

# 3<sup>e</sup> millénaire

SPIRITUALITÉ *et* CONNAISSANCE DE SOI

## Se reconstruire !



*Reconstruction*  
*ou Nouvelle Naissance ?*

## SE RECONSTRUIRE !

RECONSTRUCTION OU NOUVELLE NAISSANCE ?

# Vers un Transpersonnel intégral

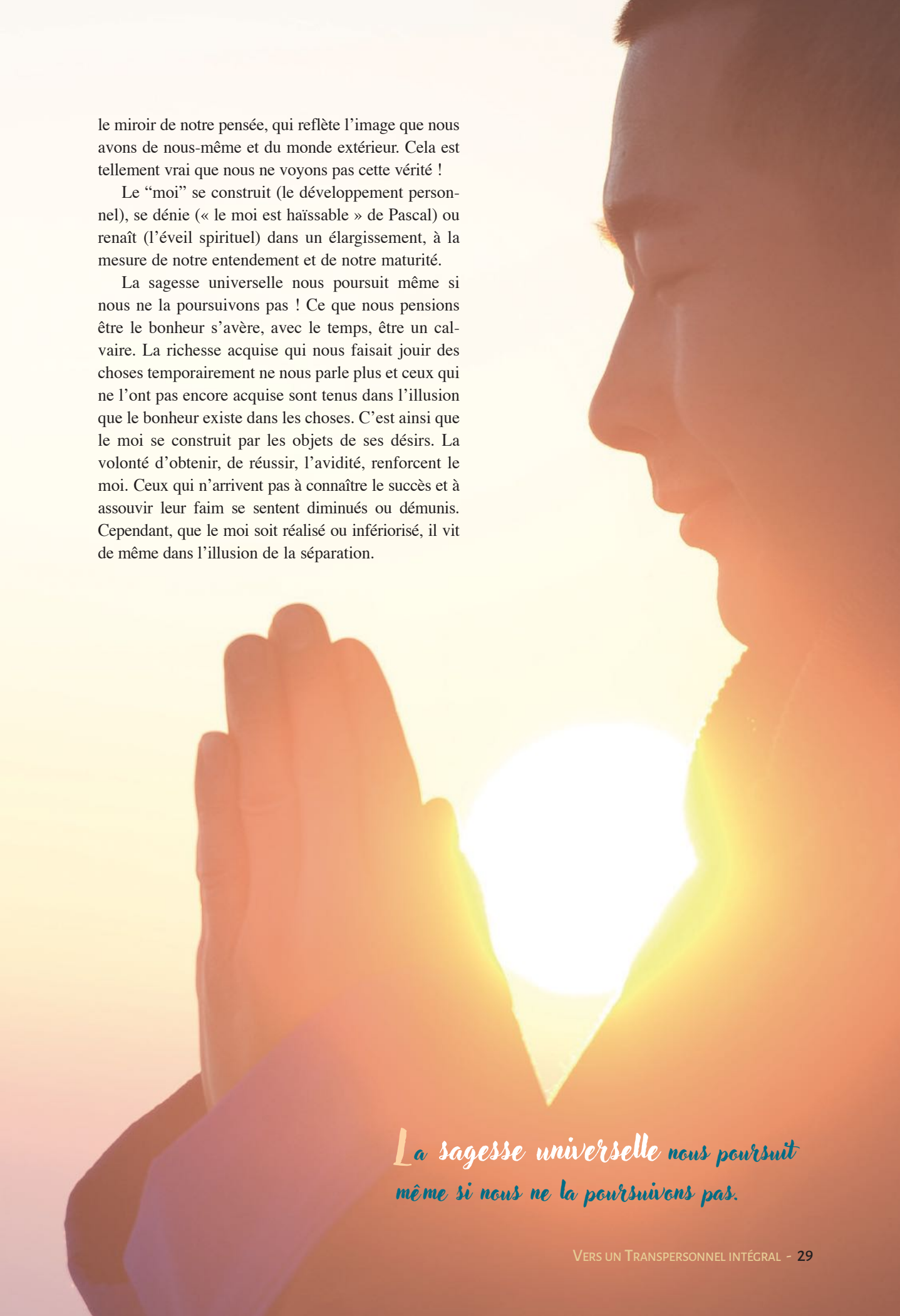
DOMINIQUE SCHMIDT

**L**a question du “moi”, de la personnalité individuelle, cet ego que nous sommes, est fondamentale car le moi est le gouvernail de notre vie.

