



*"Vous êtes en train de naître de nouveau,
c'est-à-dire naître par vous-mêmes
à votre force intérieure,
à vos propres convictions
et à l'amour que vous ressentez"*

Transmis par Jean-Claude Genel

Chapitre 1

Les premières années

L'Enfant magique

J'ai toujours eu le sentiment d'avoir très peu de souvenirs d'enfance. Durant mes nombreuses années d'analyse personnelle, cette enfance n'a pas occupé une place très significative ; pourtant, lorsque je m'assieds pour penser et écrire sur elle, bien des souvenirs remontent. Ce sont des souvenirs d'un genre très particulier : tous sont empreints de mystère et de magie.

Dans la maison de Détroit où j'ai grandi, le sous-sol s'étendait sous toute la maison, avec trois pièces différentes, et nous avions aussi un vaste grenier. Mes principaux souvenirs d'enfance tournent autour de ces espaces magiques. Dans le sous-sol, une des salles était une salle de jeux, dans l'autre se trouvaient les chaudières, et la troisième servait de lingerie. Cette dernière pièce servait aussi d'espace de stockage, avec une cave pour les fruits. C'était là où ma mère rangeait tous les fruits qu'elle mettait ensuite en conserve ; cet espace servait par ailleurs de cave à vins. J'ai également quelques vagues souvenirs de barriques de vin, ce qui n'est pas impossible, puisque mes parents vendaient de l'alcool.

Pour moi, ce sous-sol a été mon premier espace mystérieux. Chaque fois que j'y descendais, j'avais l'impression de

m'embarquer dans une aventure... On pouvait y entrer par la cuisine, mais on pouvait aussi passer par la salle de jeux à travers une petite pièce de rangement à la sortie du salon. Même maintenant, en vous écrivant, je peux ressentir les sentiments de peur et de mystère que j'ai éprouvés tout au long de mon enfance... La salle de jeux était la moins terrifiante. Elle était réellement considérée comme telle et aménagée dans ce but. Cependant, mes premiers souvenirs de cet endroit ne sont pas liés à des jeux avec des amis. Ce sont des mémoires de solitude... Je ne me sentais pas seul, mais solitaire. Si je devais résumer mes sentiments d'enfance en une seule phrase, je dirais que j'étais un enfant solitaire qui vivait beaucoup plus dans sa tête que dans la réalité. Le sous-sol était un merveilleux endroit pour vivre dans son monde.

Le grenier était mon second endroit privilégié. Beaucoup d'objets y étaient remisés, mais ce qui était vraiment important, c'était de pouvoir regarder la rue de l'une des fenêtres et de pouvoir voir les gens y déambuler sans qu'eux puissent me voir. Il était très important pour moi de ne pas les laisser me voir... Je pouvais rester à ce poste pendant des heures. Le grenier était lumineux et plein de soleil, aussi était-ce un endroit moins terrifiant que le sous-sol.

Bien que je ressente toujours ce sentiment de solitude lorsque je pense à ces premières années, j'avais en fait de nombreux amis. Je jouais aussi très souvent avec mon frère, celui qui était juste au-dessus de moi, Ed (j'étais le plus jeune de trois frères, l'aîné avait huit ans de plus que moi et Ed six ans). Mes parents avaient un travail pénible, sans aucun horaire, dans le commerce familial, et j'étais le plus souvent laissé à des



domestiques. À beaucoup d'égards, j'ai été élevé comme un enfant unique.

J'ai le sentiment d'avoir été aimé en tant qu'enfant... un enfant aimé, mais dont on ne s'occupait pas. Les personnes dont je me sentais le plus proche étaient mon cousin Herb, sa sœur Audrey et leur famille. Herb avait quatre ans de moins que moi, mais nous étions très proches et nous avons passé des heures ensemble. Nous buvions du lait et mangions des biscuits Hostess par tonnes. (Je suis sûr que les volumineuses quantités que Herb et moi avons englouties ont largement contribué à leur immense succès...) Notre façon favorite de les manger était de les écraser dans du lait jusqu'à ce que celui-ci soit assez épais pour être mangé à la cuillère. C'était ma façon, la seule que je connaissais, de nourrir mon enfant intérieur, si infiniment solitaire. Herb et moi sommes toujours restés proches, et nous avons joué l'un pour l'autre un rôle important. Je me souviens aussi très bien de mes jeux sous la table de la salle à manger. Ma mère la recouvrait d'une large nappe, aussi était-il possible de jouer dessous, bien caché, et de s'y créer tout un monde imaginaire. La famille se réunissait toujours lors des fêtes de Pâques, nous étions alors souvent plus de vingt personnes, et là aussi, j'ai le souvenir d'avoir rampé sous la table avec mes cousins et d'y être resté aussi longtemps que possible. Ces fêtes étaient merveilleuses, avec des rituels plutôt courts et des repas extrêmement longs. Mon père n'était pas un juif pratiquant et ne savait pas vraiment comment célébrer le rituel de Pâques. Quant à ma mère, cela la dérangeait toujours un peu de nous voir si vite en arriver au repas, d'autant que nous, les enfants, le terminions tout aussi rapidement. Ma mère aurait fait un merveilleux père, et je pense que mon père aurait pu être une merveilleuse mère.

Mes parents avaient à cœur de faire tout leur possible pour leurs enfants. Ils travaillaient très dur et durant de longues heures. Je suis sidéré de regarder en arrière et de réaliser à quel point leur travail était difficile. C'étaient des immigrants, et leur vie n'était pas facile.

Visiblement, il existait chez ma mère une grande ambivalence à propos de l'observation des rituels juifs. Pendant toute la période où nous avons vécu à Détroit, elle veillait à ce que les plats soient kascher, elle ne mélangeait pas le lait et la viande et, d'une façon générale, tenait son foyer d'une façon conforme aux règles juives. Mais lorsque nous prenions notre petit déjeuner au restaurant, elle insistait pratiquement toujours pour que je prenne du jambon ou du bacon. Elle ne pouvait jamais s'en tenir aux règles juives, Elle se serait sentie trop coupable.

Elle gérait donc cette culpabilité en faisant en sorte que ses fils mangent du bacon lorsque nous prenions notre petit déjeuner à l'extérieur. Je ne sais quelles en auraient été les conséquences si j'avais détesté le bacon...

Bien des années plus tard, mon père a partagé avec moi un rêve répétitif qu'il avait fait durant toute sa vie. Dans le rêve, il était sur un bateau qui faisait le va-et-vient entre l'Europe et l'Amérique. Il ne pouvait jamais sortir du bateau et était condamné à faire des allers et retours... Mes deux parents n'ont jamais réussi à faire la paix entre leurs racines juives européennes et leurs nouvelles habitudes américaines. Lorsque je pense à mon père débarquant seul, dans ce pays, à l'âge de 15 ans, à ma mère y arrivant vers 12 ou 13 ans, je suis rempli d'admiration et d'amour pour eux, je suis fier de ce qu'ils ont réussi à accomplir et reconnaissant pour les opportunités qu'ils nous ont offertes.

L'enfant magique a continué d'être présent tout au long de l'école primaire. Je me trouvais dans un environnement très protégé, et l'école était facile pour moi. J'étais un très gentil petit garçon. Je n'étais pas égoïste, j'étais brillant. J'étais différent. Ma mère disait régulièrement : « Harold est si gentil. Il ne demande jamais rien. » En fait, oui, jamais je ne demandais quoi que ce soit, et cela me prit bien des années avant que je ne comprenne la problématique qui se tenait derrière ce compliment récurrent...

Le point culminant de mon cursus à l'école primaire est arrivé lorsque j'étais en cours moyen, le jour où l'école était ouverte aux parents. Mon institutrice s'appelait Mme Hoffman, ce jour-là, elle et ma mère parlaient ensemble. Mme Hoffman disait quelque chose de gentil à mon propos, elle a mis son bras autour de mes épaules et m'a embrassé sur le front. Je me sentais délicieusement bien. Où que soit Mme Hoffman, aujourd'hui, j'espère que le « Grand Comptable du Karma » la récompensera pour l'amour, la gentillesse et l'affection qu'elle m'a témoignés.

