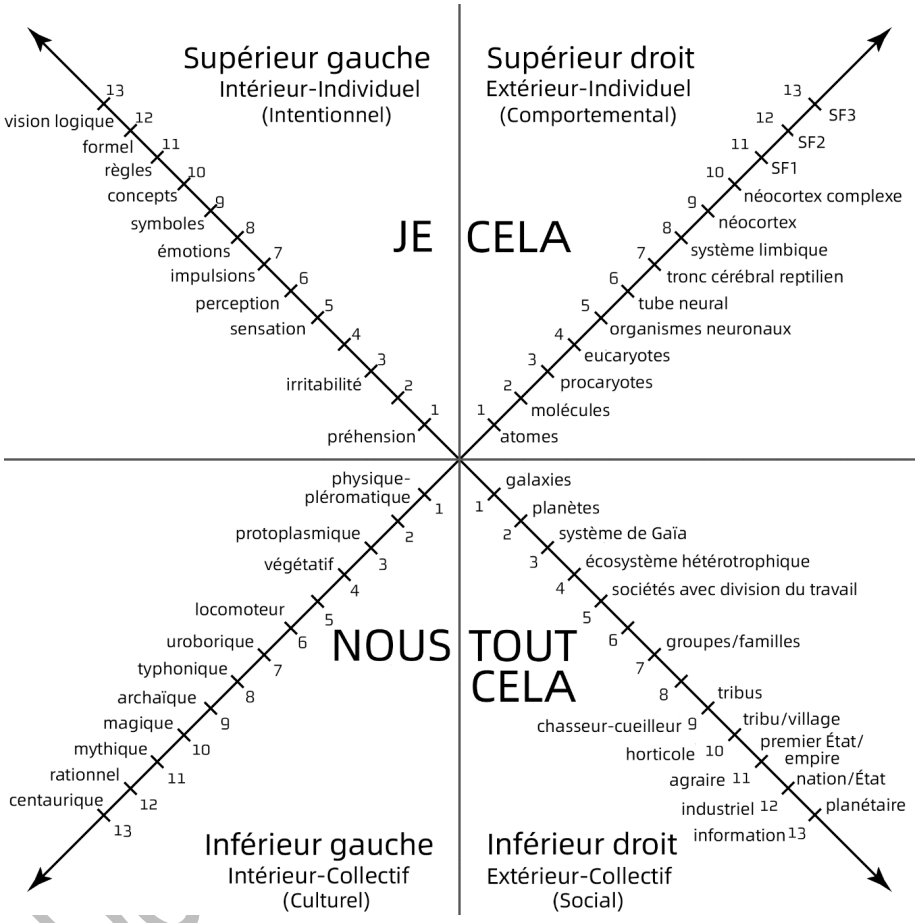


Figure 4.1. Certains détails des quadrants

Dans un chapitre ultérieur, nous reviendrons plus en détail sur les 4 quadrants qui représentent 4 des perspectives les plus basiques disponibles dans toute réalité : l'intérieur et l'extérieur de l'individu et du collectif, ce qui crée quatre domaines irréductibles (l'intérieur de l'individu, espace du « Je », l'intérieur du collectif, ou espace du « Nous », l'extérieur de l'individu ou espace objectif « cela », et l'extérieur du collectif ou espace des systèmes « tout cela ». Il est nécessaire d'inclure l'ensemble des quatre perspectives de ces quadrants pour toute description complète et inclusive – et il en est de même pour la spiritualité, comme nous le verrons. Chaque quadrant possède des vérités, phénomènes, proclamations de validité, méthodologies, perspectives, objets et évènements, etc… différents mais également

importants, chacun est même tellement important que les disciplines humaines majeures telles que la médecine, le droit, la spiritualité, l'histoire de l'art parmi des centaines d'autres, ont été étudiées à partir d'un quadrant particulier et les chercheurs se sont battus pour démontrer la réalité de ce seul quadrant et l'inutilité des 3 autres. Nous appelons cela « absolutisme des quadrants ». L'approche Intégrale a fait cette action importante de proclamer l'irréductibilité des quatre quadrants et l'importance critique de chacun pour une approche authentiquement complète et inclusive. Nous verrons de nombreux exemples de cela au fur et à mesure de notre progression.

Cela signifie, parmi de nombreuses autres choses, que les états de conscience et leurs phénomènes (grossier, subtil, causal et non duel) ne sont plus considérés comme existant « là-haut » dans le ciel, totalement divorcés de l'organisme ou de la nature et planant dans une sorte de ciel métaphysique surnaturel, mais qu'ils sont plutôt les intérieurs conscients des états matériels extérieur des objets – ils ne sont donc pas au-dessus de la nature mais à l'intérieur d'elle, non pas au-delà mais en elle. Par exemple, chaque état de conscience dans le quadrant Supérieur Gauche a un état mental corrélé dans le quadrant Supérieur Droit (et pour prendre un seul exemple, des machines utilisant des technologies « cerveau/mental » telles que les battements binauraux vont induire dans le cerveau – dans le Supérieur Droit – des ondes particulières, qui à leur tour vont induire des états de conscience spécifiques dans le Supérieur Gauche). Aucun n'est réductible à l'autre ; aucun n'existe sans l'autre. Cela fait de la place pour tout ce qui concerne les états et les structures de conscience (dans le Supérieur Gauche) sans avoir besoin de les réduire à des phénomènes simplement matériels ou physiques (les états du cerveau dans le Supérieur Droit), et les deux sont corrélés, aucun n'est superflu. Ils surviennent ensemble, s'influencent mutuellement, et évoluent mutuellement (il s'agit en fait d'une tétra-évolution : une évolution dans chacun des 4 quadrants).[24]

[24] La conception de Whitehead de la réalité moment-après-moment est enrichie par la Théorie Intégrale en incluant les 4 quadrants, et l'évolution est un produit de chacun de ces 4 quadrants. Pour Whitehead, chaque moment (chaque « goutte d'expérience » quel que soit le niveau) devient un nouveau sujet d'expérience, et ce faisant, il « ressent » ou saisit le sujet du moment précédent, en le rendant objet. C'est ainsi que fonctionne la « causalité » du passé sur le présent – évidemment si le Moment Présent comprend et embrasse le moment précédent, ce dernier aura un impact sur le moment actuel. C'est la partie « inclure » de « transcender et inclure » qui pour la Théorie Intégrale, marque le déploiement de chaque moment. Mais s'il n'y avait que cela, l'univers serait strictement déterministe, avec le passé causant le présent. Mais, d'après Whitehead, le nouveau Moment Présent, après avoir saisi le précédent, lui ajoute son propre degré de nouveauté, d'addition créative, et cela, d'après la Théorie Intégrale, constitue la partie « transcende » de « transcende et inclut ». Dans les holons* qui ont peu de nouveauté et de créativité – tout particulièrement les holons* non sensibles tels que les atomes – le très faible degré de nouveauté fait que la séquence de déploiement impliquant les atomes semble très déterministe ; mais, Whitehead affirme (et je crois qu'il a raison) que « peu de nouveauté » n'est pas la même chose que « pas de nouveauté », ce qui fait que l'univers à tous les niveaux, n'est PAS une machine déterministe mais un déploiement vital créatif, avec une conscience (ou préhension), ou une dimension intérieure (quadrant Gauche), et une forme matérielle extérieure (quadrant Droit), avec une créativité inhérente à chaque moment. Après tout, les atomes ont réussi à faire advenir les molécules, ce qui est un acte extrêmement créatif. Ainsi, la quantité très modeste de nouveauté (c'est-à-dire Éros) donnée aux atomes, accumulée sur des millions d'années, a permis le saut en avant des molécules émergentes.
Pour la Théorie Intégrale, ce déploiement moment après moment se produit, non pas comme un simple courant sujet-objet, mais dans tous les quadrants. Chaque quadrant doit se fondre dans son prédécesseur ; il existe donc une pression de sélection dans chaque quadrant sur l'existence en cours d'un holon particulier, une pression basée sur la proclamation de validité de ce quadrant (vérité dans le Supérieur Droit, sincérité dans le Supérieur Gauche, justesse dans l'Inférieur Gauche, et adéquation fonctionnelle dans l'Inférieur Droit). « La sélection naturelle » est simplement un sous-ensemble d'adéquation fonctionnelle dans l'Inférieur Droit. Ce processus intrinsèque d'imbrication des quadrants

