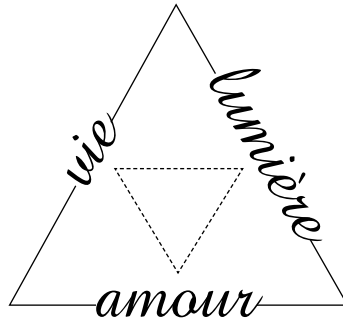


# Être en relation : ou l'idéal de l'idéal



*par Jacques Gélinas, responsable de la section « Psychologie »  
de l'Université Rose-Croix*

Conférence prononcée lors de la convention régionale de Québec 2005

Chacun de nous, en tant qu'être humain, a généralement l'impression d'être unique et séparé. Nous sommes presque continuellement dans le cadre d'une dualité sujet-objet (ce qui est moi et ce qui n'est pas moi). D'un point de vue cosmique, cette expérience de séparation, des autres et du monde, est à la fois nécessité et illusion. Elle est une nécessité pour que le Un prenne conscience de lui-même, car bien qu'il soit en tout ce qui existe, il ne peut en être conscient puisqu'il est la Conscience. Mais elle est également une illusion, parce que le Un n'est jamais vraiment séparé et séparable.

Bien que le Tout soit plus que la somme de ses parties, chaque partie est constamment en lien avec les autres parties et avec le Tout. À ce niveau, tout est fusionné, mais indifférencié, car il y a permanence du lien. La Conscience y est unifiée et unique mais elle ne se connaît pas elle-même justement parce qu'il n'y a pas de relation sujet-objet possible. Mais cette unité échappe aux parties qui ne peuvent avoir qu'une conscience partielle du Tout et des relations complexes entre toutes les parties. Pour que la Conscience prenne conscience d'elle-même, la manifestation est nécessaire et, au niveau manifesté, il y a

nécessité d'établir constamment des liens, des relations, justement parce qu'il y a séparation et que la séparation permet aux deux d'exister et à la polarisation sujet-objet de jouer son rôle.

La Tradition rosicrucienne indique qu'au niveau du Un, la Conscience est à la fois Vie, Lumière et Amour. Pour qu'une autre forme de conscience puisse émerger, et ce, pour des raisons qui dépassent notre entendement, le Un doit se diviser pour donner naissance au « deux » de la manifestation, ce qui permet l'existence de la conscience sujet-objet ou de ce que nous pourrions appeler « le petit un ». Pour que le deux existe, il faut donc une séparation, une émanation, une différenciation. D'un certain point de vue, cette séparation est réelle, mais paradoxalement, d'un autre point de vue, elle est illusoire. Et c'est justement cette illusion que la conscience devra transcender pour retourner vivifier la Conscience. En effet, bien qu'une partie ne puisse exister sans lien avec le Tout, elle peut en paraître dissociée. La réalité est qu'il y a donc simultanément union et séparation de la Conscience, tout étant une question de

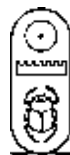
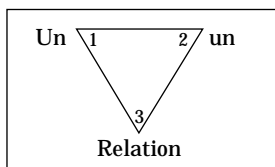
niveau et de ce que nous pourrions appeler un certain niveau de conscience, ou faute de mieux, de densité.

Cette séparation du « petit un » d'avec le Un permet donc de donner naissance au « deux » de la manifestation, et cette dernière permet au « trois » de la relation d'émerger par nécessité puisque le deux est le début et non la fin du processus. Puisqu'il y a séparation, il doit donc y avoir relation. Mais cette relation, ce lien, doit s'établir à l'aide d'un processus quelconque. Au niveau humain de la manifestation, l'un de ces moyens est la perception. Ce mécanisme permet l'émergence d'une certaine forme de conscience qui est consciente d'elle-même et de ce qu'elle perçoit et qui peut, dans une certaine mesure, se mettre à la place d'une autre conscience. Mais cette émergence de la relation par la perception implique d'apprendre à composer avec la séparation illusoire.