J'ai réalisé beaucoup plus tard combien il y avait peu de marques d'affection dans ma famille. Je n'ai pratiquement aucun souvenir de quelconques touchers ou contacts physiques en général. Mon père avait une bonne sexualité, mais c'était un homme très timide et peu axé sur le contact physique en dehors de ces moments-là. J'ai le sentiment que ma mère essayait d'être un peu plus proche physiquement, mais ses efforts ne portaient pas vraiment leurs fruits. Ce manque de contact physique avec mes parents m'a donné ce sentiment d'isolement, même si je ne savais pas à cette époque sur quoi ce sentiment reposait.

Il existait une autre raison à ce sentiment de solitude. Le lien le plus fort, dans la famille, était celui qui unissait mon frère aîné Joe et ma mère. Ma mère était une femme intelligente et volontaire ; née dans un pays différent, elle aurait pu faire une brillante carrière professionnelle. Mon père ne lui convenait pas sur bien des points, tout comme elle, physiquement, ne lui convenait pas. C'est avec mon frère qu'elle a développé le lien le plus étroit. Très jeune, il s'est révélé intelligent et doué ; il lui amenait ce à quoi elle avait tant aspiré : la promesse d'une vie heureuse aux États-Unis.

Des années plus tard, au cours de mon analyse, j'ai fait un rêve

qui a clairement révélé la dynamique de cette famille. Je veux partager ce rêve maintenant, car il permet une meilleure compréhension de cette période de mon enfance.

Rêve de mon frère et de ma mère (fait à l'âge de 35 ans)
J'explore la maison de mon enfance. Je marche le long du corridor, dépasse ma chambre sur la droite et arrive dans la dernière chambre, celle où mon frère Joe dort. La porte est fermée. Je sais qu'il y a quelque chose derrière la porte que je suis censé découvrir. Je me sens effrayé par l'inconnu et toutes les possibilités. Finalement, j'ouvre la porte et je regarde à l'intérieur. Il y a un lit, et dans le lit ma mère et mon frère. Ils sont étendus l'un contre l'autre. Je me sens mal en réalisant qu'ils sont si proches. Mon frère me parle d'une façon très directe, et me dit quelque chose comme : « Regarde, Harold, c'est la réalité. Maman et moi, nous avons cette relation particulière, il vaut mieux que tu le saches et que tu t'y habitues. Tu seras beaucoup plus heureux si tu le fais. » Ces mots, bien que très brutaux, me réconfortent. Cela m'aide à accepter la réalité, et je quitte la pièce en pleurant mais en me sentant beaucoup plus libre qu'auparavant.

Ce qui est devenu clair pour moi, beaucoup plus tard, c'est que le lien primaire dans la famille était celui qui existait entre ma mère et mon frère. Le lien plus faible qui existait entre elle et moi a probablement beaucoup contribué au fait que j'ai développé, plus tard, un lien très intense avec mon analyste. Elle a été mon analyste, ma mère, mon amie, ma conseillère et mon guide spirituel. Elle aurait été, de toute façon, très importante dans ma vie, mais le manque de lien avec ma mère a certainement contribué à intensifier ma relation avec elle et avec la communauté jungienne qu'elle représentait.

Un peu plus tard, au cours de mon enfance, un autre sentiment s'est fait jour. J'ai commencé à me sentir étranger à ma famille. Non pas que je pensais être un enfant adopté, mais j'avais simplement le sentiment d'être différent des autres. Lorsque j'ai quitté la sécurité de l'école primaire, ce sentiment d'être un étranger dans un pays étranger a commencé à s'intensifier et à s'étendre à d'autres domaines de ma vie.

Réussir

Passer de l'école primaire et des premières années de collège à la quatrième dans un nouvel établissement été semblable au fait de quitter le paradis. Tous mes problèmes ont commencé à me rattraper. Durant les dernières années de cette première école j'avais suivi l'école d'été et, au moment d'entrer en quatrième, j'avais un an d'avance. Je n'étais pas un enfant très développé physiquement, le sport ne m'amenait guère de succès. Du coup, j'avais aussi loupé la chance d'exprimer mon agressivité à travers lui. J'aimais plutôt faire de longues promenades, soit seul, soit avec un ami, et c'était là le summum de mes exercices physiques.

Mon identification avec le fait d'être un bon garçon mettait par terre toute once d'agressivité qui pouvait être à ma disposition. Je me souviens d'un jour, à l'école primaire, où l'un de mes

camarades de classe m'avait poussé dans une large flaque d'eau après une averse. Je m'étais relevé et je l'avais poussé à son tour dans la flaque d'eau, et manifestement, j'avais bien renversé la situation. J'avais couru en pleurant jusqu'à la maison et raconté ce qui s'était passé à mon frère Joe. Il m'avait demandé pourquoi je pleurais, puisque j'avais pris ma revanche. Je ne savais pas ; simplement, toute forme d'agression m'était totalement insupportable.

Il était manifeste que j'étais un enfant intuitif, un « cerveau droit ». La magie et le mystère étaient mes royaumes naturels. Jusqu'à ce changement d'établissement scolaire, les demandes faites à mon cerveau gauche entraient complètement dans mes capacités ; mais à partir de ce moment-là, tout s'est mal passé... L'école n'était plus un endroit magique, ce n'était plus une place où je pouvais me sentir en sécurité. On me faisait des demandes qu'on ne m'avait jamais faites auparavant.

Mon actif intérieur avait déjà commencé à entrer en action dans les dernières années de cette première école. Je me souviens avoir été à la bibliothèque Parkman, distante de 4 ou 5 kilomètres, avoir pris 8 ou 10 livres et les avoir ramenés à la maison. Je ne les avais pas lus, cela m'aurait pris plus de temps qu'il ne m'en était imparti, et j'aurais eu à payer des amendes. Mais j'ai recommencé à le faire... Je voulais me considérer comme un intellectuel. Cependant, je ne me ressentais pas comme tel.

Maintenant tout se liguit contre moi. Les autres enfants semblaient cent fois plus mûrs que moi. Ma sexualité émergente restait confinée à des rituels masturbatoires extrêmement secrets et l'idée de donner rendez-vous à une fille me semblait impossible, même dans mes rêves les plus échevelés. Le premier trimestre, j'ai obtenu deux « D », quelque chose qui n'était jamais arrivé dans ma famille. Je me souviens avoir été en ville avec ma mère pour chercher une paire de bretelles à ma taille et lui avoir montré mon carnet de notes. Elle m'a dit que jamais mon frère Joe n'aurait ramené un carnet comme celui-ci. Je me sentais désolé.

Ma vie émotionnelle était bien en deçà de ce qu'elle aurait dû être, compte tenu de mon âge réel. Physiquement, je n'étais pas très actif et n'avais pas le sens de la compétition. Mon



visage a commencé à se couvrir de boutons vers mes 13 ans, ce qui m'a chagriné et donné bien du fil à retordre pendant de très nombreuses années. Je portais des bretelles. Je n'avais aucun succès scolaire. Je me sentais seul et isolé. Je n'avais personne à qui parler. En fait, le concept même de parler à quelqu'un n'existait pas pour moi à cette époque. Il fallait que quelque chose se passe pour me sortir de ma détresse. J'étais trop vulnérable, trop victime.

Ce qui est arrivé, c'est que j'ai commencé à développer mon côté pouvoir, un côté de moi capable de jouer le jeu. C'était une combinaison de contrôle, de pouvoir, de pulsions dynamiques et d'ambition. Cette partie a pris le dessus et a commencé à se mettre au travail pour moi. Mes « D » sont devenus des « A ». Je suis devenu un cerveau. Je suis devenu un brillant cerveau gauche. Les gens ont commencé à me considérer comme intelligent. Je réussissais, tout le monde était content de moi. L'enfant magique a été mis de côté. Je ne me suis pas rendu compte de tout ceci, mais cela a constitué un développement essentiel. Vivre sur Terre n'est pas facile pour les enfants magiques, ils ne sont guère récompensés. Ainsi, mon enfant fut mis en terre à partir de cette quatrième et ne fut autorisé à revenir à la vie que bien des années plus tard. À cette époque, j'ai eu besoin de pouvoir, et heureusement, les ressources ont été là.

Le lycée a été plus facile. J'avais compris le système. J'avais compensé mon immaturité émotionnelle par mes prouesses intellectuelles. À l'intérieur, je ne me sentais pas si brillant, mais personne ne le savait, et je n'allais pas diffuser cette information. L'enfant magique était enterré, je me préparais pour l'université.