Document de travail

La science moderne a trouvé – et l'approche Intégrale va certes l'accepter – que l'*évolution* a résulté en une complexification constante de la matière grossière, dont les *extérieurs* objectifs (les phénomènes examinés depuis l'extérieur d'une façon objective, individuellement et collectivement) deviennent *de plus en plus complexes*, tandis que leurs *intérieurs* subjectifs (les phénomènes examinés depuis l'intérieur, depuis leurs intérieurs, individuellement et collectivement) deviennent *de plus en plus conscients*. C'est la fameuse loi de « complexité et conscience » de Teilhard de Chardin – qui dit que plus il y a de complexité, plus il y a de conscience.

Au lieu de les couper en deux réalités antagonistes, séparées, et apparemment disjointes (par exemple, le ciel et la terre, transcendant et immanent), nous pouvons désormais connecter à « ce monde », au monde naturel et matériel, ce qui était considéré auparavant comme « d'un autre monde » ou « métaphysique » ou « surnaturel », les deux étant l'extérieur et l'intérieur d'une même Complétude du Réel. En voyant qu'aucun n'est superflu ni ne peut être réduit à l'autre, nous prévenons la réduction des réalités spirituelles (intérieures) à des phénomènes matériels (extérieurs), et en même temps, nous réalisons l'importance du plan matériel comme le véhicule à travers lequel les réalités plus hautes, intérieures, mentales et spirituelles sont capables de se manifester et de se communiquer. La dimension subtile, par exemple, ne peut jamais être réduite complètement à des états cérébraux particuliers, mais chaque fois que vous êtes dans un état subtil, votre cerveau va produire certains schémas d'ondes cérébrales, c'est certain ! Les 4 quadrants sont tous ainsi – aucun ne peut être réduit aux autres, aucun n'est superflu. Tous sont d'égale importance – ils surviennent, se développent et tétra-évoluent ensemble, et ils meurent ensemble.

Donc le « domaine grossier » a au moins deux significations différentes à cause de l'évolution de notre connaissance sur l'univers et ses constituants (ce qui est une autre raison de dire que les visions du monde des anciens systèmes doivent être constamment mises à jour, tout en gardant leurs caractéristiques centrales). Le domaine grossier est l'*extérieur* corrélatif de toutes les dimensions *intérieures* de chaque niveau dans la Grande Chaîne traditionnelle ; et il signifie aussi « la plus basse » de ces deux dimensions (extérieure et intérieure). « Extérieur » est défini simplement comme la dimension Droite de tout phénomène (c'est-à-dire le phénomène vu à partir d'une perspective extérieure objective). Et « grossier » dans sa définition « le plus bas » signifie tous les niveaux d'évolution et de réalité, dans n'importe quel quadrant, jusqu'à l'émergence de niveaux qui possèdent la vie, ou possèdent ce que les traditions Orientales appellent « *prana* » ou bioénergie. L'émergence de la vie marque la fin du domaine grossier

---

(où un sujet créatif/transcendant saisit un sujet précédent, le rendant objet, dans chacun des 4 quadrants – « transcendant et incluant ») a été opérant depuis le début du Big Bang, ce qui fait que l'évolution (Éros en action, l'Esprit en action) a été opérant depuis le début ; elle n'a pas eu besoin de l'émergence des organes sexuels, des mutations spontanées, et ensuite de la sélection naturelle, parce que rien de tout cela n'était présent lorsque les quarks ont évolué en atomes, puis lorsque les atomes ont évolué en molécules qui elles-mêmes ont évolué en cellules. Cela fait beaucoup d'évolution qui s'est produite avant que n'importe quoi de vaguement Darwinien n'ait émergé. Ainsi donc, l'évolution est vraiment une pulsion omniprésente « d'auto-organisation par l'auto-transcendance » présente à travers tout le Kosmos depuis le tout début, et tous les ingrédients nécessaires pour faire tourner de processus de « transcender et inclure » sont complètement pré-donnés dans le récit néo-Whiteheadien du déploiement moment-après-moment (accroché à un cadre AQAL) : causalité, créativité et directionnalité (vers un « transcende et inclut » de plus en plus grand, ce qui signifie de plus en plus de différenciation/intégration, c'est-à-dire de Complétude, et de plus de Vérité, de plus en plus Beauté, et de plus en plus de Bonté – les pressions de sélection des 4 quadrants). Il n'y a pas seulement les caractéristiques générales qui étaient présentes depuis le début mais aussi le nombre incalculable de celles qui ont émergé comme résultat du déploiement évolutionnaire.

* pour une définition de holon, voir note pXXX102 pour l'instant (note 26 dans cet extrait) (NdT)

Document de travail

considéré comme « le plus bas » et le début de l'état/domaine supérieur suivant, le subtil en général, dont le premier sous-niveau, qui accompagne les premières formes vivantes, est appelé « éthérique » - par exemple, une cellule a un composant éthérique ce qui n'est pas le cas d'un atome. Techniquement, cela signifie que la cellule est dans le domaine subtil (bien qu'on la classe le plus communément comme « reflétant le grossier ») tandis que l'atome est complètement dans le domaine grossier.

En bref, le « domaine du grossier » constitue en première instance (c'est-à-dire, en tant que « niveau le plus bas de toute réalité ») le niveau physique-matériel de la réalité (jusqu'à l'émergence des cellules vivantes) dans le quadrant Supérieur Droit, accompagné du support énergétique Supérieur Droit de ce niveau (qui implique les forces énergétiques standard de la physique – les forces nucléaires forte et faible, gravitationnelle et électromagnétique). En plus de cette signification qui reste utilisée, nous avons l'autre définition, plus nouvelle : « grossier » est le corrélat « extérieur » ou « de Quadrant droit », et signifie l'extérieur de tout niveau dans la Grande Chaîne, de haut en bas (à l'exception naturellement des domaines sans forme et non manifeste du Fondement sans fond lui-même qui est une Essence simultanée dans les 4 quadrants, symbolisée par le papier sur lequel le diagramme est dessiné).

