

# LA VOIE DES JUSTES

ou Karma Yoga

---

*La philosophie des 9 domaines de Vie – La Voie des Justes.*

---

## Comment sortir de la Simulation ?

Nous avons ressenti dans notre cœur l'Appel. Nous nous trouvons comme poussés à rechercher une porte de sortie, à laisser derrière nous l'épais marécage de la Simulation pour retourner sur les rives fermes du Réel. Selon la Tradition orientale qui se dévoile dans les Védas, il existe quatre Voies principales pour s'émanciper de cette *Maya*.

La première des quatre voies est incontournable, indispensable. Elle est heureusement la plus accessible. Elle consiste en tout premier lieu à *choisir* en conscience d'accomplir ses missions de vie. On s'y assure d'expérimenter les leçons recherchées par son *cœur*, qui est relié intimement à Qui on Est (le Soi). On s'acquitte de ses dettes ; on évite d'en contracter de nouvelles par ses actions présentes et futures. On agit de manière de *juste*.

Cette Voie n'offre pas seulement l'opportunité de sortir de cette Matrice de troisième densité pour passer à de prochaines leçons. Elle permet aussi – s'il restait encore quelques dettes impayées au moment du trépas – d'y retourner en bénéficiant de meilleures conditions (sur cette planète ou une planète équivalente) afin d'achever nos toutes dernières missions et de parvenir enfin au but : transcender cette densité difficile.

Le but visé est une émancipation apaisée, et cette Voie s'appelle le *Karma Yoga* ou la Voie des Justes.

Dans cette Voie, une mission d'Âme inachevée, inaccomplie, un désir latent non assouvi, est assimilable à une dette non acquittée, une dette restant collée à la conscience et l'empêchant de prendre son envol, une dette qui l'incite à se replonger dans la Simulation pour y jouer une énième partie, et ce *ad nauseam*.

Selon le point de vue optimiste de certains, cette Simulation est un vaste module d'apprentissage au sein duquel d'innombrables consciences individualisées vivent des expériences destinées à les faire grandir. C'est l'hypothèse de la Simulation école, et de fait, cette Simulation semble offrir aux consciences participantes de très nombreuses opportunités pour expérimenter, et ce avec une quasi totale *liberté* dans leurs choix.

Ce principe joue un rôle fondamental dans cette Simulation : le principe du Libre-Arbitre. Examinons ce principe dans un cadre plus large, au niveau du Cosmos.

## Pourquoi cette Simulation : expérimenter le libre-arbitre.

Une *pure conscience* est une *extension* ou un *prolongement* de la Conscience Supérieure Universelle, Ultime & Une, Absolue, Infinie et Indivisible.

Figure-toi cette Conscience Supérieure Ultime sous la forme d'une Sphère parfaite suspendue dans le néant. Cette Sphère, imagine-la composée d'une matière homogène élastique dont l'une des propriétés remarquables serait d'être extensible à l'infini : impossible de la couper, de la déchirer ou de la morceler. Si tu en pinçais une portion à sa surface et tirais aussi loin que possible, cette portion resterait rattachée à sa sphère par un « fil » élastique indéchirable.

Suppose maintenant que la matière de cette Sphère soit de la pure *Conscience*, et que plus la portion que tu étires s'éloigne de Sa source, moins intense sera son niveau de conscience. Celle-ci *décroît* en fréquence à mesure qu'elle s'éloigne de son Origine. Admets désormais qu'il n'y ait pas d'espace de prime abord. Cette « sphère » serait ainsi plutôt un « point », sans taille ni dimensions. Ce point de conscience absolue est UN, et ne peut être observé du dehors, puisqu'en dehors de l'UN-TOUT, il n'y a rien, il n'y a pas de dehors. Difficile à imaginer, puisque ton imagination tend à spatialiser ce qu'elle imagine, mais essaye tout de même.

Comment ce point de conscience infini peut-il se connaître et s'expérimenter, depuis l'Un qu'il Est et dont il ne peut s'extraire ? Ce point infini, conscient de lui-même, générera alors, de lui-même et en lui-même, une dualité hypothétique avec une toute première hypostase, fruit de sa curiosité : l'Intelligence Cosmique.

Ce faisant, l'Un se donne les moyens de faire des expériences, une infinité d'expériences.

Ce « désir » d'expérience de l'Un produit ainsi en lui-même l'Intelligence Cosmique qui déploie par sa force créatrice une infinité d'Univers possibles.

Cette Intelligence Cosmique est littéralement la Matrice originelle d'une infinité de Mondes, conçus comme autant d'hypothèses à expérimenter, et dans lesquels des extensions de l'Un vont pouvoir créer, évoluer et expérimenter à l'infini. Parmi cette infinité de mondes, l'Intelligence Cosmique en créera un où sera testée une loi totalement imprévisible, la loi du Libre Arbitre. Pour que cette loi opère, pour qu'une conscience douée de *volonté* puisse vraiment effectuer des choix libres, elle l'assortira d'une loi corollaire : la loi de Non-Interférence, pour que les plans supérieurs ne « forcent » pas les consciences immergées dans ce monde à agir de telle ou telle manière.

