

APPORT AUX TRAVAUX D'ÉCOLE : ASCÈSE ET CHAMBRE DE SILENCE

Federico Palumbo (fedepalu2@gmail.com)

Avril 2014

Centre d'Étude, Parcs d'Étude et de Réflexion Punta de Vacas

Traduit de l'espagnol par Nathalie Douay, Françoise Baritel et Martine Sicard

« Nous n'avons pas beaucoup de temps pour vous mettre dans les différents états de conscience qu'ont produit et produisent les pratiques religieuses. Cependant, nous essaierons de vous faire approcher ces phénomènes, grâce à une expérience synthétique... Vous comprendrez qu'on ne vous fera pas danser en tournant comme un derviche, un macumbero brésilien, un vaudou haïtien ou un africain tribal. Vous ne boirez pas davantage de soma, ni n'ingurgiterez de champignons hallucinogènes ; on n'utilisera pas les respirations forcées du yoga, accompagnées d'exercices physiques et de jeûnes exténuants, ni la torture des supplices médiévaux. Nous irons directement au fait. »

Le Rapport Tokarev, 25 mai

Introduction

Nous présentons ici un recueil de notes qui surgirent essentiellement durant le travail en chambre de silence. Il s'agit de développements qui, en grande partie, ont été, possibles grâce à un travail en équipe. Ce sont des expériences et des thèmes envisagés pour approfondir l'Ascèse.

Ces développements surgissent sous l'impulsion que donna Silo à l'expérimentation avec la chambre de silence, dans diverses conversations informelles, qui eurent lieu entre 2009 et 2010. On peut dire, en gros, que la chambre de silence est de grande utilité dans les expériences mystiques ; ses déroulements et conséquences entrent dans ce qui est pour moi le noyau des travaux d'École. Ma posture mystique voit les Parcs comme des lieux principalement dédiés au développement des travaux d'École : Métiers, Disciplines et Ascèse. Mais les travaux avec la chambre de silence ne sont pas compatibles avec la dynamique d'un Parc et sur le conseil de Silo lui-même, il faut les développer dans d'autres lieux et en groupes plus fermés. En ce sens, avec un groupe, nous avons aménagé un lieu spécifique pour l'expérimentation avec la chambre de silence.

Dans ce recueil, il y a des thèmes exposés de manière informelle et un travail pratique pour la chambre de silence, présentés dans l'idée d'échanger avec ceux que cela intéresse. En ce sens, cet apport est destiné aux Maîtres qui sont en train de travailler avec l'Ascèse.

Nous échangeons et nous informons sur ce que nous sommes en train de faire en espérant que ce soit un apport et une stimulation pour le développement de l'École, quelle que soit la signification qu'on lui donne.

Thèmes :

- **L'expérience de la transcendance dans l'Ascèse**
- **L'essence de l'Ascèse**
- **Notes de Restologie**
- **Travail sur la production de registres dans la chambre de silence**
- **Ascèse et mystique**

L'expérience de la transcendance dans l'Ascèse

Notes personnelles sur l'état de l'expérience-de-la-transcendance et des travaux à réaliser. Septembre 2013.

Tout d'abord, une définition : transcendant est ce qui est en dehors de la conscience, ce qui va au-delà d'elle.

L'expérience de la transcendance peut être : le contact avec ce qui va au-delà, "l'intuition", la "perception", le "registre", la "traduction" du plan transcendantal.

La finitude que la mort impose au corps physique peut aussi être une expérience de transcendance.

C'est ainsi que nous avons l'expérience de la transcendance dans deux sens : comme contact avec le plan transcendantal et comme continuité face à la mort.

Quelqu'un pourrait demander : comment se produisent ces expériences transcendantales ? Puisqu'elles sont en dehors de la conscience et sans que le Moi opère, alors il n'y a pas de registre possible de ces situations.

Bien, ces expériences sont ainsi puisqu'elles se configurent dans la mémoire à partir des restes¹ de la situation d'annulation du moi, chose qui de toute façon est commune à tous les types d'expériences, puisqu'en définitive, elles sont toujours dans la mémoire. Quelle que soit l'expérience à laquelle nous nous référons, nous sommes en train de parler de ce que nous avons en mémoire.

Plutôt, face à cette question, nous distinguons "le vécu" de l'expérience plutôt que les croyances et les théories.

Il y a des expériences vécues dans le plan transcendantal et ce sont les théories et les préjugés qui n'admettent pas de telles expériences, les laissant de côté comme "anomalie", "fantaisie", etc.

En faisant référence aux cinq états à propos du sens de la vie, exprimés dans la Causerie de Silo à Mexico en 1981, je m'intéresse à l'expérience de la transcendance face à la mort, la certitude indubitable basée sur l'expérience.

Je reconnais qu'il y a un état qui a été l'antichambre nécessaire à cette recherche, celui d'être fatigué de ces croyances à propos de la transcendance et de vouloir une expérience directe.

C'est dans l'Ascèse que je vais construire des échelons vers l'expérience de la transcendance. Ces échelons sont faits de registres et de conclusions, d'expérience et de méditation.

D'expérience en expérience, de méditation en méditation, je progresse.

Si l'expérience et la méditation dont je dispose déjà me permettent de me situer dans un espace chaque fois plus favorable à mon travail interne, je peux avancer en construisant des marches et des certitudes.

¹ Au sujet des restes, nous avons le corps comme appareil qui enregistre beaucoup d'informations et la récupération de telles informations est une tâche fine et de grande spécialisation. En second lieu, on peut utiliser des systèmes de mémoire externes au corps, si par exemple durant la transe on se met à parler ou à avoir une écriture automatique, on pourrait profiter de ce matériel. Ce point de "l'enregistrement externe au corps" admet de nombreux développements, dont on trouve une partie dans la production sur le Surréalisme.

Si mes certitudes et mes doutes sont toujours les mêmes, peut-être ne suis-je pas en train de construire les échelons qui me permettent d'avancer.

À mesure que dans l'Ascèse se produisent des expériences, je dois l'ordonner en un sens qui me permette de construire une progression, un ordonnancement progressif.

Il y a des choses qui s'éclaircissent et se définissent, que je ne vais pas retourner chercher, parfois par élimination et parfois parce que je les fixe en révélant des vérités intérieures.

Je ne trouve pas en moi les vérités intérieures (comme si elles m'appartenait), surgissent plutôt des registres, des expériences, avec lesquelles je configure et j'éclaircis ces vérités intérieures.

Ces vérités intérieures sont les échelons solides pour avancer.

Dans *Le Regard Intérieur*, je rencontre cette même façon d'avancer, avec des expériences, des méditations et des conclusions. Les découvertes des vérités intérieures sont universelles, elles ne sont pas propres à soi, ce sont des expériences indubitables auxquelles on accède par le travail interne.

Ces vérités intérieures sont les piliers du regard interne et il n'y a pas de psychologie qui puisse rendre compte de telles vérités.

Nous parlons du Vide, du Double, du Centre lumineux. En psychologie, ce sont de simples traductions, dans la mystique, ce sont les marches vers l'Esprit.

L'expérience de la transcendance est une construction. Elle s'alimente avec des registres de l'Ascèse et avec la méditation, jour après jour se crée un nouveau sens et les croyances en relation avec la mort changent grâce aux certitudes qui vont se construire dans l'Ascèse, certitudes qui ont pour base des registres clairs et inéluctables.

Il y a des expériences qui n'ont pas de chemin de retour, celles-ci obligent à éclaircir le sens et constituent une marche de plus dans la construction de l'Ascèse.

Or, à quoi vise cette construction ? À quoi vise l'Ascèse ?

À l'expérience de la transcendance, à l'état de certitude, à l'évidence du sens transcendant à partir de nouvelles expériences et non par le paysage de formation.

C'est une foi qui se construit intentionnellement, une foi interne sur la base d'expériences, une foi construite.

Mais il arrive que je puisse reconnaître en moi-même des expériences transcendantes et ne pas nécessairement affirmer une certitude indubitable. Je peux douter de mes propres expériences.

Je peux avoir des expériences très claires d'un sens transcendant, d'un plan transcendantal et d'une "conscience" qui se projette en une "existence" qui n'est ni psychologique, ni celle de la perception sensorielle. Pareillement, je peux douter face à l'absurde de la finitude de la mort.

Face à de tels doutes, je dois réviser ma façon de penser sur les expériences et sur les croyances qui me font douter.

Je m'interroge sur les attentes que j'ai de ces expériences, sur le type d'expériences que je recherche, et je me rends compte de préjugés personnels et culturels inutiles.