Et finalement, nous avons la notion de « reflétant le grossier » ce qui signifie que tout niveau jusqu'à à peu près le second palier Intégral, bien que techniquement parlant, il soit dans le domaine subtil (à partir de Magique ou de l'échelon du chakra 2, toujours techniquement), tout niveau peut prendre comme objets primaires dans sa conscience et sa personnalité, des éléments qui reflètent le domaine physique sensorimoteur. À l'intérieur de cette posture « reflétant le grossier », ces niveaux peuvent être plus ou moins spécifiquement matérialistes (par exemple quand le niveau visio-logique du second palier se concentre seulement sur le quadrant Inférieur Droit « extérieur-matériel » et ses systèmes inter-objectifs et utilise la théorie des systèmes ou la théorie de la complexité pour cadrer tout ce qui fait la réalité). (Il se produit la même chose lorsque les six premiers chakras sont décrits comme étant le « domaine grossier » ou, plus exactement, le « domaine reflétant le grossier ».) Cela signifie simplement qu'ils ont tous le domaine physique grossier comme contexte de fond dominant. Ce domaine est celui qui a parcouru le plus d'expansion évolutionnaire, passant du niveau le plus bas de toute la réalité, jusqu'à être la forme extérieure de *tous* les niveaux de la réalité (sauf le non manifeste) – c'est une sacrée promotion ![25]

[25] La double signification de « physique » ou « matériel » - le niveau le plus bas et l'extérieur de tous les niveaux – a pour effet que ceux qui acceptent comme réel seulement le domaine matériel dans le sens le plus bas (c'est-à-dire seulement le domaine sensorimoteur le plus bas) finissent par accepter l'idée de l'extérieur des *réalités intérieures* qui sont elles-mêmes bien au-delà du sensorimoteur, et que ces personnes n'auraient jamais considérées auparavant comme étant réelles (mais accepteront comme faisant partie de l'ensemble de la matière dans la définition la plus large de l'*extérieur* de ces domaines). Ainsi dans la figure 4.1., si nous regardons les quadrants Droits, allant des cellules eucaryotes au néocortex complexe avec des « structure-fonctions » (SF1, SF2, SF3), les matérialistes vont accepter tous ces *extérieurs* (par exemple, la notion de cerveau triunitaire) comme réels, mais n'accepteront pas comme réels leurs intérieurs correspondants– tels que les émotions et les concepts, et la notion de formel-opérationnel, ou la rationalité. Ils acceptent leurs extérieurs comme réels parce que les extérieurs sont faits de la « même » forme matérielle que le niveau sensorimoteur le plus bas, et donc ces personnes sont des croyants du matérialisme. C'est amusant.
Au fait, lorsque dans la Théorie Intégrale, nous disons que le niveau le plus bas est physique, nous parlons seulement de l'extérieur du niveau le plus bas. L'intérieur du niveau le plus bas est la première forme de conscience – appelée ici « préhension » dans la figure 4.1. Ainsi, pour la Théorie Intégrale, « matière » ou « physique » signifie seulement les formes extérieures de tous les phénomènes, leurs composants de

Document de travail

L'état subtil

Les Traditions de Sagesse divisent typiquement le domaine du subtil en trois zones principales, que nous pouvons appeler bas, moyen, et haut subtil. On donne à ces zones des caractéristiques (ou formes). Mais il est important de réaliser que ces formes ne sont pas des structures (dans le sens technique où nous utilisons ce terme) mais seulement des caractéristiques générales de ces domaines subtils. Naturellement, ces caractéristiques vont changer de façon significative selon la structure qui voit et expérimente cet état/domaine (selon la Matrice Wilber-Combs).

Le bas subtil

Le bas subtil est le début du domaine du subtil et du corps subtil, ce corps qui est le support de l'état de rêve, de certains états méditatifs, des pensées et des émotions, et du domaine du bardo (dont on dit qu'il existe entre la mort et la renaissance), parmi d'autres. La première énergie subtile, la plus basse, ou la plus jeune, est appelée « éthérique », c'est le champ d'énergie qui entoure les tous premiers holons vivants (c'est-à-dire les virus, les bactéries, les cellules).[26] Cette « énergie de vie » subtile existe en parallèle aux quatre énergies ou forces reconnues par la physique conventionnelle (forces nucléaires forte et faible, électromagnétique et gravitationnelle). Certains théoriciens proposent que ce soit l'énergie de vie qui crée la pulsion « auto-organisatrice » trouvée dans tous les êtres vivants. (Notez cependant que beaucoup de théories d'avant-garde de l'évolution, y compris la Théorie Intégrale, considèrent « l'auto-organisation » comme une pulsion présente dans tous les êtres et dans tous les holons manifestes remontant au tout début, au Big-Bang. La Théorie Intégrale identifie cette pulsion à « Éros ». Si « l'auto-organisation » est une pulsion présente dans tous les holons, alors « l'énergie subtile éthérique » est une pulsion présente dans les premiers holons *vivants*.) Quoi qu'il en soit, c'est quelque chose que les cellules ont mais que les atomes ne possèdent pas. C'est une qualité *émergente* de l'évolution, et comme tout ce qui émerge, elle « transcende et inclut » ses prédécesseurs.

Le niveau majeur suivant de l'énergie de vie subtile (également appelée *prana*), correspond au niveau de l'astral », ou de « l'émotionnel-sexuel. » Comme l'implique ce dernier nom, il est trouvé dans tous les animaux vivants complexes ayant un système de reproduction sexuel. Vu de l'intérieur, c'est un sentiment, une pulsion, ou une motivation énergétique ; vu de l'extérieur, c'est un système d'hormones, de glandes et d'aires cérébrales interconnectées dans un système complexe de signaux et de réponses comportementales. Il est inclus dans le subtil car

quadrant Droit ; leurs composants de quadrant Gauche, ou intérieur sont la préhension ou ses élaborations évolutionnaires.

[26] Un « holon » est un ensemble complet qui fait également partie d'un ensemble plus grand – ainsi les atomes complets font partie des molécules complètes, celles-ci appartiennent à des cellules complètes, lesquelles font partie des organismes complets, et ainsi de suite. L'univers est composé fondamentalement de holons, ou ensembles/parties, dans tous les domaines. Chaque holon a une proto-conscience, une perspective, ce que Whitehead appelle « préhension » qui signifie le « ressenti du toucher » ; et chacun a quatre pulsions majeures, deux « horizontales » qui opèrent à tous les niveaux : (1) l'agencement (une pulsion d'être un ensemble individuel complet ; une pulsion d'autonomie et une pulsion de complétude) et (2) la communion (la pulsion de faire partie d'un ensemble plus grand, une pulsion de relation, de partenariat) et deux « verticales » qui opèrent entre les niveaux : (3) Éros (la pulsion vers des ensembles plus élevé) et (4) Agape (la pulsion d'embrasser des sous-ensemble inférieurs, par exemple ses propres composants.