Ainsi, une conscience, c'est-à-dire cette indivisible portion de la Conscience Supérieure qui a été comme « étirée » et immergée profondément dans un Univers-Simulation (parmi une infinité d'Univers-Simulations possibles), se voit invitée à expérimenter et à évoluer sous les conditions particulières de ces deux lois : Libre Arbitre et Non-Interférence.

Au travers de cette Simulation, la conscience infinie expérimente ainsi une finitude illusoire. L'Un-Tout expérimente virtuellement une multiplicité illusoire. L'Inséparable expérimente une séparation illusoire. Et surtout, son Intelligence Cosmique expérimente les conséquences imprévisibles d'une quasi-totale liberté de choix.

Pour mener à bien cette Expérimentation, il importe que ces *pures consciences* ne se souviennent ni de leur origine ni de leur identité : elles n'ont en réalité jamais quitté l'UN-TOUT qu'elles sont et qu'elles ne peuvent pas ne pas être. Pour les besoins de l'expérience, l'ignorance est requise. Il importe que ces consciences ignorent que l'état de séparation d'avec ce qu'elles sont n'est que pure impossibilité. C'est pourquoi un *voile d'oubli* recouvrira leurs mémoires, leur permettant ainsi d'expérimenter à l'aveugle et dans une relative amnésie cette bien curieuse Simulation.

Ainsi la *pure conscience* fraîchement débarquée dans la Matrice se croit seule, séparée, isolée, finie, fragile, perdue dans un vaste univers qui lui semble hostile. Son amnésie est ce qui lui permet d'*adhérer* à la Simulation, de la prendre pour la *réalité*. Et là se trouve l'incroyable magie de ce dispositif de Simulation cosmique : faire croire à une extension de l'Un qu'elle n'est pas QUI elle est, qu'elle n'est pas éternelle, qu'elle n'est pas infinie, qu'elle est soumise à un temps qui n'existe pas, et soumise à un espace qui n'existe pas. Mais ce n'est qu'à cette condition que l'expérimentation peut se dérouler : il faut une *apparente* confrontation à de l'*apparente* altérité pour que des choix puissent avoir lieu. Il faut une *apparente* séparation, une *apparente* division et une *apparente* multiplicité pour que l'expérimentation du *libre arbitre* soit possible.

Ainsi la Simulation est-elle une super Matrice au sein de laquelle des myriades d'extensions de la Conscience SOURCE peuvent expérimenter, dans toutes les directions et dimensions imaginables, des choix infiniment variés de vie, de rôle et d'attitude.

Ces pures consciences individuelles sont donc entrées dans cette Matrice pour y vivre une aventure-Spectacle imprévisible où de précieuses leçons pourront être apprises. Certaines de ces leçons sont littéralement nos missions d'Âme. La mission la plus importante de toute, c'est celle de *choisir* fondamentalement entre deux chemins :

A droite, le chemin des actions qui bénéficient à tous.

A gauche, celui des actions qui ne bénéficient qu'à soi.

L'un, étroit et pentu, se gravit d'un pas joyeux et sûr dans l'écoute du Cœur.

L'autre, large et glissant, se dévale d'un pas chancelant et ivre dans le refus d'écouter sa Conscience.

## La Voie Juste consiste d'abord à suivre sa mission de cœur

Une mission de cœur, qu'est-ce que c'est ?

C'est une expérience destinée à faire avancer une pure conscience dans son chemin d'évolution, que celle-ci a fixé dans ses grandes lignes avant incarnation, et ce en accord avec son Moi Supérieur divin. Cette mission, quoi qu'inscrite dans son cœur spirituel, n'est lisible nulle part en toute lettre ; elle n'est consignée dans aucun manuel d'instructions. Etant coupé du souvenir de Qui elle est et de ce qu'elle a fait dans ses vies précédentes, la conscience émerge de l'enfance confuse, ignorante. L'éducation offerte par les parents n'arrangeant rien, elle expérimente en tâtonnant, sans carte ni boussole pour l'orienter vers ce qu'elle avait planifié avant incarnation.

Pourtant un lien demeure actif entre elle et le Soi, et ce lien permet une communication, débouchant sur une « guidance ». Comment le Soi divin communique-t-il avec sa propre extension immergée dans la Simulation et comment la guide-t-il pour que celle-ci y vive les expériences qu'elle est supposée vivre ?

Cette communication intime s'opère sur plusieurs plans. La communication la plus accessible s'opère sur le plan de l'Air et n'est pas constitué de mots, mais d'*émotions*, ressenties directement depuis le centre de commande du Cœur, le centre **Anahata chakra**.

Lorsque en effet les actions et les choix de la conscience s'alignent avec les missions qu'elle avait prévue d'expérimenter, cette conscience éprouve de la *joie* : un sentiment d'expansion et de légèreté, le ressenti d'un environnement qui s'éclaircit, des larmes de gratitude qui montent. Mais quand ses actions et ses choix s'écartent des missions qu'elle et son Moi divin ont prévu d'expérimenter, alors elle éprouve de l'*ennui* : un sentiment de constriction interne, de lourdeur, de pesanteur, un ressenti d'assombrissement, comme si un luminaire subtil s'éteignait tout à coup.

Le chemin de l'accomplissement de nos propres missions d'Âme est ainsi un chemin exaltant de joie, tandis que celui qui nous en éloigne nous plonge imparablement dans l'ennui et la *dépression*.