La construction se fait à partir des registres internes, et les croyances doivent changer en faveur d'un nouveau sens.

Il faut procéder dans un sens mystique, il n'y a aucune raison qui puisse embrasser de telles expériences, nous sommes plutôt dans un état de permanente anomalie.

Quelles sont les expériences transcendantales que je peux décrire ?

L'expérience que quelque chose de moi vit au dehors de moi. L'expérience de contact avec un plan supérieur. L'expérience qu'en nous tous existe un double et que ce double peut se séparer. L'expérience d'une "conscience" séparée, d'une "conscience" supérieure à laquelle chacun participe et que chacun construit. Il y a beaucoup plus d'expériences mais leur classification et ordonnancement n'est pas notre thème actuel.

Maintenant, revenons à un point que nous avons abordé antérieurement : ces expériences furent des faits qui se produisirent à un certain moment, dans la majorité des cas, ce sont des expériences extraordinaires qui n'apparaissent pas dans l'écoulement normal de la vie quotidienne. Dans la majorité des cas, ce sont des expériences en relation avec une forme de travail en chambre de silence.

Que me reste-il de ces registres ? La mémoire.

Quel type de mémoire ? Dans de nombreux cas, une mémoire fragile. Fragile à cause des circonstances dans lesquelles se produisirent ces registres.

Finalement, je découvre que les registres mêmes sont des traductions faites à partir d'autres contenus de mémoire. Là, je me trouve avec un sérieux problème: la caducité de la mémoire et les accommodations et déformations qui se produisent inévitablement.

Il y a aussi des registres puissants qui s'impriment avec beaucoup de force, mais de la même manière, toute la mémoire est sujette à une caducité et à une altération propre à son fonctionnement.

Enfin, bien que ce point de la mémoire soit un thème sérieux, passons à la conclusion de ce thème : abstraire. Il ne me reste rien d'autre à faire qu'abstraire, conceptualiser. Le recours à l'élimination de la mémoire comme le proposent certains courants de pensée n'existe pas.

Il se passe la même chose avec les pas de la discipline : le "pas 10" est un concept et il m'est bien utile comme guide pour revenir au registre "voir ce qui n'est pas mouvement-forme", ce qui de toute façon est à chaque fois une expérience unique et différente. Chacun le fait à sa manière, mais nous sommes tous d'accord pour l'appeler "pas 10".

Maintenant, quel est l'intérêt de cette abstraction ? En premier lieu qu'elle me permet de fixer en mémoire divers registres que j'ordonne autour d'un noyau, que je regroupe.

Face au chaos de registres (désordonnés), tout va tendre vers l'ordre et la progression.

Le fait de structurer autour d'un noyau et d'abstraire est aussi la base pour sortir du solipsisme des expériences subjectives.

De là vient un autre truc plaisant de cet abstraire : c'est que je peux avancer en découvrant le "pas suivant". Dans cette mise en ordre, va se révéler le pas suivant.

C'est là qu'est le petit truc. Face à l'unicité et à l'impossibilité de reproduire les registres, à la cage que met la mémoire, à ses déformations... je dois abstraire, conceptualiser, tirer des conclusions, des conséquences.

Pour abstraire, je reconnais qu'il est fondamental d'avoir un procédé précis qui me permette de revenir aux registres, comme s'il s'agissait de revenir vérifier l'abstraction. Dit autrement,

l'abstraction "pas 10" me sert si j'ai un procédé clair pour revenir au registre, comme si chaque abstraction avait en elle-même un procédé vers l'expérience.

Nous voyons alors les avantages de cet abstraire : construire un échafaudage pour fixer les registres dans la mémoire, favoriser l'échange et le travail commun, construire des progressions pouvant révéler les pas à suivre, codifier un procédé pour revenir aux registres.

Finalement, dans la mise en ordre du chaos, nous ne pouvons pas nous référer à une supposée psychologie transcendante, ce sera plutôt à une méthodologie mystique faite de procédés et de descriptions poétiques où l'expérience directe est l'axe central. Les schémas théoriques me semblent bien réduits et bien que l'effort d'ordonner l'expérience soit une énigme également intellectuelle, en définitive, dans mon expérience, l'accès aux registres décisifs a à voir avec le fait d'aller au-delà de la forme mentale.

Bien, pour finir avec ce point, je peux remarquer que tout ceci ne sert pas beaucoup s'il n'y a pas d'expériences, de registres, s'ils ne sont pas forts, intenses, suffisants pour qu'il en reste quelque chose.

Les registres sont la matière première, on a besoin d'une masse importante d'impressions, chose à laquelle je ne serai pas parvenu sans mettre le psychisme en situations extrêmes de façon répétée.

La déstabilisation, la transe, les répétitions et les intensités importantes sont utiles.

D'après mon expérience, la chambre de silence est la meilleure technologie pour cette affaire de production de registres.

Il faut faire très attention aux procédés de travail en Chambre de silence. Il se passe la même chose dans le cas du soma ou de l'ayahuasca ; si on ne fait pas attention aux procédés... on s'intoxique... ou il ne se passe rien... ou on dévie.

Le travail en chambre de silence doit s'entreprendre quand l'Ascèse est en plein développement, on a besoin d'une recherche mystique laissant de côté le psychologique. On peut produire de nombreuses expériences psychologiques significatives en chambre de silence mais, notre recherche est mystique et transcendante.

Je peux affirmer que dans la mesure où cet état de certitude par l'expérience est en train de se construire, l'Ascèse est résolue. Ce n'est pas quelque chose qui se résout en une seule fois, c'est un processus qui se renforce jour après jour en même temps que les questions fondamentales trouvent des réponses.

Une fois atteinte l'expérience de la transcendance, d'avoir plongé en elle, d'avoir construit en elle, il reste à voir comment produire l'irruption du plan transcendantal à un niveau plus ample (voir la Causerie sur l'irruption du transcendantal, Silo 2000).

Bien, comme travail à réaliser immédiatement, cela vaut la peine de consolider chaque fois plus ces certitudes.

Quelques questions qui peuvent aider à approfondir :

Comment parvenir aux expériences qui aident à approfondir ?

Les expériences psychologiques se produisent dans certaines conditions où il n'y a pas de suspension du Moi ; les expériences transcendantales se produisent avec la suspension du Moi. Dans la chambre de silence, il peut y avoir ou non suspension du Moi, et on doit en tenir compte au moment de méditer sur les expériences à rechercher. Ce sont les expériences transcendantales qui nous servent et nous ne devons pas nous confondre avec les expériences psychologiques.

Quel est mon état à propos de la certitude du sens ?

Il y a des expériences directes du transcendant et un sentiment religieux qui m'accompagne au quotidien, est en train de s'accroître

Quelle est pour moi la certitude de la transcendance et comment je peux la formuler avec des mots ?

Il y a des expériences qui fondent cette certitude. Le contact réitéré et intentionnel avec ce que nous appelons le "Centre Lumineux" est ce qui m'apporte le plus cette certitude.

Est-ce que je peux douter de mon expérience de la transcendance ?

Ce qui ôte le plus le doute, c'est d'échanger avec d'autres au sujet de ces expériences, arrivant aux mêmes conclusions et de faire grandir un sentiment religieux qui donne une autre signification à la vie quotidienne.

L'essence de l'Ascèse²

Mai – Août 2013

Notre "ascèse" est un chemin précis de progression dans lequel les marches de cet escalier sont des registres et des indicateurs indubitables qui marquent l'état du processus dans lequel se trouve celui qui prétend continuer à s'élever. L'ascèse implique une maîtrise progressive de ces marches, de ces échelons et c'est une tâche spécialisée peu utile pour la vie quotidienne.³

Ce travail prétend voir les aspects essentiels dans le travail d'Ascèse.

L'expérience

L'Ascèse cherche l'expérience de la transcendance, l'évidence de la transcendance donnée par la propre expérience. Avec l'Ascèse, on cherche une expérience indubitable, qui est davantage qu'une intuition ou une croyance. L'Ascèse se développe en construisant les échelons qui t'amènent à cette expérience.

La construction

L'ascèse se construit sur la base "d'ensembles de registres" qui, en s'organisant, constituent des marches sur lesquelles s'appuyer pour de nouveaux pas.

Les registres sont accompagnés d'images (de traductions) qui peuvent servir à mettre en relation différents registres. De cette façon, on arrive à des noyaux de registres qui, dans leur essence, sont la même chose. Par exemple, il y a beaucoup de registres et de traductions possibles du double mais, en définitive, ces différents registres peuvent être synthétisés dans le concept du double. Cette abstraction ou conceptualisation sur la base de registres permet de fixer des expériences et ceci est essentiel pour l'échange et la transmission de l'expérience.

