

**« L'être humain et son fonctionnement »**

**Ou**

**« Comment le fait de connaître la  
mécanique du fonctionnement de l'être  
humain peut permettre de construire celui  
que l'on veut être, sans l'influence néfaste de  
la souffrance morale (voir livre 1/3) »**

**(2/3)**

**Boris CHOMARD**

# SOMMAIRE

|  |    |
|--|----|
| INTRODUCTION .....   | 3  |
| 1) État d'esprit dans lequel est écrit ce livre ainsi que son but.....   | 4  |
| 2) Le matériel, l'immatériel et le non matériel .....  | 5  |
| 3) La souffrance morale dans ce livre.....   | 6  |
| 4) Les différents êtres composant l'être humain dans ce livre .....  | 7  |
| 5) Les différentes décisions dont on parle dans ce livre .....   | 7  |
| 6) L'évolution d'un être humain durant son existence .....   | 9  |
| 7) Les différents mensonges (à soi-même et aux autres) dans ce livre .....   | 11 |
| 8) La simplicité complexe, la complexité et le fait que chaque chose est deux mêmes choses de nature différente..... | 19 |
| 9) Précisions par rapport à ce qu'on explique avant de continuer .....   | 23 |
| 10) La mécanique (simplicité complexe) et le fonctionnement de l'être « émotionnel » .....                           | 37 |
| 11) La mécanique (simplicité complexe) de l'amour entre les êtres « émotionnels » .....                              | 49 |
| 12) L'intelligence et les conséquences négatives de se penser plus intelligent que les autres .....                  | 59 |
| 13) Remarques complémentaires .....  | 62 |
| 14) Conclusion .....   | 65 |
| 15) Annexe : Remarques en rapport avec mon explication de l'univers pour ceux qui l'ont lue ...                      | 69 |

# INTRODUCTION

**Ce livre est le deuxième livre d'une trilogie sur les êtres humains et leur fonctionnement.**

**Absolument tout ce qui est dit dans ce livre n'est que l'expression de ce que je pense et rien de plus. Je ne suis qu'un être humain parmi les autres, rien de plus.**

**Tout ce qui a été dit, est dit et sera dit dans ce livre et dans les deux autres livres me concerne autant que tous les autres êtres humains.**

**Je parle de nous en tant qu'êtres humains de façon générale, à chacun de se reconnaître ou pas dans ce que je dis.**

**C'est chacun qui applique son propre jugement moral par rapport à ce qu'il reconnaît de lui-même dans mes propos.**

**C'est donc chacun qui est responsable de ce qu'il ressent par rapport à lui-même lors de la lecture de ces livres et personne d'autre.**

**Je déconseille la lecture de ces livres à ceux qui sont « choqués » négativement (souffrance morale) par des mots (des dessins) qui n'ont de réalités que celles qu'on leur donne en fonction de la façon dont on s'est construit émotionnellement tout au long de notre existence. Ces livres ont pour but de donner les moyens, à ceux qui le veulent, de construire celui qu'ils décident d'être après s'être affranchi de la souffrance morale et certainement pas de rajouter de la souffrance morale à la souffrance morale**

**Les mots ne sont que des sons ou des dessins, ils n'ont pas le pouvoir de nous toucher en tant que tels, ils ne peuvent pas nous blesser physiquement. C'est la signification que ces mots ont pour nous, de ce que cette signification provoque en nous, du pouvoir que ces mots ont sur nous, qui leur permet de nous blesser moralement.**

Tout d'abord, je conseille vraiment de commencer la lecture de la trilogie par le premier livre sur la souffrance morale car il est plus facile de construire celui que l'on veut être sans l'influence néfaste de celle-ci (nous expliquerons pourquoi nous employons le verbe construire dans le paragraphe 9 de ce livre). Si les définitions des mots et des concepts utilisés dans ce livre vont être rappelées au début de ce livre, telles qu'elles ont été écrites dans le premier livre, la compréhension de la mécanique de la souffrance morale sera considérée comme acquise durant les explications sur le fonctionnement de l'être humain contenues dans ce livre.

Avant de commencer l'explication, il est nécessaire de préciser un certain nombre de choses afin de définir précisément l'état d'esprit dans lequel est écrit ce livre ainsi que son but et de définir les mots et concepts utilisés dans ce livre. Le 1<sup>er</sup> paragraphe est un peu différent de celui du premier livre de la trilogie. Les paragraphes 2, 3, 4, 5 et 6 sont totalement identiques à ceux du premier livre de la trilogie. Chacun peut décider de les lire, de les lire en partie ou de commencer directement au paragraphe 7.

#### 1) État d'esprit dans lequel est écrit ce livre ainsi que son but

Dans ce livre, il s'agit d'expliquer le fonctionnement de l'être humain afin de donner la possibilité à chacun de construire celui qu'il veut être sans l'influence néfaste de la souffrance morale, il s'agit d'expliquer la mécanique simple (simplicité complexe) qui est à la base de la complexité des formes que peut prendre le fonctionnement de l'être humain. Le fait que ce soit simple ne signifie pas qu'il est facile d'appliquer ce qui est expliqué. Au contraire, l'application sur soi de ce qui est expliqué pourra même être très difficile pour certaines choses, voire même apparaître comme impossible, car nous sommes des êtres humains, que ce que l'on doit modifier en nous sont des choses qui font partie de ce qui nous a construit jusqu'à présent, qu'il y a donc en nous des résistances qui peuvent être très importantes et que pour certaines choses, il faut être prêt, être dans le moment où cela est possible. Pour d'autres choses, l'application est immédiate car c'est le bon moment, pour soi, pour que cela s'applique, et dans ce cas-là, on le sait, on le sent, il n'y a aucun doute.

Il ne peut donc y avoir aucun jugement moral ou de valeur quant au fait de réussir à appliquer ce qui est expliqué sur certaines choses car cela signifie que ce n'est pas le bon moment pour la personne concernée, et aucun jugement moral ou de valeur quant au fait d'y arriver immédiatement car cela peut se faire dans un processus constitué d'applications et « d'échecs » successifs qui permettent progressivement de réussir à appliquer ce qui est expliqué. Tous les êtres humains sont différents, ce qui est facile pour les uns, peut être très difficile pour les autres, chacun a ses propres facilités et ses propres difficultés, et un jugement moral, un jugement de valeur, sur le fait de réussir à appliquer ce qui est expliqué n'a aucun sens.

Ce livre n'explique pas ce que l'on doit être, ce que l'on doit faire pour être quelqu'un de bien par exemple, il ne contient aucun jugement de valeur, jugement moral, sur ce qu'est une personne, sur ce que doit être une personne. Ce livre traite l'aspect moral des choses mais il s'agit d'une morale qui est une absence de morale, une absence de jugement moral, une absence de jugement de valeur, sur ce qu'est chaque autre personne, sur ses choix et ses décisions, sur ses réussites et

ses échecs, sur sa progression dans ce qui est expliqué. Ce livre explique une mécanique simple, celle du fonctionnement de l'être humain, afin que chacun puisse l'utiliser ou pas pour se construire en dehors de la souffrance morale. Chaque être humain est différent des autres et lui seul sait quel est le meilleur lui-même et personne d'autre. Ce livre donne la compréhension qui peut lui permettre d'entrer consciemment dans un processus pour construire ce meilleur lui-même sans l'influence néfaste de la souffrance morale.

Le fonctionnement que je décris dans ce livre, je ne l'ai jamais vu décrit par personne. Ce que je décris, c'est une mécanique simple de l'être humain, ce que j'appelle une simplicité complexe car complexe à percevoir et à expliquer. La psychanalyse, la psychologie, la psychiatrie, les sciences comportementales, etc. sont l'explication des formes complexes que prennent cette mécanique pour les êtres humains dans leurs différences. Les experts dans ces domaines ne devraient trouver aucune contradiction, bien au contraire, entre la mécanique que je décris et leurs connaissances. Pour ma part, je n'irais volontairement pas dans ces formes complexes, ce n'est pas le sujet du livre. Par contre, chaque personne ayant une expertise dans les domaines abordés dans ce livre, pourra vérifier la cohérence de ce qui est expliqué avec ses connaissances.

Nous allons maintenant définir les mots et les concepts utilisés dans ce livre. Cela est très important car une compréhension, une interprétation différente de ce qui est expliqué peut avoir des conséquences négatives sur ce que l'on est, y compris au niveau de notre corps physique.

## 2) Le matériel, l'immatériel et le non matériel

Dans ce livre, le matériel est tout ce qui est composé de matière et qui est tangible. Ce sont les objets, l'inanimé, mais aussi les corps physiques du vivant et ce qui les compose matériellement. Pour l'être humain c'est son corps physique et ce qui le compose matériellement, son corps matériel.

