

La paix au moyen d'une culture du dialogue intérieur *Bodo von Plato*

Dans une époque de commémoration du souvenir de la première Guerre mondiale et eu égard aux 35 guerres et conflits armés actuels dans le monde entier, Bodo von Plato recherche ici les bases fondamentales préalables à une culture de la paix dans le dialogue intérieur entre conscience et vie.

Guerre et paix appartiennent à l'être humain. Elles appartenait et appartiennent à la vie, à l'entre-humain ; toutes les sociétés, cultures et civilisations, les connaissent. Les arts et manières de la guerre et de la paix sont cependant aussi divers que les lieux, les époques, et les hommes. Ils sont totalement déterminés par ce que ressentent et pensent les êtres humains, par ce qu'ils veulent et ce à quoi ils sont prêts et ce à quoi ils ne sont pas prêts. La vie de la guerre et de la paix — si l'on doit une fois l'appeler ainsi — est dans ce sens dépendante de la conscience, de la moindre des divergences d'opinion jusqu'aux plus grandes guerres mondiales, qui font les époques ; depuis l'amour entre deux êtres humains, par l'intelligence d'être comprises de deux communautés étrangères l'une à l'autre, jusqu'aux actions de solidarité globales, la déclaration générale des droits de l'homme ou les institutions internationales dont la mission est la paix dans le monde. Guerre et paix sont dépendantes de la conscience — et elles imprègnent de leur côté la conscience humaine, inter-humaine et humanitaire.

Une fois, la vie y détermine plus la conscience, une autre fois c'est l'inverse. Ainsi, par exemple guerre et paix émanaient plutôt dans les cultures indigènes, ou bien dans l'Antiquité, des circonstances de la vie et menaient à des changements de conscience, alors qu'aujourd'hui, de manière prépondérante, cela apparaît plutôt inversé.

Finalement le rapport entre conscience et vie même peut être vu dans cette perspective. Si elles se trouvent en guerre entre elles, la conscience repousse la vie, se sangle dans ses brodequins de torture, rationalise, psychologise et virtualise, tandis que la vie stupéfie la conscience et ne laisse aucune place à la réflexion interrogative sur un sentir aux couches multiples, voire contradictoires, et un agir raisonné. La lutte entre conscience et vie apparaît aussi naturelle, que paix et amitié caractérisant entre elles, en tant que plus beaux fruits d'une culture intérieure, des sociétés ouvertes (Popper) ou esthétiques (Schiller).

Des années encore avant l'éclatement de la première Guerre mondiale, au moment où les confrontations européennes, pour la première fois, plongèrent tout un monde dans la misère, Rudolf Steiner décrivit comment la paix parmi les êtres humains étaient uniquement à fonder sur la base d'une culture intérieure individuelle. « De la canalisation du conflit de l'extérieur vers l'intérieur de l'être humain, c'est ce dont il s'agit. (...) Une canalisation du conflit dans le monde extérieur dans une harmonisation des énergies intérieures de l'être humain, ainsi pouvons-nous aussi exprimer le progrès dans l'évolution de l'humanité. »¹

Le combat entre conscience et vie

À quoi peut ressembler l'harmonisation des énergies intérieures en lieu et place d'un combat porté à l'extérieur et quel rôle y joue le rapport entre conscience et vie ? Sur l'arrière-plan de cette interrogation, il est frappant que l'une des caractéristiques fondamentales des méthodes anthroposophiques en direction du développement intérieur spirituel, c'est la jonction d'éléments antérieurement séparés. Dans le passé, de la part de celui qui recherchait un cheminement spirituel, on requérait le retrait de la vie, la prise de distance d'avec la vie extérieure, afin de tout consacrer uniquement au développement d'âme et d'esprit ; pour celui qui suivait son chemin dans le monde, le chemin menant aux Mystères était donc exclu — jusqu'à quelques rares exceptions comme, à titre d'exemple, la chevalerie spirituelle. Cette séparation prenait en compte le fait concret qu'il y a deux voies différentes dans la maturation du principe de l'individualité au cours du développement