La construction d'échelons se fait sur la base de registres, de découvertes. Il n'y a pas d'enseignement qui puisse remplacer les registres. Il s'agit d'accumuler des registres significatifs et puissants, ce sont des registres qui impactent et ont la charge suffisante pour laisser des restes en mémoire. Les registres fugaces ou occasionnels peuvent servir mais l'Ascèse a la prétention de produire beaucoup plus. Les nouvelles expériences doivent se solidifier, les registres doivent se transformer en marches sur lesquelles construire les pas suivants. Les marches sont des "certitudes", des vérités solides.

Si on n'avance pas avec clarté dans les registres, on n'avance pas. S'il n'y a pas d'expériences, ça sert bien peu de parler des conséquences de ces expériences (de leurs

² Réflexions sur la base d'expériences en chambre de silence avec un groupe de travail. L'objet de ces notes est d'éclaircir ce qui est essentiel dans l'ascèse et ce qui constitue un apport dans cette direction. Ce n'est pas un récit d'expérience bien qu'il se base sur des expériences.

Les différents thèmes abordés touchent à la portée essentielle de l'Ascèse, en lui donnant un point d'arrivée clair. Ces positions surgissent de l'expérience et ne sont pas dogmatiques. Le caractère "mystique" des expériences dont on parle fait préférer un style presque de manuel, de mode d'emploi en limitant parfois les explications. Cette forme qui privilégie les procédés pratiques ne s'oppose pas à la construction d'un cadre théorique de l'expérience dans l'Ascèse, chose qui par ailleurs a aussi son utilité pratique.

³ Extrait d'un échange de mails entre Silo et Pepe Feres sur la définition d'Ascèse-Ascétisme-Mysticisme, 2001.

traductions, du langage que nous devons utiliser, de comment ces registres pourraient réorienter le style de vie, etc.).

Ces noyaux de registres ont la caractéristique d'être essentiels, ce sont les expériences fondamentales qui peuvent réorienter la vie, qui remplissent de significations et donnent sens à la vie.

Limites

L'ascèse, dans son caractère de recherche transcendantale, quant au contact et à "l'exploration" du Profond, a ses limites. Une limite est l'entrée, un seuil à partir duquel le moi reste de côté.

En franchissant ce seuil, deux questions substantielles sur les procédés se posent : le Dessein et la récupération de l'expérience (les restes).

Dans l'exploration du Profond, il y a chaos ; tout commence avec le chaos qui va s'ordonner pas à pas. Il y a des états et des chemins qu'on reconnaît et qui se construisent peu à peu. Il y a des bardos qui sont aussi problématiques, il faut se guider par les registres, par flair. Le Profond n'est pas entièrement uniforme, ce n'est pas une grande soupe dans laquelle on se perd.

Le Profond "vit". Dans les "réalités", dans les "objets" qui se présentent, il y a aussi des phénomènes de conscience. Dans le Profond, il y a des expériences qui sont inaccessibles, des limites qui sont très significatives (par exemple, les murs impénétrables).

Le style de vie

Dans son essence, la préoccupation pour le Style de vie est pour amener les expériences fondamentales aux autres.

L'expérience transcendantale

L'expérience de la transcendance a la caractéristique de modifier l'état du sens (selon les 5 états face au sens de la vie, exprimés lors de la Causerie de Silo à Mexico en 1981). Une chose est d'avoir une expérience transcendantale accidentellement, une autre est de produire cette expérience intentionnellement, à volonté.⁴

Autres éléments dans l'Ascèse

Il y a d'autres éléments qui, en les fixant, peuvent aider à entrer dans l'Ascèse : le travail sur l'entrée, les techniques de déstabilisation du moi, le travail avec le Dessein tant en relation avec le style de vie que comme guide qui opère durant la suspension du moi.

Il y a aussi diverses précautions qui peuvent être prises en relation avec les traductions des expériences, des restes... thème assez large qui excède cette réduction essentielle. Ces éléments peuvent se travailler mais le point central est la production de l'expérience.

Accélération

Pour atteindre les objectifs de l'Ascèse, nous avons besoin de voir ce qui peut nous accélérer :

- Intensité : travailler sur l'intensité des expériences puisqu'il y a des registres qui se fixent s'ils ont beaucoup d'intensité et/ou de nombreuses répétitions.
Pour avoir plus d'intensité, nous pouvons travailler en chambre de silence. Il faut aussi considérer les temps, par exemple dans la chambre de silence, entrer dans la frange de travail prend 40 minutes.

⁴ Préalablement à l'expérience transcendantale, un état de recherche claire est nécessaire, aller au-delà des croyances ; il faut sentir que c'est l'expérience qui sert et non pas les croyances. C'est aussi le thème de la structuration successive de l'expérience.

- Qualité : la qualité de l'expérience dépend de la relation entre les registres et les traductions, le mieux c'est quand on peut abstraire le registre des images et travailler directement avec lui, ou bien si peuvent se présenter différentes images et registres dans lesquels on peut reconnaître la même expérience. Par exemple dans le cas du travail avec la Force, celui qui a l'expérience du passage de la Force sait qu'il a différents registres, parfois une luminosité généralisée, parfois plus concentrée en certains points, parfois une électrifcation, parfois de forts tons émotifs, mais de toute façon, nous parlons toujours du passage de la Force.
- Simplification : passer de procédés laborieux à l'évocation de registres. Ceci est possible si on a des enregistrements suffisamment intenses ou beaucoup d'énergie disponible au moment de travailler.
- Cycles : il y a au minimum deux cycles, un d'accumulation de registres et un autre de sédimentation ou de synthèse ; ce sont des cycles qui prennent un temps important, parfois des mois ou plus. Il faut les connaître et en profiter.
- Travailler avec d'autres : si on peut faire abstraction des procédés "personnalisés", nous pouvons arriver à une communion substantielle du travail, tant dans le Dessein que dans les conséquences.
Bien que les registres soient intransférables, dans la mesure où ceux-ci se reconnaissent chez d'autres, ils prennent un caractère "intersubjectif". Mes registres se complètent grâce à l'autre. La reconnaissance des expériences substantielles chez les autres nous sort d'un monadisme (solipsisme) et a beaucoup d'importance au moment d'établir des registres et d'en tirer des conclusions. Les découvertes fondamentales ne sont pas d'une personne, elles ne dépendent pas de la biographie, il n'y a pas de personnalismes, il s'agit de travail interne.

L'Ascèse comme travail d'ensemble est un grand accélérateur et ceci est possible si nous pouvons aller à l'essentiel.

Conséquences

L'accélération de l'Ascèse est possible pour parvenir à son point central : l'expérience transcendante, capable de convertir le sens de la vie.

Notes de Restologie

*J'essaie de faire ici un premier ordonnancement de cet aspect si important de l'Ascèse.
J'essayerai d'avancer en termes descriptifs en me basant sur des expériences.
28 septembre 2013.*

Définitions et descriptions

En premier lieu, pour définir au minimum le thème, nous parlons des restes dans le domaine de l'Ascèse, dans le sens de tout ce qui nous reste de la situation de suspension ou d'annulation du moi.

Si nous abordons ce thème pour le définir et échanger sur les expériences, j'observe qu'il est nécessaire de mettre en évidence une limite dans le langage. Je veux dire que le thème de ces restes est une expérience subjective et en essayant de l'objectiver pour échanger, il faut nécessairement l'amener à un langage.

Bien, cette réserve étant faite, je vais avancer de la façon qui me paraît opportune bien qu'elle puisse comporter des carences au niveau théorique en raison de ce qui a été dit plus haut.

Ces restes persistent en premier lieu dans le "corps", je dirais que quand le moi n'est pas opérant, de toute façon, les sens sont en fonctionnement en train de capter. Parfois ces impulsions ne vont pas à la mémoire comme cela arrive dans la normalité de la conscience, ils restent plutôt comme imprégnés dans les sens mêmes. Quand le moi redevient opérant, toutes ces impulsions s'ajustent et là, la mémoire les structure. Alors ce qui reste dans la mémoire, est très difficile à récupérer directement comme dans le cas de l'évocation, ce seront plutôt des réminiscences qui apparaîtront.

Tout ceci dit autrement, il me semble que de cette situation de suspension ou d'annulation du moi, des restes sont conservés en premier lieu dans le corps. Le corps, comme s'il était une antenne, dans ses fibres, capture quelque chose d'insolite qui ensuite entre dans le circuit habituel à travers les sens internes et opère.