Le moi se développe à l'image de notre pensée, c'est-à-dire que nous devenons ce que nous pensons. Si nous avons peur, par exemple, individuellement ou collectivement, nous créons une société basée sur la sécurité, la recherche du confort, la réussite sociale, l'argent, les possessions.

L'avenir prend alors une place démesurée : nous nous encageons nous-mêmes. Si nous n'avons pas peur, le désir de l'aventure, quelle que soit sa forme, éveille notre potentiel. Quelle que soit la pression extérieure de la société, de la famille, des amis, nous vivons la vie comme nous l'entendons. Elle devient ainsi intense et multiforme. Quelque part la sagesse universelle laisse à l'individu le choix de ses actions afin qu'il apprenne directement de ses expériences. La vie est en fait

**U**ne saine reconstruction de soi n'est possible qu'intégralement, dans une transformation de l'ensemble de nos fonctions intellectuelle, émotionnelle et physique. Aucun aspect de nous-même n'est alors à rejeter. C'est ainsi que lors de sa déconstruction, nous dit Dominique Schmidt, « la pensée entre dans un *vide* temporaire pour renaître dans une *plénitude* éternelle ». Dans cette transformation intégrale, le “moi”, qui n'est pas annihilé, « renaît », car tout ce cheminement consiste à « *construire la personnalité, s'en libérer, puis la transformer dans le creuset spirituel et la rendre lumineuse* ».



le miroir de notre pensée, qui reflète l'image que nous avons de nous-même et du monde extérieur. Cela est tellement vrai que nous ne voyons pas cette vérité !

Le "moi" se construit (le développement personnel), se dénie (« le moi est haïssable » de Pascal) ou renaît (l'éveil spirituel) dans un élargissement, à la mesure de notre entendement et de notre maturité.

La sagesse universelle nous poursuit même si nous ne la poursuivons pas ! Ce que nous pensions être le bonheur s'avère, avec le temps, être un calvaire. La richesse acquise qui nous faisait jouir des choses temporairement ne nous parle plus et ceux qui ne l'ont pas encore acquise sont tenus dans l'illusion que le bonheur existe dans les choses. C'est ainsi que le moi se construit par les objets de ses désirs. La volonté d'obtenir, de réussir, l'avidité, renforcent le moi. Ceux qui n'arrivent pas à connaître le succès et à assouvir leur faim se sentent diminués ou démunis. Cependant, que le moi soit réalisé ou inférieur, il vit de même dans l'illusion de la séparation.

*La sagesse universelle nous poursuit  
même si nous ne la poursuivons pas.*

Est-ce que ces faux pas dans lesquels piétine l'ego et qui l'amènent à la souffrance et à l'aliénation psychologique sont une illusion ou une nécessité évolutive, une préparation qui approfondit progressivement la conscience jusqu'à l'avènement de l'éveil spirituel ?

Cette question est fondamentale, car quand l'ego découvre la spiritualité, soit par les chocs de la vie soit à travers la lecture des textes des différentes sagesse, il prend une nouvelle position par rapport à lui-même, ce qui engendre un nouveau destin. Car, ne l'oublions pas, le destin n'est qu'une modulation de notre pensée qui se révèle toujours être ce que l'on pense. C'est le jeu du miroir qui reflète ce que l'on est. Ainsi, dans le dynamisme du devenir le "je" prend différentes positions qui coïncident avec la nature de sa pensée et de sa maturité. Nous verrons qu'en fait au cours des millénaires le "moi" passe à travers les différentes expériences et phases évolutives intrinsèques au potentiel de sa nature profonde, inconnues à sa conscience de surface en continuelle permutation. Le faux fait partie du chemin : bien que ne menant nulle part, il nous mène à cette vérité !