Le Cœur remplit ainsi la fonction de boussole, qui indique le chemin droit, le chemin juste, le chemin aligné à sa mission, et ce via le signal clair et impossible à confondre de la joie. En prêtant attention à ses propres ressentis, en écoutant son Cœur, la conscience écoute en réalité la voix divine intérieure, et peut ainsi gravir, sans se tromper, le sentier ascendant des Justes.

Un pas après l'autre. Une action après l'autre. Une joie après l'autre.

## L'action dite « intéressée »

Une pure conscience immergée dans la Simulation s'achemine sur la voie « juste » -- c'est-à-dire approuvée et voulue par son Âme divine Source -- lorsqu'elle éprouve de la joie à faire ce qu'elle fait, c'est-à-dire lorsqu'elle accomplit une action alignée avec ses missions d'Âme. Si l'ennui venait à poindre, elle saurait qu'elle dévie du chemin et pourrait donc réorienter ses priorités.

Cependant, un piège pernicieux se cache derrière chaque opportunité d'action, un piège de nature à prolonger inutilement ses vies dans la Simulation-Matrice.

Ce piège, c'est le désir d'un résultat particulier en conséquence de ses actions.

Ce désir consiste à nourrir une attente particulière, c'est-à-dire prévoir un résultat spécifique, et espérer – ou craindre – sa concrétisation.

Lorsque la conscience nourrit une attente spécifique à l'égard d'une action, cela veut dire qu'elle escompte un résultat des suites de cette action, un résultat qui lui serait potentiellement profitable dans un avenir proche ou lointain, et dont elle se fait une idée plus ou moins précise. Or, en espérant un gain futur, la conscience devient *attentive* (autrement dit donne de l'énergie) à une temporalité artificielle, à une sorte de calendrier imaginaire sur lequel elle note ses prévisions, où elle estime et calcule les gains attendus ou les pertes redoutées. Ce faisant, elle n'entretient plus un rapport immédiat à son vécu, dans l'*ici* et le *maintenant*, puisqu'elle vient surimposer à chaque action des éventualités imaginaires, qu'elle considère longuement dans l'écran de son mental. Et ce faisant, la conscience intercale entre son vécu et son attention une zone mentale tampon peuplée de craintes et d'espérances. Cette zone mentale grossit, grossit, prend chaque jour de l'ampleur, et se densifie toutes les fois que la conscience agit de manière *intéressée*, jusqu'au point où cette zone mentale parvient à occulter complètement les signaux que son Soi divin lui envoie.

C'est ainsi que, peu à peu, la conscience finit par ne plus agir dans la spontanéité et la joie. N'écoutant plus son cœur, elle n'agit plus que dans l'unique tension de l'*espoir* ou de la *crainte*. Ses actions, réalisées dans l'*espoir* d'un **gain** ou dans la *crainte* d'une **perte**, sont par définition des actions effectuées dans un état d'esprit « intéressé », qui s'intéresse de très près aux « fruits » de l'action. Cette action dite « intéressée » n'émeut pas l'âme et ne s'effectue pas dans l'enthousiasme *ici* et *maintenant*.

Or cette action *intéressée* met la conscience dans une situation périlleuse parce qu'elle n'est pas seulement coupée de la joie et du dialogue subtil et merveilleux qu'elle noue avec son Soi divin, mais parce qu'elle donne aussi naissance à une multitude d'émotions négatives, comme le regret, le remords, la déception, l'auto-récrimination, le désespoir, le jugement, la culpabilité...

## Les Schèmes Mentaux

Lorsque, à chaque action, la conscience nourrit une attente, espère un gain ou redoute une perte, elle crée en définitive une minuscule « forme-pensée » sur le plan causal, dans le domaine de la Pensée.

Au fil de ses expérimentations, ces formes-pensées s'agglutinent et se densifient jusqu'à devenir des créations mentales presque « autonomes » et dotées d'une volonté sommaire (qui consiste principalement à vouloir se maintenir « en vie »). Une créature mentale n'a pas de position précise dans l'espace, puisqu'elle appartient à la dimension causale qui précède la dimension de l'espace/temps :

cette créature peut donc trouver une source d'énergie, de nourriture, auprès de toute conscience produisant des créations mentales de même nature et de même fréquence énergétique que la sienne.

On se rappellera que l'imagination est un instrument d'action – et donc créateur – au sein de la dimension causale, et qu'en la laissant produire tout et n'importe quoi, on se retrouve vite avec un plan causal encombré de créatures mentales diverses. Généralement ces créatures mentales créées involontairement par nos attentes visualisées sont très faibles et ne tiennent pas. Mais si, à l'échelle de tout un pays, les mêmes types de pensée, d'attente, de désir, de crainte, sont produits par plusieurs millions de consciences individuelles, et ce en continu, alors les créatures mentales générées collectivement peuvent prendre des aspects bien plus considérables.

C'est pour cette raison notamment que, par hygiène mentale, il s'agit de veiller à ne pas trop projeter d'attentes et de désirs, pour ne pas donner naissance, par agglutination, à des créatures du plan causal dotées d'une vie propre... qu'on appelle des « Schèmes Mentaux » et qui, à l'échelle d'un pays, peuvent devenir des « Égrégores mentales ».