Bien, dans cette allégorie du corps comme antenne, cette antenne a une portée limitée dans sa réception, elle a un seuil limité tout comme l'ont les sens. Elle capte ce qu'elle peut, et en général, je crois que ce qu'elle capte, ce sont seulement des ondes harmoniques, comme dans le cas d'un cristal qui vibre en recevant certaines fréquences. Dans la Physique, on les décrit comme des phénomènes harmoniques. De là, une vision de mondes en différents plans, dans laquelle le corps se situe dans l'un d'eux et qui, au travers de ces procédés de l'ascèse, entre en contact avec d'autres plans par voie indirecte.

Ceci nous amène au thème des traductions, puisque ce sont ces impulsions qui arrivent finalement, et qui en entrant dans le circuit du corps et du psychisme sont finalement traduites au système qui les contient, comme dans le cas de la mémoire qui en structurant les données, les classe inévitablement, les classe et les transforme, les ajuste.

Ensuite, quand ces données de mémoire apparaissent, quand elles se font présentes, elles sont une fois de plus structurées et ré-accommodées. Par exemple, le centre émotif dans sa gamme d'émotions a sa catégorie et tout ce qui s'expérimente, doit s'ajuster dans cette catégorie. Les émotions qui apparaissent en relation avec certaines vérités internes, sont des concomitances qui se donnent au niveau (dans la classe) du fonctionnement du centre émotif.

Par exemple, l'allégorie de l'objet qui s'enroule sur lui-même, dans l'expérience guidée du voyage, je crois que c'est une façon de présenter ce paradoxe de l'intuition de choses d'autres plans, qui sont irréprésentables et qui, finalement, se représentent mieux dans le paradoxal.

Les traductions peuvent être vues comme des représentations en images visuelles, auditives, etc. qui surgissent en relation à ces restes. Apparaissent des ciels, des étoiles, des paysages, etc. Toutes images qui se construisent à partir de la mémoire personnelle et collective.

Bon, j'essaie de décrire à ma manière ce thème des restes et de comment ils sont inévitablement traduits.

Questions opératives

Maintenant viennent les questions opératives, de la façon de profiter du mécanisme des restes. En premier lieu, je dirais qu'il faut prêter attention à l'intensité et à la répétition des impressions. Nous avons besoin que ces restes soient quelque chose de substantiel. Ceci est un thème central dans l'Ascèse et il est en définitive antérieur au problème des restes et de leurs traductions.

En avançant, je dirais qu'il y a des traductions meilleures que d'autres. Plutôt que les traductions en termes de compositions et d'allégories, ce sont les significations qui nous intéressent. Ceci est un thème opératif pour le pratiquant. Il y a des traductions qui te font avancer et d'autres qui te dispersent, les unes s'approchent d'une certaine objectivité interne et d'autres en sont plus éloignées. C'est comme avec les pas de la discipline qui peuvent être décrits de nombreuses façons mais ça ne donne pas la même chose, il y a des formes meilleures que d'autres.

Ainsi, ce n'est pas la même chose de parler de Soleil, de Centre Supérieur ou de Centre Lumineux. Les meilleures traductions sont celles qui sont les plus pures, peut-être les plus abstraites. La qualité des traductions devrait être mesurée avec la capacité qu'elles ont d'évoquer des états d'âme beaucoup plus complexes, l'image peut opérer comme une accroche pour évoquer des situations plus complexes qui ont été vécues, des situations irréprésentables desquelles il ne nous reste qu'une partialité. C'est comme de parler du "pas 10", tu as une image pour connecter mais le monde auquel elle te mène est beaucoup plus que cette image.

Dans quelle mesure quelqu'un peut-il décider de comment se traduisent ces restes ? Je dirais que ceci se décide à partir du champ de coprésence, à partir des atmosphères, des paysages qui nous entourent et finalement, surtout du procédé utilisé, parce que « par où nous entrons est aussi par où nous sortons » et c'est là que sont les premiers éléments qui opèrent dans les traductions. Un exemple de l'influence du procédé dans les traductions peut se voir dans les langages et les formalismes de chaque discipline puisque les traductions adoptent en premier lieu les formalismes de la discipline. L'énergétique a son langage, le mental un autre, etc. Nous pouvons parler de Profond, de Mental, de Transcendantal, de Moi profond, etc. Ce sont des traductions différentes. Évidemment, dans l'ascèse, le procédé se détache de la discipline, mais de toute façon, le procédé est très important dans la mesure où, d'une certaine manière il détermine l'enceinte avec laquelle se produisent les traductions.

Bien, quant à la façon de construire une mémoire de ces restes, nous avons d'un côté, la nécessité de créer une mémoire externe, le cas le plus simple étant les annotations personnelles. Comme dans le cas des rêves, beaucoup de choses se perdent à seulement bouger le corps.

Automatiser l'écriture est une voie qui n'est pas si facile mais qui serait dans la direction de créer un système de "mémoire" un peu plus complexe. On peut faire quelque chose de semblable avec un enregistrement audio/vidéo si on peut automatiser la vocalisation. De toute façon, même sans enregistrement, la vocalisation peut aider parce que le stimulus revient à l'oreille et peut-être que quelque chose se fixe. Les transferts exploratoires ont cet avantage d'avoir un interlocuteur à qui parler de temps en temps et qu'en pratiquant, parler devient mécanique.

Pour compliquer encore plus, je trouve intéressants certains travaux plastiques d'artistes qui, à travers divers procédés, créent des traces tangibles de ces situations, c'est le cas de peintures ou de sculptures automatisées qui se réalisent en états altérés. Bien, je crois qu'explorer toutes ces possibilités d'amplifier la mémoire des restes est très intéressant et qu'il y a toute une technique à développer.

À part les procédés pour accumuler plus de mémoire, il y a aussi les procédés pour récupérer la mémoire, pour "forcer la réminiscence". Dans ce domaine, je crois que le travail avec les rêves et les offices peut avoir beaucoup de sens. Je me réfère à envisager un office dans ces termes, avec cette recherche.

En entrant dans l'aspect spécifique d'un procédé possible pour récupérer cette mémoire, nous pouvons voir le cas des procédés hasardeux, comme la lecture dans le marc de café ou la céromancie, qui de différentes manières, stimulent le sujet à compléter la "vision" en procurant des éléments matériels organisés sans la participation du sujet (du moi).

Si ces images (traductions) nous amènent à connecter rapidement, à évoquer rapidement tout un monde à explorer, c'est bon. Si ces images nous amènent à un monde de composition, avec beaucoup de souvenirs, de mémoire biographique, etc., il me semble que nous nous éloignons bien que ceci puisse avoir son utilité.

Je dirais qu'en ce sens, un chemin d'abstractions est plus indiqué. Notre thème, plus que les compositions allégoriques, est le monde des significations. Ce sont les signifiés que l'on peut sauver qui nous intéressent. Signifié, c'est-à-dire découverte, vérités internes.

Si à partir des restes, nous pouvons parvenir à des vérités internes, à des certitudes, nous sommes en train d'articuler les échelons fondamentaux de l'ascèse.

Et quelles sont ces certitudes ? Ce sont celles qui sont dans *Le Regard Intérieur*, ce sont des vérités "objectives" qui se révèlent. On n'invente rien.

Travail sur la production de registres en chambre de silence

*Proposition de travail sur la base d'une expérimentation d'une équipe
(Federico Palumbo, Luciano Fiacchi, Hernan Trinidad, Yolanda Guibelalde, Daniela Yastrubni)
entre novembre 2012 et août 2013 à Buenos Aires*

Encadrement

Ce travail est bien plus mystique que psychologique. La psychologie peut nous servir comme un instrument pour décrire certains phénomènes, mais étant donné la portée limitée de la psychologie sur les phénomènes transcendants, nous avons besoin de prendre en considération un langage et une façon de penser différents de ceux de la psychologie.

