

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 ¹ :

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 « Archaique » 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 de soi en ce qui concerne l'estime de soi (correspondant au stade de structure « Rationnel » ou « de réussite ») et le début de l'actualisation du soi (correspondant au stade de structure « Pluraliste » ou « postmoderne »).

¹ 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 quadrant Supérieur Gauche – qui inclut les états et les structures. Il en résulte 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 2^e palier).
7. Le chakra couronne, localisé au sommet de la tête, et représentant la transcendance du soi et le Soi Réel (correspondant au 3^e palier ou aux stades de structure « super-Intégral »).

Nous voyons que les chakras sont de bons corrélats des structures de base **dans le Supérieur Gauche**, 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 3^e personne, ils n'ont pas la granularité des modèles occidentaux des structures. (Naturellement, les modèles occidentaux passent totalement à côté des états, ce qui fait qu'il leur manque catastrophiquement la 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, rationnelle (la réussite personnelle) et pluraliste (la sensibilité du soi) ! 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 **dans le Quadrant Supérieur Gauche**.

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 naît consciemment identifié avec le chakra 1, celui de la nourriture et de la matière, le chakra alimentaire (oral et anal). Tandis que le 2^e chakra émotionnel-sexuel commence à se développer, le sens du soi va finir par 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. Cela dure pendant deux à trois ans, puis le chakra suivant, le chakra 3, le mental conceptuel et ses pulsions de pouvoir, commence à émerger, et le soi proximal va finalement 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 : ceux-ci sont 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 l'homme 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 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, de désappropriation de l'ombre, et de projection, qui se traduit par une confrontation à l'ombre : « boxer son ombre ».

Ce type de pathologie peut se produire à n'importe quel niveau de structure de conscience (et aussi à n'importe quel état/domaine), et lorsque cela arrive, on observe typiquement deux types de problèmes. Si le sens du soi central ne se désidentifie pas totalement d'un niveau particulier (tel que le 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 d'ombre), ce qui 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, ce qui crée une sous-personnalité non désirée, refoulée, possédant une *allergie* aux besoins, pulsions et désirs de ce niveau. Ainsi si une telle pathologie se produit à chakra 1 (c'est-à-dire axé sur l'archaïque, l'alimentaire), la personne peut développer soit une addiction à la nourriture (par exemple, outre-manger) soit une allergie (par exemple souffrir d'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 une nymphomane) 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 ayant un sens du soi faible, en ne prenant pas sa place). À chakra 4 (c'est-à-dire mythique, d'amour, d'appartenance), la 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 évoqué les structures parce que leur développement et ses problèmes est plus parlant. Tous les niveaux (des structures et des états) peuvent développer des fixations/addictions ou des dissociations/allergies jusqu'en haut du spectre. 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'aux plus hautes structures et aux plus hauts états, simplement parce que la croissance et le développement continuent dans ces deux axes. Et 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 : 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 »,

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 consiste en même temps à transcender et à inclure »), les chercheurs se sont demandé : qu'est-ce qui exactement est nié et transcendé, et qu'est-ce qui est inclus et préservé.² 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, leurs Visions du monde limitées sont abandonnées ; les états naturels sont inclus, leurs Points de vue limités sont abandonnés.

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, ce qu'on appelle « 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, si je veux que mon père meure et que 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, le 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

² Georg W.F. Hegel, *Phenomenology of Mind*, Trad. J.B. Baillie, Mineola, NY: Dover Publications, 2003, 64 [Phénoménologie de l'Esprit]

ou anale. (« Fixation anale » est un des rares termes psycho-analytiques que presque tout le 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 passé 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 de structure, 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, 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. Pour poursuivre la métaphore, peut-être que vous avez laissé un bras ou une jambe sur l'échelon inférieur, 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 en vous 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 ces échelons, et 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, et ainsi de suite.

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 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 la Vision du monde qui avait été créée lorsque nous étions SEULEMENT identifiés avec l'échelon de structure 2. Depuis longtemps, nous aurons nié cette Vision du monde, nous l'aurons abandonnée, nous l'aurons transcendée comme toutes les Visions juniors, tandis que la croissance et le développement auront 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 sans 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. »³ 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

³ Robert Kegan, *The evolving Self* Cambridge, MA: Harvard University Press, 1982 [Le soi en évolution]

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 Vérotable Observateur. (C'est ce que le maître Zen Shibayama a appelé « Subjectivité Absolue » : le Sujet ultime, le Soi Vérotable, 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 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 Vérotable 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 »⁴ 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).⁵

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

⁴ Cela est détaillé dans *Méditation Intégrale*, Almora, Paris, 2022 (NdT).

⁵ 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.

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.

DOCUMENT DE TRAVAIL