

... Quelques années d'étude de la philosophie suffiront à apporter un bénéfice définitif dans notre vie. Cela nous aidera de multiples façons, même si nous n'en avons pas conscience, déjà ici sur terre, mais surtout après la mort, durant notre prochaine vie dans le monde de l'au-delà.

– Paul Brunton

Planning suggéré

Trouver un sens plus profond à la vie

Notre vie a-t-elle un but supérieur, outre nos petits buts particuliers ?

C'est là une question que nous avons souvent lieu de nous poser, en particulier dans les temps difficiles où des forces hostiles sont à l'œuvre, pour créer disharmonie, division et chaos, dans la société, aussi bien que dans notre vie intérieure.

Nous sommes à la recherche d'une réponse crédible et convaincante, mais comment la trouver ?

Les écrits de *Paul Brunton* peuvent nous aider. Sur le site pbpeaceandfreedom.se (en cliquant sur le drapeau français), l'auteur nous offre une explication détaillée de ce qu'est le sens profond de la vie, son but ultime, et comment le réaliser :

... Il existe une suprême Réalité, au-delà des sens ou de l'intellect ; il existe en nous une âme qui est enracinée dans cette Réalité ; s'établir dans la pleine conscience de cette âme et communier avec elle, c'est là le but supérieur de la vie humaine...

... S'il envisage des buts lointains, il trouvera les bons moyens. S'il découvre quelle est la finalité générale à long terme, derrière les buts plus modestes à court terme, il sera beaucoup plus facile de savoir quoi faire dans toute situation donnée, quand il aura à choisir entre des directions opposées.

Si nous comprenons correctement quel est l'objet de notre existence, et si nous faisons tout notre possible pour l'atteindre – en pensée, parole et action –, nous cesserons de produire du mauvais karma, et contribuerons plutôt à créer un monde fondé sur le respect et la compassion pour tous les êtres vivants.

Il y a une joie profonde dans cette perception – qui va croissant – du sens plus large de l'existence, et aussi un confort lorsqu'on prend conscience de ses fins bénéfiques...

Lorsque nos yeux se seront ouverts à la vraie signification de l'homme, lorsque nous saurons que celle-ci n'est pas à trouver dans sa personnalité éphémère, mais plutôt dans son essence pérenne, la vie possèdera une qualité qu'elle n'avait jamais eue auparavant.

Choisissez votre niveau d'étude

La structure graduée de notre site internet nous permet de choisir un niveau pour nos études et nos discussions. Voici trois options :

1. Un premier niveau inclut les *1ère* et *2ème parties*, où le texte des pensées vous est fourni.

2. Un niveau intermédiaire comprend les 1ère – 3ème parties du site. Ici s'ajoute la *Bibliothèque* avec plus de 4000 traductions d'extraits des *Notebooks of Paul Brunton*. Là nous sommes à la recherche d'une compréhension plus profonde.

Sur le site, trouvez la page 3ème Partie : *La Bibliothèque*, et suivez les instructions.

3. Un niveau supérieur inclut les 1ère – 4ème parties du site. Ici nous pouvons accéder à la totalité des *Notebooks of Paul Brunton*, avec ses 34 000 pensées, brèves ou longues, à notre disposition gratuitement.

Mais comment allons-nous trouver notre chemin à travers tous ces écrits (16 volumes) ? La tâche pourrait sembler accablante...

La réponse est que la structure de *La Bibliothèque* est la même que celle des *Notebooks*. Nous utiliserons donc la même méthode de recherche dans la 4ème partie, que dans la 3ème.

Commençons par un matériau philosophique que nous souhaitons réellement approfondir, par exemple *Overself et Ego*, passons par la *Bibliothèque*, et, à la fin, nous verrons que ça vaut la peine de se familiariser avec les *Notebooks of Paul Brunton*.

Ainsi aurons-nous, tout naturellement, été initiés à cette encyclopédie de philosophie spirituelle.

Préparatifs

Avant chaque réunion, nous nous préparons soigneusement en étudiant les pensées – au niveau choisi par le groupe – dans la catégorie à discuter lors de la prochaine session. Mieux cela sera fait, plus chacun bénéficiera de la discussion.

Durant ces études préparatoires, on saisira mieux quels thèmes discuter en priorité.

Quelles pensées produisent sur vous l'impression la plus forte ? Notez leurs références (les chiffres suivant chaque texte), et créez-vous ainsi un recueil personnel de pensées de *PB*, précieux pour l'avenir.

