

CONFÉRENCE 5 (sur 5)

P.D. Ouspensky, 1934-1940

Afin d'approfondir notre étude de l'évolution possible de l'homme, je dois établir un point important.

Deux aspects doivent être développés en l'homme. C'est-à-dire que son développement possible doit croître simultanément selon deux lignes.

Ces deux aspects de l'homme, ou ces deux lignes de développement, sont *le savoir* et *l'être*.

J'ai souvent parlé de la nécessité du développement du savoir, et en particulier du savoir relatif à la connaissance de soi, car l'un des traits les plus caractéristiques de l'état actuel de l'homme est qu'il *ne se connaît pas lui-même*.

En général, les gens comprennent l'idée de différents niveaux de savoir, l'idée de la relativité du savoir et de la nécessité d'acquérir un savoir entièrement nouveau.

Ce que l'on ne comprend pas, dans la plupart des cas, c'est l'idée que l'être est distinct du savoir; et, de plus, on ne comprend pas l'idée de la relativité de l'être, ni la possibilité de différents niveaux d'être, ni la nécessité d'un développement de l'être indépendamment de celui du savoir.

Dans ses écrits, le philosophe russe Vladimir Soloviev emploie le mot «être». Il parle de l'être d'une pierre, de l'être d'une plante, de l'être d'un animal, de l'être de l'homme et de l'être divin.

Ceci vaut mieux que le concept habituel car, selon la compréhension courante, l'être de l'homme est considéré comme ne différant en rien de l'être d'une pierre, de l'être d'une plante ou de l'être d'un animal. Du point de vue ordinaire, une pierre, une plante et un animal *sont* et *existent* de la même façon que l'homme *est* ou *existe*. En réalité, ils existent de manière toute différente. Mais la division qu'introduit Soloviev n'est pas pour autant suffisante. Il n'existe rien de tel que *l'être d'un homme*. Les hommes diffèrent trop entre eux pour qu'il en soit ainsi. J'ai déjà expliqué que, du point de vue de l'enseignement que nous étudions, le concept d'homme est divisé en sept catégories : l'homme n°1, l'homme n°2, l'homme n°3, l'homme n°4, l'homme n°5, l'homme n°6 et l'homme n°7. Ceci équivaut à sept degrés ou catégories d'être, l'être n°1, l'être n°2, l'être n°3 et ainsi de suite. Nous connaissons déjà, en outre, des divisions plus subtiles. Nous savons qu'il peut exister des hommes n°1 très différents les uns des autres, des hommes n°2 très différents, des hommes n°3 très différents. Ils peuvent être entièrement soumis aux influences A. Ils peuvent être affectés à titre égal par les influences A et B. Ils peuvent dépendre davantage des influences B que des influences A. Ils peuvent posséder un centre magnétique. Ils ont pu entrer en contact avec une influence d'école – ou influence C. Ils peuvent être en voie de devenir des hommes n°4. Toutes ces catégories indiquent différents niveaux d'être.

L'idée d'être était inclus dans la base même de toute la pensée et de la parole religieuse sur l'homme et, en comparaison, toute autre forme de classification de l'homme était jugée sans importance. Les hommes se divisaient d'un côté en mécréants, infidèles et hérétiques, et de l'autre en vrais croyants, justes, saints et prophètes, et ainsi de suite. Toutes ces catégories ne se réfèrent pas à des différences de points de vue ou de conviction, ils se réfèrent non pas au *savoir* mais à *l'être*.

Dans la pensée moderne, on ignore la notion d'être et de différents niveaux d'être. Au contraire, on pense que plus il y a de divergences et de contradictions dans l'être d'un homme, plus il peut être intéressant et brillant. Il est généralement admis, de manière tacite mais parfois même ouvertement, qu'un homme peut être menteur, égoïste, sans parole, extravagant, pervers et être toutefois un grand savant ou un grand philosophe ou un grand artiste. Bien sûr, cela est impossible. L'incompatibilité entre différents aspects de l'être d'une personne, ce qui est généralement qualifiée d'originalité, est en fait une faiblesse. On ne peut être un grand penseur ou un grand artiste si l'on est doté d'une pensée perverse ou incohérente; pas plus qu'on ne peut être champion de boxe ou athlète, si l'on est atteint de tuberculose. L'idée très répandue selon laquelle l'incohérence et l'amoralité seraient un gage d'originalité est responsable de nombre d'impostures scientifiques, artistiques et religieuses de notre temps et sans doute de tous les temps.