M'éloigner de la vulnérabilité

Durant la guerre, mon frère Joe avait été en garnison sur la côte Ouest et, par la suite, il avait choisi d'y vivre. Mes parents ont décidé de le rejoindre et, en 1945, après avoir passé un semestre à Wayne University à Détroit, je suis parti pour Los Angeles. Pour moi, la vie a commencé à Los Angeles. J'ai aimé cette ville dès l'instant où j'y suis arrivé. J'aimais le climat ; j'aimais le sentiment de liberté et de légèreté que j'y ressentais. J'aimais conduire sur la route qui bordait l'océan ; j'aurais

voulu prendre très souvent la route de Santa Barbara à San Diego, simplement parce j'aimais l'océan. D'une certaine façon, à un certain niveau, j'avais le sentiment d'être arrivé chez moi. La proximité de l'océan s'est toujours révélée bénéfique pour moi.

Je suis entré en prépa de médecine à l'université d'UCLA. Mon frère aîné était devenu avocat, le suivant expert-comptable, il était logique que je devienne médecin. Cela allait avec mon désir d'avoir du pouvoir, de faire bonne impression et de plaire à mon entourage.

Le problème était que je détestais les sciences. Je détestais la plupart des cours que je devais suivre pour devenir étudiant en médecine. Mon intellect se bloquait lorsqu'il était question de chimie, de math. sup. et d'embryologie vertébrale. Je m'acharnai malgré tout, et devins de plus en plus malheureux tandis que je réussissais de moins en moins dans ces matières. J'ai obtenu un D en chimie organique, j'ai recommencé et obtenu un C. J'ai raté l'embryologie vertébrale, recommencé et obtenu un D. Mon côté pouvoir voulait faire médecine, et ma vie devenait de plus en plus difficile, mais je ne voulais rien écouter de ce que je ressentais vraiment...

Finalement, pour une raison ou une autre, j'ai compris le message. La médecine n'était pas pour moi. Je me suis tourné vers la psychologie, et le monde s'est ouvert... Cela a marqué la fin de trois années où je m'étais senti de plus en plus malheureux. À présent, j'étais étudiant en psychologie. Je ne savais pas ce que cela voulait dire, mais les cours de sciences sociales et de psychologie me passionnaient ; de plus, j'étais avec des gens qui semblaient mieux me correspondre. À partir du moment où j'ai pris ce tournant, ma vie universitaire est passée à la vitesse supérieure, et je n'ai plus jamais déraillé.

Lorsque j'ai obtenu ma licence en psychologie, j'ai décidé de continuer pour avoir le diplôme permettant d'enseigner. Comme j'avais déjà de nombreux acquis en sciences, il ne m'était pas difficile de compléter mon parcours. Il ne m'était pas encore venu à l'idée que je pouvais faire carrière en tant que psychologue.

Comme le système scolaire manquait cruellement d'enseignants en sciences, en dépit de mes protestations, car je voulais enseigner les sciences sociales, on m'a nommé professeur de sciences dans un Lycée. J'enseignais la chimie, la physique et l'astronomie ainsi qu'une ou deux autres matières scientifiques à un groupe d'élèves extrêmement brillants dont la plupart en savaient plus long que moi sur les matières que j'enseignais. Je faisais équipe avec un autre élève enseignant qui était un prodige en sciences. Ce semestre ne fut pas le top de ma vie professionnelle...

Je serai toujours reconnaissant à Dieu d'avoir envoyé des anges (des anges scientifiques) qui ont veillé sur moi et sur tout ce que je faisais, protégeant mes étudiants de tous les incidents catastrophiques qui auraient pu survenir durant leurs expériences avec moi alors que j'étais enseignant. Ils ont survécu et j'ai survécu ; j'ai réalisé que la carrière de professeur n'était pas pour moi. C'est à ce moment-là que j'ai décidé de continuer mes études en psychologie et d'obtenir mon master (M.A.).

J'ai suivi sans problème ce cursus en psychologie. J'avais les

acquis de mes anciennes études scientifiques, et j'ai réussi en travaillant dur, mais avec une relative aisance. Je me sentais bien avec ce qui m'était enseigné, et tout venait facilement. Lorsque j'ai décidé de passer les examens pour obtenir mon M.A., mon professeur principal m'a suggéré de me présenter au doctorat, ce qui impliquait de prendre juste deux matières supplémentaires. Si je ne les avais pas, j'aurais du moins mon M.A. Je me suis préparé à ces examens pendant trois mois, puis j'ai attendu trois mois de plus pour les résultats.

Je me souviens du sentiment d'exaltation et de liberté que j'ai ressenti lorsque j'ai su que j'avais réussi... Je n'avais jamais pensé auparavant que je pouvais devenir un docteur en psychologie, car rien ne semblait me convenir au niveau professionnel. Soudain, j'ai eu de nouveau le sentiment de me sentir chez moi. J'avais réussi, j'avais gagné ! J'avais une place dans la société. Je ne connaissais toujours rien en psychologie, mais cela n'avait pas d'importance. Pour la première fois depuis l'enfance, j'étais à la bonne place.

J'ai commencé à travailler avec acharnement. J'ai pris mon propre appartement et commencé à gagner de l'argent en exerçant dans le cadre de thérapies liées aux difficultés d'apprentissage. J'avais le sentiment d'être sur une voie royale, mais je devais continuer à avancer très, très vite. J'avais réussi mes examens mais je savais, à l'intérieur de moi, que je n'étais pas si intelligent que ça... Tout le monde autour de moi semblait l'être davantage ; or le jeu était d'être intelligent. J'avais 19 ans lorsque j'avais obtenu ma licence, à présent j'en ai 22.

Je me souviens d'un matin où je me tenais debout devant le tableau d'affichage à Franz Hall, mon professeur principal était à côté de moi. Il s'est tourné vers moi et m'a dit : « Harold, il y a quelque chose que je n'arrive pas à déterminer. Je me demande si vous êtes l'étudiant diplômé le plus brillant que nous ayons jamais eu ou le moins brillant... » Je connaissais la réponse... c'était même mon secret le plus jalousement gardé. Mais puisque ce professeur avait encore un doute, il me fallait, pour ne pas être découvert, en faire encore plus. Aussi suis-je devenu son assistant de recherche... Ainsi, j'essayais de m'éloigner toujours plus de ma vulnérabilité.



Quelques pensées à propos de la vulnérabilité

Nous sommes tous, lorsque nous arrivons sur cette Terre, des enfants extrêmement vulnérables. C'est en enfants vulnérables

que nous venons au monde. Exactement comme pour tous les autres membres du royaume animal, quelqu'un doit prendre soin de nous ; et comme pour tous les autres membres du royaume animal, nous devons apprendre à prendre soin de nous-mêmes. Nous devons développer notre pouvoir. Le développement de notre pouvoir est le processus que nous nommons le développement de la personnalité. Aussi étrange que cela puisse paraître, le développement de la personnalité est, en majeure partie, une façon de nous défendre de notre vulnérabilité fondamentale. Nous devons devenir forts pour survivre sur cette planète, sinon une vie de victime nous attend, ce qui n'a rien d'agréable.

Ce qui est triste dans le développement de cette personnalité, c'est que notre vulnérabilité est la base de l'expérience de l'état d'être qui est en lien avec le niveau de l'essence. Cet état d'être est un état sans armure, sans artifice, sans besoin de tordre la vie qui s'exprime de façon spontanée en nous ; c'est la façon d'être et de penser naturelle à l'enfant avant que l'armure de la personnalité ne se développe.

Cela ne veut pas dire que nous devons considérer le développement de la personnalité uniquement en termes négatifs. Pour vivre sur cette planète, nous devons développer une personnalité, c'est un pré-requis. Développer une solide personnalité nous donne la possibilité de réussir, l'accès à nos instincts naturels, la capacité de nous affirmer et, d'une façon plus générale, la confiance en la réussite de nos projets et entreprises.

Le revers de la médaille est que la perte de la vulnérabilité, l'absence de connexion avec le niveau de l'essence dans nos relations personnelles ont un effet extrêmement destructeur sur tout ce qui concerne les activités liées aux relations humaines.

J'avais atteint un point dans ma vie où la scission entre ma subpersonnalité intérieure vulnérable et ma subpersonnalité extérieure capable de tout mettre en œuvre pour atteindre ses buts était devenue trop importante. J'ai eu de la chance. J'ai réagi par une forte angoisse à un âge où j'étais assez jeune pour pouvoir faire quelque chose. Combien d'entre nous continuent année après année à souffrir de cette scission extrêmement douloureuse, ne sachant même pas la plupart du temps qu'elle existe ?