La sagesse éternelle nous enseigne que pour démêler le faux du vrai, ou d'un vrai qui cache en son sein une vérité encore plus profonde, il nous faut développer la faculté de discernement (*Viveka*), l'éveil de l'intelligence qui ne s'arrête à aucune conclusion définitive. Par exemple, d'un côté il est vrai que l'ego est une illusion, bien qu'il soit actuel, mais cela n'implique pas, comme certain courant de la pensée spirituelle l'affirme, que l'individu soit une illusion *in toto*. Si on discerne le faux du vrai dans l'individu, la notion d'individualité prend une autre valeur : l'ego séparateur qui est une erreur de perception est remplacé par le vrai individu qui est, étymologiquement, indivisible d'avec le tout. C'est le faux dans l'individu qui doit être dissous et non pas l'individualité qui est dans sa nature intrinsèque

*Est-ce que ces faux pas dans lesquels piétine l'ego sont une illusion ou une nécessité évolutive ?*

solidaire de tout ce qui est. Néanmoins cette vision tronquée qui perçoit l'individu comme non existant est pourtant un passage nécessaire pour libérer notre conscience de l'emprise égotique enracinée dans l'atavisme profond et viscéral de la nature.

Il en est de même pour la pensée. Il ne s'agit pas de ne plus penser et d'arriver au vide nirvanique, mais d'apprendre à penser dans les rails du réel. Le vide (*Sunya*) au lieu d'être une fin en soi n'est qu'un passage préparatoire à la mort psychologique de l'ego qui nous fait accéder à la plénitude d'être. Le vide du moi psychologique (déconstruction du moi égotique) présage de la complétude d'être (naissance spirituelle). La pensée entre dans un *vide* temporaire pour renaître dans une *plénitude* éternelle. Toujours présente, elle a en réalité subi une transmutation. La pensée primaire, non-développée, de l'ego devient la pensée lumineuse de l'esprit, qui est l'individu illuminé par la lumière du réel : la pensée, l'individu, la conscience sont alignés et fonctionnent au diapason de l'harmonie pure.

Avant qu'il accède à la naissance spirituelle, l'ego doit nécessairement subir une construction et une déconstruction dans le processus évolutif de maturation de la conscience. En effet, la conscience a commencé son voyage dans l'inconscience de la matière dans l'atome. La science physique nous enseigne que l'atome n'est autre que de la lumière obscurcie, condensée, emprisonnée. Sans entrer dans les détails de l'évolution de la terre et de la conscience, l'ego sorti de ce clair-obscur de la matière se sent infiniment petit, diminué, inférieur devant les forces cosmiques terrifiantes qui à tout moment menacent de l'absorber dans le Néant. La construction du moi, son développement, est en partie, surtout au début, une réaction psychologique due à la peur et au sentiment d'infériorité. Mais la peur n'est pas le seul mobile qui contribue au dynamisme de développement de l'individu. Conjointement, dans sa subconscience, habite aussi l'instinct de la vraie grandeur de son origine divine qui le prédestine à la deuxième naissance spirituelle. C'est cet instinct de son origine divine qui le pousse inconsciemment à continuer à faire face aux épreuves de la vie et à se reconstruire par la vie intérieure. Le moi est donc bipolaire, avec une orientation vers l'affirmation de soi et une orientation vers le spirituel. Cette dualité polaire est magnifique-



ment mise en lumière dans l'œuvre de Hermann Hesse.

L'ego évolue de la petitesse à la grandeur qu'il convoite, mais sur cette échelle du plus petit au plus grand, il reste en essence inchangé en ce sens qu'il est complètement identifié à lui-même et reste, quelle que soit son envergure, "un ego". Cette prise de conscience que confèrent les nombreuses expériences de ses nombreuses vies l'amène un jour à se libérer de tous les objets qui l'accaparaient et de lui-même, car l'ego n'existe pas en soi, il coexiste avec ses objets. Sans objet, plus d'ego ! Il n'y a qu'un pas à faire pour affirmer, comme nous l'avons vu d'un certain point de vue, que l'individu est une illusion.