Dans ce livre, l'immatériel est tout ce qui est perçu de par ses effets directs sur le matériel. Pour l'être humain, par exemple, les émotions et les sentiments sont de l'immatériel. Ils ont des effets directs sur le corps physique, une émotion déclenchant une réaction chimique au niveau du corps matériel par exemple, et des effets directs sur le matériel à l'extérieur du corps physique en déclenchant une interaction du corps physique avec un objet ou une personne par exemple.

Dans ce livre, le non matériel est tout ce qui n'est pas matériel, qui n'est pas tangible, et qui est perçu de par ses effets indirects sur le matériel par l'intermédiaire de ses effets directs sur l'immatériel qui lui a des effets directs sur le matériel ou/et qui est un effet indirect non matériel de l'immatériel par l'intermédiaire du matériel (effet direct du matériel). Pour l'être humain, par exemple, un mot et sa signification a un effet direct qui peut être de la souffrance morale qui en tant que de l'immatériel a un effet direct sur le corps matériel (déclencher une pathologie par exemple), c'est donc un effet indirect sur le matériel par l'intermédiaire de l'immatériel. Un mot et sa signification peut être aussi un effet direct non matériel (non tangible) d'une ou de plusieurs émotions, qui sont de l'immatériel, déclenchant le fait de prononcer ce mot (effet indirect de l'immatériel par l'intermédiaire du corps matériel, du matériel). Dans ce livre, cela sera indiqué par

« non matériel (immatériel) », immatériel indiquant que la réalité de ce non matériel est liée à de l'immatériel. L'immatériel a un effet direct sur le matériel et le non matériel n'a pas d'effet direct sur le matériel, c'est deux mêmes choses de nature différente.

### 3) La souffrance morale dans ce livre

La souffrance morale dans ce livre signifie la souffrance qui n'est pas de la souffrance physique, qui n'est pas de la souffrance matérielle, qui n'est pas celle qui est au niveau du corps matériel (blessure physique, maladie, fatigue physique, etc.) même si la souffrance morale peut être à l'origine de souffrances physiques. Dans ce livre il s'agit de la souffrance immatérielle, la souffrance de base qui peut prendre plusieurs formes comme la souffrance morale, la souffrance psychique, la souffrance psychologique, la souffrance sociale, etc.. Nous appellerons cette souffrance immatérielle, souffrance morale.

La souffrance morale est la conséquence d'émotions négatives (ou de sentiments qui sont composés de plusieurs émotions, d'une combinaison d'émotions) ressenties face à une situation (agacement, énervement, colère, humiliation, honte, culpabilité, etc.). La souffrance morale est de deux sortes, deux mêmes choses de nature différente. Il y a la souffrance morale dont on souffre, qui est douloureuse moralement (honte, culpabilité, humiliation, colère par exemple) et la souffrance morale qui n'est pas douloureuse en soi (agacement, énervement, gêne par exemple) mais qui peut le devenir par « accumulation », lorsque l'intensité augmente trop.

La souffrance morale, lorsqu'elle est ressentie en tant que souffrance, lorsqu'elle est douloureuse, est une vraie souffrance, aussi réelle qu'une souffrance physique. Il ne suffit pas de décider consciemment, après l'avoir ressentie, que la souffrance morale que l'on ressent est immatérielle, qu'elle n'existe pas, pour la faire disparaître. Au contraire, il est néfaste de faire comme ça, car la souffrance morale continue à exister et l'on ne fait que bâtir un mur entre notre souffrance morale et nous, la laissant se développer derrière ce mur jusqu'à ce que le mur se fissure ou/et se casse. De plus, elle continue à avoir un impact sur ce que l'on est (émotionnellement et physiquement) et sur ce que l'on fait, et enfin, ce mur nous éloigne de nos émotions.

La souffrance morale, la blessure morale, peut être comparée à une blessure physique. Elles sont aussi réelles l'une que l'autre, deux mêmes choses, une blessure, de nature différente, l'une matérielle, l'autre immatérielle. Si elle n'est pas soignée (on verra comment plus loin dans ce livre), elle a toutes les chances de s'infecter donc d'agir négativement sur ce que l'on est et sur ce que l'on fait. On peut décider consciemment que ce qui est non matériel (immatériel) ne nous touchera pas négativement en nous causant une souffrance morale, on n'aura alors plus de souffrances morales qui s'inscriront en nous à l'avenir bien que cela n'efface pas les souffrances morales du passé.

#### 4) Les différents êtres composant l'être humain dans ce livre

L'être humain est composé de deux êtres complémentaires, deux mêmes choses, un être, de nature différente, l'être physique (le corps matériel) et l'être immatériel (le « corps » immatériel). L'être immatériel est composé de deux êtres complémentaires, deux mêmes choses, un être, de nature différente, l'être « émotionnel » et l'être conscient (l'être conscient « critique » ou « complice »).

L'être physique (matériel) est l'interface qui permet la perception d'une réalité matérielle.

L'être « émotionnel » est composé de nos émotions et de nos sentiments. Il est l'être qui se perçoit être un corps physique, un corps matériel, à travers lequel il perçoit une réalité matérielle. L'être « émotionnel » est ce que l'on est à chaque instant différent lorsque l'on agit ou que l'on réagit à une situation. L'être « émotionnel » est l'être qui perçoit ce qu'il est matériellement, qui perçoit une réalité matérielle à travers ce qu'il se perçoit être matériellement et qui ressent des émotions et des sentiments par rapport à ce qu'il perçoit. L'être physique est l'être qui est et qui permet de percevoir, l'être « émotionnel » est l'être qui existe et qui perçoit.

L'être conscient est l'être qui se perçoit percevoir. L'être conscient est l'être qui perçoit l'être « émotionnel » que se perçoit être l'être « émotionnel » à chaque instant. L'être conscient est l'être « émotionnel » qui se perçoit lui-même. L'être « émotionnel » et l'être conscient sont deux mêmes choses, l'être « émotionnel », de nature différente, l'un qui perçoit, l'autre qui se perçoit.

#### 5) Les différentes décisions dont on parle dans ce livre

Avant de commencer, nous allons définir ce qu'est une décision dans ce livre. Décider se définit dans ce livre dans sa définition du dictionnaire (Larousse) : acte par lequel quelqu'un opte pour une solution. Dans ce livre, à cette définition se rajoute une précision supplémentaire : acte par lequel quelqu'un opte consciemment, de façon non consciente ou inconsciemment pour une solution (définition des 3 options possibles). Dans ce livre, une décision, décider, est un acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas

Nous sommes des êtres physiques, matériels, composés d'un corps physique, d'un corps matériel. Nous sommes aussi un être immatériel (un « corps » immatériel), la même chose, un être, de nature différente, l'un matériel, l'autre immatériel. Cet être immatériel est un être « émotionnel » composé d'émotions et de sentiments. Cet être « émotionnel » se construit avec toutes les décisions que nous prenons tout au long de nos existences. Ces décisions (des actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas) sont de deux sortes, la même chose de nature différente. L'une étant une décision non consciente, « émotionnelle », en fonction de ses émotions et de ses sentiments et l'autre, une décision consciente prise au moyen d'une réflexion basée sur son intelligence.

Remarque : lorsque nous parlons de « corps » immatériel, nous mettons corps entre guillemets car le « corps » immatériel n'est pas un corps distinct du corps matériel. Il n'y a qu'un seul corps que nous percevons comme matériel (corps matériel) et comme immatériel de par les effets de cet

immatériel sur le matériel. C'est un seul corps, la même chose, un corps, de nature différente, que l'on perçoit comme matériel et que l'on perçoit comme immatériel. C'est pour cela que ce qui impacte le matériel impacte l'immatériel et vice versa. C'est pour cela que les émotions et les sentiments sont liés respectivement à des parties différentes du corps matériel. Lorsque l'on parlera de la partie immatérielle du corps, on parlera plutôt de l'être immatériel ou de l'être émotionnel et l'on mettra « corps » immatériel entre parenthèses.

La décision « émotionnelle » est prise par l'être « émotionnel », elle est non consciente, c'est un acte qui s'inscrit au niveau de l'être « émotionnel » et qui détermine la réaction émotionnelle, la logique émotionnelle, le raisonnement « émotionnel » en rapport à une émotion, à un sentiment, pour une situation donnée, immédiatement et pour le futur (tant qu'elle n'est pas changée).

La décision consciente est prise par l'être conscient (l'être « émotionnel » qui se perçoit lui-même), elle est consciente, c'est un acte que l'on inscrit consciemment au niveau de l'être « émotionnel » et qui détermine la réaction émotionnelle, la logique émotionnelle, le raisonnement « émotionnel » en rapport à une émotion, à un sentiment, pour une situation donnée, immédiatement et pour le futur (tant qu'elle n'est pas changée). La décision « émotionnelle » et la décision consciente sont deux mêmes choses, une décision (un acte qui s'inscrit au niveau de l'être « émotionnel »), de nature différente, l'une non consciente, l'autre consciente.