Le voyage de redécouverte

À 21 ans, étudiant en psychologie à l'université d'UCLA, mes études marchaient bien, mais comme je l'ai mentionné, je me sentais complètement débordé. Il est difficile d'imaginer qu'à cet âge, et à cette époque, je n'avais pas encore découvert que la psychologie pouvait avoir quelque chose à voir avec les relations humaines. Les concepts de processus personnel ou de processus de transformation m'étaient encore complètement étrangers. Puis un jour, lors d'une réunion de tous les étudiants licenciés en psychologie, la faculté nous a informés de la difficulté du programme, hautement compétitif, que nous suivions. Nous avons été prévenus qu'un large pourcentage d'étudiants serait éliminé avant la fin de l'année (ce qui s'est révélé exact), et qu'au bout de deux ans un petit nombre



seulement d'entre nous serait encore présent (ce qui s'est également révélé exact). Toute l'affaire était plutôt déprimante et intimidante.

Le dernier conférencier de la matinée était Bruno Klopfer. J'avais entendu parler de lui, mais je ne l'avais jamais rencontré personnellement, et je n'avais jamais assisté à l'une de ses conférences. Il était célèbre pour son travail sur le test de Rorschach, et je savais qu'il était de formation jungienne. Bruno a parlé de beaucoup de choses ce matin-là, mais une seule a accroché mon esprit : « Je désire que vous sachiez que si quelques-uns parmi vous ont des difficultés personnelles et éprouvent le besoin de les partager avec quelqu'un, je suis là, mon équipe est là, et nous sommes à votre disposition. »

Je me suis assis, complètement abasourdi. Ce fut le début de mon voyage... J'ai été touché au plus profond de moi : finalement, je découvrais que mon choix d'étudier la psychologie pour en faire ma profession avait réellement quelque chose à voir avec les relations humaines, avec le fait d'aider les gens... que tout ce que je faisais avait un sens. Mon enfant magique, vulnérable, intuitif, profondément enterré, a pu entendre, comme un faible murmure, qu'un jour il pourrait de nouveau occuper une place importante dans ma vie.

Six mois plus tard (je peux presque me souvenir du moment exact), ma névrose d'angoisse est arrivée à son maximum. Je revenais d'un voyage avec trois amis, nous avons fait environ 15 000 kilomètres. Nous avons roulé vers le nord, fait le tour du Canada, retraversé les États-Unis en diagonale et atterri à Las Vegas. Là, mes amis avaient perdu autant d'argent qu'ils pouvaient se le permettre. J'étais le seul à en avoir gagné ; c'est d'ailleurs la seule fois où j'ai gagné de l'argent à Las Vegas.

Sur le chemin du retour vers Los Angeles, j'ai senti l'angoisse monter. Je me souviens du rêve que j'ai fait cette nuit-là : mon père conduisait la voiture, j'étais assis à côté de lui, j'avais 6 ans. Mon père, effectivement, conduisait la voiture, et je vivais dans cette condition infantile. L'enfant vulnérable de 6 ans ne pouvait plus être nié plus longtemps. Mon père n'avait jamais pu vivre et s'adapter aux États-Unis. Il restait un étranger à cheval sur deux continents, ne pouvant s'ajuster ni à l'un ni à l'autre. Il avait partagé avec moi le rêve dans lequel il faisait la navette entre les États-Unis et l'Europe, sans pouvoir quitter le bateau. C'était, en fait, un errant sans foyer. Le fait de revenir à la folie de ma vie universitaire, où ma vulnérabilité n'avait aucun foyer, a probablement activé ma réaction d'angoisse.

Pendant quelque temps, j'ai essayé de la repousser. L'un des amis avec qui j'avais fait ce voyage se nommait Harvey

Mindess. C'était également un étudiant en maîtrise à la fac de psychologie, et nous étions bons amis. Nous avons décidé de suivre l'un des ateliers de Bruno Klopfer sur le test de Rorschach à Claremont Graduate School. Nous y sommes allés ensemble. Je me souviens de la pure terreur que j'ai éprouvée cette nuit-là, étendu dans mon lit. Je ne savais pas ce qui se passait, mais je savais que j'avais un problème. J'ai rêvé que j'étais dans un désert ; je voyais d'énormes tornades verticales s'approcher ; elles étaient noires, puissantes et menaçantes.

L'inconscient s'était retourné contre moi. Je lui avais tourné le dos trop longtemps. J'avais renié mes sentiments et mes instincts. À présent, ceux-ci voulaient mon attention. Je fais partie de ceux qui ont de la chance : j'ai écouté et j'ai agi. Lorsque je suis retourné à UCLA, j'ai contacté une assistante de Bruno, Winifred Lucas. Winifred est maintenant une enseignante connue, très active au sein du mouvement pour le développement de la conscience. À cette époque, elle était en relation avec le groupe jungien de Los Angeles, et un grand nombre d'étudiants, moi y compris, ont commencé leur analyse jungienne.

Il est incroyable de penser commencer une analyse en ne connaissant à peu près rien du système théorique de l'analyste que l'on va rencontrer. À part Bruno, le seul analyste jungien avec lequel j'avais eu un contact était un homme du nom de Max Zeller. Max venait d'Allemagne, il était diplômé en droit et avait décidé de rejoindre UCLA pour obtenir un diplôme en psychologie. Il y est resté peu de temps, mais durant ce court laps de temps, il a eu une énorme influence sur un grand nombre d'étudiants. Max était comme un bol d'air frais ; aimable, chaleureux, avec un délicieux sens de l'humour. Lui et sa femme, Laura, avaient ouvert leur porte à de petits groupes d'étudiants qu'ils recevaient chez eux et avec lesquels ils parlaient des théories de Jung. Se positionner ainsi lui a valu bien des difficultés avec l'université, mais cela n'a fait que nous rapprocher de lui. Max a été l'un des analystes qui ont commencé, à cette époque, à recevoir en analyse un certain nombre d'étudiants.

L'analyste qui a choisi de travailler avec moi, et avec un certain nombre de mes collègues, se nommait Jay Dunn. Jay était analyste et médecin, et a accepté de travailler avec moi à un prix très réduit. J'ai une gratitude infinie et éternelle pour tous ces analystes qui ont accepté à cette époque de s'occuper de nous... Pour un grand nombre d'entre nous, le fait de commencer ces analyses nous a permis d'accéder à une vie qui avait du sens.

Mon inconscient a explosé immédiatement, et tout d'un coup, j'ai fait cette incroyable découverte : il existait à l'intérieur de moi, et à l'intérieur de tous ceux qui m'entouraient, une vie intérieure extrêmement mystérieuse et extrêmement complexe... Cette vie intérieure avait infiniment de sens, elle était extrêmement colorée et « texturée ». C'était littéralement comme une naissance. L'un des premiers rêves faits au début de mon analyse le confirmait : je donnais naissance à un enfant, et cet enfant à qui je donnais naissance, c'était moi-même.

Il peut sembler étrange de penser qu'au niveau conscient, je ne connaissais rien de la psychologie développée par Freud ou par Jung. Il est aussi évident que j'ai été aspiré vers ce que j'appellerais maintenant « la vibration » que des hommes

comme Bruno Klopfer et Max Zeller dégageaient. Au niveau conscient, tout cela m'échappait... C'était cependant le meilleur choix pour l'enfant magique. Il s'est senti en sécurité. Mon processus onirique a commencé pour de bon et, sauf pour de brèves périodes, il n'a jamais cessé depuis. J'ai continué mes études universitaires. En fait, j'ai commencé à les apprécier davantage. Elles sont devenues assez secondaires, le réel défi, le réel travail dans lequel j'étais embarqué était l'exploration de ma vie intérieure et la psychologie de l'inconscient. Nous étions en 1949. Le premier rêve que j'ai fait au cours de cette analyse m'a donné une image très réaliste de ma situation personnelle. Les premiers rêves, très souvent, dressent un tableau clair de la situation psychique.

La bouteille de coca

Je vis chez mes parents. Une bouteille de coca est chauffée sur une plaque chauffante et il va bientôt y avoir une sacrée explosion.