Ce à quoi vise ce travail

Il vise à expérimenter et approfondir les expériences mystiques. Dans la littérature mystique de tous temps, nous trouvons de nombreuses traductions de ces expériences, dont voici une brève compilation :

- *Expériences de fusion*
- *Unité de tout ce qui existe*
- *Perte de la subjectivité ou annulation dans l'objectif*
- *Forts tons affectifs qui envahissent tout : joie, paix, vitalité*
- *Sensation de présences (dieux, guides, morts, autres entités)*
- *Contact avec le sacré*
- *Commandements*
- *Abduction*
- *Révélation*
- *Sensation d'objectivité et de réalité*
- *Dépassement du dualisme et acceptation du paradoxe*
- *Ineffabilité (qui ne peut s'expliquer avec des mots)*
- *Phénomène transitoire*
- *Quelque chose de non-structurable ("l'objet" dans Le Voyage)*
- *États de connaissance, d'intuition et de vérité (expérience noétique pure)*
- *Perte du sens de la causalité*
- *Le non-temps ou autre temporalité*
- *Annulation de l'espace*
- *Fortes sensations énergétiques*
- *Perception d'un principe générateur et fusion avec celui-ci*
- *En référence à la lumière : éclairs, luminosité, feu ou chaleur intenses*
- *Sensation d'élévation et/ou de flotter dans l'air*
- *Sortir de son corps*
- *Se regarder depuis dehors*
- *Expériences en général cataloguées comme de proximité à la mort*
- *Contact avec des langages, des couleurs et/ou des formes inconnus*

En grandes lignes, on peut ordonner ces expériences de différentes manières, et notamment comme des expériences d'extase, de ravissement et de reconnaissance. Une autre façon de les organiser est de prendre en compte les mouvements du moi : introjection (immersion en soi-même) et projection (externalisation).

Dans les travaux réalisés, nous avons vu qu'il y a quelques expériences fondamentales : "vide", "double", "centre lumineux" et "conscience séparée". Ces expériences sont une sorte de parcours intérieur que l'on peut fixer une fois ce processus terminé. Ces expériences ont une importance particulière dans la construction de quelque chose de transcendant, chose qui finalement est centrale dans l'Ascèse.

Notre tâche n'est pas de trouver une interprétation, ni de théoriser au sujet de ces expériences, mais il s'agit plutôt d'expérimenter le plus profondément possible. On peut avoir une intuition de ces expériences, on peut avoir des souvenirs fugaces, on peut avoir des expériences claires, on peut avoir de multiples souvenirs jusqu'à avoir des procédés clairs pour avoir recours à une telle expérience.

En général, il s'agit d'expériences unitives, intégratrices et de grand bénéfice pour la vie. Dans ce travail avec la chambre de silence, nous voulons avoir des expériences vivantes, de grande intensité et une clarté de registres.

Il y a quelques réserves nécessaires au déroulement du travail. Il s'agit de comprendre la différence entre une posture mystique et une psychologique (lire le Séminaire *Le Regard Intérieur*, Silo, 1980).

Si dans la première retraite on résout les thèmes techniques et pratiques, dans la seconde on va produire des expériences qui apparaîtront chaotiques. Ceci est très bien, l'ordre vient après.

Nous pouvons dire, ensuite, qu'il y a un moment pour se laisser aller et un autre pour que ces expériences s'ordonnent. Il est important de faire ressortir que ce sont des attitudes distinctes, presque comme si elles s'inhibaient réciproquement. Notre préoccupation pour comprendre le schéma de travail vient avant de commencer la première retraite, ensuite, il s'agit de se laisser aller.

Nous reviendrons sur les thèmes de la mise en ordre de l'expérience dans la dernière retraite, avec les synthèses de tout le processus qui se réalisent postérieurement.

Comment se structure ce travail

Il y a des matériels qu'il convient d'étudier ou de réviser avant de commencer la première retraite :

1. Séminaire *Le Regard Intérieur* (Silo), 1980.
2. *Causerie sur le sens de la vie* (Silo), Mexico, 1981.
3. *The Center of the Cyclone*, chapitre 3, John Lilly.
4. *Le rapport Tokarev*, Chapitre 25 mai, de Salvatore Puledda.

Il y a d'autres matériels pour ceux qui aiment étudier :

5. *Les disciplines dans les travaux d'École* (Silo).
6. *R. sur la Religion Intérieure*, Philippines (Silo).
7. *Cahier d'École n°6*, le Télédiol de Force (H. V. Doren).
8. *Récits d'expériences en chambre de silence* : "Isolation Tank – The deep self", John Lilly et "Sensory Isolation in Flotation Tanks - Altered States of Consciousness and Effects on Well-being", Kjellgren.
9. Autres :
 - a. *Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase* (Mircea Éliade).
 - b. *Le Secret de la fleur d'or* (traduction de Thomas Cleary, pas celle de R. Wilhelm).
 - c. *Sur les choses qui se voient dans le ciel* (Carl Gustav Jung).
 - d. *Le Livre des Morts Tibétain*.

Pratiques complémentaires possibles :

- A) Transferts Exploratoires
- B) Travail avec la Force
- C) Expériences Guidées : Le Festival, Le Voyage, L'Agonie

Tout le travail consiste en 4 retraites et dans chacune, il s'agit de réaliser 3 ou 4 sessions de travail.

Dans la première retraite, on travaille avec une équipe de 4 ou 5 personnes, dont un technicien ayant l'expérience des questions de la chambre de silence. On travaille de façon répétée dans la chambre de silence, en réalisant 3 ou 4 sessions chacun. Il s'agit de se laisser aller. On travaille avec un dessein chargé tous les jours. On situe un "point zéro" et de là, s'ouvrent des cycles d'expériences, des lignes de possibilités. On travaille avec les limites en cherchant à les dépasser (aller sans limites, les objectifs sont les limites mêmes). Le thème est de lâcher, si des choses apparaissent, il s'agit de les laisser de côté. On cherche un point de rupture pour entrer en transe, c'est un peu délirant.

Dans la première retraite, on apprend à résoudre les problèmes techniques.

Dans les retraites suivantes, par accumulation de registres et par l'échange, on va reconnaître des registres communs et des expériences fondamentales. Par exemple : le vide, des expériences en relation avec le double, le centre lumineux et la possibilité d'une conscience transcendante – supérieure – séparée.

Le travail est chaque fois moins individuel et la formulation du Dessein est chaque fois plus commune.

Sessions de travail

Cinq personnes travaillant, on fait une pause toutes les 4 heures.

Les sessions durent en moyenne une heure. Dans la troisième retraite, on peut essayer une session de 2 heures ou plus. On a besoin d'au moins 45 minutes.

En commençant la session, le sujet énonce le travail à faire. À la fin, avant de sortir, il enregistre la synthèse et il précise bien les registres / compréhensions qu'il veut emporter à l'extérieur

Trucs utiles : rester immobile, attendre, se laisser aller, s'en remettre au vide. En altérant un peu la respiration, on accélère la déstabilisation du moi. Parvenir à ce que disparaissent les registres du corps est le premier pas.

Documentation des sessions

Durant les sessions, une personne au contrôle s'occupe de l'enregistrement audio en même temps qu'elle note dans un document tout le texte. Il est fondamental de parler pendant la session (au moins de temps en temps) pour que l'audio soit enregistré puisque la majorité des registres est très difficile à récupérer une fois à l'extérieur de la chambre.

Au début, enregistrer la date, l'heure, le numéro de session, les noms de celui qui contrôle et du sujet, le travail à faire.

Le relevé de l'enregistrement audio se fait durant la session par celui qui est au poste de contrôle.

En sortant de la chambre, le sujet se retrouve avec celui qui est au contrôle et il enregistre une vidéo (on peut utiliser un portable) où il résume l'expérience. Commencer la vidéo avec la date, l'heure et le numéro de session.

Ensuite, on révise le texte transcrivant l'enregistrement et on lui ajoute les annotations personnelles correspondantes.

Hygiène

Pour un usage intensif de la chambre de silence, nous avons établi ces paramètres :

L'eau est tirée le matin et on l'utilise toute la journée, si elle se refroidit, nous ajoutons de l'eau chaude. Nous ajoutons à l'eau (1000l) 100ml d'eau de javel inodore (chlore à 6%).

La nuit, nous laissons le bassin sec.

Le sujet se douche avant et après, si possible avec un savon antibactérien.

L'usage de bouchons pour les oreilles est absolument nécessaire, il est très facile d'attraper des otites. Ceux en silicone malléable qui s'appliquent sans les enfoncer à l'intérieur sont

très efficaces et ne dérangent pas. On recommande aussi de faire attention aux bouchons, etc.

Si possible, prendre deux serviettes.

Dans la retraite, la cloche mentale sert beaucoup ainsi que prendre soin de l'enceinte.

Après la 4^{ème} retraite

Synthèse (registres obtenus, descriptions, avancées dans les conduites, relations, examen conjoint des vidéos, etc.). Il est opportun de réaliser la synthèse en ensemble.

Projections futures (au niveau interne, activités ; il s'agit d'un montage intentionnel).

Synthèse de groupe (expériences communes, conséquences dans le quotidien, conséquences dans l'Ascèse).

À qui s'adresse ce travail

À ceux qui ont déjà travaillé avec les Disciplines.