Ces schèmes finissent par sculpter nos personnalités, conditionner nos réactions et à imposer leur prisme sur nos perceptions de la Matrice. Ils sont responsables de nos obnubilations, de nos obsessions, de nos manies. Toutes les fois que ces schèmes nous activent, ils obtiennent de la nourriture : ils obtiennent de minuscules formes-pensées délivrées par notre mental imaginaire.

D'où la recommandation, dans toutes les traditions spirituelles, d'éviter de « réagir » lorsqu'une idée saugrenue ou révoltante traverse l'écran de notre mental imaginaire : il s'agit probablement d'un « schème » – une forme-pensée quasi autonome – qui veut notre attention pour obtenir de l'énergie en retour.

### Agir sans attente consiste-t-il à « rendre service » ?

L'auteur de ces lignes a personnellement éprouvé beaucoup de difficulté à admettre l'idée que nous puissions agir sans un motif *intéressé*, sans anticiper ou espérer un hypothétique résultat futur qui nous serait favorable, surtout quand la société et ses « schèmes mentaux » ambiants nous ont inculqué l'idée qu'il faut agir dans son propre intérêt, gagner sa vie, faire de l'argent, obtenir du succès auprès de ses pairs, auprès du sexe opposé, obtenir une bonne situation, être bien vu de ses proches, etc.

Lors de mon étude du Karma Yoga, j'en venais souvent à me demander : « mais à quoi bon agir si ce n'est pour obtenir de meilleures conditions de vie futures ? ». C'était typiquement une pensée intéressée et bien dans l'air du temps : « qu'est-ce que j'y gagne, moi ? » « *what is it for me ?* ». C'était l'expression favorite d'un membre de ma famille qui me souhaitait souvent, en conclusion de nos conversations téléphoniques et finalement à tout propos, de « bien profiter ».

« Profite, profite... » « Profite bien. »

En grandissant dans un tel monde, où l'on semble tout faire par intérêt, cette notion d'action désintéressée semblait ainsi complètement contre-intuitive. Comment pouvait-on agir et éviter en même temps de nourrir ne serait-ce qu'une toute petite attente de profit ? Était-ce seulement possible ?

Je me rappelle certaines expériences vécues dans un ashram, où l'on se faisait fort de proposer aux visiteurs, vacanciers ou retraitants, de faire du « karma yoga ». Je précise que ces visiteurs payaient pour un séjour en pension complète et que ce paiement n'avait rien d'une « donation » libre.

« Du karma yoga ? Cool. C'est quoi ? »

« Eh bien tu vois ce balai et cette serpillère... ? »

L'interprétation que j'en faisais n'eût point manqué de déplaire aux *swamis* (des moines) qui géraient ces saints lieux. Leur prétendu « karma yoga » ressemblait à s'y méprendre à un échange d'énergie « donnant-donnant » qu'on acceptait parce qu'on le demandait avec insistance et qu'il était plutôt mal vu de décliner. Pour les visiteurs, ça pouvait passer, parce qu'on leur demandait une petite heure, ici ou là, pour effectuer en petits groupes des tâches pas toujours passionnantes mais utiles au bon fonctionnement de la structure. Quant aux personnes bénévoles, qui vivaient sur place à long terme, souvent jeunes et psychologiquement plus fragiles, certaines étaient incapables de poser des limites à la quantité de services qu'elles pouvaient accepter de rendre, et pour elles le karma yoga devenait très vite un sacerdoce d'une soixantaine d'heures par semaine qui ne leur laissait guère le temps d'explorer leur propre vocation, et qui les vidaient de leur énergie. Certaines allaient jusqu'au *burnout* ou frôlaient la crise de nerf, ce à quoi on leur répondait que « le karma yoga n'était pas une voie facile... ». Bref, l'appel à faire du bénévolat en le désignant comme étant un « karma yoga » m'a très vite paru relever de l'abus de langage, voire de l'imposture.

De façon générale, une action *imposée* de l'extérieur, que ce soit par la force, par la pression sociale, par la ruse, par le chantage émotionnel, ou par tout autre moyen, ne saurait être qualifiée d'action désintéressée : celui qui obtempère espère obtenir un gain ou

éviter une perte. S'il se sent obligé, il n'agit de toute façon ni dans la spontanéité ni dans la joie. Et si par ailleurs sa vocation profonde ne correspond pas du tout aux tâches dont on le charge, ce pauvre hère se fait tout simplement manipuler.

Cet aparté sur ces quelques souvenirs de vie en ashram dévoile toutes les ambiguïtés et les confusions qui entourent cette notion d'action désintéressée au sein du Karma Yoga. Dire simplement que « c'est rendre service sans rien attendre en retour » ne suffit pas et peut conduire à ce genre de situation totalement à côté du sujet, où vous pourriez vous laisser convaincre par d'habiles profiteurs enturbannés de donner beaucoup de votre temps pour essentiellement faire leur bonne fortune.

Alors, qu'est-ce qu'une véritable action désintéressée ?

## Une action désintéressée observe quelques principes

Pour comprendre cette idée de désintéressement, il convient de ne pas confondre absence de calcul intéressé et absence de motivation.