## Des défis

### - La perception de la séparation

Un des défis de l'être humain est donc d'apprendre à composer avec cette perception de séparation, tout en se souvenant qu'il est constamment en lien avec le reste de l'univers, avec le Un. On pourrait même dire que l'humain



doit se rappeler qu'il dépend totalement du reste de l'univers pour exister et qu'il est en continuelle interdépendance avec ses frères humains afin de contrer en partie l'illusion nécessaire pour en faire une illusion riche de sens.

L'humain se perçoit donc divisé et en coupure avec le monde et même avec une partie de lui-même. En fait, c'est ce double état (union-séparation) qui rend possible l'impression de double coupure avec Soi-même en soi et avec ce qui n'est pas soi-même (les autres et le monde). Cette illusion de coupure, de sommeil ou de vision partielle de ce qui est, sera maintenue tant que le "dormeur-conscient" ne se sera pas éveillé à ce qui Est en ce qui est. C'est l'une des caractéristiques de l'illumination : la conscience permanente du lien dans la perception de la manifestation relative. L'illumination est donc l'aboutissement de l'ouverture de la conscience unifiée dans le manifesté. C'est, en quelque sorte, la récolte après les semailles et les efforts de croissance. Le Un peut exister consciemment dans et par le deux, et le deux le percevant et se percevant le percevoir peut renvoyer un reflet, qui serait impossible autrement.

Mais pour ce faire, le « petit un » doit retrouver ce lien primordial au-delà de la perception immédiate. Car qui dit perception, dit nécessité de décoder et d'interpréter ce qui est perçu. C'est ici que commence le bal de la conscience en émergence. C'est ici que les myriades de possibles apparaissent en assemblages infinis de nuances. C'est ici que la richesse de la conscience séparée porte ses fruits et que la récolte est abondante, variée, voire infinie. Mais cette multitude des possibles et cette richesse des interprétations ne sont pas sans revers. Qui dit interprétation dit aussi : erreur, méprise, illusion, distorsion potentielle, etc. Celles-ci proviennent à la fois du mécanisme de perception (caractéristiques du processus et limites de l'illusion de séparation) et de la conscience qui interprète le perçu.

### - L'illusion de la séparation

Un autre des défis de l'être humain est de composer avec l'illusion nécessaire de la séparation vis-à-vis du Un, du reste du monde et des autres, tout en essayant de maintenir celle-ci à un niveau optimal et ce, tant au niveau du lien avec le Soi qu'à celui de la relation avec les



autres. Une trop grande réduction de la séparation amène la fusion, l'indifférenciation et la perte de la distance nécessaire à l'émergence et au maintien d'une conscience humaine saine. On peut même alors parler d'anomalie du développement. Par contre, le maintien d'une trop grande séparation engendre l'illusion de l'unicité, l'égoïsme, le narcissisme et une certaine perte de contact avec la relation. Il s'agit d'une autre forme de dysfonctionnement de la conscience.

### **- Entrer en relation avec soi-même**

Un troisième défi qui se pose à l'être humain est d'entrer en relation avec lui-même, les autres et le monde d'une façon harmonieuse qui minimise les effets pervers de l'illusion de séparation. Pour ce faire, celui-ci doit travailler à réduire les distorsions inévitables, afin que les convergences apparaissent au-delà des divergences : pour que l'essence de l'Être (le lien fondamental) se révèle dans le manifesté et le relatif, afin que la plus grande lumière soit avec la plus petite et que la plus petite lumière reflète la plus grande. Les conditions nécessaires pour relever de tels défis sont d'apprendre à connaître sa véritable nature afin de faire la paix « en Soi » et avec « soi-même » pour pouvoir l'établir avec le monde et les autres.

Le mouvement engendré par l'actualisation du « Connais-toi toi-même » au quotidien permet de progresser en ce sens. Car pour bien se connaître, il faut aussi apprendre à connaître ce qui n'est pas moi, c'est-à-dire, l'autre, le monde, le Cosmique, etc. Et cette connaissance de l'autre passe inévitablement par la connaissance de qui je suis puisque c'est par ce filtre que je connais l'autre. Je dois donc à la fois me rapprocher de moi-même et m'en distancier afin d'atteindre une conscience plus juste... Oh, merveilleuse danse cosmique de la conscience qui tourbillonne sur elle-même et dans toutes les directions ! La recherche de cette position juste, de cette relation idéale est donc à la fois nécessaire, indispensable, inévitable mais aussi source de bien des maux et d'essais plus ou moins fructueux.