Le coca est la grande boisson américaine. Il vous stimule. C'est sucré et sirupeux, pour moi, c'est une boisson associée à la vie rapide. Même si en fait, je ne vivais pas chez mes parents à cette époque, psychologiquement, je vivais toujours chez eux. Je n'étais pas séparé de leur état d'esprit. J'avais très certainement appris à aller vite. J'étais issu de la culture américaine contemporaine, celle du coca et des hamburgers, mon esprit était rempli des idées, pensées et sentiments de cette société. L'inconscient ne pouvait pas me donner une image plus percutante du danger que je courais à cette époque...

Un rituel initiatique – l'ouverture du cœur

Les rêves sont très rapidement devenus mes alliés. Chaque nuit est devenue une aventure. Pour être tout à fait honnête, il s'est ensuivi une période de plusieurs années où ce qui arrivait durant la nuit était beaucoup plus important pour moi que ce qui arrivait pendant la journée. Très tôt, certaines initiations sont venues à travers mes rêves. Ces rêves, essentiellement, décrivaient des rituels. Ces rituels m'aidaient à accéder à différents états de conscience, exactement comme les rituels extérieurs sont censés le faire.

Dans la culture occidentale, nous avons perdu notre lien avec les rituels. Nous n'avons aucun vrai rituel lié à la puberté. Nous n'avons aucun puissant rituel pour aider le jeune homme ou la jeune femme à accéder à l'âge adulte. La guerre pourrait constituer un tel rituel, mais certainement pas l'un de ceux que nous désirerions choisir. La cérémonie juive du Bar Mitzvah est un bien pâle rituel, dont le pouvoir est occulté par la multitude de cadeaux offerts et l'emphase mise sur la conformité sociale. Elle offre rarement au jeune homme une opportunité de faire une expérience qui l'aidera à accéder à l'âge adulte. Les expériences qui ressemblent le plus dans notre culture à un rite initiatique en lien avec la puberté sont probablement celles de « Outward Bound¹ », expériences qui proposent des défis

physiques et psychologiques qui ne sont pas d'un grand secours mais qui, à un certain niveau, changent la conscience.

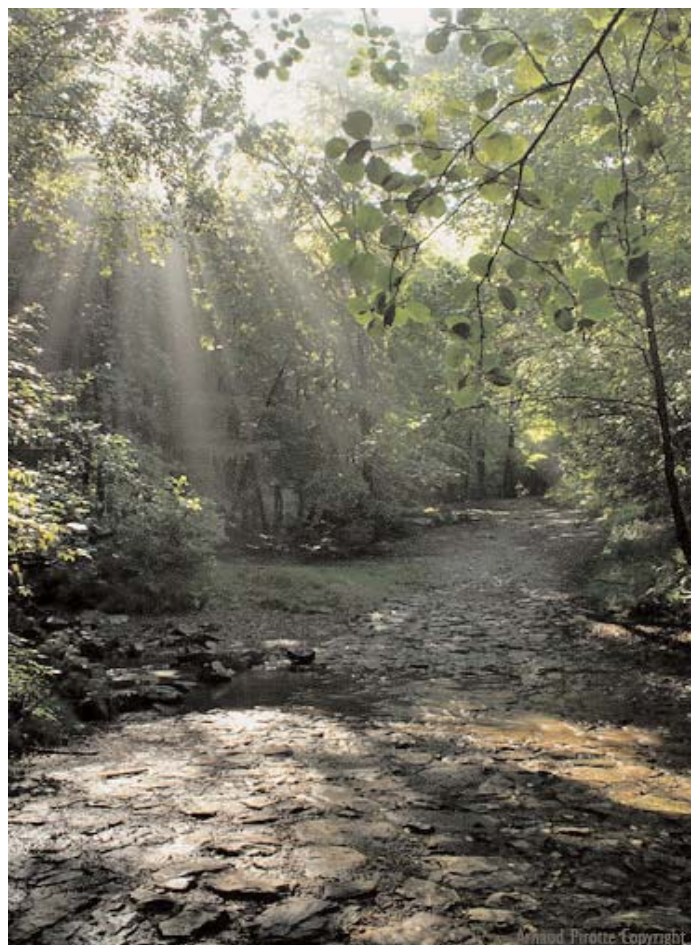
L'inconscient n'a rien oublié du pouvoir des rituels. L'inconscient est le dépositaire de toute notre histoire passée et même, d'une certaine façon, de notre futur. C'est pourquoi, lors de notre processus de transformation, il crée dans nos rêves, toujours et encore, des images de rituels initiatiques. Ces rites initiatiques sont des rites de passage, parfois dangereux, parfois bénins. Mon premier rêve initiatique fut le suivant :

Rêve initiatique

Je suis dans un jardin plein de fleurs. Un homme est là, une combinaison de Bruno Klopfer et Max Zeller. Tout me semble noir, rien n'est clair. L'homme cueille une rose, vient vers moi et la presse sur mon cœur jusqu'à ce qu'elle s'y imprime. Je me réveille avec un grand sens de paix et d'harmonie.

C'est un magnifique rêve. Je ne l'ai pas compris, j'ai su, simplement, que quelque chose d'important était arrivé. À cette époque, étant un très gentil garçon et un très gentil « analysé », je cherchais toujours à savoir si mes rêves étaient bons ou mauvais. Il m'a fallu bien des années avant de pouvoir apprécier correctement l'inconscient et sa façon d'opérer.

Ce que j'ai découvert, c'est que l'inconscient nous récompense rarement pour notre bon comportement. Une fois mis en route, il nous pousse en avant avec une énergie inexorable, voulant toujours nous voir monter la prochaine marche.



1. Programmes qui proposent des expériences de vie en pleine nature.

Je me souviens m'être rendu à ma séance avec Jay et lui avoir raconté ce rêve, puis avoir attendu le satisfecit qui, j'en étais certain, me serait donné, car je savais que ce rêve était vraiment bon. À cette époque, je tapais mes rêves à la machine en deux exemplaires, j'en donnais un à mon analyste et je gardais l'autre. J'ai agi ainsi pendant au moins quinze ans, et, bien longtemps après la fin de mon analyse, je me sentais coupable si je ne gardais pas trace de mes rêves. Finalement, j'ai été très heureux de découvrir un jour que Dieu continuerait de m'aimer même si je n'écrivais pas chacun de mes rêves... Quoi qu'il en soit, Jay m'a regardé et n'a rien dit, ce qui était parfaitement inhabituel, car c'était quelqu'un d'assez loquace et qui avait toujours beaucoup à dire sur les rêves. Il a eu une vision claire du futur et du sens de ce rêve. Mais ce qu'il a ressenti m'a été communiqué énergétiquement plutôt que verbalement. Je devais apprendre moi-même ce que signifiait « s'ouvrir au sentiment d'amour », une expérience qui m'était tout à fait étrangère avant cette époque de ma vie.

La psychologie universitaire, c'est clair, n'a pas spécialement pour but l'ouverture du cœur, pas plus que celui de mettre les gens en contact avec leur vulnérabilité. C'était vrai voici trente



ans et, dans une large mesure, cela le reste de nos jours. Cependant, une révolution se fait jour, une révolution qui prend place au niveau de la conscience, et je n'ai pas le moindre doute sur le fait que toutes les institutions vouées à l'apprentissage vont vers d'incroyables périodes de transition. Il n'existe aucun moyen de résister aux nouvelles énergies, au nouveau niveau d'éveil² de la conscience qui passe à travers tant de gens.

D'une façon historique, nos processus d'éducation ont eu pour base le système anglais. Ils sont essentiellement linéaires et donne la priorité au cerveau gauche. Heureusement, pour certaines personnes, comme ce fut le cas pour moi, il est possible de devenir un cerveau gauche pour réussir. Plus il existe de conscience chez une personne, plus il lui est difficile d'opérer au sein d'un environnement académique qui ne reconnaît que la valeur de l'activité du plan mental. Plus un processus d'ego conscient est présent, plus il est difficile de tuer l'intuition, l'imagination et de ne penser qu'à partir de modes de fonctionnement linéaires.

C'est l'une des grandes difficultés, lorsque nous grandissons : devoir réprimer une partie si importante de notre être essentiel pour « y arriver ». C'est parfois même une tragédie... Le prix que nous payons, aussi bien en tant qu'individus qu'en tant que sociétés, est énorme. Nous ne pouvons pas continuer indéfiniment sur cette lancée, niant la réalité de notre cœur et niant notre vulnérabilité. Nous ne pouvons pas continuer indéfiniment à nier notre riche imagination, notre intuition ou nos inclinaisons mystiques dans le but de « réussir ». Nous sommes à un tournant de l'histoire et notre exigence en vue d'acquérir une conscience plus complète, plus large, est une part essentielle de ce processus historique.