La décision inconsciente est prise par l'être physique, elle n'est pas perçue en tant que telle par l'être « émotionnel » qui n'en perçoit que les conséquences, c'est un acte qui s'inscrit au niveau du corps matériel (corps physique), c'est un acte qui définit la base de ce qu'est l'être physique (le corps physique) et la base de ce qu'est l'être immatériel donc la base de ce qu'est l'être « émotionnel ». La décision inconsciente est aussi un acte qui définit ce qu'est l'être physique (le corps physique) à chaque instant de son existence en fonction de ce qu'était cet être physique (ce corps physique) dans l'instant d'avant, de son environnement dans cet instant, et de ce qu'est son être « émotionnel » dans cet instant car le corps physique (matériel) et l'être immatériel (le « corps » immatériel) sont un seul et même corps, la même chose de nature différente, l'un matériel, l'autre immatériel, donc ce qui impacte l'un, impacte l'autre.

La différence entre la décision « émotionnelle » (non consciente) et la décision inconsciente (non consciente), c'est que, pour la décision « émotionnelle » (non consciente), on n'a pas de contrôle sur l'acte qu'est cette décision, sur la réaction qui en résulte et ses effets (conséquences) mais que l'on perçoit l'acte, la réaction qui en résulte et ses effets (conséquences), alors pour la décision inconsciente (non consciente), on a pas de contrôle sur l'acte qu'est cette décision, sur la réaction qui en résulte et ses effets (conséquences), par contre, on ne perçoit pas l'acte qu'est cette décision et on ne perçoit pas non plus la réaction qui en résulte, on en perçoit seulement les effets (conséquences).

Dans ce livre, « décision » et « décider » correspondent à la définition, la compréhension que l'on en a habituellement, seulement en ce qui concerne la décision consciente. Pour la décision « émotionnelle » et la décision inconsciente, c'est quelque chose qui se décide en nous sans que l'on en ait conscience, de façon non consciente, même si l'on est l'origine de cette décision. Pour la décision « émotionnelle », nous percevons ce qui s'est décidé, notre réaction par rapport à ce qui

s'est décidé et les conséquences, le résultat de ce qui s'est décidé en nous. Pour la décision inconsciente, nous ne percevons que le résultat de ce qui s'est décidé en nous, la base de ce que nous sommes physiquement et émotionnellement, et ce que nous sommes physiquement à chaque instant de notre existence.

Remarque : dans ce livre, une décision, décider, est un acte dont *on est l'origine* que l'on en soit conscient ou pas, et non pas, un acte dont *on est à l'origine* que l'on en soit conscient ou pas. La différence est très importante, en effet, la décision « émotionnelle » (non consciente) et encore plus, la décision inconsciente (non consciente), sont des décisions dont *on est l'origine* (le point où se « matérialise » l'acte qu'est cette décision et ses conséquences) mais *ce qui est à l'origine* de ces décisions, ce n'est pas nous, mais ce qui est en nous, et même, pour la décision inconsciente, c'est aussi ce qui est au-delà de nous (la génétique par identification qui vient de nos géniteurs ou notre mère par imprégnation par exemple). C'est pour cela que ce sont des décisions non conscientes, cela se décide en nous, ce n'est pas une décision que l'on prend consciemment. Pour la décision consciente, c'est aussi une décision dont *on est l'origine* (le point où se « matérialise » l'acte qu'est cette décision et ses conséquences), *ce qui est à l'origine* de cette décision est aussi ce qui est en nous puisque c'est l'être « émotionnel » qui prend la décision consciente (c'est pour cela que la décision consciente doit être prise en accord avec soi-même, lorsque c'est le moment pour soi), et c'est aussi nous-même car c'est une décision que l'on prend consciemment donc une décision dont *on est à l'origine*.

## 6) L'évolution d'un être humain durant son existence

Au début de nos existences, à partir de l'instant de la formation de l'embryon jusqu'à, à un peu après la naissance, ce sont toutes des décisions non conscientes qui sont prises par nous, par ce que nous sommes (décision : acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Ces décisions non conscientes sont de deux sortes.

Premièrement, des décisions inconscientes qui sont les décisions non conscientes qui définissent ce que l'on est, un être humain, quel « type » physique d'être humain on est, quelles émotions sont à la base de l'être « émotionnel » que l'on est, toutes étant prises inconsciemment en fonction de ce que l'on est, de la mémoire de ce que l'on est, du passé de ce que l'on est, comme la génétique par exemple, qui est la mémoire du passé de nos géniteurs (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Ces décisions sont aussi prises en fonction de l'environnement comme la matrice, le ventre de la mère par exemple. Ces décisions inconscientes (non conscientes) sont des décisions prises par identification (ADN par exemple) et par imprégnation (matrice de la mère par exemple). Pour le corps physique, ces décisions inconscientes, avant et après la naissance, continuent à être prises en fonction de l'environnement par modification (évolution) de ces décisions à chaque instant de son existence en fonction de l'environnement (imprégnation) et de ce qu'est son être « émotionnel », correspondant à l'évolution du corps physique tout au long de l'existence. Pour l'être « émotionnel », ces décisions inconscientes, avant et après la naissance, continuent à être prises en fonction de l'environnement par identification et par imprégnation en continuant à « former » la base de l'être « émotionnel » que nous serons tout au long de l'existence. Pour l'être « émotionnel », cela continue un peu après

la naissance puis cela s'arrête (par exemple, identification et imprégnation vis-à-vis du premier être vivant, le plus proche de ce que l'on est, perçu après la naissance).

Deuxièmement, des décisions « émotionnelles » qui sont des décisions non conscientes prises en fonction de l'être « émotionnel » que l'on est et de notre environnement (ce qui nous arrive) tout au long de l'existence, décisions dont la conséquence immédiate est la réaction émotionnelle que l'on a face à ce qui nous arrive (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Ces décisions « émotionnelles » sont très peu nombreuses au début de l'existence, deviennent de plus en plus nombreuses, puis après la naissance, deviennent les plus nombreuses et construisent en permanence l'être « émotionnel » que l'on est tout au long de notre existence en fonction de notre environnement.

Enfin, il y a les décisions conscientes qui sont la conséquence de la perception (conscience) de ce que l'on se perçoit être (l'être « émotionnel »), de ce que l'on est (l'être physique) et de ce que perçoit ce que l'on se perçoit être (l'être « émotionnel ») (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Ce sont des décisions que l'on prend en toute conscience, avec notre intelligence (pas seulement notre capacité de raisonnement mais toute notre intelligence). Quelques années après la naissance, l'être humain acquiert la décision consciente. C'est le passage du contrôle de l'être « émotionnel » à l'être conscient. L'être conscient peut user de ce contrôle de deux façons différentes, la même chose de nature différente, soit en étant « complice » de l'être « émotionnel » que l'on est en justifiant après coup les décisions « émotionnelles » (non conscientes) que l'on a prises et les réactions que l'on a eues, soit en étant « critique » par rapport aux décisions « émotionnelles » (non conscientes) que l'on a prises et aux réactions que l'on a eues, et en prenant des décisions conscientes pour modifier son être « émotionnel » en conséquence.

L'être « émotionnel » et l'être conscient peuvent être perçus comme un seul être, soi-même comme par exemple lorsque l'être conscient est le complice de l'être « émotionnel ». Ils peuvent être perçus comme une « discussion » entre soi-même et soi-même (critique). Ils peuvent être perçus comme distincts de soi-même en soi-même comme par exemple ceux qui perçoivent le petit « ange » (l'être conscient) et le petit « diable » (l'être émotionnel), ce qui est une « discussion » entre soi-même et soi-même perçue de façon différente. Et lorsque l'être émotionnel est fragmenté, comme par exemple après (même longtemps après) un traumatisme très important (souffrance morale, accident, maladie) ayant causé une souffrance morale insupportable, ils peuvent être perçus comme plusieurs « êtres » distincts (2 ou plus) que l'on incarne successivement, chacun étant une partie différente de l'être « émotionnel » fragmenté. Parfois, certains de ces « êtres » distincts peuvent même être perçus comme n'étant pas nous-même, chacun d'entre eux ayant une « discussion » avec nous-même (un ou plusieurs « êtres » distincts).

## 7) Les différents mensonges (à soi-même et aux autres) dans ce livre

Nous allons commencer par définir ce qu'est le mensonge, définir ce qu'est mentir dans ce livre. Il est très important d'avoir conscience de ce qu'est mentir et des différents mensonges existants pour comprendre le fonctionnement « naturel », instinctif, de l'être « émotionnel ».

Mentir (le mensonge), c'est ne pas dire la vérité, ne pas dire la réalité telle qu'on l'a perçue sans déformation, ni interprétation, à soi-même, à celui ou ceux qui sont concernés par cette vérité ou lorsqu'on la raconte aux autres. Le fait qu'il y ait de la vérité dans un mensonge que l'on dit, ne change strictement rien au fait que ce que l'on dit est un mensonge et rien d'autre.