Cette vision nihiliste de l'ego est confirmée par la doctrine de l'impermanence prêchée par le Bouddhisme qui explique l'inéluctable souffrance qu'est l'attachement au monde et à ses objets évanescents. De ce point de vue, même le plaisir n'est que le masque de la douleur. Cependant, le discernement (*Viveka*) descend plus profondément dans la nature des choses et n'accepte pas, en totalité, cette thèse basée sur les faits de l'existence précaire. Il voit en contra-distinction de l'impermanence la vérité de la Permanence (ce qui ne change pas dans le changement) et prête à cette première une valeur autre que la seule négative. Il perçoit dans ces deux modes un jeu de complémentaires nécessaire au dynamisme du réel. Ainsi, l'impermanence n'implique pas nécessairement que la réalité soit une illusion, elle prend au contraire une valeur positive lorsqu'elle est comprise dans le contexte de sa fonction transformatrice dans l'évolution des choses. Par exemple, les changements opérés au sein des atomes qui construisent les formes et aussi dans notre mental qui en témoigne, concourent à un dynamisme évolutif en lumineuse transformation vers une finalité divine. Notre mental ainsi que les formes, les organismes physiques, deviennent de plus en plus subtils à mesure que notre conscience s'élargit et s'approfondit. C'est l'attachement qu'il nous faut résoudre qui arrête le flux créatif. Sans l'attachement, les choses redeviennent ce qu'elles ont toujours été dans leur nature profonde : un mouvement relationnel unifié dans la Réalité dynamique régie par des lois cosmiques. Ainsi, les choses, les individus, toute la création participent à l'unité du champ énergétique de l'Être. En conséquence, le

changement qui fait souffrir l'ego dans son ignorance des vérités profondes s'avère être un processus de développement organique nécessaire au mouvement créateur en lequel la précarité a la fonction de renouveler et régénérer la création entière et l'arracher à la stagnation.

Napoleon Hill, un des précurseurs de l'école de la pensée positive du siècle dernier, a énormément contribué au développement personnel des individus. D'après lui, l'ego diminué peut retrouver une dignité d'être et associer la noblesse d'être à la réussite sociale. Il peut se construire positivement. Devenir chef d'entreprise peut être pour un temps une légitime poursuite. Ce noble idéal ne peut évidemment durer sans l'éveil au vrai spirituel, car l'ego non régénéré ne peut maintenir un tel idéal sans le rabaisser à la corruption de l'Intérêt, siège des dégradations humaines. Cependant, chaque décennie apporte ses fruits et les leçons nécessaires à l'édifice de l'Être éternel sous forme d'individualités croissantes qui se cherchent. Ce développement personnel sera inévitablement déstabilisé par l'école adverse, celle de ceux qui perçoivent en l'individu le produit d'une illusion. L'une tend vers la construction de l'individu et l'autre vers sa démolition ! C'est la loi des contraires, polarité universelle dans laquelle notre monde fonctionne. Comme un pendule, l'individu oscille d'un pôle à l'autre. En fait ces deux vérités en apparence contradictoires de l'épanouissement de l'individu et de son annihilation doivent être perçues comme une croissance dialectique symbolisée par le "meurt et renaît" où il est nécessaire de mourir à soi-même et à son passé pour élargir sa conscience.

Le 3<sup>ème</sup> Millénaire élargit sa pensée vers une spiritualité transpersonnelle intégrale. Le terme Intégral est capital, il implique une inclusion de tout ce qu'il dépasse et transcende. Cette inclusion est plus qu'une synthèse des différents éléments ou aspects de l'existence, elle est une intégration de tous les principes qui les relient en une harmonie subtile sans en *renier* aucun. La lumière blanche porte en elle les couleurs primaires tout en étant elle-même sans couleur. Le diagramme ci-dessous montre la composition de l'Être manifesté dans ses modes subjectifs, du plus bas au plus élevé :