Il est nécessaire de comprendre clairement ce que signifie *l'être* et pourquoi il doit croître et se développer en nous parallèlement au savoir tout en restant indépendant.

Si le savoir dépasse l'être ou l'être le savoir, il en résultera toujours un développement unilatéral, et un développement unilatéral ne saurait mener bien loin. Il aboutira fatalement à quelque sérieuse contradiction intérieure, et devra alors s'arrêter là.

Dans quelque temps, nous parlerons peut-être des différentes sortes de développement unilatéral et de leurs résultats. Dans la vie ordinaire, nous ne rencontrons qu'un seul cas, celui où le savoir l'emporte sur l'être. Le résultat prend la forme d'une dogmatisation de certaines idées et, de ce fait, tout développement ultérieur devient impossible en raison de la perte de compréhension.

Parlons donc de la compréhension.

Qu'est-ce que la compréhension?

Essayez de vous poser la question et vous verrez que vous ne pouvez pas y répondre. Vous avez toujours confondu la *connaissance* avec le *savoir* ou la possession d'informations. Mais savoir et comprendre sont deux choses bien différentes et vous devez apprendre à les distinguer.

Pour comprendre quoi que ce soit, vous devez saisir sa relation avec un ensemble plus vaste, avec un tout plus élevé, et voir les conséquences possibles de cette relation. La compréhension est toujours la compréhension d'un problème restreint dans sa relation avec un problème plus vaste.

Imaginons par exemple que je vous présente un ancien rouble russe en argent. C'était une pièce de monnaie de la taille d'une demi-couronne d'une valeur correspondant à deux shillings et un penny. Vous pourrez l'examiner, l'étudier, noter l'année où elle a été frappée, apprendre tout ce qui se rapporte au tsar dont l'effigie figure sur unie face, vous pourrez la peser, aller même jusqu'à en faire l'analyse

chimique et déterminer le dosage exact de l'argent qu'elle contient. Vous pourrez apprendre ce que signifie le mot «rouble» et comment l'usage s'en est répandu. Vous pourrez apprendre tout cela et bien d'autres choses encore, mais *vous ne comprendrez jamais ce rouble, ni sa signification* si vous ignorez qu'avant la Première Guerre mondiale, son pouvoir d'achat correspondait à la livre sterling actuelle et que celui du rouble-papier de la Russie bolchevique équivaut à un farthing anglais, si ce n'est moins. Si vous réalisez ceci, vous *comprendrez* quelque chose à ce rouble et peut-être d'autres choses encore, car la compréhension d'une seule chose conduit aussitôt à celle de bien d'autres.

On croit souvent que la compréhension se limite au fait de trouver un nom, un mot, un titre ou une étiquette pour qualifier un phénomène nouveau ou inattendu. Le fait de trouver ou d'inventer des mots pour qualifier des choses incompréhensibles n'a rien à voir avec la compréhension. Au contraire, si nous pouvions nous débarrasser de la moitié de nos mots, peut-être aurions-nous de meilleures chances d'acquérir une certaine compréhension.

Si nous nous demandons ce que signifie comprendre ou ne pas comprendre un homme, nous devons d'abord envisager le cas où nous nous trouverions dans l'impossibilité de lui parler dans sa propre langue. Il est évident que deux personnes privées d'une langue commune ne parviennent pas à se comprendre l'une l'autre. Elles doivent disposer d'un langage commun ou s'entendre sur certains signes ou symboles par quoi qualifier les objets ; mais, supposons qu'au cours d'une conversation vous cessiez de vous entendre avec votre interlocuteur sur le sens de certains mots, signes ou symboles, à nouveau, vous cesseriez de vous comprendre.