Document de travail

il peut être expérimenté dans l'état de rêve ; et les théoriciens tels que Freud l'ont vu comme la pulsion majeure dans l'état de rêve lui-même (ainsi que dans l'état d'éveil en général).

Dans la carte traditionnelle typique des états et des étuis (où les étuis ou *koshas* sont les « couches » de la réalité qui entourent et expriment le Soi Véritable ; ils sont corrélés avec les corps ou énergies qui les soutiennent), le premier étui est *annamayakosha*, c'est-à-dire « l'étui fait de nourriture physique » – c'est-à-dire le domaine grossier et le corps grossier lui-même. Le second étui est le *pranamayakosha*, ou « l'étui fait de *prana*, d'énergie subtile. » L'étui suivant est le *manomayakosha*, « l'étui fait de mental. » Il y a une ambiguïté ici, c'est que « l'étui fait de mental » (et aussi l'étui suivant, l'étui de mental supérieur) est sensé se trouver à *l'intérieur du corps subtil*, du corps pranique (ou être soutenu par le corps pranique subtil). Cela est commun dans nombre de théories de la Grande Chaîne, où un niveau listé ne représente pas seulement ce niveau, mais le début des traits et qualités de ce niveau qui continuent à exister dans plusieurs niveaux supérieurs. C'est le cas du *prana*, de l'énergie subtile du corps ; il commence dans le bas subtil (avec les premières formes de vie d'énergie « éthérique ») mais il définit aussi l'ensemble du domaine subtil (éthérique plus émotionnel-sexuel/astral plus mental plus haut mental). Il faut bien garder à l'esprit cette double définition. Et pour rendre les choses encore plus confuses, plusieurs traditions introduisent la notion d'un « *prana* cosmique », ce qui signifie une énergie fondamentale sous-jacente à *toute* manifestation et présente dans les domaines grossiers, subtil et causal. (Le *prana* cosmique est donc similaire à « *shakti* », c'est-à-dire l'énergie de manifestation du Divin, généralement identifiée avec ses formes féminines – une énergie assez similaire au « Saint-Esprit » des contemplatifs chrétiens.) De la même façon que précédemment, le terme « énergie subtile » est parfois utilisé pour couvrir tous les types d'énergie trouvés dans les domaines grossier, subtil et causal (même si, techniquement, chacun de ces domaines devrait théoriquement contenir un type différent d'énergie – énergie grossière, énergie subtile, énergie causale – car ce sont ces énergies qui font la distinction entre ces domaines en premier lieu). Bienvenue dans le monde de la sémantique entremêlée induite par la reconnaissance de tant de domaines et tant de dimensions au-delà du sensorimoteur. Comme pour les termes tels que « *Dharmakaya* » (qui comme nous l'avons vu, peut représenter trois des cinq états/corps les plus élevés, ou seulement deux, ou seulement un), il est nécessaire de connaître le contexte pour déterminer le sens impliqué.

Quoi qu'il en soit, la Théorie Intégrale voit le spectre des corps dans le quadrant Supérieur Droit – le corps grossier, le corps subtil, le corps causal par exemple – comme étant un spectre d'énergies de plus en plus subtiles (d'où la définition d'un « corps » comme étant le composant « masse-énergie » d'un niveau), et ce spectre d'énergies (ou « corps ») dans le quadrant Supérieur Droit est corrélé avec un *spectre de conscience* dans le quadrant Supérieur Gauche.

Le moyen subtil

Le moyen subtil soutient un étui connu sous le nom de *manomayakosha* dans le Vedanta et *manovijnana* dans le Bouddhisme. La racine commune à ces deux termes est « *mano* », qui signifie le mental conceptuel. Parce que les Grandes Traditions n'avaient pas accès aux méthodologies développementales modernes qui explorent ce type de dimensions en détails, le Vedanta et Bouddhisme considèrent le « mano-mental » comme un seul niveau alors que les développementalistes occidentaux le subdivisent entre trois et cinq niveaux, occasionnellement davantage. Le mano-mental est un seul étui contenant ce que les développementalistes appelleraient les plus hautes atteintes des niveaux Magique, plus Magique-Mythique, Mythique, Rationnel et Pluraliste (selon la localisation du mano-mental donnée par les traditions elles-mêmes, c'est-à-dire qu'il consiste en tous les niveaux entre le

Document de travail

prana-mayakosha, l'étui de la bioénergie, niveau émotionnel-sexuel [Magique] et le *vijnamayakosha*, l'étui fait de mental supérieur, qui généralement correspond au second palier). Entre ces deux niveaux se trouvent en fait les plus hautes atteintes de Magique, plus de Magique-Mythique, de Rationnel, de Pluraliste, et précisément parce que ces structures ne peuvent être bien vues par l'introspection, elles ont été groupées ensemble en un seul niveau, le « mano-mental ». Cela constitue une raison de plus pour inclure des cartes plus exactes des structures de la Croissance dans celles des états de l'Éveil. Mais de toute façon, toutes ces structures basiques (qu'elles soient considérées comme un seul mano-mental ou comme l'ensemble des cinq niveaux des modèles de développement mental plus détaillés) sont soutenues par le corps subtil (moyen subtil).

Nous pouvons voir pourquoi ces niveaux sont encore désignés comme « reflétant le grossier » par nombre de traditions. Les Bouddhistes par exemple, considèrent que le cerveau conceptuel (le « mano-mental ») est en fait un sens comme les autres cinq sens, dont les objets sont simplement des pensées et des concepts – ce qui nous fait six sens. L'idée-même du mental reflétant ses objets tout comme les autres cinq sens reflètent leurs objets, donne une forte impression que le mental reflète le domaine grossier, comme le font les cinq autres sens.

Remarquez que ces Grandes Traditions nous donnent une phénoménologie des types de structures que le corps subtil peut soutenir (et qu'il soutient), et qui peuvent donc apparaître dans différents états, par exemple dans les rêves. Comme l'Occident a eu tendance à redéfinir le structuralisme, il a trouvé bien plus de structures et de niveaux que les Traditions (car pour le répéter, ces structures ne peuvent pas être perçues facilement par l'introspection *qui est l'outil majeur utilisé par les traditions*). En plaçant le mano-mental dans le domaine général du corps subtil, les Traditions nous donnent de précieuses informations que nous pouvons étoffer avec un structuralisme plus complet. Et quand nous le faisons, nous trouvons que le mano-mental fait vraiment référence à une large zone allant de Magique à Pluraliste.