Personnalité ⇔ Individualité  
⇔ Conscience Pure ⇔ Réalité Ultime

La Personnalité (*Asmita*) est contextuelle, elle résulte du sexe, de l'époque, du pays de naissance, de la famille, de la classe sociale, etc., elle est en soi superficielle et complètement conditionnée. La Personnalité est nourrie et mue essentiellement par l'extériorité, esclave des objets et des émotions. L'Individualité (*Jivatman*), en revanche, est éternelle, elle résulte de toutes les leçons apprises des différentes personnalités au cours des existences. L'individualité est ainsi l'essence de toutes les expériences assimilées consciemment qui se transforment en intelligence et amour universels. La Conscience Pure (*Chit*) est le point de rencontre et l'intermédiaire de la Réalité Ultime (*Paramatman*) à jamais non-manifestée mais qui prend forme mystérieusement dans notre monde manifesté par son entremise. Elle est, comme la lumière blanche, intouchée par ses créations. La Conscience Pure est le soleil de l'Un (*l'Atman*) et les Individualités (les *Jivatmans*) sont ses rayons dont la fonction est d'exprimer la richesse infinie de la Diversité créative dans le devenir éternel de l'Un. La Personnalité (*l'Adhar*, le véhicule psychosomatique temporaire) est au bout de l'extrémité des rayons dans la pénombre du crépuscule. C'est dans cette obscurité que les ego sont générés.

Le soi personnel

Individualité vraie (Jivatman)      Personnalité contextuelle (Jiva)

Le Soi Universel (*Atman*)



Le Soi Transcendant (*Paramatman*),  
Source de tout ce qui est

La Personnalité passagère soumise à l'extériorité doit se libérer de toute identification afin de découvrir la vraie Individualité qui se cache en elle. Dans cette découverte de l'individualité, elle découvre en

**L**a naissance du spirituel n'implique pas qu'il faille rejeter ou délaisser le psychosomatique (le corps-mental)...

même temps la Conscience Pure qui en est une expression individualisée. La Conscience Pure est le soleil spirituel et l'Individualité est un de ses rayons qui porte la lumière divine. L'Individualité s'exprime à travers une personnalité temporaire qui est l'expression unique de la rencontre de l'éternel et du temporel. Dans la temporalité infinie, la Personnalité découvrant la vraie Individualité reliée à la Conscience Pure et à l'Ultime Réalité, rayonne de joie et d'amour, elle participe à la créativité du tout dans le présent de l'Éternel. *Ainsi la personnalité toute superficielle qui alimentait l'ego se transforme en une personnalité authentique, expression de la vraie individualité éternelle.* L'amour n'est pas la seule joie impersonnelle au contact de la vie, mais la joie variée et riche de tout ce qui est incarné dans une fleur, le sourire d'un enfant ou d'un vieillard, et dont l'art, la musique et la poésie célèbrent les nuances.

Le seul élément à illuminer (et non pas à éliminer) est la Personnalité de l'ego qui, agissant pour elle-même, fausse le jeu cosmique (*Lila*) ou du moins le limite. Une fois réunie au rayon de l'Individualité dont la source est le soleil de la Conscience Pure (*Chit*), la Personnalité n'est plus dans l'obscurité, l'isolement et la souffrance psychologique. Il s'agit d'aligner ces trois principes afin que le Réel, la suprême Réalité, puisse déverser sa divine sagesse dans une conscience vide du contenu égotique.

Pour reconstruire sa personne une vision holistique de l'existence est nécessaire. Plus la vision est vaste, intégrale et multiforme et plus notre individualité sera enrichie. La naissance du spirituel n'implique pas qu'il faille rejeter ou délaisser le psychosomatique (le corps-mental), mais au contraire le transformer à la lumière des vérités supérieures.