Il ressort de ceci qu'on *ne peut pas comprendre et être en désaccord*. Dans la conversation courante, nous disons très souvent : «Je le comprend, mais je ne suis pas d'accord avec lui». Du point de vue de l'enseignement que nous étudions, ceci est impossible. Si vous comprenez un homme, vous êtes d'accord avec lui, si vous n'êtes pas d'accord avec lui, vous ne le comprenez pas.

Il est difficile d'accepter cette idée, ce qui signifie qu'il est difficile de la comprendre.

Comme je viens de le dire, il y a deux côtés de l'homme qui doivent se développer parallèlement dans le cours normal de son évolution : le savoir et l'être. Mais ni le savoir ni l'être ne peuvent rester immobiles ni demeurer dans le même état. Si l'un ou l'autre d'entre eux ne s'accroît pas et ne se renforce pas, il diminue et s'affaiblit.

La compréhension peut être comparée à la *moyenne arithmétique* entre le savoir et l'être. Et ceci montre la nécessité d'une croissance simultanée du savoir et de l'être. La croissance de l'un d'entre eux et la diminution de l'autre ne modifiera pas la moyenne arithmétique.

Ceci explique également pourquoi «comprendre» signifie être d'accord. Des gens qui se comprennent mutuellement doivent avoir non seulement un savoir égal, ils doivent aussi posséder un degré d'être équivalent. Ce n'est qu'à cette seule condition que la compréhension mutuelle est possible.

Une autre idée fautive caractéristique de notre temps est que la compréhension puisse être différente et que les gens *puissent*, c'est-à-dire aient le droit, de comprendre les mêmes choses de manières différentes.

Du point de vue de cet enseignement, rien n'est plus faux. Il ne peut y avoir de

compréhensions différentes. Il ne peut exister qu'une seule *compréhension*, le reste est incompréhension ou compréhension incomplète.

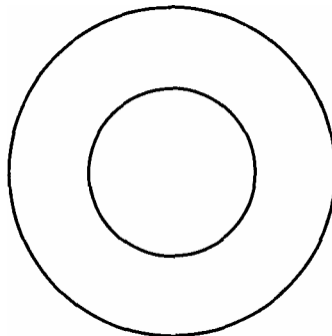
Cependant, les gens pensent souvent qu'ils comprennent les choses de façon différente. Nous pouvons en trouver des exemples chaque jour. Comment expliquer cette apparente contradiction?

En fait, il n'y a aucune contradiction. La compréhension signifie compréhension d'une partie en relation au tout. Mais, chez les gens, l'idée du tout peut être très différente en fonction de leur savoir et de leur être. C'est à nouveau ce qui rend nécessaire l'existence d'un enseignement. On apprend à comprendre en comprenant l'enseignement, en comprenant toutes choses en relation avec l'enseignement.

Mais, pour parler au niveau ordinaire, toute idée d'école ou d'enseignement mise à part, on doit admettre qu'il existe autant de façons de comprendre qu'il y a d'hommes. Chacun comprend chaque chose à sa façon ou en fonction de ses habitudes, ou en fonction de ses routines, mais il ne s'agit là que d'une compréhension toute subjective ou relative. Le chemin qui mène à la connaissance objective passe par l'enseignement des écoles et par un changement d'être.

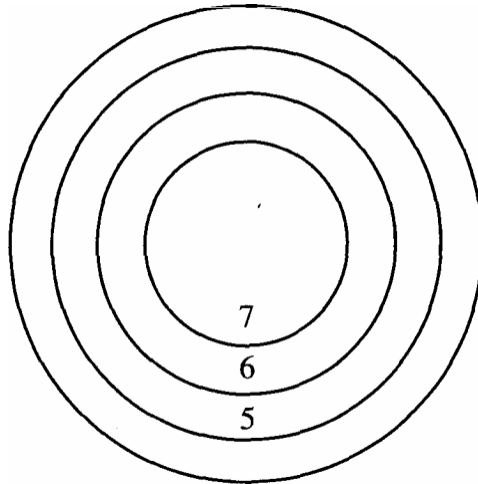
Pour expliquer cela, je dois revenir à la division de l'homme en sept catégories.