Il y a autant de motivation à agir selon une attitude désintéressée que selon une attitude intéressée.

La conscience en chemin sur la voie juste veut agir selon une attitude qui lui assure de briser l'une après l'autre les chaînes mentales qui l'attachent à la Matrice. Elle aspire à ce que ses actions soient enthousiastes, bénéfiques et libératrices. Elle agira donc en conformité avec des principes qui lui donnent l'assurance générale que ses actes ne l'enchaîneront pas à la Matrice et soient autant que possible bénéfiques à l'ensemble des consciences, où qu'elles soient et quoi qu'elles fassent dans l'Univers. Son action demeure désintéressée quant à ses fruits spécifiques, sur lesquels il ne fait aucun calcul, mais intéressée quant à son orientation générale.

Examinons brièvement ces principes :

## Les quatre principes ou « lois » du Karma Yoga

La première loi, la **Loi de Causalité**, qu'on appelle aussi loi d'Action, dévoile que les actions sont comme de petites graines qu'on plante dans le sol fertile de la Simulation, et que ces petites graines peuvent croître dans toutes les dimensions selon de multiples embranchements, au bout desquels peuvent éclore de très nombreux fruits. Ces fruits, qu'il serait vain de vouloir suivre et répertorier à l'aide du mental, sont des créations et portent en elles la signature de leur auteur.

A la considération de cette première loi, on comprend que toute action par mouvement, parole ou pensée produit des conséquences, c'est-à-dire porte « des fruits ». Une action est créatrice.

La deuxième loi, la **Loi de Rétribution**, qu'on appelle aussi **Loi du Karma**, nous enseigne qu'une création (le « fruit » d'une action) revient vers son créateur, immédiatement ou en différé, en ce qu'elle porte sa signature et cherche – par l'effet du principe de similarité – à revenir vers sa source.

Ainsi comprend-on qu'il est impossible d'agir sans produire des « fruits », et que ces derniers nous reviennent d'une façon ou d'une autre.

Comment pouvons-nous faire pour nous libérer de la Matrice dans de telles conditions ?

La troisième loi, la **Loi de l'Offrande**, nous apprend qu'on peut renoncer aux fruits de nos actions. On peut céder, mentalement, à l'Univers, à l'ensemble des consciences incarnées, les « bénéfices » de nos actes. Il s'agirait ainsi d'agir dans la joie avec pour seule intention générale que notre action *profite à tous* : on offre tous les bons fruits qui en résultent à l'Univers. Ce faisant, on s'en décharge, on s'en délivre, du moins mentalement. C'est là une clé fondamentale du Karma Yoga : l'action est désintéressée parce qu'elle s'accomplit comme une offrande, respectant la troisième loi.

---

*« Quoi que tu fasses, Arjuna, accomplis-le comme une offrande – que tu parles, manges ou pries, que tu sois bien ou que tu souffres. Tu seras ainsi libéré des fruits de toutes tes actions, bons comme mauvais ; sans entrave, apaisé, tu viendras à moi. » (Bhagavad Gita, IX, 27-28)*

---

A ce stade, les fruits de nos actions, même offerts à tous, peuvent être bons ou mauvais, ce que confirme le dicton populaire selon lequel la route vers l'enfer « est pavée de bonnes intentions ». Même avec les meilleures intentions du monde, et même si les fruits de nos actes sont offerts à tous, ceux-ci peuvent tout de même provoquer des répercussions complètement imprévues, dans des plans hors d'atteinte. Un acte, plus loin le long de sa chaîne de causalité, peut endommager et faire souffrir des consciences, lesquelles, victimes de ses répercussions inattendues, pourraient même nous en tenir rigueur et nous juger responsables de leur infortune. C'est pourquoi, même si nos actions sont offertes – ce qui apaise notre mental et nous libère de nombreuses entraves –, il s'agit de s'assurer aussi que les fruits de nos actions soient le moins nuisibles possible pour les autres et pour soi-même. L'insouciance procurée par l'offrande est une chose, mais cela ne nous libère pas complètement des répercussions proches ou lointaines de nos créations, lesquelles portent notre signature. Il s'agit donc de veiller à ce que notre action soit *effectivement* bénéfique pour tous. Pour ce faire, une quatrième loi – la plus importante des quatre – vient nous y aider :

Il s'agit de la **Loi du Respect Réciproque**.

Cette loi stipule que nous, pures consciences immergées dans la matrice, devons **traiter tout autre conscience comme nous aimerions qu'elle nous traitât**, c'est-à-dire dans le **respect** de nos neuf domaines de manifestation et d'action, ou autrement dit dans le respect de nos **neuf domaines de vie**.