Voici bien des années, j'enseignais au congrès qui se tenait à Asilomar, sur Monterey Peninsula, en Californie. Un jour, environ quarante personnes y participaient, et nous étions en pleine discussion entre nous lorsqu'une étrange femme est entrée dans la pièce, a pris un siège et est restée durant toute la séance. Lorsque j'ai parlé avec elle, plus tard, je lui ai demandé qui elle était et pourquoi elle s'était « invitée » à ce séminaire. Elle m'a répondu qu'elle habitait dans la région et travaillait beaucoup, mais que lorsque cela lui était possible, elle venait au congrès pour écouter un séminaire qui avait trait à la conscience. Elle m'a dit une chose qui m'est toujours restée en mémoire : « Le jour viendra, me dit-elle, où nous n'aurons plus à travailler aussi dur pour survivre ; alors, nous pourrions consacrer aux questions vraiment importantes : découvrir qui nous sommes et ce que nous sommes vraiment. »

Je fus profondément touché par cette femme. Nous sommes tous si occupés... Nous avons tous à travailler d'arrache-pied pour avoir assez d'argent pour vivre, et pour nombre d'entre nous, vivre n'est pas suffisant, et le travail devient une fin en lui-même. En théorie, lorsque nous aurons assez travaillé pour assurer notre retraite, nous pourrions alors nous offrir le luxe de commencer à nous occuper de tout ce qui concerne l'Esprit et l'Âme, et ainsi redécouvrir les parties perdues de nous-mêmes. J'ai eu de la chance : j'ai développé à l'âge de 21 ans un tel état d'anxiété que j'ai dû faire quelque chose. Je n'ai, en fait, jamais ressenti une honte quelconque ou un sentiment de culpabilité par rapport à ce que je savais être une névrose. Il m'a toujours semblé, au contraire, qu'une remarquable opportunité m'avait été offerte. La découverte de son âme est une merveilleuse expérience... Tout a commencé à être vu et à être ressenti d'une manière différente. Le cauchemar de mon adolescence prolongée était terminé.

J'ai passé beaucoup de temps à travailler sur moi. Je prenais note de mes rêves, comme je l'ai mentionné, et je travaillais intensément sur eux. Très tôt dans mon processus, j'ai commencé à pratiquer l'imagination active. Jung nous a donné avec cette pratique un magnifique outil thérapeutique. Il faisait la différence entre imagination active et imagination passive. L'imagination passive est un pur rêve éveillé, fantasme ou fantaisie. L'imagination active implique un ego actif. On interagit avec l'inconscient exactement comme on le ferait avec un ami ou un proche. Cela peut se pratiquer en visualisant la scène, ou en parlant vraiment aux différentes voix (parties ou

2. Awareness : niveau de « vision consciente », comme cela sera traduit plus tard.

subpersonnalités). J'ai commencé à écrire d'une façon intensive. J'écrivais d'une façon assez générale pour m'aider à comprendre ma vie et mes rêves, et j'ai commencé aussi à écrire des dialogues entre les différentes parties de moi qui arrivaient dans mes rêves ou dont je devenais conscient dans mon état ordinaire de conscience. Parfois, je travaillais deux, trois, voire quatre heures par jour sur toutes ces données personnelles. C'était pour moi un travail d'amour et de dévotion. Je me transformais très rapidement.

Tôt au cours de mon analyse, j'ai fait une découverte significative. J'avais vécu en essayant de me sentir bien et d'être heureux ; le problème était que je ne me sentais pas bien et que je n'étais pas heureux. Maintenant, c'est une situation piège : ne pas être heureux, se sentir mal, ne même pas le savoir, et mettre toute son énergie à essayer d'être heureux. J'ai appris assez vite au cours de mon analyse qu'être dépressif était une chose acceptable. J'ai reçu, essentiellement, la permission d'être malheureux si c'était ce que je ressentais. Une fois que je suis devenu conscient de mes sentiments, ceux-ci ont été reconnus comme valides.

Pour moi, c'était comme sortir de prison... Étant par nature introverti, j'avais développé pour me protéger un extraordinaire masque d'extraverti tandis que je courais sur l'autoroute de la vie, essayant désespérément d'éviter cette introversion qui était une part si profonde de moi-même. J'ai appris à accepter ma façon d'être. Je n'étais plus terrifié par le fait d'être seul. La solitude est devenue une maîtresse aimante et j'ai senti que je m'étais enfin séparé, psychologiquement, de la « bouteille de coca ». J'avais quitté la voie rapide et je commençais à vivre à partir d'une subpersonnalité plus essentielle que celle qui m'avait guidé durant de nombreuses années. Ce fut la découverte de cette nouvelle introversion et de cet amour tout neuf de la solitude qui libéra suffisamment d'énergie pour le travail personnel que j'étais en train de faire.

Après trois mois d'analyse, mon anxiété a pris fin avec ce rêve :

Rêve de César Borgia

J'étais un éclaireur de l'armée de César Borgia, et nous allions envahir un nouveau monde. J'étais parti en reconnaissance très en avant de l'armée régulière, et j'étais donc dans une position dangereuse. Un autre éclaireur était avec moi. Puis le rêve a changé : j'étais dans la maison de mon enfance, et nous étions attaqués par des Indiens américains. Je me suis réveillé dans un grand état de panique.

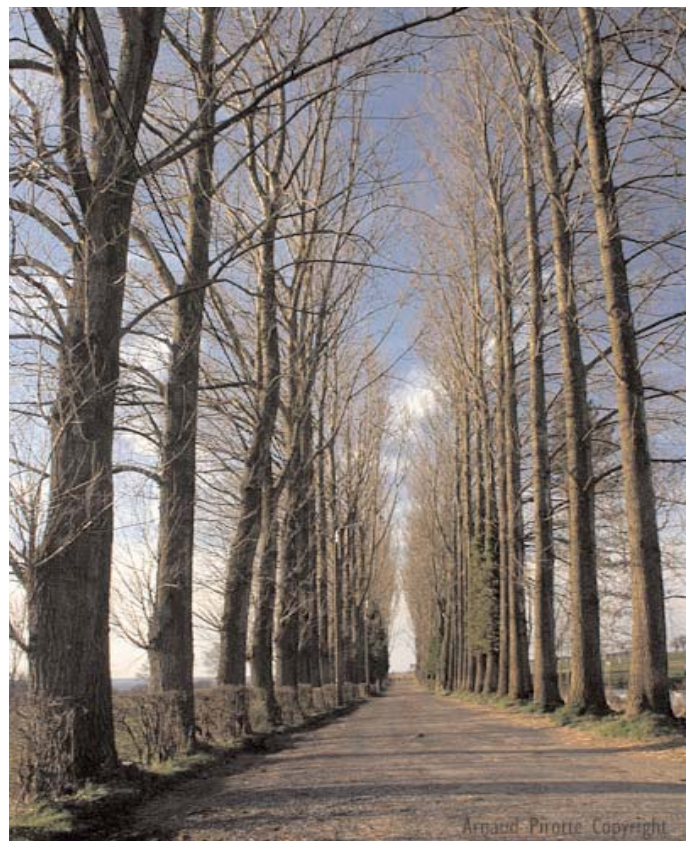
J'ai toujours été étonné et stupéfait par les symboles que l'inconscient nous offre dans un rêve... Je reste stupéfait par son art, ses capacités de visionnaire, la façon dont il nous donne régulièrement les symboles les plus appropriés. Rétrospectivement, Borgia était le symbole parfait de l'intense pulsion de pouvoir qui motivait ma vie. Plus un homme est identifié au pouvoir, plus sa vulnérabilité est reniée. Le côté pouvoir qui avait commencé à grandir en moi, au début du lycée, lorsque ma vulnérabilité, ma douceur et ma gentillesse ne pouvaient plus me servir, s'était développé comme une façon de survivre.

C'est ce côté pouvoir qui, s'exprimant chez tant d'entre nous, a littéralement détruit les éléments les plus « primitifs » de tant

de cultures partout dans le monde, que ce soient celles des Indiens américains, des Bushmen australiens ou des natifs polynésiens. Les Indiens américains représentent les racines de l'Amérique. Ils sont notre « énergie enracinée ». Ils portent notre relation naturelle à l'Esprit et à la Terre. Ces énergies naturelles que les Indiens portaient pour moi avaient été irrésistiblement détruites par mon côté pouvoir... Dans mon rêve, cependant, ils prenaient leur revanche. Tandis que je m'identifiais au Conquérant des nouveaux mondes, ils attaquaient ma maison d'enfance, la personnalité que j'avais développée pour m'aider à faire face à ce monde dans lequel je me sentais totalement étranger.