### **La recherche de l'idéal**

Les sages des diverses époques nous rappellent bien la prudence qui est nécessaire face à la recherche de l'idéal sur le sentier de l'éveil de la conscience, car « idéal » signifie ce que l'on peut concevoir de mieux dans son genre, par exemple, la maison idéale, le conjoint idéal, etc. Il réfère également à un modèle à imiter, à copier. Il peut également désigner quelque chose de



désirable, d'imaginable, mais d'inaccessible, d'impossible pour une raison ou une autre. Dans les deux premiers cas, la recherche d'un tel idéal peut nous être utile. Sa troisième forme nous amène plutôt au découragement et à l'abandon.

En tant qu'être humain, il est possible de rechercher l'idéal (sur le plan relationnel) dans plusieurs dimensions de l'existence, par exemple, aux niveaux écologique, économique, politique, philosophique, psychologique, esthétique, spirituel, scientifique, technologique, diététique, etc. Mais puisque l'idéal provient des idées que l'on a sur soi-même, les autres, le monde et sur les types de relations souhaitables, il est possible d'errer et de se « faire des idées »... Or, lorsque l'on se fait des idées, on peut se tromper sur soi-même, sur l'autre, sur le monde, etc.

Il arrive, par exemple, que l'idéal soit idéalisé en étant projeté sur une autre personne comme une idole, un être aimé, etc. C'est alors la personne qui idéalise qui projette sur l'autre (l'idéalisée) ce qu'elle est de mieux, faute souvent de le manifester dans sa propre vie. La personne projette donc son idéal « d'être » sur un porteur. Ce porteur pourra jouer son rôle un certain temps et permettre à la personne de maintenir sa projection mentale, sa

« transe ». Mais inévitablement, la vraie personne derrière le « transe-porteur » se manifesterá, émergerá, donnant l'occasion au projeteur de travailler sur sa conscience et de découvrir sa propre nature, le mécanisme d'illusion et la vraie personne derrière l'illusion. Malheureusement, beaucoup préfèrent se maintenir dans leur état de transe en se tournant alors vers un autre transporteur, et ainsi de suite... Ce qui précède illustre l'utilité d'une illusion dans le développement de la conscience individuelle. L'objectif du chercheur n'est donc pas d'éviter à tout prix l'illusion (inévitabile) mais bien d'en tirer parti pour grandir en conscience. La recherche de l'idéal peut donc résulter en un esclavage ou en une libération. Cela peut dépendre autant de l'idéal recherché que de la façon dont il est recherché.

### **Les pièges**

Chaque époque se caractérise par des idées qui deviennent des normes et qui se présentent comme des idéaux à rechercher. L'époque actuelle nous propose comme idéaux l'atteinte et le maintien de la santé, de l'éternelle jeunesse, de la performance, de la possession et de la consommation, du plaisir immédiat, de l'individualisme pur et dur, etc. Ces idées à la mode se dressent en

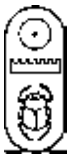
paradigme, en dogmes indiscutables. On les assimile chacun à notre façon. Elle deviennent des idées reçues, s'installent en modèles de comportements et deviennent des idéaux à atteindre, à tout prix, sous peine de passer à côté de quelque chose d'important, d'essentiel pour le bonheur, ou même d'avoir l'impression de "rater" sa vie... En fait, ce sont des pièges insidieux et fourbes qui ne peuvent que devenir esclavages s'ils ne sont pas replacés dans une juste perspective. La poursuite effrénée de ces idéaux peut donner une fausse impression de liberté, de bonheur et de réussite. Nous pouvons même mourir pour ces idées si nous n'interrogeons pas leur bien-fondé.