Attitude en entreprenant le travail

La meilleure attitude pour entreprendre ce travail est celle de "la recherche humble", loin des triomphes : nous avons eu peu ou pas d'expériences transcendantales. Quitter le chemin d'où nous venons pour nous aventurer sur un chemin inconnu.

Ascèse et mystique

(notes personnelles, mars-avril 2014)

Pour commencer, quelques questions générales sur l'Ascèse dans le contexte des travaux d'École :

L'Ascèse est-elle un chemin ouvert, où ce qui se cherche ne peut jamais s'obtenir en termes définitifs, comme l'est par exemple une direction de vie ?

Ou est-ce un chemin fermé, quelque chose à accomplir ponctuellement, où en trouvant ce que l'on cherche, on n'a pas besoin de continuer à le chercher, comme par exemple un système technique à apprendre ? Est-ce que ce sont les deux choses ?

Avant d'arriver à une réponse, étendons cette question encore davantage depuis un autre angle :

L'Ascèse vise-t-elle un état, une expérience, un style de vie particulier ?

Est-ce quelque chose d'atteignable ?

Peut-on voir l'Ascèse comme la construction d'un pont (une méthode, un système) vers ceci ?

Cette expérience est-elle une expérience précise, discrète, d'une certaine façon "objective" ou est-ce quelque chose d'uniquement subjectif que chacun définit à sa manière ?

Ouvrons un peu le discours vers un contexte supérieur, comme les travaux d'École :

Je crois que nous sommes tous d'accord pour dire que les Disciplines sont des chemins différents de l'Ascèse et qu'il faut les comprendre comme des procédés précis qui visent des expériences précises. Dans leurs pas et leurs quaternaires, nous rencontrons des mondes que l'on pourrait explorer indéfiniment, on pourrait en dire de même de tous les travaux complexes de mise à niveau mais nous savons que l'objectif n'est pas d'explorer indéfiniment chaque pas, mais de passer d'un pas à un autre pour parvenir à conclure la Discipline.

Pouvons-nous considérer l'Ascèse de la même manière ?

Nous voyons dans les Métiers des travaux où se développent des techniques et des attitudes analogues à certains travaux d'intérêt pour l'École :

Les Métiers sont-ils des travaux ouverts ou fermés ?

Jusqu'à quel point peut-on prendre les formes de travail des Métiers pour répondre à ces questions sur l'Ascèse ?

L'Ascèse est postérieure aux Disciplines mais elle a un lien fort avec elles :

Les Disciplines et l'Ascèse sont-elles une même structure ?

Peut-on penser à quelque chose qui soit postérieur à l'Ascèse ?

Je réponds à ces questions par une hypothèse : l'Ascèse est la construction de procédés pour enregistrer "l'Expérience Transcendantale".

Parler d'Expérience Transcendantale dans ce cas est la même chose que dire "Contact avec le Profond", ou avec le "Soi-Même". Ce sont des langages différents que je considère comme équivalents dans la mesure où ils tentent de définir une expérience précise qui, bien que subjective, se comprend à travers l'expérimentation directe.

Les procédés peuvent varier, s'ajuster, se perfectionner et dans la mesure où il y a un procédé efficace qui connecte avec l'Expérience Transcendantale, l'Ascèse se trouve "résolue" dans sa recherche d'un procédé.

Une grande différence entre l'Ascèse et les Disciplines c'est que le procédé de l'Ascèse est beaucoup plus internalisé, personnalisé, avec maniement et maîtrise. Les Disciplines, bien qu'on en accomplisse rigoureusement les pas, n'amènent pas nécessairement à l'Expérience Transcendantale. De mon point de vue, les Disciplines ont l'avantage de simplifier le processus au pratiquant en lui donnant un schéma de travail précis.

Les Disciplines ont une forme de travail formel qui peut te rapprocher de l'Expérience Transcendantale, mais on ne parvient pas nécessairement à une telle expérience avec une totale et indubitable certitude, comme on prétend que cela arrive avec l'Ascèse.

Quant aux conséquences de l'Expérience Transcendantale dans le quotidien, dans le style de vie, je considère ceci comme quelque chose de continu. Chaque fois que se produit cette Expérience Transcendantale il y a des conséquences sur toute la vision de la vie, c'est une dynamique qui accompagne jusqu'au dernier instant. En ce sens, l'Ascèse est une configuration du style de vie qui nous accompagne tout au long de la vie.

En résumé : quant à l'expérience, l'Ascèse vise une expérience précise, qui peut être obtenue de façon dirigée et efficace : l'Expérience Transcendantale.

De cette expérience résulte tout un univers d'intuitions, de découvertes, d'états et de vécus que l'on a besoin d'intégrer dans un style de vie et une direction.

Toutes ces considérations ne peuvent aller au-delà d'une hypothèse qui au mieux peut s'échanger avec ceux qui partagent les mêmes expériences. Dit autrement, l'hypothèse est qu'il y a un procédé décisif que vise l'Ascèse, procédé qui culmine dans ce que nous appelons "Expérience Transcendantale". Les caractéristiques que doit avoir ce procédé sont d'être efficaces (relation entre effort et résultat) et d'être renouvelables à volonté.

À partir de l'Expérience Transcendantale, quand celle-ci s'intègre et devient un pilier autour duquel se réoriente la vie, l'Ascèse est réglée dans son essence technique et s'ouvre la possibilité d'un développement de l'Expérience Transcendantale. Ce développement n'est pas individuel, il est plutôt pour un ensemble. Il est pour ceux qui travaillent à la libération de tous les êtres humains. Ce développement va vers la condensation de l'Esprit à travers un sentiment religieux et une action rénovée dans le monde.

La méthode mystique

Le psychologique ou le scientifique par leurs caractéristiques prétendent objectiver l'expérience, la sortir du subjectif et la mettre dans un système théorique (méthode scientifique) aligné avec la pensée de l'époque.

Nous, nous préférons une méthode mystique qui nous indique le chemin vers l'expérience et qui se préoccupe de construire des procédés. Ce ne sont pas deux formes qui s'opposent nécessairement, mais elles ont leurs différences.

Pour définir un peu plus la méthode mystique, c'est quelque chose qui donne priorité à l'expérience et ne tente pas de monter un système théorique, mais qui est en relation directe avec l'obtention des expériences. Cette méthode mystique a recours, suivant la situation, tantôt à la philosophie, à la psychologie et à la science pour décrire ses procédés. La psychologie, fille de cette époque, doit maintenir le langage qui lui correspond, raison pour laquelle elle ne peut développer des théories sur des expériences subjectives sur lesquelles il n'y a pas une base commune de registres ni un schéma théorique cohérent avec la science actuelle. De ceci résulte que, ce qui est présenté dans *Le Regard Intérieur*, en termes de prose poétique et d'expérience personnelle, ne peut pas être présenté si facilement en

termes psychologiques tant qu'il n'y a pas d'encadrement théorique admissible pour les paradigmes scientifiques. Donc, cette restriction que nous trouvons dans le dernier chapitre de *Notes de Psychologie 4* « *on ne peut rien dire de ce vide* », il faut le comprendre comme une limitation du langage psychologique. Au contraire, dans *Le Regard Intérieur* et dans de nombreuses littératures poétiques et mystiques, il y a des développements notables sur le transcendantal, développements qui se donnent en dehors du cadre de la psychologie actuelle.

Le contact avec le Profond ne peut se mesurer en termes précis tout comme on ne peut mesurer l'amour. Mais ceci n'enlève pas que ce soient des "réalités" qui peuvent être expérimentées clairement. Là apparaissent des structures et des dynamiques transcendantes très claires, avec une "logique" précise, qui configurent le grand mécanisme de l'univers. Il y a un plan régi par des lois universelles très précises, et il y a seulement des formes provisoires et indirectes pour s'y référer.

Ce qui intéresse la mystique, c'est la transcendance, comme quelque chose qui peut s'atteindre maintenant, dans le parcours de cette vie et non dans une autre. La mystique se préoccupe des procédés pour la transmission des uns aux autres des expériences fondamentales. Dans la mystique, il n'y a pas de limites. De maîtres à disciples on cherche, non seulement à répéter les expériences mais aussi à avancer. Comme le disait Léonard de Vinci « *Rares sont les disciples qui ne dépassent pas leur maître* ». Voyons maintenant quelques piliers de l'expérience mystique.