Ce *Planning* propose huit sessions, mais bien entendu, cela n'est qu'un début. Etudier les thèmes de cette philosophie, par exemple *Le Mystère* et *La Voie Courte*, peut être l'affaire de toute une vie.

Si possible, le groupe se réunit une semaine sur deux.

Chaque réunion pourrait débuter par quelques minutes de silence.

La première séance

Dès le début, nous pouvons nous faire une idée juste de ce programme en écoutant ensemble sept *Présentations* (1ère partie du site) des *Matériaux philosophiques* – une de chaque catégorie :

1. De *Le Mystère* : Overself et Ego
2. De *L'illusion de l'Ego* : L'Ego
3. De *Le Tournant* : Le But supérieur
4. De *Sur la Voie Longue* : Se concentrer sur l'Ego
5. De *Sur la Voie Courte* : Se concentrer sur l'Overself
6. De *Renaître spirituellement* : L'Illumination
7. De *Une Tâche noble* : Une seule grande famille

Après chaque présentation, nous en discutons.

On peut alors déterminer quel sera le niveau d'études du groupe.

La deuxième séance

Pour se préparer à cette session, on étudie les pensées de la catégorie *Le Mystère*.

Nous allons discuter de deux niveaux de conscience – un niveau plus bas, appelé le moi inférieur ou l'ego, et un niveau plus élevé, appelé le soi supérieur, l'Overself ou l'âme. C'est surtout la conscience supérieure qui intéresse ceux qui souhaitent comprendre quel est le but ultime de leur vie sur terre.

L'Overself est l'esprit au-delà du mental, l'âme divine de l'homme, à distinguer de sa nature humano-animale. C'est ce que Platon appelle le 'Nous'.

Ces sentiments intuitifs nous disent qu'un Etre plus profond est au fondement de notre conscience ordinaire.

L'expérience spirituelle, en éclairant le fait que l'on vit simultanément sur deux plans, nous permet de nous comprendre nous-même. Elle nous révèle que notre ego est l'illusion qui enveloppe notre conscience, alors que notre Overself est la Réalité qui soutient cette même conscience.

Bien qu'il soit au coeur même des êtres humains, l'Overself est très loin de leur niveau actuel de conscience. Rien ne saurait être plus proche pourtant – c'est là le paradoxe suprême de notre existence et l'énigme la plus étrange confrontant notre pensée.

La troisième séance

Etudiez les pensées de la catégorie L'illusion de l'Ego.

L'ego, le petit moi, qui nous trompe, nous égare et nous manipule, est le thème de cette session.

L'ego prétend être le seul moi, le moi réel, le moi total.

L'ego barre la voie : sa propre présence annule le fait de prendre conscience de l'Overself. Mais il n'est pas nécessaire qu'il en soit ainsi. Une compréhension correcte et plus profonde de ce qu'est le Soi, l'ajustement approprié entre ce qui est individuel dans la conscience et ce qui est universel, amènera l'Illumination.

Le flux des pensées et des sentiments qui s'écoule à travers notre conscience constitue notre soi superficiel. Mais il existe, en-dessous, un Soi plus profond qui est notre Soi véritable parce qu'il est une émanation de la Réalité divine.

Savoir ce que notre moi réel n'est pas, est un premier pas, essentiel, vers la connaissance de ce qu'il est vraiment. Cela a, de fait, un effet libérateur.

La quatrième séance

Etudiez les pensées de la catégorie Le Tournant.

Nous avons le choix.

On peut s'identifier soit à l'ego, soit à l'Overself.

Il n'est point de troisième voie qui nous soit offerte. Le monde entre à toute allure dans une ère nouvelle. Nous pouvons, soit nous accrocher aux vestiges d'un âge agonisant, soit aller à la rencontre de l'âge qui vient. Nous devons faire notre choix...

C'est à la fois l'ironie et la tragédie de la vie: nous employons ses années strictement limitées à poursuivre des choses dont nous reconnaissons plus tard qu'elles n'en valaient pas la peine, et à désirer ce qui s'avère en fin de compte douloureux. Le mourant qui voit défiler mentalement le film de sa vie passée, découvre cette ironie et sent cette tragédie.

Si seulement les gens savaient à quel point cette vie intérieure est merveilleuse, riche et satisfaisante, ils n'hésiteraient pas un instant à renoncer à toutes les choses qui leur en barrent le chemin.

La cinquième séance

Etudiez les pensées de la catégorie Sur la Voie Longue.

La Quête recouvre une double démarche : la Voie Longue et la Voie Courte, qui se complètent. Sur la Voie Longue, c'est l'ego qui occupe toute notre attention.