Vous devez vous rendre compte qu'il existe une grande différence, d'un côté, entre les hommes n°1, 2 et 3 et ceux des catégories supérieures. La différence est bien plus grande que ce que nous pouvons imaginer. Elle est si grande que, selon ce point de vue, toute la vie peut être considérée comme divisée en deux cercles concentriques – le cercle intérieur et le cercle extérieur de l'humanité.



Au cercle intérieur appartiennent les hommes n°5, 6 et 7 ; au cercle extérieur, les hommes 1, 2 et 3. Les hommes n°4 se trouvent au seuil du cercle intérieur, c'est-à-dire entre les deux cercles.

Le cercle intérieur est à son tour divisé en trois cercles concentriques : le plus central est celui des hommes n°7, celui du milieu, celui des hommes n°6, et le plus extérieur, celui des hommes n°5.



Pour l'instant, cette division ne nous concerne pas. Pour nous, les trois cercles intérieurs n'en forment qu'un.

Le cercle extérieur, celui dans lequel nous vivons, a plusieurs noms qui désignent ses différents aspects. Il est appelé cercle mécanique – car en lui tout *arrive*, tout y est mécanique et les hommes qui y habitent sont des *machines*. Il est aussi appelé le *cercle de la confusion des langues*, car les personnes qui y vivent parlent toutes des langues différentes et ne se comprennent jamais les uns les autres ; chacune d'elles comprend les choses à sa façon.

Nous en arrivons à une définition très intéressante de la compréhension : la compréhension appartient au cercle intérieur de l'humanité et ne nous appartient en aucune façon.

Si les hommes du cercle extérieur réalisent qu'ils ne se comprennent pas les uns les autres et s'ils éprouvent le besoin de se comprendre, ils doivent essayer de pénétrer dans le cercle intérieur, car la compréhension entre les hommes n'est possible que là.

Des écoles de différents types servent de portes permettant aux hommes de pénétrer dans les cercles intérieurs. Mais cet accès à un cercle supérieur à celui dans lequel on est né requiert un travail long et difficile. Le premier pas dans ce travail est l'étude d'un nouveau langage. Et si vous demandez : « Quel est ce langage que nous étudions ? » je peux à présent vous répondre.

C'est le langage du cercle intérieur, le langage par lequel les hommes peuvent se comprendre les uns les autres.

Vous devez vous rendre compte que, nous tenant, en quelque sorte, hors du cercle intérieur, nous ne pouvons acquérir que les rudiments de ce langage. Mais déjà ces rudiments nous permettront de mieux nous comprendre les uns les autres que nous ne pourrions le faire en leur absence.

Les trois cercles intérieurs ont chacun leur langage propre. Nous étudions en ce moment le langage du plus extérieur des cercles intérieurs. Ceux qui appartiennent à ce cercle étudient le langage du cercle intermédiaire et ceux du cercle intermédiaire étudient le langage du cercle le plus intérieur.

Si vous me demandez comment tout cela peut être prouvé, je répondrai que ça ne peut l'être qu'en approfondissant l'étude de soi et l'observation de soi. La preuve, ou au moins une indication de la possibilité d'une preuve, viendra quand nous constaterons que, par l'étude de

cet enseignement, nous nous comprenons nous-mêmes, ou nous comprenons les autres ou certains livres, *mieux* que nous ne pouvions le faire auparavant et, tout particulièrement, si nous découvrons des faits bien définis qui témoignent qu'une nouvelle compréhension se développe.

Nous devons garder en mémoire le fait que notre compréhension, tout comme notre conscience, ne demeure pas en permanence au même niveau. Elle fluctue constamment, Ceci signifie qu'à certains moments, nous comprenons davantage et qu'à d'autres nous comprenons moins. Si nous remarquons ces différences de compréhension en nous-mêmes, nous serons capables de voir qu'il existe une possibilité de se maintenir à de hauts niveaux de compréhension et même de les dépasser.