En ce qui concerne le domaine du subtil lui-même, ce subtil moyen comprend des phénomènes tels que des émotions (colère, deuil, bonheur, tristesse, joie) ; des images mythiques religieuses, des impulsions, des « êtres » et des croyances, des pensées logiques et des concepts, des perspectives pluralistes et des vues multiples. Nombre de traditions anciennes interprètent les êtres expérimentés dans le domaine subtil comme étant des entités ontologiques réelles. Dans le haut subtil, que nous allons aborder ensuite, ces entités comprennent les *Devas* (des déités élémentaires avec leurs *shaktis* énergétiques), comme Indra (le tonnerre), Chandra (la lune), Surya (le soleil), Vayu (le vent), Agni (le feu) et Prithvi (la terre) ; les *Asuras* (des dieux de pouvoir), comme Bali, Prahlanda et d'autres ; les *Rakshasas* (des démons), comme Ravana, Shumbha, Chanda et Munda, et diverses déités locales (des dieux et des déesses correspondant à des lieux.) Rappelez-vous que les phénomènes du subtil (comme pour n'importe quel état) sont dans une large mesure la cocréation et la mise en acte de la structure particulière qui l'expérimente – dans ce cas, ces êtres sont très probablement une mise en acte du niveau Mythique, comme beaucoup du contexte narratif des Grandes Traditions (Mythique-littéral).

Laissez-moi vous donner un exemple rapide mais très concret pour rendre cela aussi clair que possible, car c'est significatif. Prenez l'état de rêve qui est un exemple d'état subtil. Lorsqu'un enfant de neuf mois (à la fin du stade Archaïque) rêve, le contenu de ses rêves est au mieux des images en cascade, des symboles bruts, et des stades émotifs primitifs – des images du sein, du maternage, des objets et évènements de l'environnement qui l'affectent intensément, et des émotions brutes de rage, de peur et de désir. Lorsque l'enfant a atteint l'âge de sept ou huit ans, au début du stade Mythique, les images du rêve incluent des personnages et des

Document de travail

évènements clairement mythiques – des chevaux, des licornes, des guerriers, des figures de pouvoir et des « Dieux de pouvoir », accompagnés de sentiments forts de pression sociale et un début d'inquiétude concernant la conformité et le fait d'être oublié ou rejeté. Au milieu de l'adolescence (émergence du Rationnel), le rêve commence à contenir des segments très logiques et ordinaires, une liste des choses que l'individu a pour projet de faire le lendemain, une série de tâches pour le bal de fin d'année, le projet d'obtenir de Papa une nouvelle voiture, peut-être de sortir avec Susie ou Bobbie, d'avoir de nouvelles baskets, une nouvelle robe, ce nouveau ballon, plus un certain nombre de figures magiques et mythiques persistantes qui cascadent les unes sur les autres par déplacement et condensation. Arrêtons-nous ici et remarquons à quel point le même état de rêve – le même état subtil – est vu et expérimenté selon la structure qui est en train de rêver. Si l'on excepte les caractéristiques communes de chacun de ces rêves, basées sur les caractéristiques du subtil lui-même, le contenu et les contours de l'état de rêve subtil sont apportés par la structure particulière qui expérimente le rêve – l'Archaïque chez le nourrisson, le Mythique à sept ou huit ans, et le Rationnel chez l'adolescent. Naturellement, certaines caractéristiques du subtil sont présentes également : il s'agit d'un domaine d'entités non physiques, peu importe comment elles apparaissent ; et elles sont expérimentées comme des images et des visions, occasionnellement infusées de lumière ; ce domaine contient des entités et des personnages lumineux et « plus grands que la vie » ; et les souhaits y sont immédiatement réalisés (souhaiter quelque chose le fait immédiatement apparaître comme contenu du rêve) ; la transformation est instantanée (un élément se transforme en un autre) ; la plupart des phénomènes sont liés à des états émotionnels de grande intensité ; et naturellement des facteurs biologiques communs tels que les ondes cérébrales thêta sont mis en jeu. Le contenu est apporté autant par la structure que par l'état. C'est significatif, en cela que l'individu expérimente toujours à la fois une structure et un état simultanément ; ainsi, l'expérience présente devrait s'appeler un évènement structure/état. C'est pourquoi il est si important d'ajouter aux stades-états de l'Éveil une conscience des stades de structure de la Croissance. Les différents stades de développement de la méditation que nous avons donnés précédemment, seraient plus exactement nommés, non pas grossier, subtil, causal-témoin et non duel, mais par exemple mythique/grossier, mythique/subtil, mythique/causal-témoin et mythique/non duel, ou pluraliste/grossier, pluraliste/subtil, pluraliste/causal-témoin et pluraliste/non duel. Cela constitue une vision bien plus juste de ce que le méditant individuel est effectivement en train d'expérimenter, et ces différences sont réelles et cruciales. Sans la compréhension de ce que les structures apportent au tableau, celles-ci demeurent complètement des « cartes cachées », des règles de grammaire que les gens suivent parfaitement sans avoir la moindre idée qu'ils le font. Nous traversons les stades de méditation en étant complètement inconscients des cartes cachées à travers lesquelles nous interprétons nos expériences, ce qui nous donne une vision très déséquilibrée du dharma et de la vérité. Donc, avec cette considération générale en tête, nous pouvons revenir au point suivant.

Nous parlions de la tendance commune à de nombreuses traditions à interpréter les formes lumineuses trouvées dans le domaine subtil en général (rappelez-vous que ce stade est nommé par Underhill le stade « d'illumination ») comme étant des êtres distincts, réels, ontologiques. Mais il est du moins possible et même probable que ces êtres soient simplement des évènements lumineux subtils interprétés par une structure Mythique et ses narrations. Ces états peuvent être expérimentés par des plus hauts niveaux de structure, et dans ce cas, leur interprétation fait intervenir moins souvent des êtres ontologiques effectifs, et davantage des schémas archétypaux du mental et de la Conscience, tels que des *vasanas*, des images issues du magasin de la conscience. C'est pourquoi je suggère de garder ces deux interprétations

Document de travail

comme des possibilités. (Mais naturellement, vous êtes libre d'interpréter ces formes de la façon qui a du sens pour vous.)

Le subtil en général est aussi considéré comme étant le domaine de l'état du *bardo*, qui dans la plupart des traditions Orientales et dans quelques traditions Occidentales, est le domaine entre la mort et la réincarnation suivante. L'expérience du bardo est décrite comme comportant trois phases : tout d'abord la Vacuité causale de la Lumière Claire, qui apparaît immédiatement au moment de la mort ; puis le véritable domaine subtil (avec des déités qui sont pacifique et d'autres qui sont en colère) ; et finalement, le devenir en lien avec le domaine grossier (où l'âme en réincarnation voit ses futurs parents faire l'amour, et jaloux, descend pour les séparer, et là il est instantanément conçu par ces individus qui sont ses parents, et se trouve dans l'utérus de cette mère particulière). Une personne ayant de son vivant pratiqué des techniques telles que le yoga du rêve – et appris le « rêve lucide » - pourra aussi, dit-on, être capable de contrôler les évènements dans le bardo, parce que c'est basiquement le même état de rêve subtil, dans le même corps subtil, et possédant la même énergie subtile. Tout comme quelqu'un qui fait du rêve lucide peut choisir tout ce qu'il ou elle veut et le faire se manifester presque instantanément dans le rêve, de même, celui qui connaît le yoga du rêve peut choisir où et quand il va naître, de quelle race et de quel genre il sera, qui seront ses parents, etc. simplement en gardant cette intention à l'esprit. C'est le même processus, dans le même corps subtil, que le rêve lucide.