Pour obtenir un résultat équilibré, il faut adopter une approche équilibrée, ne pas se reposer sur une seule sorte d'effort. On doit rechercher l'élévation morale du caractère, mais on doit aussi développer la faculté intellectuelle en étudiant les leçons de la vie et en réfléchissant sur elles ; développer l'intuition, par la pratique quotidienne persévérante de la méditation ; et on se doit d'essayer d'exprimer, dans la vie pratique de tous les jours, les idéaux appris.

Les disciplines morales ont leur place dans notre vie pour nous rendre meilleurs, mais elles ne nous élèvent pas au niveau de l'Overself. La Voie Longue, à laquelle elles appartiennent, a certes une valeur humaniste, mais elle ne conduit pas à l'émerveillement de la transcendance.

Notre premier effort sera de détecter quels sont les obstacles qui retardent notre éveil – et le second, de supprimer ces obstacles. C'est en cela que consiste la Voie Longue.

La partie divine de notre être est toujours présente ; pourquoi donc ne nous est-elle pas accessible ? C'est nous qui devons nous exercer à nous rendre nous-même disponible pour Elle. Nous devons faire une pause, être à l'écoute intérieurement, sentir, à tâtons, Sa Présence bénie. A cet effet, la méditation est vraiment utile, c'est en fait un réel besoin.

La pratique de ces exercices est indispensable pour entraîner le mental, pour créer une habitude qui rendra l'entrée dans l'humeur méditative aussi aisée à la fin qu'elle était difficile au commencement.

La sixième séance

Etudiez les pensées de la catégorie Sur la Voie Courte.

Sur la Voie Courte, c'est l'Overself, le Soi ou Moi Supérieur, qui est au centre de notre attention.

La Voie Courte nous offre la chance de prendre un nouveau départ, de gagner une nouvelle inspiration, et davantage de joie.

La Voie Longue exige un effort continu de la volonté, la Voie Courte, une continuelle attention aimante.

On se doit de garder continuellement à l'esprit le but lui-même, de donner au mental, comme principale occupation, une méditation sur l'Overself. C'est à cela, fondamentalement, que l'on oeuvre sur la Voie Courte...

La Voie Longue a développé chez lui, par la méditation yogique, la capacité à trouver l'Immobilité du dedans. La Voie Courte y a ajouté 1/ le fait de savoir que l'Immobilité est lui-même, et 2/ la pratique du rappel continu d'être cette Immobilité.

... une fixation de l'attention sur le but au lieu du chemin pour l'atteindre. Elle exige une révolution – détrôner l'ego du centre de l'attention et le remplacer par l'Overself.

Connaissions la Conscience sans ses objets – et soyons libre!

La septième séance

Etudiez les pensées de la catégorie Renaître spirituellement.

... L'initiative humaine nous pousse vers le but, cependant que la Grâce divine nous attire vers lui...

La Voie Courte met l'accent sur le résultat à obtenir : après toutes les expériences de nombreuses incarnations sur terre, parvenir enfin au but – l'illumination, la réalisation de l'objet supérieur de la vie.

... De façon soudaine et inattendue, et pour ainsi dire au coeur de la nuit, surviendra une formidable Réalisation de l'état sans ego, un immense sentiment de libération [du petit moi], et une prise de conscience aveuglante de l'infinitude, de l'universalité et de l'intelligence de la vie...

... il sent que son propre soi appartient à l'éternité, et que cet autre soi est chose inepte, dont il est content d'être débarrassé.

La huitième séance

Etudiez les pensées de la catégorie Une tâche noble.

Il y a dans le monde un besoin criant d'individus inspirés et désintéressés, qui puissent éveiller l'attention du monde pour les valeurs spirituelles...

... Dans l'état actuel du monde, chaotique et critique, il vaut mieux, pour ceux qui ont un idéal spirituel, se vouer au service positif de l'humanité. Nous devons faire quelque chose pour objectifier ces idéaux.

Dans l'état actuel du monde, chaotique et critique, il vaut mieux, pour ceux qui ont un idéal spirituel, se vouer au service positif de l'humanité. Nous devons faire quelque chose pour objectifier ces idéaux.

Nous réfléchissons à ces pensées, puis nous discutons de ce que nous pourrions faire à l'avenir, individuellement ou en groupe...

Et bien sûr, on n'oubliera pas d'indiquer à d'autres l'existence de pbpeaceandfreedom.se, en suggérant que ça pourrait les intéresser.

Le devoir auquel nous sommes appelés n'est pas de propager des idées, mais de les offrir...