Mais une étude théorique n'est pas suffisante. Vous devez travailler sur votre être et sur le changement de votre être.

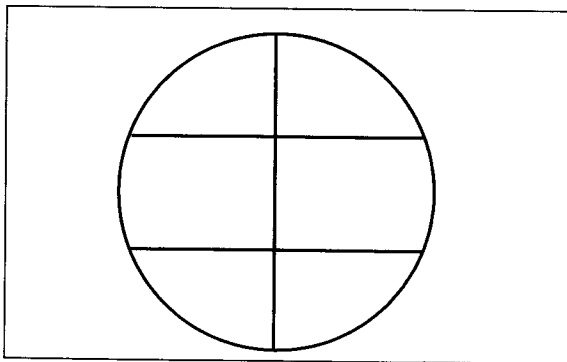
Si vous formulez votre but comme un désir de mieux comprendre les autres, vous devez vous rappeler un principe fondamental des écoles : vous ne pouvez comprendre les autres que dans la mesure où vous vous comprenez vous-mêmes et cela *seulement au niveau de votre propre être*.

Ceci signifie que vous pouvez évaluer le savoir des autres mais que vous ne pouvez pas évaluer leur être. Vous ne pouvez voir en eux qu'autant que vous avez déjà vu en vous-mêmes. Mais nous commettons toujours l'erreur de penser que nous sommes capables d'évaluer le niveau d'être des autres. De fait, si nous souhaitons rencontrer et *comprendre* ceux qui possèdent un développement supérieur au nôtre, nous devons travailler à transformer notre être.

Revenons à présent à l'étude des centres et à celle de l'attention et du rappel de soi, car *ce sont les seules voies qui mènent à la compréhension*.

En dehors de la division en deux parties – positive et négative – qui, comme nous l'avons vu, n'est pas la même dans les différents centres, chacun des quatre centres est divisé en trois parties. Ces trois parties correspondent à la définition même des centres. La première partie est «mécanique» et est constituée des principes instinctifs et moteurs ou de la prédominance de l'un d'eux; la seconde est «émotionnelle» et la troisième «intellectuelle».

Le diagramme qui suit montre la position de ces parties dans le centre intellectuel.



Le centre est divisé en parties positive et négative ; chacune de ces deux parties est elle-même divisée en trois parties. Ainsi, le centre intellectuel comporte en fait six parties.

Chacune de ces six parties est à son tour divisée en trois parties : mécanique, émotionnelle et intellectuelle. Mais nous parlerons plus tard de cette nouvelle subdivision. Faisons cependant exception pour une partie – à savoir la partie mécanique du centre intellectuel, dont nous allons nous entretenir à présent.

La division d'un centre en trois parties est très simple. Sa partie mécanique fonctionne presque automatiquement ; *elle ne requiert aucune attention*. Mais, à cause de cela, elle ne peut pas s'adapter à un changement de circonstances ; elle ne peut pas «penser» et continue à fonctionner comme elle a commencé à le faire, même quand les circonstances ont complètement changé.

Dans le centre intellectuel, la partie mécanique comprend tout le travail d'enregistrement des impressions, des souvenirs et des associations. C'est tout ce qu'elle devrait faire normalement, c'est-à-dire lorsque les autres parties font leur travail. Elle ne devrait jamais *répondre* à des questions posées au centre tout entier ni tenter de résoudre ses problèmes, elle ne devrait jamais décider de rien. Malheureusement, elle est toujours prête à décider et, en fait, elle répond toujours de manière étroite et limitée aux questions de toutes sortes ; cela au moyen de phrases toutes faites, d'expressions argotiques ou de slogans politiques.

Tout ceci, ainsi que nombre d'autres éléments de nos réactions habituelles, constitue le travail de la partie mécanique du centre intellectuel.

Cette partie a son nom propre. Elle se nomme «appareil formateur» ou parfois «centre formateur». De nombreuses personnes, notamment les hommes n°1 – soit la majorité de l'humanité – vivent leur existence entière au moyen de leur seul appareil formateur, sans contact aucun avec les autres parties de leur centre intellectuel. Pour tous les besoins immédiats de la vie, pour recevoir les influences A et y répondre, ainsi que pour déformer ou repousser les influences C, l'appareil formateur est tout à fait suffisant.