Mentir, c'est deux mêmes choses, ne pas dire la vérité, de nature différente, consciemment et de façon non consciente. Mentir consciemment, c'est deux mêmes choses, ne pas dire la vérité, de nature différente, mentir consciemment pour tromper l'autre et mentir consciemment pour « préserver » l'autre, celui qui est concerné par la vérité que l'on ne dit pas. Mentir de façon non consciente, c'est deux mêmes choses, ne pas dire la vérité, de nature différente, se mentir à soi-même en déformant ou en niant la vérité pour se convaincre d'une vérité différente (un mensonge) et mentir sincèrement aux autres pour dire cette vérité différente qui est le mensonge que l'on croit sincèrement être la vérité.

Mentir consciemment pour tromper l'autre, c'est un mensonge évident. Personne ne peut se convaincre que ce n'est pas un mensonge. Lorsque l'on ment consciemment pour tromper l'autre, on est pleinement responsable de fait, du fait de mentir à l'autre, et l'on est aussi pleinement responsable moralement (coupable) du fait de mentir à l'autre. Lorsque l'on ment consciemment sur quelque chose qui ne concerne pas l'autre parce qu'on n'a pas envie de lui en parler, on peut se dire que ce n'est pas vraiment un mensonge, que ça ne porte pas à conséquence. On oublie alors que le fait de mentir consciemment à une personne, si elle l'apprend par la suite, peut être une souffrance morale pour cette personne. C'est un mensonge, on lui a menti, c'est un fait. Dans ces cas-là, pour ma part, je préfère lui dire que je ne souhaite pas lui parler de ça car ça ne la concerne pas, en effet, rien ne peut justifier l'obligation de parler à une personne de quelque chose qui ne la concerne pas. Il n'y a alors aucun mensonge. De plus, lorsque l'on ment consciemment pour tromper quelqu'un d'autre dans l'intention de lui nuire ou en ayant conscience que cela peut la faire souffrir moralement, en plus de la responsabilité de fait d'avoir menti et de la responsabilité morale (culpabilité) d'avoir menti, il y a la responsabilité morale (culpabilité) de l'avoir fait dans l'intention de la faire souffrir moralement ou de l'avoir fait en sachant que cela allait possiblement la faire souffrir moralement. On a là une double culpabilité.

Mentir consciemment pour « préserver » l'autre, celui qui est concerné par la vérité que l'on ne dit pas, peut sembler être un mensonge acceptable en soi. Tout d'abord, préserver est entre guillemets, car la plupart du temps, ce n'est, en réalité, pas que l'autre que l'on veut préserver mais aussi et surtout soi-même, de la réaction que pourrait avoir l'autre vis-à-vis de cette vérité. Que cette réaction soit une animosité vis à vis de nous pour lui avoir dit la vérité ou une souffrance morale à laquelle on va assister. De plus, si elle apprend cette vérité, et qu'elle sait qu'on la connaissait et qu'on lui a menti, elle ressentira non seulement une souffrance morale par rapport à cette vérité mais en plus une souffrance morale par rapport au fait qu'on lui a menti. Mentir consciemment pour « préserver » l'autre, celui qui est concerné par la vérité que l'on ne dit pas, n'apporte aucune garantie que l'autre ne va pas souffrir moralement de cette vérité, mais en plus,

cela peut lui amener une souffrance morale supplémentaire. Mentir consciemment pour « préserver » l'autre, celui qui est concerné par la vérité que l'on ne dit pas, c'est surtout se préserver soi-même. On a une responsabilité de fait, du fait de lui avoir menti (ça s'appelle un mensonge par omission, c'est un mensonge), on a une responsabilité morale (culpabilité) du fait d'avoir menti et on a une responsabilité morale (culpabilité), si le fait de lui avoir menti lui cause une souffrance morale, et on a dans ce cas-là, une double culpabilité.

Se mentir à soi-même en déformant ou en niant la vérité pour se convaincre d'une vérité différente (de façon non consciente, être dans le déni), c'est ce que l'on a tous fait, ce que l'on fait tous « naturellement » (être conscient « complice »), lorsqu'on en n'est pas conscient et qu'on ne le contre pas avec notre être conscient « critique ». C'est là aussi deux mêmes choses, se mentir à soi-même, de nature différente, sur ce que l'on est et sur ce que l'on fait, ce que l'on a fait.

Se mentir à soi-même sur ce que l'on est, c'est deux mêmes choses, se mentir à soi-même, de nature différente, en se racontant que l'on est mieux que ce que l'on est ou en se racontant que l'on est moins bien que ce que l'on est. Ce type de mensonge, lorsqu'il est omniprésent après l'enfance, est très souvent liée à une très grave perte d'estime de soi due à une humiliation très importante, traumatique, dans l'enfance ou à des humiliations répétées, continues, plus ou moins grandes, durant l'enfance. La réaction émotionnelle à cette grave perte d'estime de soi pouvant être une décision « émotionnelle » (non consciente) de se raconter que l'on est le meilleur, que l'on sait tout mieux que les autres, etc., être conscient « complice » qui ment à l'être « émotionnel » pour le « rassurer » par rapport à ce qu'il est, ou pouvant être une décision « émotionnelle » (non consciente) de se raconter que l'on est nul, que l'on ne vaut rien, etc., être conscient « complice » qui cède à la peur d'échouer de l'être « émotionnel », à sa peur d'être moins bien jugé que ce qu'il est (décision : acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non). En disant que l'on est nul, soit on nous confirme ce que l'on pense, soit on nous dit que l'on est mieux que ce que l'on pense. L'être conscient « critique » est critique par rapport à la réalité de ce que l'on est, il ne nous raconte pas que l'on est moins bien que ce que l'on est, ni que l'on est mieux que ce que l'on est.

Se mentir à soi-même sur ce que l'on est, en se racontant que l'on est mieux que ce que l'on est, c'est, par exemple, se raconter que l'on est quelqu'un de généreux, être généreux à quelques rares moments pour se prouver qu'on est généreux, et se faire toujours passer avant les autres tout le reste du temps. C'est la même chose avec toutes les qualités que l'on se raconte avoir et que l'on n'a pas. C'est aussi, par exemple, se raconter que l'on est le meilleur, meilleur que les autres, se raconter à chaque échec successif, lorsque l'on est moins bon que les autres, que c'est parce qu'on n'a pas eu de chance ou parce qu'on était injustement désavantagé ou parce que l'autre a triché ou n'a pas été fairplay ou etc., ou autrement dit, que c'est l'exception qui confirme la règle. La règle étant que l'on est le meilleur, ce qu'on s'empresse de se raconter après chaque échec en s'empressant aussi d'oublier cet échec. Par contre, à chaque réussite, on ne l'oublie pas, on se félicite de son succès qui vient confirmer ce que l'on pense, que l'on est le meilleur, et on le fait bien remarquer aux autres afin que cela nous confirme que l'on est bien le meilleur. C'est la même chose avec tout ce qu'on se raconte pour se penser supérieur aux autres. Se mentir à soi-même sur ce que l'on est, en se racontant que l'on est mieux que ce que l'on est, c'est se raconter que l'on est ou que l'on est très proche de l'être « émotionnel » idéal (pour nous) que l'on veut être, alors qu'en réalité, on ne l'est pas, qu'on en est parfois très loin.

Se mentir à soi-même sur ce que l'on est, en se racontant que l'on est moins bien que ce que l'on est, c'est se raconter qu'on est nul, qu'on n'y arrivera pas ou même jamais, que l'on n'est pas capable de faire telle chose ou telle autre, que l'on est moche, que l'on n'est pas intelligent ou pas aussi intelligent que les autres, que de toute façon on n'échoue toujours, que l'on ne peut pas aimer une personne comme nous, etc.. Lorsque l'on réussit quand même, à chaque fois que c'est le cas, on se raconte que c'est parce qu'on a eu de la chance ou parce qu'on nous a aidé ou parce qu'on nous a avantageé ou etc., ou autrement dit, que c'est l'exception qui confirme la règle. La règle étant que l'on est nul, ce qu'on s'empresse de se raconter après chaque réussite en s'empressant aussi d'oublier cette réussite. Par contre, à chaque échec, on ne l'oublie pas, on se reproche cet échec qui vient confirmer ce que l'on pense, que l'on est nul, et on le fait parfois remarquer aux autres afin que cela nous confirme que l'on est bien nul. C'est la même chose avec tout ce qu'on se raconte pour se penser inférieur aux autres. Se mentir à soi-même sur ce que l'on est, en se racontant que l'on est moins bien que ce que l'on est, c'est se raconter que l'on n'est pas capable d'être l'être « émotionnel » idéal (pour nous), celui que l'on voudrait être, sans rien faire pour le devenir réellement puisqu'on n'en est pas capable.