Notre recherche de l'idéal de l'idéal doit aussi prendre en considération que nous sommes tous atteints, à des degrés divers, d'un virus occidental endémique et pandémique, dont le principal symptôme est une « inflammation du moi », qui sépare. Ce virus se répand même sur l'ensemble de la planète. Nous risquons de nous enfoncer dans cet œdème planétaire de l'individualisme si nous n'y prenons garde.

La tendance actuelle est de « se » choisir d'abord et avant tout. C'est ainsi que nous avons besoin de nous affirmer, de nous respecter et de nous faire respecter, de

nous faire plaisir, de nous aimer, etc. Cet idéal de monarchie individualiste est susceptible de nous détourner d'idéaux plus prometteurs. Nous pouvons poursuivre des idéaux de surface et des idéaux en lien avec les profondeurs ou les hauteurs de l'Être. Mais il importe de ne pas les confondre, sous peine d'égarement et de souffrance. C'est ainsi que la recherche d'un idéal peut nous détourner de notre tendance intrinsèque à entrer en relation intime et personnelle avec nous-mêmes et avec les autres, avec le cœur de notre être et avec celui des autres.

Il est indéniable que des valeurs d'autonomie, de respect de soi, de plaisir de vivre et de liberté nous ont fait grand bien pour nous affranchir d'une époque où des valeurs inverses avaient cours comme l'asservissement, la servilité, la souffrance, qui étaient des idéaux proposés, pour ne pas dire imposés. Mais l'inflammation du moi, le culte de l'ego a son prix. Il exacerbe l'illusion de séparation, voire de rupture. Il amène à vivre un sentiment d'isolement et éventuellement une perte du sens de la vie. Nous pouvons en effet observer le grand nombre de ceux qui n'ont jamais été aussi libres de trouver leur voie personnelle. Jamais, en effet, il ne s'est produit autant de changements de partenaires comme d'emplois, de déménagements



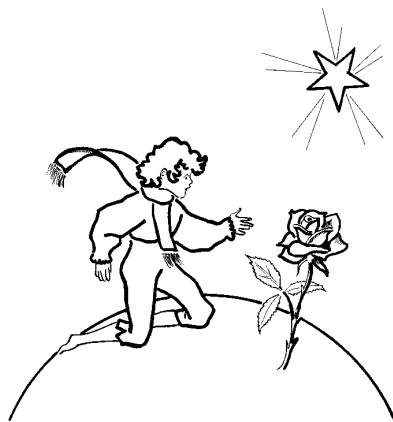
et de voyages, au gré de chacun. Pourtant, jamais autant d'êtres ne se sont retrouvés à ce point seuls, dépressifs, insignifiants et égarés dans un monde dont ils ont perdu le sens...

À force d'écouter le ronronnement de ses petits idéaux de surface et de ses besoins insaisissables, on finit par ne plus rien entendre des véritables besoins et des idéaux profonds et vertigineux. On se détourne et l'on se laisse détourner de l'essentiel. On s'égarer, s'éloigne de l'idéal de l'idéal et l'on devient esclave d'idéaux que l'on pense libérateurs.

Lorsque l'idéal du moi se fait ronflant et « bedonnant », il est pesant à porter et alourdit la quête. Lorsqu'il se fait essentiel, se love dans la Vie, la Lumière et l'Amour, il donne l'énergie nécessaire pour poursuivre sa route. Petit idéal deviendra grand pourvu que la vie lui prête temps...

### **L'idéal de l'idéal**

La recherche de l'idéal qui libère demande d'être à la fois dans l'élan et de composer avec la manifestation, de vouloir toujours plus, mais de savoir accepter ce qui est, de savoir se battre et lâcher prise lorsque cela est nécessaire. Elle exige que l'on s'affranchisse des fausses pistes sur lesquelles on est dirigé ou sur



lesquelles on se lance soi-même. L'idéal nécessite que l'on se rappelle que c'est le chemin et l'attitude lors du voyage qui importe davantage que l'atteinte rapide du but... Cette recherche nous amène à composer avec l'illusion de séparation afin de saisir le lien essentiel ; à apprendre à pressentir le vrai dans l'illusoire ; à relever le défi d'établir une relation avec soi-même et avec les autres ; à découvrir comment être en relation malgré la coupure apparente.