- Premier domaine de vie : nous aimerions qu'elle respecte notre combinaison biologique vitale (corps physique) et son aspiration intrinsèque à vivre une vie sereine, paisible, hors de tout danger ou de toute pression.
- Deuxième domaine de vie : nous aimerions qu'elle respecte notre santé et notre aspiration à vivre dans l'abondance, la douceur et les sensations plaisantes.
- Troisième domaine : nous aimerions qu'elle respecte notre vitalité et notre aspiration à vivre dans une liberté de mouvement et de déplacement.
- Quatrième domaine : qu'elle respecte notre sensibilité et notre aspiration à vivre des émotions positives, d'amour, de joie et de bienveillance.
- Cinquième domaine : qu'elle respecte notre rationalité et notre aspiration à vivre dans la clarté mentale, la vérité, la justice, l'harmonie.
- Sixième domaine : qu'elle respecte notre intuition et notre aspiration à vivre dans la contemplation de belles choses et de belles pensées, visibles comme invisibles.
- Septième domaine : qu'elle respecte notre nature de « pure conscience » et notre aspiration naturelle à ressentir la plénitude et la félicité.
- Huitième domaine : qu'elle respecte notre relation à l'Esprit et notre quête de connaissance utile à nous émanciper de la Matrice.
- Neuvième domaine : qu'elle respecte notre identité réelle de Soi divin, notre vocation fondamentale et notre aspiration à dédier notre attention à nos leçons de vie et nos missions d'âme.

Ainsi, considérant cette Loi du respect sous le prisme des neuf domaines de vie, nous disposons d'un code de conduite complet nous permettant, *a minima*, d'agir sans nuire à autrui et sans contrarier ses neuf aspirations essentielles.

## Respect des autres et de soi-même

C'est ici qu'il convient d'aborder un point important, peut-être difficile à entendre mais néanmoins nécessaire. Dans les mondes supérieurs, on considère que le choix d'enfreindre la **Loi du Respect** à l'encontre d'autrui non seulement nous condamne à revivre nous-mêmes ce que nous faisons subir à autrui mais encore nous prive d'accéder à des mondes où cette Loi est observée scrupuleusement par tous, et qui sont – de notre point de vue – des mondes paradisiaques. Choisir de manquer de respect à autrui dans ses neuf domaines de vie fait de nous – à l'échelle cosmique – non seulement des *criminels* mais aussi des *exilés*, des *bannis*, voire des *déchus*. Cette Simulation serait aussi – pour certains – une terre d'exil, où certains apprennent les conséquences du manque de respect dans une Simulation où les retours de bâton peuvent être assez traumatisants.

Mais ce n'est pas tout : cette Loi du Respect peut aussi être enfreinte *à l'encontre de soi-même*. En devenant notre propre bourreau, en laissant notre ego devenir tyrannique et castrateur, nous devenons nous-mêmes un « *suicidé* ». Généralement, l'irrespect d'autrui va de pair avec l'irrespect de soi, et de fait, si nous nous manquons déjà de respect envers nous-mêmes, comment pourrions-nous montrer du respect envers autrui ?

Mais quelles sont les conséquences de ces infractions à la loi du respect ? Des dettes, encore des dettes, toujours plus de dettes, et par conséquent la certitude de devoir retourner dans cette Matrice, et de devoir se confronter à des leçons pénibles et difficiles, jusqu'à ce que les leçons du karma soient comprises, jusqu'à ce que nos dettes soient remboursées, et qu'une posture « juste » et « bénéfique » soit définitivement adoptée.



Mais qu'est-ce qui peut bien nous pousser à prendre de mauvaise décision ? Qu'est-ce qui peut bien nous inciter à manquer de respect aux autres ou à nous-mêmes ?

## L'ego et les actions qu'il inspire

La principale instance qui s'oppose au choix de l'action désintéressée respectueuse d'autrui et de soi-même, c'est l'ego. L'ego est considéré par les chamans toltèques comme une *implantation étrangère* à la conscience. Cette instance n'émane pas de la conscience qui se dissocierait à la suite de traumatismes, mais est installée par des entités extra-dimensionnelles pour la réduire en esclavage. Elle prend une apparence d'hydre à plusieurs têtes, chacune bavardant sur un registre émotionnel particulier : une tête dira souvent « j'ai peur », « j'ai peur », « j'ai peur » ; une autre répètera souvent « j'ai faim », « j'ai faim », « j'ai faim » ; une autre dira, « c'est de ta faute », « tu es nul.le », « personne ne t'aime », etc.

Cette instance bavarde pluralisée se renforce par agglomération de craintes et d'espérances, elle se nourrit des traumatismes endurés dans la Matrice. La conscience, oublieuse de son identité divine véritable et de ses expériences passées, finit petit à petit par s'identifier à ces voix discordantes et à les prendre pour siennes. Cette instance à plusieurs têtes bavardes est savamment intercalée ainsi entre la conscience et le Soi et commence peu à peu à brouiller les signaux, à gagner de plus en plus d'emprise, jusqu'à finir par dominer complètement la conscience. L'ego parle ainsi au nom de la conscience et dit « Je », « Moi, je », se donnant un rôle prépondérant et s'imposant comme le personnage principal de l'histoire, alors qu'il n'est qu'une grossière imposture destinée à maintenir la conscience dans une énergie basse. L'ego se prend pour l'agent des actions et prétend déterminer à chaque fois la direction à prendre sur la base de ses calculs, de ses prévisions, de ses craintes, de ses espérances.

L'ego est la manifestation mentale hypertrophiée de l'**esprit de calcul** : il n'offre rien, il investit. Et comme tout bon capitaliste, il s'attend à un retour sur investissement. Lorsqu'il est poussé à l'extrême vers son propre et unique intérêt, l'ego ne voit plus en autrui qu'un compétiteur (à dominer ou à éliminer) ou qu'une ressource (à exploiter) ; il n'applique donc pas le principe de respect réciproque dans les actions qu'il suscite.