Comme je l'ai décrit plus haut, le sentiment d'être un étranger dans une étrange contrée a toujours été le mien. Je n'ai jamais eu de sentiment « d'appartenance » vis-à-vis de ma famille. Je les aimais, et ils m'aimaient, mais d'une certaine façon, ils n'étaient pas « les miens ». Ce n'est que lorsque j'ai touché l'inconscient que j'ai eu le sentiment de revenir chez moi... J'ai beaucoup projeté ce sentiment de trouver une famille dans l'organisation jungienne, comme l'aurait naturellement fait quiconque dans cette position. Le fait est que je n'étais plus un vagabond sans foyer : mon foyer, c'était moi-même. J'ai commencé à me séparer du côté pouvoir. Le pouvoir n'est pas une chose dont une personne se sépare une fois pour toutes dans la vie ; nous nous séparons de notre côté pouvoir encore et toujours, c'est un processus continu et sans fin.

Il existe une histoire hassidique que j'aime bien sur un grand enseignant juif, le Baal Shem Tov. Un jour, ses disciples sont venus le voir pour lui dire qu'un homme sage arrivait près d'un village proche et qu'ils désiraient aller l'écouter parler. Le Baal Shem, bien sûr, leur donna sa bénédiction. Alors, ils demandèrent à leur maître : « Comment saurons-nous s'il est vraiment sage ? » Le maître répondit : « Posez-lui une



question : 'Comment vous débarrassez-vous de ce malfaisant de pouvoir?' » Les disciples furent très excités par cette question et demandèrent au Baal Shem : « Quelle est la réponse ? » Le Baal Shem répondit : « S'il vous donne une réponse, c'est un faux sage. »

Je pense souvent à cette histoire en ce moment, quand je vois tellement de gens affamés d'éveil spirituel, vivant dans l'illusion d'avoir résolu leur problème de pouvoir en apprenant comment être aimants... J'aurai beaucoup plus à dire sur ce sujet tout au long de ce livre. En ce qui me concerne, cependant, le rêve de Borgia m'a donné ma première vision consciente, ma première séparation consciente de l'expression de mon côté pouvoir.

Les résultats ont été immédiats. J'ai commencé à voir combien une grande partie de ce que je faisais professionnellement venait de ce côté pouvoir. J'ai commencé à faire l'expérience de la peur et de la vulnérabilité qui étaient présentes sous ce pouvoir, et à faire des choix dans ma vie qui n'avaient jamais été possibles jusqu'ici. Mon choix principal a été de me donner davantage de temps, de créer certains espaces de tranquillité. Ma névrose d'angoisse a rapidement disparu, tandis que je suivais mes propres rythmes plutôt que ceux imposés par les demandes de mon côté pouvoir.

Danger du chemin intérieur

Rêve : choisir son chemin

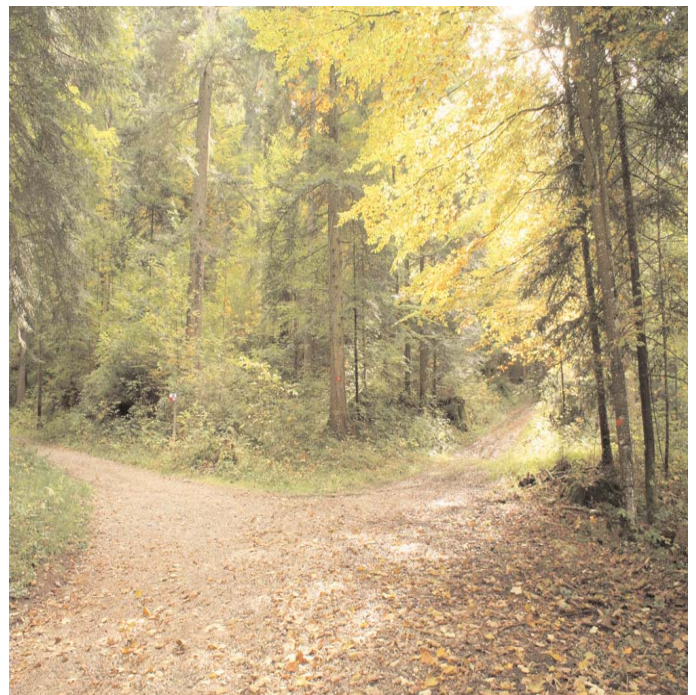
Je marche sur un chemin de forêt. Sur la droite se trouve un large cours d'eau. Sur la gauche, une forêt très dense, ressemblant à une jungle. J'arrive à un carrefour où je dois faire un choix : soit je tourne à gauche vers la jungle, soit je continue à droite et je suis le cours d'eau. Le chemin de droite est clairement un chemin tracé et mieux connu que celui de gauche. Je choisis le chemin de droite et continue mon voyage.

Dans le symbolisme des rêves, les situations où l'on doit choisir d'aller à droite ou à gauche sont très fréquentes. D'une façon générale, le côté droit est celui qui est le mieux connu, le plus familier, le côté gauche représentant quelque chose de moins connu, de moins familier. C'est pourquoi la gauche est souvent associée aux chemins de l'inconscience et la droite aux chemins plus conscients. Mon inconscient a littéralement explosé avec le commencement de l'analyse... L'inconscient a un grand pouvoir, il est la source d'une remarquable intelligence. Il peut aussi être une jungle des plus séduisantes.

Durant les années soixante, beaucoup de gens ont pris le chemin de gauche avant d'être prêts à le faire. Le désir d'éprouver des émotions intenses, l'attrait pour la vie symbolique et pour les expériences spirituelles ont conduit de nombreuses personnes à vivre des expériences de plus en plus profondes avec l'inconscient. Expériences pour lesquelles elles ont utilisé des drogues ou des états de conscience intérieurs modifiés, portées par un grand mouvement général vers l'exploration de l'intériorité.

Les expériences de cette sorte requièrent un ego conscient. Aller dans la jungle de l'inconscient avant d'avoir développé un certain enracinement, une certaine stabilité dans la vie peut se révéler dangereux. C'est comme écouter la voix des sirènes : je me tenais très près de ces sirènes, avec le travail intensif qui était le mien... Lorsqu'une personne est entraînée dans ce monde, il n'est pas toujours facile pour elle d'en sortir, de revenir sur terre et à la vie quotidienne avec ses multiples exigences. Parmi les jeunes les plus aventureux, beaucoup se leurrent et se perdent dans ce monde. D'autres passent tant de temps dans la jungle que leur développement en devient gravement compromis.

J'ai eu beaucoup de chance, cependant, dans ces années de jeunesse, d'avoir pu entrer de plain-pied dans l'inconscient, mais de ne pas m'être laissé séduire par le chemin de gauche avant d'y être prêt. Je ne peux que remercier mon thérapeute,



ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Avril 2011 à

Avril 2012

Je m'inscris à l'Association Voice Dialogue Sud :

Nom Prénom

Adresse

Profession Tél E-mail

Fait à, le / /

Signature :



l'esprit jungien qui m'entourait, et mon propre bon sens. Le sentier de droite représentait mon choix d'obtenir mon doctorat en psychologie, de me marier, d'avoir des enfants, d'avoir une vie sociale. Toute ma vie, j'ai continué de lutter avec ces opposés, la droite et la gauche : la réalité de ce monde et la réalité symbolique transpersonnelle. Ce rêve marque mon premier réel choix sur ce point.

Presque quinze ans plus tard, lorsque mon fils a eu 13 ans, j'ai fait exactement le même rêve. À cette époque, j'étais marié, j'avais deux enfants, un fils et une fille. Dans le rêve, mon fils et moi marchions sur ce même chemin. Nous sommes arrivés à ce même croisement où le chemin de droite suivait le cours d'eau. Cette fois-ci cependant, la jungle avait été élaguée. C'était à présent une belle forêt, et un chemin y conduisait. Nous étions tous deux habillés chaudement, et nous avions de grosses chaussures de randonnée. Nous avons tous deux marché à travers la forêt et commencé l'ascension d'un chemin qui menait vers le sommet et vers la gauche.