Il est toujours possible de reconnaître le «penser formateur». Par exemple, l'appareil formateur ne peut compter que jusqu'à deux : «bolchevisme et fascisme», «travailleurs et bourgeois», «prolétaires et capitalistes» et ainsi de suite. Nous devons la plupart des clichés modernes au penser formateur, et pas seulement les clichés, mais aussi toutes les théories modernes les plus populaires. Peut-être serait-il même possible de dire qu'à toutes les époques, toutes les théories populaires relèvent de l'appareil formateur.

La partie émotionnelle du centre intellectuel consiste principalement en ce que l'on appelle l'émotion *intellectuelle*, c'est-à-dire le désir de savoir, le désir de comprendre, la satisfaction de savoir, l'insatisfaction de ne pas savoir, le plaisir de la découverte et ainsi de suite, bien que chacun d'entre eux puisse se manifester à des niveaux très différents.

Le travail de la partie émotionnelle requiert une pleine attention mais, *dans cette partie du centre, l'attention ne demande aucun effort*. Elle est attirée et retenue par le sujet lui-même, très souvent sous l'effet d'une identification qualifiée habituellement d'«intérêt» ou d'«enthousiasme» ou de «passion» ou de «dévotion».

La partie intellectuelle du centre intellectuel comporte une capacité de création, de construction, d'invention et de découverte. Elle ne peut fonctionner sans attention, mais *l'attention de cette partie du centre doit être contrôlée et maintenue par la volonté et par l'effort*.

C'est le principal critère pour l'étude des différentes parties des centres. Si nous les étudions du point de vue de *l'attention, nous saurons immédiatement dans quelle partie du centre nous nous situons*. Privés d'attention ou avec une attention vagabonde, nous nous situons dans la partie mécanique. Lorsque l'attention est attirée et maintenue par le sujet de l'observation ou de la réflexion, nous nous situons dans la partie émotionnelle. Lorsque l'attention est contrôlée est maintenue sur le sujet par la volonté, nous nous situons dans la partie intellectuelle.

En même temps, cet enseignement indique comment faire travailler les parties intellectuelles des centres. En observant l'attention et en essayant de la diriger, nous nous contraignons à travailler dans la partie intellectuelle des centres, car le même principe s'applique également à tous les centres, bien qu'il ne soit pas toujours aisé pour nous de les distinguer, notamment dans le centre instinctif dont la partie intellectuelle travaille sans ce genre d'attention que nous pouvons percevoir ou contrôler.

Prenons le centre émotionnel. Je ne parlerai pas à présent des émotions négatives. Nous ne considérons ici que la division des centres en trois parties : mécanique, émotionnelle et intellectuelle.

La partie *mécanique* est constituée de la part la plus vulgaire des plaisanteries toutes faites et d'un sens grossier du comique, du goût pour l'excitation, les manifestations spectaculaire, du goût pour les fresques historiques, la sentimentalité, l'attrance pour la foule et le plaisir d'en faire partie, l'attraction pour toutes sortes d'émotions collectives et la tendance à sombrer dans les émotions les plus basses, à demi bestiales : la cruauté, l'égoïsme, la couardise, l'envie, la jalousie et ainsi de suite.

La partie *émotionnelle* peut beaucoup varier selon les personnes. Elle peut comporter le sens de l'humour ou le sens du comique aussi bien que l'émotion religieuse, esthétique ou morale et, dans ce cas, elle peut mener à l'éveil de la *conscience morale*. Mais, avec l'identification, elle peut devenir quelque chose de très différent : elle peut être très ironique, railleuse, sarcastique, cruelle, obstinée, méchante et jalouse — quoique d'une manière moins primitive que la partie mécanique.