Se mentir à soi-même sur ce que l'on fait, sur ce que l'on a fait, c'est deux mêmes choses, se mentir à soi-même, de nature différente, en se racontant que l'on n'est jamais responsable de ce que l'on a fait lorsque ce que l'on a fait a des conséquences négatives, ou en se racontant que l'on est toujours coupable de ce que l'on a fait lorsque ce que l'on a fait, a des conséquences négatives.

Se mentir à soi-même sur ce que l'on fait, sur ce que l'on a fait, en se racontant que l'on est jamais responsable de ce que l'on a fait lorsque ce que l'on a fait a des conséquences négatives, c'est toujours s'excuser soi-même pour ce que l'on fait et ce que l'on a fait (trouver des arguments, des explications pour justifier auprès de soi-même ce que l'on veut faire ou ce que l'on a fait, et les conséquences de ce que l'on a fait). C'est se raconter que, lorsque l'on n'avait pas l'intention de causer des conséquences négatives de par ce que l'on a fait, l'on n'est pas responsable moralement (coupable) de ce que l'on a fait, on n'est donc pas responsable de ce que l'on a fait, et on n'assume donc pas la responsabilité de fait liée au fait que ce sont les conséquences de quelque chose que l'on a fait, c'est la faute à pas de chance. C'est, lorsque l'on fait ou que l'on a fait quelque chose avec l'intention de nuire à quelqu'un, se raconter que c'est parce que cette personne a fait ou dit quelque chose qui mérite qu'on lui fasse du mal ou que c'est parce que la situation ne nous laissait pas le choix par exemple. Donc que ce n'est pas de notre faute (culpabilité) si on lui a fait du mal. C'est se raconter que l'on est jamais responsable moralement (coupable), et encore moins responsable de fait, de ce que l'on a fait quelles qu'en soit les conséquences négatives, c'est toujours de la faute à pas de chance, à l'autre, aux autres, à la situation dans laquelle on était, à notre passé, etc..

Se mentir à soi-même sur ce que l'on fait, sur ce que l'on a fait, en se racontant que l'on est toujours coupable de ce que l'on a fait, lorsque ce que l'on a fait a des conséquences négatives, c'est ne pas distinguer la différence entre la responsabilité morale (culpabilité) et la responsabilité de fait, et se juger toujours responsable moralement (coupable) lorsque ce que l'on a fait a des conséquences négatives, même lorsque l'on n'avait pas l'intention de provoquer ces conséquences négatives ou pas conscience de pouvoir provoquer ces conséquences négatives.

Mentir sincèrement aux autres pour dire aux autres un mensonge que l'on croit sincèrement être la vérité, c'est se mentir à soi-même sur ce que l'on est, sur ce que l'on fait, sur ce que l'on a fait, puis, une fois convaincu, dire aux autres sincèrement les mensonges que l'on s'est raconté en tant que des vérités auxquelles on croit.

Mentir de façon non consciente, c'est deux mêmes choses, mentir, de nature différente, les 3 mensonges utilisés par l'être conscient « complice » qui raconte à l'être « émotionnel » qu'il est, qu'il vaut plus que les autres ou les 3 mensonges utilisés par l'être conscient « complice » qui raconte à l'être « émotionnel » qu'il est, qu'il vaut moins que les autres.

Les 3 mensonges utilisés par l'être conscient « complice » qui raconte à l'être « émotionnel » qu'il est mieux que ce qu'il est, sont, se mentir à soi-même sur ce que l'on est, en se racontant que l'on est mieux que ce que l'on est, se mentir à soi-même sur ce que l'on fait, sur ce que l'on a fait, en se racontant que l'on n'est jamais responsable de ce que l'on a fait lorsque ce que l'on a fait a des conséquences négatives, et mentir sincèrement aux autres pour dire aux autres un mensonge que l'on croit sincèrement être la vérité après s'en être convaincu.

Les 3 mensonges utilisés par l'être conscient « complice » qui raconte à l'être « émotionnel » qu'il est moins bien que ce qu'il est, sont, se mentir à soi-même sur ce que l'on est, en se racontant que l'on est moins bien que ce que l'on est, se mentir à soi-même sur ce que l'on fait, sur ce que l'on a fait, en se racontant que l'on est toujours coupable de ce que l'on a fait lorsque ce que l'on a fait a des conséquences négatives, et mentir sincèrement aux autres pour dire aux autres un mensonge que l'on croit sincèrement être la vérité après s'en être convaincu.

Enfin il reste un type de mensonges que l'on n'a pas décrit, mentir à soi-même et aux autres sur ce dont on se souvient. On a deux même choses, mentir, de nature différente, les mensonges sur le présent et le passé immédiat (tous les mensonges conscients et non conscients que l'on vient de décrire) et les mensonges sur le passé lointain, sur les souvenirs (la même chose que pour tous les mensonges conscients et non conscients que l'on vient de décrire appliquée aux souvenirs). Par exemple, mentir consciemment pour tromper l'autre en inventant des souvenirs que l'on sait consciemment n'avoir jamais existés. Ou par exemple, se mentir (de façon non consciente) à soi-même sur ce que l'on est, sur ce que l'on a fait, en déformant un souvenir, en l'améliorant un peu par exemple, puis en le racontant aux autres en croyant ce que l'on raconte, puis, en déformant un peu le souvenir déformé auquel on croit la fois suivante où on le raconte aux autres en croyant ce que l'on raconte, et ainsi de suite. On peut arriver au bout d'un moment à des souvenirs que la personne qui les raconte ne croirait pas elle-même si elle s'entendait les raconter. D'ailleurs, il peut arriver qu'elle s'entende raconter un de ces souvenirs, prenne conscience que ce qu'elle raconte est n'importe quoi et ne correspond plus du tout à ce qu'elle a vécu. Elle arrête alors de raconter le souvenir en question à ceux à qui elle l'avait déjà raconté et en raconte une version au moins beaucoup plus crédible, beaucoup plus conforme à la réalité de ce qu'elle a vécu, aux autres.

Remarque : le mensonge (mentir) a en soi une dimension morale. Dans ce livre, il s'agit d'une morale qui est une absence de morale, une absence de jugement moral, une absence de jugement de valeur sur ce qu'est la personne qui ment. On a tous menti consciemment et de façon non consciente au moins beaucoup de fois au cours de notre existence car le mensonge fait partie du fonctionnement « naturel », instinctif, de l'être « émotionnel », seule une décision consciente, de la part de l'être conscient « critique », de ne pas mentir, peut faire que l'on ne mente plus ou

presque plus, à soi-même et aux autres. Tous les êtres humains sont des êtres « émotionnels » différent de par la génétique, de par la mère dans le ventre de laquelle s'est construite la base de ce qu'ils sont, de par les décisions « émotionnelles » (non conscientes) qui se sont prises en eux avec la complicité de leur être conscient « complice » tout au long de leurs existences en fonction de ce qui leur est arrivé, et de par des décisions conscientes prises par leur être conscient « critique », lorsque, et à chaque fois que l'être « émotionnel » qu'ils étaient a été en capacité de le faire en tant qu'être conscient « critique ». Cette différence fait que tous les êtres humains ont des difficultés à faire ce qui est facile pour d'autres et des facilités à faire ce qui est difficile pour d'autres. Tout jugement moral, jugement de valeur sur ce qu'est l'autre, sur ce qu'il arrive à faire ou pas par rapport à nous est donc un non-sens. De plus, j'ai la certitude absolue que si j'avais été à la place de n'importe quel autre être humain à l'instant de sa conception en tant qu'un embryon avec sa génétique et que j'avais vécu, dans le ventre de sa mère et après, son existence, je serais à peu près le même être « émotionnel » que lui. Il est donc, pour moi, particulièrement inique de juger moralement ce qu'il est, d'avoir un jugement de valeur sur ce qu'il est. Il n'y a aucun jugement moral, aucun jugement de valeur sur ce qu'est un être humain dans ce livre malgré sa dimension morale. Dans ce livre, la dimension morale se trouve au niveau de ce qui est fait, pas au niveau de celui qui fait.