Cette recherche débute comme il se doit par « Il était une fois », comme il doit « être » à chaque fois, car il faut « être » à chaque fois. D'un certain point de vue, il faut passer du « ne pas être » à « être » ou de l'Être à l'être. C'est ainsi que l'être se sépare du Un, vient au monde, mais sans le savoir encore. Il émerge de l'Être, de la Source, mais cette émergence ne brise le lien qu'en apparence. L'être est toujours en contact

avec la trame de la Conscience universelle, tout en émergeant peu à peu en tant que conscience individuelle. Lorsque l'être est conscient de sa source, il se sait et se sent en lien indissociable. Lorsqu'il appréhende le monde par la lorgnette de l'émergence, il se sent séparé, distinct et individuel.

Au début de l'existence manifestée, la conscience de cet être est légère comme une plume à la surface des choses. Peu à peu, elle doit s'incarner, se densifier, expérimenter le monde et apprendre à devenir une conscience humaine. Elle doit apprendre à composer avec les contingences du temps et de l'espace... Mais cet être, cette conscience, ne deviendra vraiment humaine que par les relations qu'elle établira avec d'autres consciences humaines, et les relations établies influenceront même la construction de son identité et sa façon d'entrer en relation avec les autres par la suite.

C'est l'autre qui lui donnera le langage pour structurer sa pensée, ses principales idées sur la vie, le monde, certaines valeurs, croyances et attitudes. C'est le regard de l'autre qui lui permettra de se sentir, d'exister, de se vivre en lien ou en rupture. Ici encore le lien est premier, le lien est essentiel non seulement pour être, mais aussi pour se distinguer. Tout est en bas comme tout ce qui est en haut et toutes les

consciences coopèrent au grand jeu de l'émergence...

La résultante de ce processus complexe amènera l'être à développer une position existentielle fondamentale et plus ou moins consciente qui sera déterminante pour le reste de sa vie. Il pourra, par exemple, avoir l'impression d'être seul sur son étoile, ou bien de devoir se défendre contre un monde hostile, ou au contraire de vivre dans un monde d'harmonie et de beauté. Il pourra également avoir l'impression qu'il doit être sans l'autre, malgré l'autre, contre l'autre, pour l'autre, par l'autre, tout contre l'autre (dans le sens de Sacha Guitry), avec l'autre, etc. Et cette position, ce prisme, cette interprétation plus ou moins consciente déterminera largement sa vision d'une relation avec lui-même et avec l'autre, sa capacité d'entrer dans cette relation ainsi que les attentes et les besoins qu'il place dans son idéal relationnel.

Cette position fondamentale face à soi-même et au monde l'accompagnera tout au long de sa vie, où sa vision de l'idéal évoluera au rythme du développement de sa conscience. Cet idéal relationnel sera d'abord un état fusionnel, ensuite une idéalisation, puis une émergence d'idéaux plus individuels à mesure que la conscience s'élèvera. Il pourra y avoir rupture et remise en



question, déploiement, approfondissement et maturation (mais il pourra aussi y avoir pérennisation). Tout cela sera inscrit dans un cycle perpétuel. Mais peu importe la position existentielle, le lien demeure premier et essentiel pour se distinguer et émerger des autres. Plus que cela, notre destin est ultimement lié à celui de tous les autres humains et à celui de la Terre elle-même, que nous en soyons conscients ou non.

Mais malgré cette connaissance, l'impression de séparation domine généralement notre conscience humaine. L'être humain se sait donc unique et semblable, séparé et uni. La mémoire des expériences passées peut cependant permettre d'intégrer un peu plus dans le vécu cette épreuve paradoxale de "séparation en lien". La recherche de la relation idéale à soi-même, aux autres et au monde est donc incontournable et fonction de la position face à soi-même, aux autres et au monde. L'idéal de l'un n'est donc pas l'idéal de l'autre... L'idéal peut se suffire à lui-même car il est attraction et projection. Mais si l'on se grise de son idéal, on peut se couper de soi, de l'autre et du monde. L'idéal peut mener à l'intransigeance, à la fermeture, au dogmatisme et même au fanatisme. L'idéal idéalisé devient rupture, dérive et illusion.