- Il niera toute relation aimante avec un Dieu intime, accessible, proche et bienveillant, et défendra plutôt l'image d'un Dieu lointain, sévère, juge et accusateur, pour qui la conscience n'est jamais assez pure, jamais assez méritante, jamais assez digne, etc. (opposition au 9<sup>e</sup> domaine)
- Il favorise la confusion et rejette d'instinct toute Connaissance ou Sagesse qui serait de nature à le démasquer (opposition au 8<sup>e</sup> domaine)
- Il veut de la part d'autrui une attention constante et exclusive (domination du 7<sup>e</sup> domaine).
- Il veut occuper ses pensées et gagner son admiration sans bornes : être sa star, son soleil (exploitation du 6<sup>e</sup> domaine).
- Il veut que ses raisonnements, ses doctrines, ses sophismes forment complètement le mental d'autrui. Il se bat pour avoir toujours « raison » et se pense toujours le seul détenteur de la vérité (domination mentale du 5<sup>e</sup> domaine).
- Il ignore les sentiments du cœur en réduisant toute relation interpersonnelle à du sexe, de l'emprise, du pouvoir ou de l'exploitation. Il adore faire du chantage émotionnel (exploitation émotionnelle du 4<sup>e</sup> domaine).
- Il veut exploiter les ressources vitales d'autrui, et mettre leur énergie à son propre service, pouvant aller jusqu'à l'esclavagisme (exploitation vitale du 3<sup>e</sup> domaine).
- Il veut l'abondance pour lui, sans partage, et cherchera à s'approprier le plus de richesses possibles, fussent-elles manquantes aux autres (exploitation des ressources du 2<sup>e</sup> domaine).
- Il veut enfin pouvoir étendre son espace vital par la guerre et la violence et jouir de tous les corps réduits à des objets (viol), et s'emploiera activement à sexualiser tout ce qui peut l'être (exploitation et domination du 1<sup>er</sup> domaine).

Aveuglée par un ego *dominateur* qui la supplante dans la conduite de ses propres expériences, la conscience s'endette alors considérablement à l'égard d'autrui comme d'elle-même, et s'enferme durablement dans la Matrice.

## La Souffrance et ses pansements

Certaines consciences éprouveront de grandes souffrances quand leurs actes iront dans une direction complètement opposée à celle voulue par leur cœur, intimement relié au Soi divin. Si l'acte est de polarité neutre, elles souffriront au minimum d'un vague *ennui*. Mais si l'acte est de polarité négative, elles ressentiront alors une *angoisse* plus ou moins marquée, plus ou moins intense. Ces ressentis suffisent en général à remettre les consciences sur un chemin plus en accord avec leurs priorités de vie.

Il arrive pourtant que des consciences veuillent simplement supprimer ces symptômes, en usant d'artifices ou d'expédients, un peu à la façon d'une personne fumeuse qui, souffrant d'un cancer du poumon, préfère avaler des pilules et se soumettre à un « traitement » plutôt que de renoncer à fumer. Ainsi, pour remédier à l'*ennui*, voire à l'*angoisse*, la plupart des consciences trouveront du répit dans la *jouissance*.

D'autres, plus investies encore dans la voie injuste, tenterons même de faire taire leur cœur en se plongeant dans l'*ivresse*.

La jouissance – à plus ou moins grande intensité – met le cœur sous anesthésie et atténue, pour un temps court, sa souffrance et son angoisse. Mais qui peut jouir sans cesse ? Lorsque, au cœur de la nuit, le cœur se serre à nouveau d'angoisse, la conscience cherchera dès lors un anesthésiant plus fort pour faire taire ses symptômes. Si rien n'y fait, et que chaque jour son cœur la fait souffrir, la conscience s'entêtera et risquera d'entrer dans un cercle vicieux, dans une addiction autodestructrice, dans une poursuite effrénée et morbide de jouissances de tout type, jusqu'à l'ivresse, jusqu'à l'oubli total de soi (jusqu'à l'oubli total *du Soi*).

Les sociétés construites selon un système sournois d'exploitation des consciences incarnées – c'est l'expérience globalement qui nous est proposée sur cette Terre à l'heure où j'écris ces lignes (2023-2024) – promeuvent ainsi l'hyper consommation et l'hyper distraction pour faire taire l'angoisse des cœurs. Hier, le *panem et circenses* (« du pain et des jeux ») des empereurs dans la Rome antique, aujourd'hui, les centres commerciaux, les parcs d'attraction, les drogues dures et/ou récréatives, les anti-dépresseurs, les médias de masse, les jeux vidéo, les loisirs, le cinéma, les séries télé, la pornographie... Partout sont offerts des moyens de distraction rapides, des anesthésies bon marché, du sexe débridé et sans limites, le tout noyé dans un océan de malbouffe bourrée de sucres rapides et de colorants divers.

Bref, tout est mis à notre disposition pour nous *dévertir* des missions divines inscrite dans notre cœur-Âme et pour anesthésier nos souffrances et nos angoisses.

## Le choix d'attitude

Le choix fondamental entre les deux voies que nous évoquions au début de ce chapitre devient maintenant un peu plus clair.