Remarque : par contre, cela ne change strictement rien au fait que l'on est toujours complètement responsable moralement (coupable) lorsque l'on fait quelque chose avec l'intention de faire souffrir moralement ou/et physiquement quelqu'un d'autre ou lorsqu'on sait qu'il y a des chances de faire souffrir moralement ou/et physiquement quelqu'un d'autre (sauf en cas de légitime défense ou pour mettre quelqu'un devant la justice par rapport à ce qu'il a fait), et que l'on est toujours et complètement responsable de fait, au niveau de ce que l'on a fait, pour absolument tout ce que l'on a fait quelle que soit l'intention avec laquelle on l'a fait. Le fait que la personne qui a fait, ait agit émotionnellement (non consciemment) par rapport à une immense souffrance morale, liée à une situation ou à son passé par exemple, le fait qu'elle ait été en capacité de par cette immense souffrance morale de ne pas agir ou pas, n'est en aucun cas, absolument jamais, une justification ou une excuse pour ce qu'elle a fait. La responsabilité morale (culpabilité) ou/et la responsabilité de fait sont par rapport aux conséquences de l'acte qui a été fait et à la façon dont il a été fait, et en aucun cas par rapport à ce qu'est la personne qui a commis cet acte. Au niveau de la société, pour ma part, il n'y a une seule et unique circonstance atténuante possible pour avoir fait quelque chose à quelqu'un avec l'intention de lui causer une souffrance morale ou/et physique, c'est si la personne victime de cet acte a, elle aussi, commis un acte dans le passé avec l'intention de faire souffrir moralement ou/et physiquement son bourreau sans que justice ait été faite ou sans qu'elle ait assumée les conséquences de son acte passé auprès de son bourreau. Et, là aussi, il s'agit de circonstances atténuantes et en aucun de justifications ou d'excuses. Lorsqu'une personne commet un acte consciemment ou émotionnellement (de façon non consciente), il y a toujours une explication qui permet de comprendre ce qui l'a fait passer à l'acte, dans le cas contraire, s'il n'y a aucune explication, il n'y a pas d'acte (même lorsque l'on ne perçoit pas l'explication, lorsque l'on ne comprend pas, l'explication existe). Le fait de chercher à comprendre, de chercher des explications dans le passé de la personne qui a commis l'acte par exemple, est très utile pour permettre à la victime ou aux victimes de comprendre ce qui leur a été fait, et très utile, après la condamnation, pour permettre à celui qui a commis l'acte de comprendre son acte et de modifier ce qu'il est (s'il est en capacité de le faire, si c'est le bon

moment pour lui, aucun jugement moral ou jugement de valeur sur la personne par rapport à ça) pour être réinséré dans la société après avoir purgé sa peine, mais cela ne peut en aucun cas justifier ou excuser son acte, et cela ne peut en aucun cas être des circonstances atténuantes. Cela serait tout simplement injuste vis-à-vis de la ou des victimes. Une justice, quelle qu'elle soit, qui considère mieux, traite mieux, les bourreaux que les victimes est une justice « malade » qui porte très mal son nom.

*Cette remarque ainsi que la remarque précédente seront faites à chaque fois que ce sera nécessaire car elles sont très importantes au niveau de la compréhension de ce qui est expliqué dans ce livre. Elles seront adaptées à ce qui vient d'être expliqué juste avant qu'elles ne soient faites mais seront en substance, les mêmes.*

Prendre la décision consciente de ne plus mentir consciemment est très simple (simple ne signifie pas facile) à prendre pour à peu près tout le monde, il suffit de le faire et de s'y tenir, c'est tout. Par contre, il existe des personnes pour qui c'est extrêmement difficile car, dans leur passé, elles ont pris la décision « émotionnelle », par rapport à une situation qu'elles ont vécue, qu'il leur était impossible de ne pas mentir. Pour ces personnes, si elles ne veulent plus mentir consciemment, la première décision consciente à prendre (si c'est le bon moment pour elles), est de décider consciemment qu'il ne leur est pas impossible de mentir, qu'elles peuvent dire la vérité, que la vérité ne les rend pas vulnérable par rapport à ce qu'elles sont, que dire la vérité sera bénéfique pour ce qu'elles sont (voir l'explication plus loin dans le texte), et de commencer à dire progressivement la vérité au lieu de mentir. Ensuite, plus tard, lorsque ce sera le bon moment pour elles, elles pourront alors prendre la décision consciente de ne plus jamais mentir consciemment. Bien entendu, pour tout le monde, si après avoir pris la décision consciente de ne plus jamais mentir consciemment, on ment consciemment, il n'y a rien de dramatique, il suffit juste de reprendre la décision consciente de ne plus jamais mentir consciemment plus fermement. Cela étant fait à chaque fois, jusqu'à ne plus jamais mentir consciemment.

Prendre la décision consciente de ne plus mentir de façon non consciente en ce qui concerne le fait de ne plus se mentir à soi-même, est très difficile car beaucoup plus complexe à prendre. Par contre, il n'est pas nécessaire de prendre la décision consciente de ne plus mentir de façon non consciente en ce qui concerne le fait de mentir sincèrement aux autres puisque si l'on ne se ment plus à soi-même, on ne ment plus sincèrement aux autres, au pire, on ment alors consciemment aux autres.

Tout d'abord, il est nécessaire de prendre conscience que l'on se ment à soi-même très souvent. On se ment tous à nous-même naturellement, instinctivement. D'ailleurs, pour ma part, je me « surveille » de façon permanente pour ne pas me mentir à moi-même, et pourtant, il m'arrive de m'apercevoir après coup que je me suis menti à moi-même. Et bien évidemment, cela signifie qu'il y a eu forcément des fois où je me suis menti à moi-même sans que je m'en aperçoive. Ensuite, une fois que l'on en a pris conscience, il faut aussi avoir conscience que prendre la décision consciente de ne jamais se mentir à soi-même, ce n'est pas ne jamais se mentir à soi-même (c'est impossible) et qu'il faut donc aussi se « surveiller » après s'être convaincu de quelque chose, vérifier que ce quelque chose n'est pas un mensonge à soi-même. Enfin, il faut prendre la décision consciente de ne plus jamais se mentir à soi-même de façon non consciente (ou consciemment, en faisant semblant de ne pas avoir vu que l'on se ment à soi-même). En plus de la complexité due au

fait que c'est quelque chose que l'on fait naturellement, instinctivement, il y a aussi une complexité à le faire due au fait qu'il s'agit d'un débat, d'une discussion, entre soi-même et soi-même, entre son être conscient « critique » (être « émotionnel » qui se perçoit lui-même) et son être « émotionnel » (être conscient « complice »), donc entre deux êtres (qui sont un seul être) aussi intelligents et aussi retors, aussi rusés et aussi sournois, l'un que l'autre.

Nous allons continuer par la décision consciente de ne plus se mentir à soi-même en ce qui concerne le fait de prendre ses responsabilités au niveau de ce que l'on fait ou de ce que l'on a fait. Une fois que l'on a conscience de tout ce que l'on vient d'expliquer concernant le mensonge, il est très simple (même si cela peut être complexe à faire) de ne pas se mentir à soi-même sur ses responsabilités dans ce que l'on fait ou ce que l'on a fait. Lorsque l'on commence à argumenter, à justifier, sur quelque chose que l'on veut faire alors que l'on sait ou que l'on pense (possibilité) que cela va causer de la souffrance morale ou/et physique à quelqu'un d'autre ou que ce que l'on va faire va avoir des conséquences négatives, alors c'est que l'on est en train de commencer à se mentir à soi-même pour pouvoir faire ce que l'on veut faire. Lorsque l'on commence à argumenter, à justifier, à expliquer, quelque chose que l'on a fait et qui a eu des conséquences négatives, et cela avant d'avoir pris ses responsabilités de fait ou/et morales (culpabilité), avant d'en assumer consciemment les conséquences, alors c'est que l'on est en train de commencer à se mentir à soi-même sur ce que l'on a fait. Expliquer ce que l'on a fait, dans un deuxième temps, après, pour comprendre pourquoi et comment ce que l'on a fait a eu des conséquences négatives afin d'utiliser son être conscient « critique » pour modifier son être « émotionnel » de façon à ce que nos actes ne provoquent plus ces conséquences négatives dans une situation semblable, n'est pas se mentir à soi-même. Par contre, le faire avant, c'est se mentir à soi-même. Les arguments, les justifications que l'on utilise pour se mentir à soi-même sur ce que l'on veut faire ou que l'on a fait, sont, par exemple, l'autre me cherche ou ma cherché (c'est la faute de l'autre), je suis quelqu'un d'impulsif ou j'ai perdu le contrôle (c'est la faute à mon passé) ou je n'ai pas le choix ou je n'ai pas eu le choix (c'est la faute à la situation). Par exemple, pour je n'ai pas le choix ou je n'ai pas eu le choix, c'est totalement et absolument faux. On a toujours le choix, celui d'agir ou de ne pas agir, on est toujours l'origine de l'acte qu'on décide consciemment de faire (choix d'agir) ou qu'on décide « émotionnellement » de faire, qui se décide en nous de façon non consciente (ne pas faire le choix de ne pas agir). On a toujours une responsabilité de fait par rapport à ça.

Prendre la décision consciente de ne plus jamais se mentir à soi-même en ce qui concerne le fait de prendre ses responsabilités au niveau de ce que l'on fait ou de ce que l'on a fait, c'est ne jamais argumenter en soi-même pour faire quelque chose (dire quelque chose, c'est aussi faire quelque chose) pour provoquer, ou qui peut provoquer, de la souffrance morale ou/et physique à quelqu'un d'autre ou pour provoquer, ou qui peut provoquer, des conséquences négatives, c'est aussi toujours prendre, assumer, ses responsabilités morales (culpabilités) ou/et de fait, lorsqu'il y a eu des conséquences négatives provoquées par ce que l'on a fait, avant de commencer à expliquer ou à comprendre pourquoi et comment on l'a fait et en ayant conscience que ces explications et cette compréhension ne peuvent pas servir de justifications ou d'excuses pour ce que l'on a fait.