## La voie de l'amour

La voie de l'amour véritable comme trame de fond et la voie rosicrucienne comme guide sont des pistes pour sortir de ce piège potentiel. Beaucoup pourrait être dit sur la voie de l'amour. Nous nous contenterons de souligner certains éléments.

La vie est amour et l'amour est vie. L'amour a le pouvoir d'unir ce qui sépare. Il est donc le moyen par excellence pour franchir le fossé illusoire de la séparation. L'amour véritable est compassion et don de Soi et de soi. Il a le pouvoir de nous faire accéder à une conscience nouvelle et supérieure. Il change notre cœur de pierre en cœur de chair afin de nous donner accès au Vrai, à la vie... L'amour véritable libère et ouvre. Il se distingue de plusieurs autres types d'amour que nous n'aborderons pas ici (amour dépendant, amour égoïste, etc.). Il permet aussi de transcender les besoins triviaux de l'ego. Il alimente le désir et la capacité d'entrer en contact avec soi-même et avec l'autre. Il importe donc d'apprendre à vivre l'amour véritable pour soi-même et pour l'autre et ce, sans sensiblerie ni narcissisme, au-delà et malgré les différences et les limites, au-delà des apparences... C'est par l'amour véritable de soi, du Soi,



de l'autre et du monde que l'idéal de l'idéal devient accessible. Et la recherche de l'idéal de l'idéal permet d'éviter les embûches des idéaux de pacotille et d'égotisme.

Cet idéal de l'idéal s'inscrit définitivement dans une vision favorable à la personne humaine. Cette vision nous amène à privilégier certaines attitudes dans nos rapports avec l'autre. Elle nous encourage à acquérir et à utiliser certaines habiletés comme l'écoute, l'observation, la communication non-violente, etc. Nous pouvons même dire que la recherche de l'idéal de l'idéal s'inscrit dans une perspective écologique de nos contacts avec le monde et les autres avec des valeurs et des réflexes relationnels liés à l'échange, l'interdépendance, le respect mutuel, le « penser globalement » et l'« agir localement », etc.

La recherche de l'idéal de l'idéal se doit donc d'être à la fois utopiste et réaliste. Pour rendre cet idéal accessible, la quête gagne à être décomposée en étapes, sous peine d'être impraticable et éventuellement abandonnée. L'idéal de l'idéal est donc une recherche du vrai au-delà de l'illusoire et de l'éphémère par le lien, la relation et la distance intime. Il est donc « savoir être » plutôt que savoir. Il rassemble et rapproche, etc.

La voie rosicrucienne s'inscrit tout à fait dans cette perspective

lorsqu'elle est bien comprise. Elle nous invite à découvrir le vrai en nous, dans les autres et dans le monde. Elle fournit de nombreux moyens pour y parvenir. Elle se veut mystique, humaniste, voire écologique dans son appréhension du monde. Elle propose la recherche de l'idéal de l'idéal avec tout ce que cela implique, et non pas seulement la satisfaction d'idéaux égotiques. La voie rosicrucienne comporte des caractéristiques nécessaires pour être guidé dans une recherche de l'idéal de l'idéal. Elle est à la fois utopiste et désespérément optimiste, totalement réaliste, concrète et pragmatique...

Tant de choses restent à dire, mais l'important n'est pas de dire mais d'inviter le lecteur à poursuivre sa réflexion tout en demeurant prudent et lucide. Nous pourrions conclure en adaptant quelque peu les paroles de Raymond Lévesque, chansonnier québécois : « *Quand les hommes vivront d'amour [véritable], ce sera la paix sur la Terre. Et l'idéal [de l'idéal] pourra être manifeste à tous, tous les jours...* »

Idéal