¹ Rudolf Steiner, 4 juillet 1909, **GA 112**, p.208.

de l'humanité. Ce qu'aujourd'hui nous ressentons ordinairement comme « Je », vit à l'intérieur et se manifeste dans nos énergies/vertus d'âmes, dans mes sentiments, dans ma quête cognitive, dans la tentative d'organisation plus consciente de la vie, dans l'éducation de soi, dans laquelle je lutte pour une transformation auto-déterminée. Ce « soi central » est imprégné de conscience. Une autre instance, d'abord moins ressentie comme un soi ou bien comme un « Je », vit dans la périphérie, me forme en venant de l'extérieur, du monde et semble venir à moi comme des événements ou bien des rencontres, dans des défis, des questionnements et processus, qui, selon toute apparence pourtant, n'émanent pas de moi-même. Et néanmoins, je suis celui-là qui éprouve tout ce qu'aucun autre n'éprouve jamais ainsi. Ce « soi périphérique-ci », si l'on peut le désigner ainsi, est déterminé par la vie et le destin et il est imprégné du monde.

Plus l'être humain devient individuel et conscient de soi, davantage s'élève chez lui un pressentiment de la sagesse et des biens du soi déterminé par la vie et le monde. Plus les frontières se précisent, en étant hostiles à la vie, alors que les conséquences de la conscience deviennent visibles, plus l'aspiration devient pressante vers un comportement adapté des deux, l'un par rapport à l'autre. Des êtres humains se découvrent eux-mêmes ou bien pressentent — en désirant avec ardeur une spiritualité au milieu du quotidien — un quotidien dans la lumière des Mystères, la rupture entre intérieur et extérieur, entre Je et monde et, en même temps, leur responsabilité pour le monde. À l'occasion, il ne s'agit pas d'un mélange indifférencié d'une réalité de vie quotidienne et d'une culture intérieure plus consciente, mais bel et bien d'une pénétration menée de manière éveillée et sensible de conscience et de vie. Cela vaut la peine de prêter attention au fait que tout d'abord, la prise d'influence immédiate ou bien voulue de l'éducation consciente de soi sur la réalité de vie n'est pas prédominante. Car tout ce qui est consciemment reconnu et voulu, dans son caractère nécessairement limité, provisoire et parcellaire, ne peut pas rendre justice à la complexité réelle du vivant et déjà pas du tout à ce qui relève de la destinée. L'absence d'intention et le caractère de liberté sont, particulièrement au début de toute éducation de soi, des garants d'un développement digne de l'être humain.

Vie en conscience — Exercer

Il apparaît donc tout d'abord sensé d'établir des éléments d'apprentissage dans des moments choisis à côté et en dehors de la vie. Dans ces moments particuliers sont appréhendées cependant des réalités vivantes. Des énergies de conscience ne sont donc pas envoyées dans le vivant, mais des éléments de vie sont accueillis en conscience. Ce qu'on appelle les exercices auxiliaires² sont, dans cette acception, un exemple marquant pour une activité d'exercices gouvernée par la conscience. Concentration, initiative, égalité d'âme, positivité et absence de préjugés, ainsi que l'harmonisation de ces qualités, visent directement à une « harmonisation des énergies intérieures ». Mais si elles sont directement transposées dans le quotidien, elles occasionnent des nuisances. En tant qu'actes de conscience qui visent à un changement du soi intérieur, ils peuvent perturber la vitalité du social et ce qui se réfère au travail ou entraver l'action correspondante de la surprise ou de la destinée — bref : ils enfouissent mon authenticité, du fait que je me retire dans mon intériorité en les exerçant et je ne me tiens plus à la disposition de la situation de vie donnée, dans mon imperfection, « en étant ici et maintenant ». Je ne me place plus comme un être humain présent au milieu de la vie, mais au contraire, je m'isole du monde, je construis un monde intérieur qui devient vide, à partir duquel je ne rends plus jamais justice aux circonstances, semblant rasséréné voire même tout en ayant l'air souverain. La dualité du Je et du monde se polarise dans l'égoïsme et la perte du monde. Je me perds dans l'illusion cognitive et l'aliénation de vie — carrément comme si une répudiation de chaque exercice et du cheminement d'apprentissage intérieur se fourvoyait rapidement dans l'illusion de vie et l'aliénation cognitive.

