

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. »¹ Cela peut sembler quelque peu abstrait de prime abord, mais c'est en fait 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 lui. Mais ce nouveau 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 laisse 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 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, jusqu'à ce 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 Vritable Observateur. (C'est ce que le maître Zen Shibayama a appelé « Subjectivité Absolue » : le Sujet ultime, le Soi Vritable, 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, alors 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 semblez 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. Cela devient une sous-personnalité qui reste identifiée avec le stade précédent d'où il

¹ Robert Kegan, *The evolving Self* Cambridge, MA: Harvard University Press, 1982 [Le soi en évolution]

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 ; il s'agit de regarder votre sujet actuel au lieu de l'utiliser comme quelque chose à travers laquelle voir le monde (et avec laquelle vous demeurez identifié). 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 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 leur capacité d'introspection, à leur 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. Précisément à cause de la nature de ces sois subjectifs, avec leurs « cartes cachées » et leurs structures qui ne peuvent être vues simplement par l'introspection, il est très avantageux d'ajouter la dimension Croissance à ces méthodes d'Éveil. Ainsi 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. Nous appelons cette approche « la pleine conscience Intégrale »² parce qu'elle 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). L'étape suivante est de 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 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).³

² Cela est détaillé dans *Méditation Intégrale*, Almora, Paris, 2022 (NdT).

³ 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

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 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.

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.