Mais gardez à l'esprit que les domaines du bardo sont aussi décrits comme étant précisément ce qui arrive à une personne à chaque instant de sa vie éveillée. Au début de chaque moment – de ce moment – nous sommes tous directement immergés dans le Vide de la Lumière Claire, l'Esprit Miroir vaste, pur, infini, ouvert, clair et profond, la pure Vacuité, le clair État d'Être JE SUIS. Si une personne reconnaît cela, son pur esprit de Bouddha, son Soi Réel, sa Divinité ultime, alors elle reste dans cet état Éveillé. Sinon, elle va spontanément redescendre de cet état ultime causal/non duel, dans l'état le plus élevé qui suit, c'est-à-dire le pur subtil. Si elle reconnaît cet état, elle va rester là, vivant une vie « céleste » largement dépourvue de souffrance et de tourment. Sinon, elle va une fois de plus se contracter et redescendre dans l'état le plus bas possible, le domaine grossier de l'ego et elle va vivre la vie d'un humain typique – un peu de bonheur, beaucoup de tristesse, un peu de joie, de grandes souffrances – jusqu'à ce qu'elle entreprenne une pratique spirituelle et redécouvre les domaines plus élevés de son être, pour finalement S'ÉVEILLER à sa Conscience non duelle vaste, pure, profonde, spacieuse, au Vide de la Lumière Claire, et de là assister d'autres personnes à leur propre Éveil.

Le haut subtil

Il est quelque peu arbitraire de tracer la limite supérieure du haut subtil et de commencer l'état/domaine suivant, le causal. Selon le Vedanta, cette région (le haut subtil) supporte énergétiquement une structure (« étui ») connu comme le *vijnanamayakosha*, que l'on traduit par « le niveau du mental supérieur ». Cela signifie qu'il couvrirait au moins la totalité du second palier (le mental Holistique et le mental Intégral) et irait peut-être jusqu'à Méta-mind qui est le second niveau du 3e palier (le domaine Super-Intégral) après Para-mind. Cela veut dire que Méta-mind marquerait la limite supérieure que peut atteindre l'état subtil (cela signifie aussi que Méta-mind est le plus haut niveau de développement que l'on peut atteindre sans complètement objectifier - transcender et inclure - le subtil. C'est en partie ainsi que nous avons défini Méta-mind, comme le plus haut développement auquel on peut accéder sans intégrer totalement la dimension subtile. En d'autres termes, Méta-mind est la structure qui incorpore l'état subtil (si le subtil n'a pas été réalisé auparavant).

Document de travail

Par un léger accident historique, le « domaine du haut subtil » est généralement ce que l'on prend pour « le domaine subtil » lui-même, parce que lorsque des synthèses des cartes Orientales et Occidentales ont été faites au début, il n'existait pas assez de terminologie, ce qui fait que le « subtil » s'est trouvé identifié avec ce qui est effectivement le « haut subtil. » (par exemple, on ne plaçait pas les émotions dans le subtil car elles sont si courantes que le subtil était « au-dessus », même si techniquement elles sont portées par le corps subtil.) Pour cette raison, le « haut subtil » lui-même était souvent divisé en « bas et haut », ou précoce et tardif – et ces deux parties correspondent à différents niveaux de Méta-mind (bien que le subtil soit un état et non pas une structure). (Tout cela s'est produit avant que la matrice Wilber-Combs ne soit développée et avant qu'il n'y ait une compréhension de la profonde différence entre les états et les structures, qui étaient souvent confondus. J'espère que ces subtilités ne sont pas trop confuses).

La Théorie Intégrale garde la convention d'identifier le « domaine subtil » avec le « haut subtil » – l'état qui n'est pas une structure – simplement parce que ce qui nous intéresse dans les états, c'est souvent les états altérés, non ordinaires, trans-personnels ou spirituels, tandis qu'expérimenter l'énergie qui soutient le niveau émotionnel-sexuel, le niveau mythique ou le niveau rationnel – énergies qui sont toutes techniquement portées par le même corps subtil - n'est tout simplement pas très intéressant. Les gens expérimentent tout le temps des niveaux mythique et rationnel mais une expérience à part entière de Méta-mind est très rare. Ainsi, à moins que nous indiquions le contraire, « états subtils » signifie « états du haut subtil. » C'est suffisamment vrai, même si cela néglige le bas et moyen subtil ; ou, plus exactement, on considère ces parties basse et moyenne comme étant des « états reflétant le grossier », ce qui est suffisamment vrai par convention.

Remarquez que l'état subtil en général peut être pré-personnel, personnel ou trans-personnel parce que, comme pour tout état en général, pratiquement toute structure peut l'expérimenter, et chacune va l'interpréter différemment : on peut avoir une interprétation/expérience pré-personnelle, personnelle et trans-personnelle, selon la nature de la structure qui interprète/expérimente. Une structure pré-personnelle va généralement interpréter/expérimenter le subtil comme pré-personnel, une structure personnelle va l'interpréter comme personnelle et il en est de même avec une structure trans-personnelle. Ces trois types de structure coïncident assez bien avec les distinctions de bas, moyen et haut subtil. Mais de façon plus importante, elles sont aussi étroitement reliées au degré de développement qui s'est produit dans les structures. À la naissance, lorsque le nourrisson est dans une structure strictement pré-personnelle, il peut tout de même avoir des expériences d'état subtil (par exemple il est plongé dans l'état de rêve subtil à chaque sieste). Mais il serait peu pertinent de dire que le nourrisson expérimente une dimension trans-personnelle dans cet état subtil, parce que, comme le dit Jack Engler « Il vous faut être quelqu'un avant de pouvoir être personne » - c'est-à-dire qu'il vous faut développer un ego avant de pouvoir le transcender, ce que le nourrisson n'a définitivement pas fait. Toutes les expériences d'états d'un nourrisson (grossier, subtil et causal) seront donc pré-personnelles parce que ses structures ou « cartes cachées » qui font l'interprétation, sont pré-personnelles. Tandis que l'ego de l'enfant commence à se développer, et que ses structures commencent à évoluer jusqu'à approximativement Magique-Mythique (Pivot-3[27], chakra 3, structure mentale conceptuelle), et qu'un soi séparé (« une personne ») commence donc à émerger, la possibilité que le soi puisse être au moins temporairement transcendé dans une expérience au sommet subtile ou causale ou peut-être même non duelle, devient plus grande. Avant ce moment, l'expérience qu'a le nourrisson des

[27] « Pivot » est le nom donné aux stades de développement lorsqu'on s'intéresse à la ligne du soi (NdT).

Document de travail

états subtil et causal (et non duel) sera pré-personnelle. Et cela signifie que ces états ne sont pas en eux-mêmes pré-personnels, personnels, ou trans-personnels – c'est un point important que je répéterai souvent.