"Vide", "Double", "Centre Lumineux" et "Conscience Séparée"

Il y a 4 expériences que nous avons appelées : "Vide", "Double", "Centre Lumineux" et "Conscience Séparée". Elles constituent un parcours clair qui s'est révélé dans le travail en Chambre de Silence. L'expérience du Profond est une expérience circulaire qui est à la fois finie et infinie, parfois représentée comme la Cité Cachée.

Ce sont 4 points que nous reconnaissons comme communs. Ce ne sont pas des vérités en soi, chaque point est une description de diverses expériences et registres que nous regroupons en un mot-concept. Chaque point admet extension et profondeur.

Voici mes descriptions :

Le Vide : il va de la quiétude de la transe (ce que John Lilly appelle "Point Zéro") à une expérience de nirvana en une insondable vacuité absolue⁵.

Le Double : il va de phénomènes énergétiques-lumineux totalisateurs et extrêmement intenses, dispersés ou expérimentant le corps comme un siège, jusqu'à des expériences de dédoublement partiel ou total, de vision depuis le dehors et de projections.

Le Centre Lumineux : il va du registre d'un point concentré, parfois localisé dans la tête ou entre les yeux, jusqu'au Centre où tout est, plein de significations ; c'est une profonde expérience de Reconnaissance. C'est parfois un point adimensionnel qui concentre tout, désormais détaché des registres du corps. C'est un phénomène conscient, la plus haute manifestation du divin.

Le Centre Lumineux est comme une cause-résultat entre le Vide et les phénomènes énergétiques structurés que nous appelons Double. On pourrait voir le Centre Lumineux

⁵ Voici les pas pour atteindre le "Point Zéro" avec lesquels je travaillais en Chambre de Silence : ne rien faire, rester immobile, perdre le corps, mettre l'attention sur une respiration profonde et régulière qui entre en syntonie avec une ouverture poétique, ensuite se laisser aller à l'ivresse et relâcher la respiration. Lâcher tout, se laisser aller en ayant confiance dans le Dessein. Il fallait au moins 40 minutes aux débutants pour entrer en transe, c'est pourquoi les sessions doivent durer 1 heure. Avec les sessions successives, on avance plus rapidement, plus facilement et plus en profondeur. Attention aux attentes et entrer toujours avec beaucoup d'humilité, ne pas y aller frontalement... se laisser aller.

comme le Tao, en relation au Yin-vidé et au Yang-énergie. Le Centre Lumineux a une vie propre et de là surgissent les registres de Conscience Séparée. Tous les registres du Centre Lumineux, comme ceux de Conscience Séparée, se révèlent par un travail indirect.

Conscience Séparée : à partir du Centre Lumineux apparait un registre conscient, depuis le dehors. C'est comme s'il y avait une conscience supérieure à laquelle on participe.

Par rapport au Dessein et aux restes :

Comment organiser les choses de façon à ce que les registres se structurent de manière adéquate, que les restes tombent dans un champ, comme attirés par un aimant ?

Je dois aller à l'expérience avec un filet, avec un Dessein catalyseur, pour que les registres prennent cette direction.

Ce n'est pas la même chose de revivre l'expérience en la ressortant de la mémoire (évocation) que de produire de nouveau les registres et qu'ils se structurent d'une façon nouvelle.

Toute expérience transcendante doit prendre vie dans le quotidien : un sentiment religieux croissant doit accompagner ces processus. Le sentiment religieux, à son tour, est la porte à la certitude de la transcendance.

Dans ce travail, est valable ce qui est dit dans *Le Regard Intérieur* de 1973 : « *Le double peut se consolider par son activité unitive ou en recevant la Force directement du centre lumineux.* »

Bibliographie suggérée sur ce thème

- Canaries, 1978, 5^{ème} jour.
- Causerie de Silo sur le sens de la vie, Brésil, 1980.
- Commentaires de Silo sur l'âme-double, centre de gravité et esprit : compilation partielle de notes pas forcément authentiques (non officielles), version de septembre 2012, Andrès Korysma.
- Notes d'une causerie avec Mario, 2 janvier 2000 (sur l'irruption du transcendantal).
- Le Secret de la Fleur d'Or, traduction de Thomas Cleary.
- Tanks for the memories – Flotation Tank Talks, John Lilly – E. J. Gold.
- Isolation Tank – The deep self, John Lilly.
- Sensory Isolation in Flotation Tanks – Altered States of Consciousness and Effects on Well-being, Kjellgren.
- The Book of Floating, Hutchinson.

Conclusions et synthèse

La première fois que j'ai entendu parler de l'existence de la chambre de silence, ce fut en 1991 en lisant *Le Rapport Tokarev*. Je fis un premier essai vers l'an 2000 quand je fus durant une heure dans une chambre commerciale à Rome. En 2009, dans la vague d'expériences et de nouveautés que m'apportait la Discipline Mentale, je m'approchais de Silo. Ainsi commencèrent plusieurs causeries qui, durant les années suivantes, jusqu'à son départ, me permirent d'approfondir les études qui s'étaient réalisés dans les expérimentations sur le paranormal qui furent menées spécialement à Mendoza depuis 1974. En 2010, avec un groupe de Buenos Aires, nous avons monté une chambre de silence où nous pûmes travailler quelques mois. Ensuite passèrent 2 années où je pus méditer et systématiser les idées en rapport avec la chambre de silence, en relation avec les travaux d'École. Fin 2012, je proposais à un groupe d'amis du sud de Buenos Aires l'idée de vérifier ce schéma de travail. Nous avons réalisé plusieurs études et une série de retraites entre mars et avril 2013 dans une maison de campagne où nous avons apporté une chambre démontable. Rassembler et analyser de nouveau tout le matériel produit nous prit plusieurs mois, les conclusions qui en sortirent peu à peu furent extrêmement positives et dépassèrent nos attentes. Depuis lors, je me proposai de restituer ces conclusions sur les aspects essentiels de l'École : l'Ascèse, la mystique, la transcendance. L'expérimentation est toujours en cours et souhaitons que d'autres puissent passer par ces expériences pour les confirmer, les démentir ou les dépasser.

RÉSUMÉ

L'expérience de la transcendance dans l'Ascèse (résumé)

L'expérience de la transcendance peut être : le contact avec ce qui va au-delà, "l'intuition", la "perception", le "registre", la "traduction" du plan transcendantal.

En faisant référence aux cinq états à propos du sens de la vie, exprimés dans la Causerie de Silo à Mexico en 1981, je m'intéresse à l'expérience de la transcendance face à la mort, la certitude indubitable basée sur l'expérience.

C'est dans l'Ascèse que je vais construire des échelons vers l'expérience de la transcendance. Ces échelons sont faits de registres et de conclusions, d'expérience et de méditation.

Dans *Le Regard Intérieur*, je rencontre cette même façon d'avancer, avec des expériences, des méditations et des conclusions. Les découvertes des vérités intérieures sont universelles, elles ne sont pas propres à soi, ce sont des expériences indubitables auxquelles on accède par le travail interne.

L'importance d'abstraire et de conceptualiser. Il se passe la même chose avec les pas de la discipline : le "pas 10" est un concept et il m'est bien utile comme guide pour revenir au registre "voir ce qui n'est pas mouvement-forme", ce qui de toute façon est à chaque fois une expérience unique et différente. Chacun le fait à sa manière, mais nous sommes tous d'accord pour l'appeler "pas 10".

Maintenant, quel est l'intérêt de cette abstraction ? En premier lieu qu'elle me permet de fixer en mémoire divers registres que j'ordonne autour d'un noyau, que je regroupe. Le fait de structurer autour d'un noyau et d'abstraire est aussi la base pour sortir du solipsisme des expériences subjectives.

De là vient un autre truc plaisant de cet abstraire : c'est que je peux avancer en découvrant le "pas suivant". Dans cet ordonnancement, va se révéler le pas suivant.

C'est là qu'est le petit truc. Face à l'unicité et à l'impossibilité de reproduire les registres, à la cage que met la mémoire, à ses déformations... je dois abstraire, conceptualiser, sortir des conclusions, des conséquences.

Les registres sont la matière première, on a besoin d'une masse importante d'impressions, chose à laquelle je ne serai pas parvenu sans mettre le psychisme en situations extrêmes de façon répétée.

La déstabilisation, la transe, les répétitions et les intensités importantes sont utiles.

D'après mon expérience, la chambre de silence est la meilleure technologie pour ce point de la production de registres.

Le travail en chambre de silence doit s'entreprendre quand l'Ascèse est en plein développement, on a besoin d'une recherche mystique laissant de côté le psychologique.

L'essence de l'Ascèse (résumé)

L'expérience

L'Ascèse cherche l'expérience de la transcendance, l'évidence de la transcendance donnée par la propre expérience.