Mais dans le moment choisi je m'exerce consciemment à laisser revivre, dans les six exercices auxiliaires, les événements effectifs du quotidien de la vie, et je recrée ceux-ci comme ils étaient, sont ou seront dans la vie, par volonté propre et intérieurement de neuf. À présent, c'est une

² Rudolf Steiner, GA 9, 10, 11, 12, 13.

occasion d'exercer l'attention sur eux selon divers points capitaux : dans la concentration par un renforcement de l'attention du penser, ciblé sur un objet ou un événement tiré de la vie — mais non, par des efforts infructueux, sans chasser sans cesse ce qui veut pénétrer dans ma conscience sans être voulu. Dans l'exercice d'égalité d'âme, par le renforcement des sentiments, avec une attention simultanée sur leur qualité, leur provenance et allées et venues, avant tout sur leur expression — mais non pas par une atténuation des sensations et sentiments. La même chose vaut aussi pour les trois autres qualités, de l'initiative, de la positivité et de l'absence de préjugés ; dans le sixième exercice, la mise en accord des cinq autres précédents, je recherche, selon les situations de vie et de conscience correspondantes, la pondération des exercices, selon leur harmonie. La direction du travail ne va jamais à l'encontre de quelque chose, il s'agit toujours d'une clarification, d'une affirmation, d'intensification, en bref : de la formation d'une « riche vie intérieure » (Steiner).

Et les conséquences pour la vie ? Là-dessus je n'ai pas à en juger. Voir ici avec conscience et ciblage, serait de nouveau intervenir dans la sagesse de la vie, dans la sagesse du Je-périphérique dépendant du destin avec des moyens cognitifs insuffisants. J'en recevrai beaucoup plus les fruits de l'activité d'exercice. Du monde et dans le monde viendront à ma rencontre les conséquences de mes entreprises intérieures. Des situations dans la vie se produiront, dans lesquelles je pourrai être lié avec un être humain ou une chose, d'une manière plus concentrée sans crispation, en ayant plus d'initiative sans activisme ni embarras, avec égalité d'âme, des moments dans lesquels, sans perte de critique ni de jugement, je serai plus positif et sans naïveté ni candeur, plus dépourvu(e) d'idées préconçues. La vie devient une orientation tandis que les énergies d'âme, cultivées dans le silence, commenceront à y agir, là où le destin se transforme lentement par elles. L'exercice conscient de l'âme semble d'autant plus agir avec plus de bon sens qu'est évitée d'une manière plus résolue son influence consciemment voulue sur la vie.