D'un côté nous pouvons choisir de suivre la voie de l'Âme-Cœur, respectueuse des consciences et désintéressée, œuvrant pour le bien de tous, ce qui comprend, il faut insister, le *bien pour soi-même*. De l'autre, nous pouvons fouler la voie de l'Hydre, *implantée en nous*, irrespectueuse et intéressée, œuvrant pour son seul bénéfice ou celui de son clan, au détriment des autres.

L'une s'effectue dans la joie, l'autre dans l'ennui, la névrose et, à l'extrême, l'ivresse.

Dans l'une le cœur s'expande, dans l'autre il se rétracte. Dans l'une, la conscience s'émancipe des limites de la Matrice et réintègre l'immensité du Réel ; dans l'autre, la conscience stagne dans cette étroite Matrice et s'y voit recyclée de vie en vie.

Il faut encore insister : la loi du respect réciproque s'applique *en premier lieu* à soi-même !

A aucun moment une conscience ne peut bénéficier à qui que ce soit si elle traîne dans son subconscient de vieux schémas non éclairés, si elle souffre de traumatismes, si sa santé est misérable, si son intelligence est confuse, si son imagination est dissipée, distraite et peuplée de névroses, si son temps et son attention sont détournés par d'habiles profiteurs qui la trompent avec de jolis mots et de séduisantes théories. On ne fait pas « du bien » en allant construire des puits en Afrique tout en ignorant ses propres blessures, en allant faire le ménage gratuitement dans la demeure d'un gourou, ou en se perdant dans le service à une communauté religieuse.

Le karma yoga invite à *agir dans le respect de soi-même et des autres pour le bénéfice du plus grand nombre* et signale les dangers de n'agir que pour son seul bénéfice sans respect pour quiconque.

Ainsi, le choix qui conduit vers l'une ou l'autre voie est un choix qui s'effectue à chaque action, à chaque moment, puisque, dans cette Simulation-Matrice, les *pures consciences individuelles* expérimentent un libre arbitre sans (trop d') interférence.

Le Karma Yoga consiste ainsi à faire grandir en soi l'*attitude* juste, bienfaisante et désintéressée, quelles que soient les situations, les expériences, les circonstances la poussant à agir. Cette attitude est un prérequis pour entamer la voie suivante, celle, royale, de la maîtrise des éléments.

## La Bhagavad Gita (II.11–25) – une traduction très libre en alexandrins

11.  
Le Seigneur Krishna dit : bien vaine est ta langueur.  
Le sage n'a point de peine : son âme est éveillée.  
Les vivants, les défunts, ne sont point à pleurer :  
Se lamenter ainsi ne leur fait point honneur.

12.  
Jamais il n'y eut d'âge où je n'existais pas.  
Jamais à l'avenir, ni pour toi, ni pour Moi



Ni pour tous ces grands rois, il n'existera d'âge  
Où nous cesserons d'être. Retiens bien cet adage :

13.  
De même qu'on abandonne un habit tout usé ;  
De même l'âme transite - pour sa longue traversée -  
D'une enveloppe à une autre ; d'un vieux corps tout froissé  
À un corps tout récent, dans les langes enveloppés.

14.  
Éphémères et fugaces, toutes nos sensations  
Vont et viennent à loisir, et passent comme les saisons.  
Endure-les patiemment, ne laisse pas les douleurs  
Aveugler ta raison ou affecter ton cœur.

15.  
Qui devant l'affliction sait rester impassible ;  
Indifférent à tout, le cœur inamovible,  
Qui parmi les plaisirs demeure inaffecté ;  
Qualifiera son âme à la vraie liberté.

16.  
Qui saisit la nature de l'être et du non-être  
Comprend que l'un demeure tandis que l'autre fuit.  
Clairvoyant est celui qui dépasse le paraître :  
Il fait preuve ici-bas d'une sagesse accomplie.

17.  
Le Soi qui imprègne l'univers tout entier,  
Rien au monde ni personne ne peut l'éradiquer.

18.  
Seul le corps peut périr, mais l'Âme est immortelle :  
Rien ne saurait heurter sa nature éternelle.  
C'est pour cette raison, Arjuna mon ami  
Que tu dois te lever et vaincre tes ennemis.

19.  
Celui qui croit que l'Âme, peut mourir ou tuer  
N'a pas du tout saisi ces fines subtilités.  
Du Soi, il ne sait rien. Droit dans ses certitudes,  
Il manque le chemin de la béatitude.

20-21  
Le Soi est sans début, sans naissance et sans mort.  
Impossible pour lui de mourir comme le corps.  
Primordial, éternel, il est indestructible :  
Comment – ô Arjuna – peux-tu en faire ta cible ?

22-23.  
Comment peux-tu penser que tu pourrais l'occire ?  
Comme tu ôtes tes haillons pour des habits nouveaux  
Le Soi change de maison. Nulle épée, nul bourreau,  
Aucune calamité ne saurait le détruire.

24-25  
Rien ne peut l'atteindre, rien ne peut l'ébranler,  
Que ce soit le Feu, la Terre, le Vent, les Armées,  
Il est intemporel, en paix, parfait et partout.  
Tes scrupules, cher ami, ne veulent rien dire du tout.