Prendre la décision consciente de ne plus jamais se mentir à soi-même en ce qui concerne le fait de se sentir coupable à chaque fois que ce que l'on a fait a des conséquences négatives est simple une fois que l'on a conscience de la différence entre la responsabilité morale (culpabilité) et

la responsabilité de fait (explication complète dans le 1<sup>er</sup> livre de cette trilogie, le livre sur la souffrance morale). Il suffit alors de ne plus se sentir coupable lorsque l'on a seulement une responsabilité de fait (en fonction de son intention lorsque ce que l'on a fait a eu des conséquences négatives), et de prendre alors pleinement sa responsabilité de fait, dans ce que l'on a fait, au niveau de ce que l'on a fait, et pas plus.

Prendre la décision consciente de ne plus jamais se mentir à soi-même en ce qui concerne ce que l'on est, que cela soit se sentir supérieur aux autres (valoir mieux que les autres, être plus intelligent, plus fort, etc.) ou inférieur aux autres (valoir moins que les autres, être moins intelligent, moins fort, être nul, etc.), demande au préalable d'avoir conscience de ce que l'on est par rapport aux autres. Tout être humain (quel qu'il soit) a des points forts et des points faibles. De plus, même sur ses points forts, il est plus fort à certains moments et moins fort à d'autres moments par rapport à ceux qui ont un même point fort qu'eux. Par exemple, les sportifs de haut niveau, lorsqu'ils sont champions du monde dans une discipline, le sont sur une épreuve après avoir travaillé très dur, y avoir consacré tout leur temps, dans le but d'être le plus fort sur cette épreuve. Ils peuvent l'être sur une autre épreuve par la suite mais seulement en ayant fait des efforts équivalents pour l'être sur cette autre épreuve. Ils ne sont pas les plus forts dans cette discipline en permanence et ne le sont plus du tout s'ils arrêtent leurs efforts. Se dire que l'on est toujours le plus fort, et encore plus lorsque l'on ne fait que se le dire, sans travailler pour l'être, n'a aucun sens. Personne n'est le plus fort tout le temps, même dans ses points forts, et même en consacrant son existence à l'être dans un de ses points forts. Chaque être humain a des points forts qui sont des points faibles pour d'autres et des points faibles qui sont des points forts pour d'autres. Le fait de ne pas voir les points forts des autres (ou de ne pas voir ses points forts) et de ne voir que les points faibles de ces autres (ou de ne voir que ses points faibles), ne signifie pas qu'ils n'ont pas de points forts (ou que l'on n'a pas de points forts). Il est possible que l'on n'ait pas conscience de ses points forts de par son existence, du fait qu'on ne les a jamais utilisés, ou de par le fait que la société dans laquelle on existe ne reconnaît pas ou ne fait pas appel à ces points forts. Chaque être humain ne vaut ni plus, ni moins, que tout autre être humain au niveau de l'ensemble de ce qu'il est. Chaque être humain a des points forts et des points faibles. Et personne n'est plus intelligent ou moins intelligent que les autres (l'intelligence n'est pas qu'une capacité de raisonnement, très loin de là, ce point sera développé plus loin dans ce livre). Il ne s'agit pas de dire que tout le monde est égal, on ne parle pas d'égalité mais d'équivalence. Une fois que l'on a conscience de tout ça, que l'on a conscience que l'on ne vaut pas plus ou moins que les autres (de façon générale), que l'on n'est pas plus fort ou moins fort que les autres (de façon générale), que l'on n'est pas plus intelligent ou moins intelligent que les autres (de façon générale), il est très simple et très facile de prendre la décision consciente de ne plus jamais se mentir à soi-même sur ce que l'on est. On a alors conscience que l'on a des points forts et des points faibles comme tout le monde, et que l'on ne vaut pas plus, ni moins, que les autres.

Prendre la décision consciente, de ne plus jamais se mentir à soi-même ou/et de mentir aux autres sur ses souvenirs consciemment ou de façon non consciente, est aussi simple et complexe à prendre que pour toutes les décisions conscientes que nous venons de décrire, pour toutes les façons de mentir appliquées aux souvenirs, mais avec une complexité supplémentaire liée à la façon dont les souvenirs s'inscrivent en nous. En effet, lorsque l'on vit une situation, celle-ci s'inscrit sous forme de souvenirs en fonction de l'être « émotionnel » que l'on est au moment où cette situation se produit et de ce qui est prégnant, marquant, pour l'être « émotionnel » que l'on

est, et donc, seulement une partie de la situation s'inscrit sous forme de souvenirs en nous. Comme nous sommes tous des êtres « émotionnels » différents, souvent même très différents, et que ce qui s'inscrit en nous sous forme de souvenirs, selon ce qui est prégnant, marquant, pour nous, peut donc être très différent des souvenirs inscrits au niveau des autres êtres humains ayant vécu la même situation, on peut ne pas avoir les mêmes souvenirs, d'une même situation, que les autres personnes ayant vécu cette même situation. D'ailleurs, il arrive souvent que deux personnes entrent en conflit par rapport aux souvenirs différents qu'elles ont d'une même situation, en pensant que l'autre ment consciemment sur la situation en question. La plupart du temps, ce n'est pas le cas, car les souvenirs qui se sont inscrits en elles, étaient différents, voire très différents, ou même opposés à ceux de l'autre, de par le fait que leurs êtres « émotionnels » et ce qui était prégnant, marquant pour elles, étaient différents, voire très différents, au moment de la situation concernée. Bien sûr, il est toujours possible que l'une des deux personnes concernées mente consciemment par rapport à ses souvenirs de la situation. Cette « mécanique » des souvenirs amène une complexité supplémentaire au fait de prendre la décision consciente de ne plus jamais mentir consciemment ou de façon non consciente par rapport à nos souvenirs.

Remarque : lorsque l'on prend une décision consciente, il est très important que celle-ci soit prise en accord avec soi-même. Il faut être complètement et absolument convaincu que cette décision consciente est ce qui est le mieux pour soi et ne surtout pas se forcer à la prendre car intellectuellement, logiquement, elle paraît être la décision à prendre (et encore moins la prendre par rapport au regard des autres). En effet, se forcer à prendre une décision consciente, même si on la tient, surtout si on la tient, a de grandes probabilités d'avoir des conséquences néfastes sur soi, émotionnellement, mais aussi physiquement (maladies, pathologies, etc.). Par exemple, pour changer consciemment son fonctionnement émotionnel en ce qui concerne les mensonges, si l'on ne se sent pas de prendre la décision consciente de changer certains mensonges (car ce n'est pas le bon moment par exemple), on peut prendre cette décision consciente pour certains mensonges, et à chaque fois que ce sera le bon moment, prendre la décision consciente pour chacun des autres mensonges. Ce que nous venons de dire est valable pour toutes les décisions conscientes dont on parle dans ce livre et sera rappelé régulièrement car il est très important de l'avoir en conscience lorsque l'on lit ce livre.

#### 8) La simplicité complexe, la complexité et le fait que chaque chose est deux mêmes choses de nature différente

Avant de continuer, nous allons sortir de l'explication du fonctionnement de l'être humain. Nous allons expliquer pourquoi et comment chaque chose est deux mêmes choses de nature différente, nous allons expliquer ce qu'est la simplicité complexe et comment elle génère la complexité.

Dans mon livre expliquant l'univers, j'explique que l'univers est une dualité composée d'une infinité de dualités qui sont une infinité de dualités. Une chose qui est deux mêmes choses de nature différente est une dualité. Définition de la dualité : caractère ou état de ce qui est double en soi : coexistence de deux éléments de nature différente. Dans mes livres, une chose qui est deux mêmes choses de nature différente. Bien entendu, l'être humain et tout ce qui le concerne étant

une partie de l'univers, l'être humain et tout ce qui le concerne sont des dualités donc sont deux mêmes choses de nature différente.

Pour symboliser la dualité afin de mieux la visualiser, on peut prendre une pièce de monnaie qui est une partie de l'univers donc une dualité. La pièce de monnaie est une chose et les deux faces de la pièce sont deux mêmes choses, la pièce de monnaie, de nature différente, chaque face étant différente de l'autre face. La tranche de la pièce est ce qui fait le lien entre les deux faces, qui fait que ces deux faces sont une même pièce, qui fait la cohérence de cette pièce en tant qu'une seule pièce.

On ne peut pas percevoir directement les deux faces de la pièce en même temps, si l'on perçoit directement une face, on ne perçoit pas l'autre. Lorsque l'on perçoit une face de la pièce, si l'on ne sait pas que c'est une pièce et qu'il y a donc une autre face pour cette pièce, que ce que l'on perçoit est toujours un élément d'une dualité, on peut croire que la face que l'on perçoit est la pièce. Si l'on perçoit, à un autre moment, l'autre face de la pièce sans savoir qu'il y a une autre face pour cette pièce, alors on peut croire que cette autre face est une autre pièce. On peut alors penser que les deux faces de la pièce sont deux pièces différentes alors qu'en réalité, elles sont les deux faces différentes d'une même pièce.