J'avais fait mon travail personnel, le chemin était à présent dégagé. Le développement de la jungle avait été jugulé, et le sentier de gauche n'était plus aussi dangereux que quinze ans auparavant. Dans l'intervalle, j'avais pris ma place dans la société et j'avais fait tout le travail nécessaire, un énorme travail, pour m'enraciner.

Je voulais insister sur ces rêves pour souligner le sens et l'importance de cette paire d'opposés. Tant de gens se battent avec elle... J'aimerais surtout prévenir les jeunes du danger réel qui existe lorsqu'on s'ouvre artificiellement à ces énergies présentes dans l'inconscient sans guide qualifié et sans un ego suffisamment conscient pour gérer l'expérience.

Durant cette période de découverte, j'ai fait un autre rêve, qui est toujours resté présent dans ma mémoire.

Rêve : Lorsque j'aurai 56 ans

J'entre dans une pièce située dans un étrange environnement, peut-être une cave en pierres. Des étagères pleines de livres couvrent les murs et mon attention est attirée par une série de volumes, douze en tout, très épais, écrits en hébreu, leur thème est l'Afrique. Je ne peux pas les comprendre pour le moment. Une voix parle et me dit : « Lorsque tu auras 56 ans, tu comprendras ce qui est écrit dans ces livres, et la connaissance qu'ils contiennent sera à ta disposition. »

Je n'ai jamais oublié ce rêve et, l'année de mes 56 ans, j'ai attendu que le sens de cette prédiction me soit révélé. Là aussi, il m'était clairement signifié que je devais attendre de nombreuses années avant que le processus, toujours présent à l'arrière-plan, atteigne un certain niveau de maturité. Il y avait encore beaucoup de travail de préparation à faire.

Préparation pour le monde intérieur

Au moment où la seconde guerre mondiale s'est terminée, je n'avais pas fait mon service militaire. Ce service militaire était pour moi comme une épée de Damoclès. En tant qu'étudiant, j'ai pu en être plusieurs fois exempté durant la fin des années



quarante, mais au début des années cinquante, je risquais bien d'être appelé. C'est alors que j'ai fait quelque chose pour en finir avec ce risque de pouvoir être appelé à tout moment... Un jour, alors que je regardais le tableau d'affichage de Franz Hall à l'université d'UCLA, j'ai vu une annonce pour un programme de formation pour les étudiants en psychologie de troisième cycle. J'étais un étudiant de troisième cycle, je pouvais donc y accéder. Cela me donnait une année d'internat en psychologie clinique au sein d'un grand hôpital de l'armée avec le rang de second lieutenant ; puis, une année d'études pour compléter mon doctorat avec le rang de premier lieutenant. Je devrais ensuite rembourser en travaillant durant trois ans comme psychologue dans l'armée. Pour moi, les avantages étaient immenses ! Le problème lié à mon service militaire serait résolu, mes problèmes financiers également, j'aurais une intense expérience clinique, je pourrais voyager un peu, et de plus, l'idée de devenir un officier m'attirait beaucoup (c'était avant la guerre du Vietnam, qui a complètement changé cette vision des choses pour beaucoup d'entre nous).

Je suis entré dans cette formation, qui fut une formidable expérience. Cela m'a donné en effet l'occasion de faire un bon internat, et cela a réduit de beaucoup le temps que j'ai passé à étudier pour obtenir mon doctorat, car je pouvais travailler à temps plein sur mon cursus. Ma première affectation à Fort Bliss, au Texas, m'a permis de faire pendant dix-huit mois une expérience clinique de grande valeur. Cela a constitué ma première pratique continue comme psychologue, j'ai tiré tout ce que j'ai pu de cette expérience, tant au niveau plaisir qu'au niveau pratique. Je voyais entre dix à vingt personnes par jour et suis devenu assez compétent au niveau diagnostique. Nous avions une excellente équipe, et nous avons commencé à développer des traitements extrêmement novateurs. Nous avons mis en place une formation pour les soldats qui avaient des handicaps émotionnels et physiques, et il nous a été permis de développer une formation particulière pour les officiers et les cadres. Ceci nous a grandement fait apprécier du commandement, plus que tout ce qui s'est passé d'autre le temps où j'ai exercé là-bas.

Ma dernière affectation a eu lieu à l'hôpital des armées de Madigan, dans l'état de Washington. J'ai passé deux ans dans cet hôpital, soit l'équivalent de deux ans de pratique privée avec, de plus, l'opportunité de travailler intensément avec toute une variété de gens merveilleux.

Lorsque je me suis rendu à ma première affectation militaire au Texas, je finissais ma troisième année d'analyse jungienne. J'étais devenu un jungien confirmé, quoiqu'assez modéré, et j'avais commencé pour la première fois à enseigner. Tout allait plutôt bien dans ma vie, j'étais marié, j'avais un fils, je réussissais dans ma vie professionnelle. J'avais quelques problèmes personnels avec lesquels je me débrouillais.

À chaque congé, je retournais à Los Angeles. Lors de l'un d'entre eux, Jay Dune étant absente, j'ai commencé à travailler avec une autre thérapeute : Hilde Kirsch. Dès le début, notre travail nous a menés très loin. Elle était un réel guide spirituel, et elle a été la mère généreuse que je n'avais jamais eue. C'était une thérapeute douée qui m'a vu passer à travers bien des épreuves et tribulations et, de cette façon, durant ces années où je me suis engagé comme officier, ma vie professionnelle s'est épanouie et mon processus personnel s'est approfondi. C'est de cet approfondissement que je désire vous parler maintenant.

Mon travail avec les rêves et le processus créatif m'avait mis en lien avec la réalité de la vie symbolique qui existe en moi et qui existe, potentiellement, chez chacun. Je ressentais clairement l'Intelligence qui guidait le processus onirique et qui semblait avoir une finalité en vue... Un objectif que je ne pouvais décrire à cette époque que comme le fait de me vouloir plus conscient. Il existait aussi une différence, que j'ai ressentie dès le début de mon processus, entre mes collègues jungiens et moi. Mon expérience avec l'inconscient avait été une expérience positive. J'avais appris ce qu'était mon « côté d'ombre », les schémas d'énergie inacceptables pour mes parties conscientes ; mais je savais qu'à un niveau plus profond, il existait quelque chose de primitif en moi, quelque chose de noir qui allait au-delà de ce que mes collègues ressentaient ou connaissaient.

Ma première expérience avec cette énergie primitive présente en moi est survenue lorsque j'avais 19 ou 20 ans. Je travaillais comme surveillant dans le département des patients violents à l'hôpital de Brentwood V.A., à Los Angeles. Un après-midi, un patient noir, catatonique, est devenu fou furieux ; nous avons dû



le juguler physiquement car il blessait les autres patients. Nous n'étions que deux surveillants présents. Nous avons appelé du secours, puis nous avons essayé de le plaquer au sol et de l'y maintenir. Dans le cours de l'action, il m'a frappé très durement, plusieurs fois. Je n'étais vraiment pas une personne très physique, et se battre était une chose qui m'était totalement étrangère. Cependant, après avoir reçu plusieurs coups sérieux, quelque chose a basculé en moi et je suis devenu, moi aussi, fou furieux. Je n'ai absolument pas conscience de ce qui est arrivé, mais je me suis retrouvé sur le plancher, un moment plus tard, frappant cet homme en criant : « Toi, foutu négro ! »

Je ne peux vous décrire le choc que j'ai ressenti en me réveillant de cet état de brève inconscience pour m'entendre hurler ces mots... J'étais complètement identifié au fait d'être une personne sans préjugé, compréhensive, non raciste. J'étais né juif, et même si je n'étais pas particulièrement identifié au fait d'être juif, le fait de ne pas avoir de préjugés et de ne pas être raciste avait une profonde signification pour moi. À présent, tout d'un coup, j'avais une brève vision de ce qui se tenait sous le vernis de l'homme civilisé... Je ne l'ai jamais oublié, même si c'était bien des années avant que je ne commence à m'occuper de ce que j'appellerais plus tard les énergies démoniaques.

Énergies 2012

Ouvrir les chemins du futur, transmis par Jean-Claude Genel

L'affirmation des Maîtres de Sagesse :

Oser une vision du futur n'est pas ambitieux, c'est vital !

Une vision inspirée de ce que nous voulons être

à travers ce que nous désirons vivre.

Prix unitaire : 15.00 Euros TTC. Éditeur : Entre Deux Mondes

A commander sur le site : <http://www.gproductions.fr>