Tandis que le soi continue à grandir et se développer (de pré-personnel à personnel), et que son centre de gravité de structure passe, par exemple, à Rationnel ou Pluraliste, l'état de rêve va typiquement prendre un ton et un contenu personnels. Si vous éveillez d'un rêve – disons, un adolescent – là où l'état de rêve du nourrisson consistait surtout en des impulsions physiologiques et des images de maternage, de seins, des désirs oraux, etc., le contenu typique du rêve de l'adolescent concernera le collège, les relations, le sexe et le pouvoir sans limite, ses performances et l'anxiété avant les examens, et d'autres besoins, éléments et désirs essentiellement personnels. Mais parce que cet individu a effectivement formé un ego (comme il est entré dans une gamme « personnelle » de développement, il ou elle peut aussi être ouvert à des expériences occasionnelles « trans-personnelles », et à des régions du haut subtil et du causal (et peut-être du non duel) qui peuvent être sujets d'interprétations trans-personnelles ; ainsi ce type de contenu de rêve devient plus courant, en plus du contenu personnel typique du rêve (et des éléments régressifs occasionnels venant des domaines pré-personnels).

Si vous éveillez d'un rêve quelqu'un dont le sens du soi s'est développé jusqu'à Intégral et qui se trouve à la bordure du 3e palier et de Para-mind, cette personne va souvent relater une expérience personnelle/trans-personnelle de flou crépusculaire : marcher dans la nature et tendre vers des sentiments d'unité avec elle, et voir des images de lumière et de luminosité, ou de simple « brillance ». Occasionnellement, elle rapporte la présence d'êtres variés qui semblent, dans certains cas, d'origine « extra-terrestre » ; et aussi sporadiquement des émotions intenses et des ressentis de félicité, ou de sexe qui se transmute en plaisir extrême transcendantal, ou l'amour de toute l'humanité ; et aussi très souvent, la sensation de corps qui vole vers des lieux distants dans le monde entier, des rêves prémonitoires qui ont été démontrés empiriquement comme vrais (avec une fréquence statistiquement significative) ; des êtres angéliques ou des guides spirituels (parfois un animal spirituel) ; une unité avec toute la vie végétale, toute la vie animale et toute la nature elle-même. Parfois elle rapporte du rêve lucide. Tous ces contenus ont une forte composante trans-personnelle – qui à nouveau reflète la structure qui les interprète et les expérimente. Pratiquement chaque structure peut expérimenter chaque état (voir fig. 3.2, la Matrice Wilber-Combs), et l'état/structure résultant (car les individus sont *toujours* en train d'expérimenter à la fois une structure et un état) va refléter les éléments des deux dimensions. La plupart des types de rêves que nous venons de mentionner deviennent de plus en plus communs au fur et à mesure que l'individu se développe plus avant dans le 3e palier.

Ceci a causé énormément de confusion théorique, généralement du type « erreur pré/trans » – c'est-à-dire que certains états infantiles sont mal interprétés comme étant *trans*-égoïques, simplement parce qu'ils sont *non*-égoïques, ils sont en fait simplement *pré*-égoïques. L'erreur pré/trans vient de la confusion entre « pré » et « trans » parce que tous les deux sont « non » - par exemple confondre pré-rationnel et transrationnel parce que tous les deux sont non-rationnels, ou confondre pré-verbal et trans-verbal parce que tous les deux sont non-verbaux. Ainsi nombre de gourous New-Age se sont engagés dans des actions dont ils étaient convaincus qu'elles étaient la preuve d'une libération trans-personnelle et transrationnelle, alors que ce n'étaient que des gazouillis pré-personnels et pré-rationnels. Cela ajoute à la démonstration que la plupart des états ne sont pas en eux-mêmes pré-personnels, personnels ou trans-personnels, à la différence des structures, qui peuvent clairement être assignées comme pré-personnelles, personnelles ou trans-personnelles. À nouveau, la raison en est que

Document de travail

les états sont interprétés/expérimentés par les structures ; ainsi, les structures pré-personnelles vont la plupart du temps expérimenter les états comme pré-personnels ; les structures personnelles vont généralement expérimenter les états comme personnels ; et les structures trans-personnelles vont généralement expérimenter les états comme trans-personnels. Il existe naturellement quelques exceptions, parce que lorsque les états deviennent de plus en plus subtils, ils ont une tendance à devenir de plus en plus trans-personnels, mais l'expérience finale que l'on en a sera influencée de façon significative par la structure particulière où l'on se trouve. Quelles structures sont pré-personnelles, lesquelles sont personnelles, et lesquelles sont trans-personnelles ? Généralement, Archaïque à Magique sont *pré-personnelles* ; les structures *personnelles* commencent à émerger à Magique-Mythique et vont jusqu'à Intégral ; et les structures du 3e palier (Para-mind jusqu'à Supermind) sont *trans-personnelles* (ou commencent à avoir des composantes trans-personnelles).

Pourquoi est-ce qu'Intégral n'est pas complètement trans-personnel ? Les individus à Intégral vont dire des choses du genre : « La terre est un organisme unique avec un seul esprit », et ils se sentiront interconnectés avec cet « organisme unique » mais pas complètement un avec lui, donc eux-mêmes ne sont pas effectivement trans-personnels. Cependant, au niveau suivant, Para-mind (le début du 3e palier Super-Intégral), les individus ressentent souvent une unité directe avec Gaïa ou la Nature, un mysticisme de la nature direct, un mysticisme psycho-physique, ce qui constitue une expérience trans-personnelle à un certain degré. Dans le spectre de degrés de relations qui va de la communion à l'union à l'identité, Ils vont se trouver à l'union ou l'identité. Par contre, s'ils sont au degré de communion (le plus fréquent), ils vont ressentir une proximité incroyable avec Gaïa, mais pas encore une unité directe, donc il n'y aura pas encore de composant trans-personnel même si on s'en approche. Le stade suivant – Méta-mind – possède une composante trans-personnelle claire et définie d'une forme ou d'une autre.

Ainsi, Para-mind est la ligne qui sépare les niveaux antérieurs personnels et les niveaux supérieurs au-delà de Para-mind qui ont tous une composante trans-personnelle. C'est-à-dire que les aspects plus élevés soutenus par le subtil peuvent tous être *potentiellement* expérimentés comme trans-personnels, en fonction dans une large mesure de la nature de la structure qui les expérimente.[28] En ce qui concerne la ligne séparant pré-personnel et

[28] À la différence des éléments du subtil bas et moyen, dont les caractéristiques tendent vers une expérience pré-personnelle et personnelle, respectivement. Par exemple, il y a peu de choses dans la gamme de l'énergie subtile moyenne qui suffirait à tirer vers le haut les niveaux mentaux égoïques ; ainsi, lorsqu'ils sont expérimentés par des structures trans-personnelles, ils ont plutôt tendance à tirer ces dernières *vers le bas*, même si le résultat probable continuera de dépendre profondément de la structure elle-même. Idem avec le bas subtil, ses énergies (éthérique et astrale) tendent à soutenir des structures pré-personnelles et pré-rationnelles (par exemple, la vie vitale, émotionnelle-sexuelle) ; cependant, à nouveau, le résultat probable dépend significativement de la structure qui l'expérimente – une structure trans-personnelle va avoir tendance à trouver les aspects trans-personnels de ces dimensions inférieures dans toute expérience ou évènement (ou du moins l'expérimenter à partir d'une perspective trans-personnelle). Bien que le bas subtil, le moyen subtil et le haut subtil aient des tendances à graviter spontanément autour d'expériences pré-personnelle, personnelle et trans-personnelle, respectivement, dans le résultat final de l'expérience conjointe de la structure/état, le type de ce qui est expérimenté est contribué par l'état, mais le *comment* – l'interprétation qui a une grande importante dans le « ton » général de l'expérience elle-même – est contribué par la structure. Cela est important parce que les traditions, inconscientes des structures de la Croissance, ont tendance à définir l'état seulement d'après son contenu, laissant de côté l'influence du niveau de structure sur l'expérience de l'état. Cela se voit surtout dans la façon dont par exemple, les formes lumineuses du subtil (l'une des caractéristiques les plus fréquentes du subtil) sont interprétées par ceux qui les expérimentent. Une structure pré-personnelle tend à fusionner avec elles et à leur attribuer des qualités purement humaines et anthropomorphiques. Une