La partie *intellectuelle* du centre émotionnel (aidée par les parties intellectuelles des centres instinctif et moteur) détient le pouvoir de création artistique. Dans le cas où les parties intellectuelles des centres instinctif et moteur, qui sont nécessaires à la manifestation de la faculté créatrice, ne sont pas assez éduquées ou ne lui correspondent pas dans leur développement, elle peut se manifester sous la forme de rêves.

Ceci explique la beauté et le côté artistique des rêves de personnes par ailleurs nullement artistes.

La partie intellectuelle du centre émotionnel est aussi le siège principal du centre magnétique. Je veux dire par là que si le centre magnétique n'existe que dans le centre intellectuel ou dans la partie émotionnelle du centre émotionnel, il ne sera pas assez fort pour être efficace et peut alors à tout moment échouer ou commettre des erreurs. Mais la partie intellectuelle du centre émotionnel, quand elle est parfaitement développée et qu'elle travaille à pleine puissance, est une voie vers les centres supérieurs.

Dans le centre moteur, la partie mécanique est automatique. Tous les mouvements automatiques, qualifiés d'«instinctifs» dans le langage ordinaire, lui appartiennent, ainsi que le mimétisme, la, capacité d'imitation qui joue un rôle si important dans la vie.

La partie émotionnelle du centre moteur est liée principalement au plaisir du

mouvement, à l'amour des sports et des jeux. Elle devrait, *normalement*, relever de cette partie du centre moteur, mais, quand l'identification et d'autres émotions s'y mêlent, il en est rarement ainsi et, dans la plupart des cas, l'amour du sport se situe dans la partie motrice du centre intellectuel ou du centre émotionnel.

La partie intellectuelle du centre moteur est un instrument très important et très intéressant. Quiconque a exercé *correctement* toutes sortes de travaux physiques, de quelque nature que ce soit, sait que chaque sorte de travail requiert beaucoup d' *invention*. Pour chaque entreprise, on doit *inventer* ses petites méthodes. Ces inventions sont le travail de la partie intellectuelle du centre moteur, et bien d'autres inventions humaines nécessitent l'intervention de la partie intellectuelle du centre moteur. La capacité de certains acteurs *d'imiter à volonté* la voix, les intonations et les gestes d'autres personnes, appartient également à la partie intellectuelle du centre moteur; mais, à des niveaux supérieurs ou plus développés, ce pouvoir d'imitation se lie au travail de la partie intellectuelle du centre émotionnel.

Le travail du centre instinctif reste pour nous très obscur. Nous ne connaissons vraiment, c'est-à-dire nous ne sentons et observons, que la partie sensorielle et émotionnelle.

Sa partie mécanique comprend les sensations habituelles que très souvent nous ne remarquons pas du tout, mais qui servent de base aux autres sensations ; elle comprend aussi les *mouvements instinctifs* au sens correct de l'expression — c'est-à-dire tous les mouvements internes, tels que la circulation du sang, l'assimilation de la nourriture et les réflexes internes et externes.

Sa partie intellectuelle est très vaste et très importante. Dans l'état de conscience de soi ou lorsqu'on s'en approche, on peut entrer en contact avec la partie intellectuelle du centre instinctif et recueillir ainsi beaucoup de données sur le fonctionnement et les possibilités de la machine. La partie intellectuelle du centre instinctif est le cerveau qui dirige tout le travail de l'organisme; un cerveau très différent du cerveau intellectuel.

L'étude des parties des centres et de leurs fonctions spéciales exige un certain degré de rappel de soi. Sans rappel de soi, on ne peut pas observer pendant une durée assez longue ou de façon suffisamment claire pour sentir et comprendre les différences entre les fonctions relevant des diverses parties de chaque centre.

L'étude de l'attention, plus que tout autre, révèle les parties des centres mais, à nouveau, l'étude de l'attention exige un certain degré de rappel de soi.

Vous vous rendrez compte très vite que tout votre travail sur vous-mêmes dépend du rappel de soi et que, sans cela, il ne peut y avoir aucun progrès. Le rappel de soi est un *éveil partiel* ou un début d'éveil. Bien évidemment — soyons très clairs à ce sujet — *aucun travail ne peut être accompli dans le sommeil*.