Selon notre exploration de la dynamique de la construction, la déconstruction, puis la reconstruction du moi dans une nouvelle naissance spirituelle, il nous faut voir que toutes ces variantes sont en fait reliées entre elles dans les plans successifs Involutifs cachés dans la profondeur de notre être et de notre nature. Ce sont ces plans involués en notre nature qui constituent notre Potentiel infini, inconnu à la personnalité qui évolue à la surface des choses. La Personnalité, selon le diagramme proposé plus haut, est en dehors du rayon de l'Individualité, elle est à nos débuts évolutifs complètement ignorante des lois de la manifestation et de l'ordre de notre

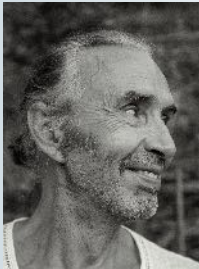
cosmos. Elle vit dans la dualité d'un monde qui apparaît extérieur et se développe à travers les instincts primitifs que la nature lui a donnés. C'est ainsi que, à travers les nombreuses péripéties et expériences au contact avec la vie extérieure, le moi se forme. A un moment, cette personnalité toute extérieure est saturée de ses expériences et ne désire plus les objets qu'elle convoitait. Elle est alors arrivée à pleine maturité. C'est le début de l'Intériorité qui pressent que derrière ou plutôt dans la profondeur de son être existe une conscience plus profonde. Une révolution se fait au sein de la conscience et une déconstruction libère spontanément tous les attachements qui la liaient à la vie extérieure. Le vide égotique réalisé libère la vraie individualité qui était dormante ou involuée dans la subconscience de sa nature.

Une des lois de la manifestation est que ce qui était involué doit ensuite évoluer au moment propice. Mais cette naissance spirituelle de notre vraie individualité n'est que le début d'une longue évolution qui s'effectue maintenant dans la Connaissance et dans une exploration infinie où une vérité en cache

bien d'autres. Au fur et à mesure que la vraie Individualité chemine sur le rayon qui la rapproche progressivement du Centre du Soleil, sa conscience devient de plus en plus lumineuse jusqu'à ce qu'elle parvienne à sa destination finale, consumée dans l'identité de l'Être Suprême.

Le Transpersonnel intégral du 3<sup>ème</sup> Millénaire ne rejette pas les différentes voies spirituelles exposées dans les Traditions, mais il les harmonise dans une vision élargie qui fait resplendir chaque principe. Ce qui dans le passé opposait, par exemple, le Personnel et l'Impersonnel est intégré dans le Transpersonnel, qui, en même temps, édifie leur valeur propre et leur rôle respectif dans notre monde manifesté. Dans la Sagesse suprême transcendente tous les principes coexistent mystérieusement dans la matrice de L'Être et de la Nature. Il n'y a que le Mental qui tranche, car telle est sa nature...

Construire la personnalité, s'en libérer, puis la transformer dans le creuset spirituel et la rendre lumineuse, est l'aventure infinie de notre être dans l'Être...



● Avec sa compagne, **Dominique Schmidt** propose, dans le cadre magique de silence et de beauté, des Cévennes profondes, gîtes, retraites, spiritualité, yoga et massage pour ceux qui adorent la nature.

Vous pouvez le contacter par téléphone au 07 62 51 69 40 ou par courriel : [schmidt\\_dominique@hotmail.com](mailto:schmidt_dominique@hotmail.com)

Dominique Schmidt est l'auteur de *La Révolution de la Conscience* (essai sur la pensée de Krishnamurti, 2002) ; *Dialogue sur les écrits inédits de Krishnamurti* (2004) ; *Le nouvel Homme selon Sri Aurobindo et Krishnamurti* (2009) ; *Le Mystère autour de Krishnamurti* (2009) ; *La grande aventure initiatique. Siddhârtha aujourd'hui* (Éd. Accarias L'Originel, 2015) et *Krishnamurti - Sexe, ombre et vérité* (2019).

Site : [www.dominique-schmidt.fr](http://www.dominique-schmidt.fr)

**Dominique Schmidt**

## QUESTIONS ET RÉPONSES SUR LA VIE SPIRITUELLE

**LE JEUDI 5 JUIN 2025 À 15 H**

SALLE USF  
15 RUE JEAN-JACQUES ROUSSEAU  
75001 PARIS

(ENTRÉE LIBRE)

Les questions posées par le public donneront lieu à une exploration de ce sujet complexe et infini. Par exemple, Qui sommes-nous ? Notre vie personnelle a-t-elle une signification autre qu'une surface en apparence dépourvue de sens ? ....