La construction

L'ascèse se construit sur la base "d'ensembles de registres" qui, en s'organisant, constituent des marches sur lesquelles s'appuyer pour de nouveaux pas.

Limites

L'ascèse, dans son caractère de recherche transcendantale, quant au contact et à "l'exploration" du Profond, a ses limites.

Le style de vie

Dans son essence, la préoccupation pour le Style de vie est d'amener les expériences fondamentales aux autres.

L'expérience transcendantale

L'expérience de la transcendance a la caractéristique de modifier l'état du sens (selon les 5 états face au sens de la vie exprimés lors de la Causerie de Silo à Mexico en 1981).

Autres éléments dans l'Ascèse

Le travail sur l'entrée ; les techniques de déstabilisation du moi ; le travail avec le Dessen.

Pour atteindre les objectifs de l'Ascèse, nous avons besoin de voir ce qui peut nous accélérer :

- Intensité : travailler sur l'intensité des expériences puisqu'il y a des registres qui se fixent s'ils ont beaucoup d'intensité et/ou de nombreuses répétitions.
- Qualité : la qualité de l'expérience dépend de la relation entre les registres et les traductions, le mieux c'est quand on peut abstraire le registre des images et travailler directement avec lui.
- Simplification : passer de procédés laborieux à l'évocation de registres. Ceci est possible si on a des enregistrements suffisamment intenses ou beaucoup d'énergie disponible au moment de travailler.
- Cycles : il y a au minimum deux cycles, un d'accumulation de registres et un autre de sédimentation ou de synthèse ; ce sont des cycles qui prennent un temps important, parfois des mois ou plus. Il faut les connaître et en profiter.
- Travailler avec d'autres : si on peut faire abstraction des procédés "personnalisés", nous pouvons arriver à une communion substantielle du travail, tant dans le Dessen que dans les conséquences.

L'Ascèse comme travail d'ensemble est un grand accélérateur et ceci est possible si nous pouvons aller à l'essentiel.

Conséquences

L'accélération de l'Ascèse est possible pour parvenir à son point central : l'expérience transcendantale, capable de convertir le sens de la vie.

Notes de Restologie (résumé)

Définitions et descriptions

Nous parlons de restes dans le domaine de l'Ascèse, dans le sens de tout ce qui nous reste de la situation de suspension ou d'annulation du moi.

Ces restes persistent en premier lieu dans le "corps" ; quand le moi n'est pas opérant, de toute façon, les sens en fonctionnement sont en train de capter.

Le corps, comme s'il était une antenne, dans ses fibres, capture quelque chose d'insolite qui ensuite entre dans le circuit habituel à travers les sens internes et opère.

Ceci nous amène au thème des traductions, puisque ce sont ces impulsions qui arrivent finalement, et qui en entrant dans le circuit du corps et du psychisme sont finalement traduites au système qui les contient, comme dans le cas de la mémoire qui en structurant les données, les classe inévitablement, les classe et les transforme, les ajuste.

Les traductions peuvent être vues comme des représentations en images visuelles, auditives, etc. qui surgissent en relation à ces restes. Apparaissent des ciels, des étoiles, des paysages, etc. Toutes images qui se construisent à partir de la mémoire personnelle et collective.

Questions opératives

Maintenant viennent les questions opératives, de la façon de profiter du mécanisme des restes. En premier lieu, je dirais qu'il faut prêter attention à l'intensité et à la répétition des impressions.

En avançant, je dirais qu'il y a des traductions meilleures que d'autres. Il y a des traductions qui te font avancer et d'autres qui te dispersent, les unes s'approchent d'une certaine objectivité interne et d'autres en sont plus éloignées.

Bien, quant à la façon de construire une mémoire de ces restes, nous avons d'un côté la nécessité de créer une mémoire externe, le cas le plus simple étant les annotations personnelles. Comme dans le cas des rêves, beaucoup de choses se perdent à seulement bouger le corps.

Il y a aussi les procédés pour récupérer la mémoire, pour "forcer la réminiscence". Dans ce domaine, je crois que le travail avec les rêves et les offices peut avoir beaucoup de sens. Je me réfère à envisager un office dans ces termes, avec cette recherche.

Si à partir des restes, nous pouvons arriver à des vérités internes, à des certitudes, nous sommes en train de construire les échelons fondamentaux de l'ascèse.

Et quelles sont ces certitudes ? Ce sont celles qui sont dans *Le Regard Intérieur*, ce sont des vérités "objectives" qui se révèlent. On n'invente rien.

Travail sur la production de registres en chambre de silence (résumé)

Ce à quoi vise ce travail

Il vise à expérimenter et approfondir les expériences mystiques. Dans la littérature mystique de tous temps, nous trouvons de nombreuses traductions de ces expériences.

En grandes lignes, on peut ordonner ces expériences de différentes manières, comme des expériences d'extase, de rapt et de reconnaissance. Une autre façon de les organiser est de prendre en compte les mouvements du moi : introjection (immersion en soi-même) et projection (externalisation).

Dans les travaux réalisés, nous avons vu qu'il y a quelques expériences fondamentales : "vide", "double", "centre lumineux" et "conscience séparée". Ces expériences sont une sorte de parcours intérieur que l'on peut fixer une fois ce processus terminé. Ces expériences ont une importance particulière dans la construction de quelque chose de transcendant, chose qui finalement est centrale dans l'Ascèse.

Comment se structure ce travail

Tout le travail consiste en 4 retraites et dans chacune, il s'agit de réaliser 3 ou 4 sessions de travail. Dans la première retraite, on apprend à résoudre les problèmes techniques.

Dans les retraites suivantes, par accumulation de registres et par l'échange, on va reconnaître des registres communs et des expériences fondamentales.

Matériels d'étude :

1. Séminaire Le Regard Intérieur (Silo), 1980.
2. Causerie sur le sens de la vie (Silo), Mexico, 1981.
3. The Center of the Cyclone, chapitre 3, John Lilly.
4. Le rapport Tokarev, Chapitre 25 mai, de Salvatore Puledda.
5. Les disciplines dans les travaux d'École (Silo).
6. R. sur la Religion Intérieure, Philippines (Silo).
7. Cahier d'École n°6, le Télédiol de Force (H. V. Doren).
8. Récits d'expériences en chambre de silence : "Isolation Tank – The deep self", John Lilly et "Sensory Isolation in Flotation Tanks - Altered States of Consciousness and Effects on Well-being", Kjellgren.
9. Autres :
 - a. Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase (Mircea Éliade).
 - b. Le Secret de la Fleur d'Or (traduction de Thomas Cleary, pas celle de R. Wilhelm).
 - c. Sur les choses qui se voient dans le ciel (Carl Gustav Jung).
 - d. Le Livre des Morts Tibétain.

Pratiques complémentaires suggérées :

- D) Transferts Exploratoires
- E) Travail avec la Force
- F) Expériences Guidées : Le Festival, Le Voyage, L'Agonie

À qui s'adresse ce travail

À ceux qui ont déjà travaillé avec les Disciplines.

Ascèse et mystique (résumé)

L'Ascèse est-elle un chemin ouvert, où ce qui se cherche ne peut jamais s'obtenir en termes définitifs, comme l'est par exemple une direction de vie ?

Où est-ce un chemin fermé, quelque chose à accomplir ponctuellement, où en trouvant ce que l'on cherche, on n'a pas besoin de continuer à le chercher, comme par exemple un système technique à apprendre ? Est-ce que ce sont les deux choses ?

Je réponds à ces questions par une hypothèse : l'Ascèse est la construction de procédés pour enregistrer "l'Expérience Transcendantale".

La méthode mystique

Le psychologique ou le scientifique par leurs caractéristiques prétendent objectiver l'expérience, la sortir du subjectif et la mettre dans un système théorique (méthode scientifique) aligné avec la pensée de l'époque.

Nous, nous préférons une méthode mystique qui nous indique le chemin vers l'expérience et qui se préoccupe de construire des procédés. Ce ne sont pas deux formes qui s'opposent nécessairement, mais elles ont leurs différences.

"Vide", "Double", "Centre Lumineux" et "Conscience Séparée"

Il y a 4 expériences que nous avons appelées : "Vide", "Double", "Centre Lumineux" et "Conscience Séparée". Elles constituent un parcours clair qui s'est révélé dans le travail en Chambre de Silence. Ce sont 4 points que nous reconnaissons comme communs dans nos expériences. Ce ne sont pas des vérités en soi, chaque point est une description de diverses expériences et registres que nous regroupons en un mot-concept. Chaque point admet extension et profondeur.