Document de travail

personnel, elle se trouve généralement à Magique (Pivot-2, chakra 2, émotionnel-sexuel), plus spécifiquement à ce que Margaret Mahler a appelé « la sous-phase de rapprochement ». Avant ce point, le nourrisson a séparé son corps physique de l'environnement (à la sous-phase de « hatching », vers 4 mois) mais n'a pas encore séparé son soi émotionnel de l'environnement émotionnel (en particulier de celui qui le materne) ; cela se produit à la sous-phase de « rapprochement », Pivot-2, de pensée Magique, généralement autour de dix-huit mois, une sous-phase souvent appelée « la naissance psychologique de l'enfant ». Avant cela se trouve le pré-personnel ; ensuite, c'est le personnel (du moins ça essaie de l'être).[29]

La haut subtil inclut tous les aspects, phénomènes et évènements du domaine subtil, qui sont *potentiellement* complètement trans-personnels (les structures personnelles peuvent les expérimenter « au sommet » assez souvent, ce sont des états, évènements, éléments « plus élevés » trans-personnels, trans-rationnels ; mais il faut posséder des structures trans-personnelles pour pouvoir les expérimenter complètement (et donc être à Méta-mind au minimum) ; sinon ces éléments subtils potentiellement trans-personnels sont traduits et interprétés selon les niveaux plus bas, en expériences personnelles ou pré-personnelles). Ces éléments trans-personnels dans le haut subtil comprennent un soi trans-égoïque appelé « âme » (qui cède la place au « Témoin » ou « Soi Véritable » à l'état causal/*turiya* et la structure Overmind, qui elle-même cède la place à l'Essence non duelle à l'état « d'unité » et la structure Supermind) ; ils comprennent aussi des sentiments universels, presque infinis d'amour, de félicité, de joie, de clarté et de bonheur, ainsi que la fureur « divine », la haine et même la jalousie. Le haut subtil soutient aussi de nombreux phénomènes holistiques ou systémiques, comme des images de mondes entiers, des émotions embrassant tous les êtres sensibles ; des états intenses d'illumination, parfois même douloureux, de lumière et de luminosité, et des illuminations sonores. Des êtres, des évènements, des formes de lumière

structure personnelle précoce, telle que Mythique-littéral va tendre à interpréter ces formes rayonnantes comme des êtres ontologiques réels et séparés (asuras, devas, anges, rakshasas, etc.), et à leur donner des traits largement humains et familiers (ou peut-être un mélange de traits, une licorne, un centaure, une fée, un être angélique surnaturel). Une structure du 3e palier va tendre à les interpréter, non pas comme des êtres de 2ème personne anthropomorphiques (bien qu'il existe des formes de l'Esprit à la 2e personne pour le 3e palier – c'est-à-dire un quadrant Inférieur Gauche qui existe aussi pour le 3e palier), mais comme des formes, schémas ou champs morphiques archétypaux, évolutionnaires et collectifs de 3e personne (des annales akashiques, des *vasanas* du magasin de stockage collectif de la conscience, etc.) À nouveau, le même état est vu différemment selon la structure qui le voit, dans la conjonction toujours complexe de structure et d'état qui s'appelle expérience.

[29] C'est pourquoi Pivot-2 (le stade Magique Impulsif dans la ligne du soi) est la pierre angulaire des désordres narcissiques et des troubles de la personnalité (naturellement, cela s'ajoute aux contributions des trois autres quadrants, tout particulièrement la génétique et la chimie du cerveau dans le quadrant Supérieur Droit, des valeurs familiales et des aspects culturels dans le quadrant Inférieur Gauche, et des systèmes sociaux (environnementaux, politiques, économiques) dans le quadrant Inférieur Droit). Comme l'ont signalé James Masterson et d'autres, si la fixation traumatique se produit avant la sous-phase de rapprochement, tandis que le soi fait toujours narcissiquement un avec les autres tout autour, il garde une structure narcissique, voyant le monde entier comme une extension de son glorieux soi. Si le problème se produit pendant la sous-phase de rapprochement, le résultat peut être un désordre « borderline » ; comme dans ce cas le soi a des problèmes pour créer une séparation ferme et claire entre lui et les autres, il vit sa vie comme s'il était dans une crise de rapprochement constante, et il ne possède pas un soi fort pour gérer cela. (Alors que si la sous-phase de rapprochement est correctement négociée, le résultat est la création d'une frontière claire et ferme pour le soi.) Le soi se sépare intérieurement en des parties fragmentées et extérieurement en des objets fragmentés (par exemple, la mère toute bonne, et la mère toute mauvaise, dévorante). Tous ces problèmes peuvent survenir lorsque le développement dans la ligne du soi entre les niveaux de base est mal naviguée, dans le cas de cet exemple le niveau 2 (Pivot-2, « pivot » étant le nom donné aux niveaux de développement tels qu'ils apparaissent dans la ligne du soi).

Document de travail

rayonnante sont communs, et les traditions anciennes les interprètent comme des êtres réels, des anges, des esprits, des dieux et déesses, des devas, des auras et des rakshasas. (Le même avertissement à propos des interprétations par les structures s'applique ici : nombre de ces êtres sont probablement des phénomènes subtils interprétés à partir d'un niveau de structure personnel Mythique.)

Reconnaître le subtil, c'est reconnaître un *intérieur* au Kosmos, et dans de nombreux cas, c'est un intérieur qui va « au-delà », puisque chaque dimension transcende et inclut ses prédécesseurs. C'est pourquoi, comme nous l'avons noté, les êtres humains contiennent en eux-mêmes, enveloppés dans leur être, chaque élément majeur ayant émergé depuis le Big Bang. Les humains incluent et enveloppent en eux-mêmes les quarks, les particules subatomiques, les atomes, les molécules, les cellules, les organismes multicellulaires (et la biochimie photosynthétique), les instincts reptiliens, les émotions des paléo-mammifères, le cortex des mammifères et le néocortex des primates. Et chacun de ces holons contient ses propres intérieurs, sa propre préhension, sa propre petite lueur du Divin, qui *en tant* que Divin, rayonne sa propre individualité unique, son rayonnement Divin, et ses trois qualités inhérentes de Vérité, de Bonté et de Beauté. N'est-ce pas un miracle de toute première magnitude ?

Document de travail