Conscience dans la vie — règles

Une autre sorte de pratique intérieure, peut-être moins connue, — ce qu'on a désigné comme les quatre règles fondamentales ou générales de l'apprentissage ésotérique³ — n'est résolument pas à séparer autant de la vie que les exercices auxiliaires. Il s'agit, premièrement, d'une vérification/contrôle exact(e) des représentations vivant en mon âme ; deuxièmement, de la culture de la sympathie et de l'antipathie, jusqu'à perte de convoitise dans toutes les questions cognitives et quatrièmement, pour finir, de cesser d'avoir peur de ce qui semble abstrait. Il s'agit de règles, et non plus d'exercices. Elles ne sont donc pas suivies dans des moments isolés, mais au contraire, de temps en temps, je pense sur elles et j'examine quelle tournure cela prend dans ma vie. Quelles représentations vivent en mon âme, dont je ne connais pas du tout l'origine, la validité ou la relation au réel, que je n'ai jamais remises en cause, ni vérifiées ? Ou bien comment sont restreintes mes représentations restées sans cesse les mêmes, depuis plusieurs années déjà, sur les causes du déclenchement de la guerre de 1914 — il est grand temps de les élargir et d'apprendre à acquérir de nouveaux points de vue. Et de même avec les deux autres règles. De la même façon que les exercices auxiliaires préoccupent totalement la conscience régulièrement, à des instants déterminés, et ensuite modifient la vie de manière immanente, ainsi les règles constituent-elles plutôt un arrière-fond de conscience constant pour ce qui prend le pas dans la vie. Elles prennent leur essor avec elle, pour ainsi dire. Je les place à l'occasion à l'avant-plan, pour mesurer à leur aune et juger de ce qui est vécu. Je recherche une correction comme l'intensification avec les exercices auxiliaires. Si, par exemple, j'émet un jugement non vérifié sur un tiers, alors je pourrai faire que cela n'arrive plus. Mais dans le moment réflexif, à l'appui de la première règle, mon besoin et ma faculté grandiront de me garder, ou bien même de renoncer totalement, à émettre un jugement non vérifié dans une situation analogue. Par leur présence dans ma conscience se modifie la manière de s'y prendre dans la vie, particulièrement dans la vie représentative si prédominante aujourd'hui. La conscience ne s'adonne plus à l'exercice, au contraire, à l'occasion d'une auto-réflexion, elle se relie à la vie, au monde et à elle-même. Dans la pratique de ces règles, la vie est plus directement modifiée par la conscience, et les deux se rapprochent donc dans ce processus.

³ Rudolf Steiner, **GA 245** (1988), pp.22 et suiv. ; aujourd'hui **GA 167** (1997), pp.63 et suiv.

Cadeaux de la vie

Comme troisième motif d'une pratique de paix au moyen de l'harmonisation des énergies intérieures, je voudrais mentionner les attitudes d'âme du respect [vénération, possible aussi *ndt*] et de l'humilité. Il s'agit ici de qualités d'âme et d'esprit, qui ne peuvent ni être exercées ni non plus être réglementées. Ce sont des dons de la vie qui transforment foncièrement la conscience. Elles viennent du monde à notre rencontre, depuis la périphérie-Je. Elles se dérobent au maniement conscient, elles sont ou ne sont pas — certes, elles sont capables de développement, en tout cas dans des dimensions temporelles aussi vastes que les vertus du respect et de l'humilité sont profondes. Je peux bien me mouvoir vers elles, leur accorder attention et valeur, mais je peux apprendre avant tout de la vie elle-même ce qu'elles forment comme découverte patente du sens et porte d'accès à ce qui est dignement humain. Par modestie et réceptivité vis-à-vis d'elles, et non pas par leur réquisition par moi ou par autrui, leur vertu de transformation peut devenir agissante dans la vie et avant tout dans la conscience. Elles restent nonobstant conditionnées par la destinée, leur prédisposition repose pourtant dans la tendre enfance, peut-être encore en effet au sein de plus vastes conditions préalables à mon existence actuelle.

Le contexte de ces six exercices, quatre règles et deux attitudes, esquisse douze champs d'activité d'une culture intérieure capable de paix. Ils deviennent des moments agissant dans un dialogue entre vie et conscience, qui mène à une harmonisation de ces vertus intérieures. Ce dialogue sert, d'un côté, une immédiateté plus grande dans ma rencontre de la vie, du monde ; d'un autre côté, il forme l'espace intérieur dans lequel, au moyen de la méditation, une immédiateté dans la rencontre avec un monde d'êtres suprasensibles devient possible. L'expérience spirituelle possible dans un tel espace intérieur ne prend plus le pas, selon son caractère, au-delà de la vie, mais au beau milieu d'elle. Aucune perte du monde ne menace cette culture du dialogue intérieur, elle s'avère beaucoup plus comme une paisible contribution au surmontement de la séparation entre Je et monde, conscience et vie, voire en effet, connaissance de l'esprit et conformation de la vie, ces principes dualistes et, au cœur, guerriers.

***Das Goethenaum*, n°39-40/2014.**

(Traduction Daniel Kmiecik)