C'est ce qui fait que l'on perçoit des choses comme opposées, contraires, comme des points de vue qui s'opposent sur une chose alors qu'en réalité ils sont deux mêmes choses de nature différente, ils sont une même chose (une pièce). Ce sont deux points de vue différents, de nature différente, de la même chose. On décide alors qu'un point de vue avec ses logiques, ses raisonnements logiques (une face de la pièce), est la pièce, et l'on entre en « conflit », en contradiction, avec l'autre point de vue qui a ses propres logiques, ses propres raisonnements logiques (l'autre face de la pièce). On oppose les logiques, les raisonnements logiques entre eux, en défendant sa face de la pièce et en affirmant que c'est cette face qui est la pièce, et pas l'autre face. Lorsque l'on a conscience que lorsque l'on perçoit une face de la pièce, que lorsque l'on a un point de vue, il y a une autre face différente de la pièce, un autre point de vue de nature différente, et que ces deux faces différentes, ces deux points de vue différents, sont la pièce, alors on ne cherche pas la contradiction entre les deux faces de la pièce, les deux points de vue différents, mais la cohérence qui fait de ces deux faces sont une seule pièce, deux points de vue de nature différente (deux faces) de la même chose (une pièce). Cela permet de donner une cohérence aux logiques, aux raisonnements logiques, des deux faces différentes de la pièce, des deux points de vue de nature différente, et d'entrer dans la réflexion puis dans la pensée où la contradiction n'existe pas en tant que telle, où tout devient cohérent, y compris ce qui apparaît comme contraire ou opposé.

Nous allons prendre un exemple de dualité, l'espace et le temps (durée), afin de préciser les choses en ce qui concerne la dualité. L'espace et le temps sont deux mêmes choses, du temps, de nature différente, l'espace (distance) et le temps (durée).

L'espace n'existe pas en tant que tel, c'est une perception différente du temps. En effet, l'espace que nous percevons, tout ce que nous percevons, nous le percevons en tant que ce qu'il était dans un instant passé par rapport à l'instant où on le perçoit (cela est dû au temps de perception). Une planète perçue à 100 années lumières est la planète telle qu'elle était il y a 100 ans. C'est vrai pour tout ce que l'on perçoit, même ce qui est très proche de nous, c'est ce qu'était

dans le passé ce que l'on perçoit par rapport à l'instant où on le perçoit (des millisecondes, des millionnièmes de secondes pour ce qui est très proche de nous par exemple). Nous ne percevons jamais, c'est impossible, ce que sont, tout ce que l'on perçoit, dans l'instant où on les perçoit, même notre corps matériel. Il y a toujours au moins un instant entre ce que l'on perçoit (même notre corps matériel) et l'instant où on le perçoit. Un instant dans mes livres se définit comme une durée indéterminée inférieure à la durée minimum que l'on peut percevoir.

L'espace est la perception de pleins d'instants différents passés en même temps, dans un seul instant, dans notre instant présent, l'instant où l'on perçoit. Pour chaque instant différent perçu en même temps, la différence d'instant est perçue en tant que distance entre ce qui est perçu et nous, c'est l'espace que l'on perçoit. L'espace est la perception d'instants différents en même temps dans l'instant présent de celui qui perçoit, c'est du temps (instants différents) perçu différemment, du temps de nature différente perçu en tant qu'espace, perçu en tant que distances entre ce que l'on perçoit et nous.

Le temps (durée) est aussi la perception d'instants différents en même temps en tant qu'une continuité (une durée), une seule chose, une existence par exemple. À chaque instant de notre existence, on est dans un instant et on perçoit ce que l'on est, notre corps matériel, en tant que ce qu'il était dans l'instant d'avant (temps de perception minimum d'un instant comme nous venons de l'expliquer). L'instant étant une durée indéterminée inférieure à la durée minimum que l'on peut percevoir, à chaque instant de notre existence, on perçoit deux instants de notre existence, l'instant où l'on est et l'instant où est ce que l'on se perçoit être (notre corps matériel) qui est l'instant d'avant. Ces deux instants sont la perception du présent que l'on perçoit comme un seul instant. Un instant ne peut pas être perçu en tant que tel, il ne peut être perçu que dans un instant suivant où cet instant suivant ne peut pas être perçu en tant que tel, il est donc perçu comme un seul instant dans l'instant suivant, le présent. L'instant où l'on est, est deux mêmes choses, un instant, de nature différente, l'instant où l'on est et l'instant d'avant où est ce que l'on se perçoit être dans cet instant (corps matériel). Dans l'instant suivant, l'instant où l'on est, est deux instants (l'instant où l'on est et l'instant d'avant) avec en plus l'instant d'avant ces deux instants qui est la mémoire de ce que l'on a été. On est donc trois instants, on existe. Dans l'instant d'après, on est 4 instants, les deux instants où l'on est et la mémoire des deux instants précédents, et ainsi de suite jusqu'à la fin de notre existence. Cette perception de ces instants différents de notre existence, du fait que l'on se perçoit être dans chaque instant dans au moins deux instants différents, fait que l'on perçoit ces instants comme successifs et comme une continuité, une durée d'existence. En réalité, nous sommes à chaque instant dans un seul instant même si nous nous percevons être dans deux instants différents et exister dans plein d'instants différents successifs.

Pour illustrer nos propos, c'est comme les livres animés où il y a un dessin légèrement différent sur chaque page, qui donne une impression de mouvement continu, de continuité, lorsque l'on fait rapidement défiler les pages. D'ailleurs, les dessins animés sont une succession très rapide de dessins successifs qui donne une impression de mouvement continu, et les films, les vidéos, sont une succession d'images fixes successives, au moins 24 images par seconde, pour donner une impression d'image continue. C'est pareil pour nous, nous sommes différent à chaque instant de notre existence ainsi que ce que nous percevons, et c'est notre perception de ce que l'on était dans l'instant d'avant (notre corps matériel) et de ce qu'étaient tout ce que l'on perçoit dans des instants précédents en fonction des distances que nous percevons entre tout ce que l'on perçoit et

nous, qui nous permet de nous percevoir exister dans chaque instant suivant, qui nous permet de percevoir une continuité, une durée d'existence.

Le temps (durée) est la perception de pleins d'instant différents passés en même temps, dans un seul instant, dans notre instant présent, l'instant où l'on perçoit. Pour chaque instant différent perçu en même temps, la différence d'instant est perçue en tant que durée pour nous-même et pour tout ce que l'on perçoit, c'est le temps en tant que durée que l'on perçoit. Le temps (durée) est la perception d'instant différents successifs en même temps dans l'instant présent de celui qui perçoit, c'est du temps (instants différents) perçu différemment, du temps de nature différente perçu en tant que durée, perçu en tant que des instants différents successifs.

Le temps est une dualité, il est deux mêmes choses, des instants différents perçus en même temps, de nature différente, différences d'instant perçues en tant que distances entre ce que l'on perçoit et nous (espace), et différences d'instant perçues en tant que durée (instants différents perçus comme successifs) pour tout ce que l'on perçoit et nous (temps en tant que durée). C'est ce qui nous permet de nous percevoir exister (temps en tant que durée) dans une réalité matérielle que l'on perçoit (temps en tant qu'espace, que distances) et qui existe (temps en tant que durée).

Des personnes pourraient avoir un point de vue selon lequel l'espace et le temps sont la même chose, d'autres, un point de vue selon lequel l'espace et le temps sont des choses différentes, et même entrer en conflit par rapport à ces points de vue opposés alors qu'en réalité l'espace et le temps sont deux mêmes choses, du temps (les premiers ont raison), de nature différente (donc différents, les seconds ont raison). Les deux points de vue sont valables. Le fait de chercher les contradictions entre ces deux points de vue amène au conflit où chacun estime que sa face de la pièce est la bonne, le fait de chercher la cohérence amène à la compréhension que les deux points de vue sont valables, que les deux faces sont les deux faces différentes d'une même pièce.

*La mécanique (simplicité complexe) qui permet tout cela est expliqué dans mon livre de 34 pages déjà publié expliquant l'univers, et est expliqué dans le détail, y compris dans le détail de chaque instant, dans mon livre de plus de 400 pages, expliquant l'univers, non encore publié au moment où ce livre est écrit.*

Nous allons maintenant expliquer ce qu'est la simplicité complexe (la mécanique) et comment elle génère la complexité (le fonctionnement). La simplicité complexe est le premier niveau de dualité de chaque dualité qu'est une chose. La complexité est les niveaux suivants de dualité, à partir du deuxième niveau, de chaque dualité qu'est une chose. La simplicité complexe et la complexité sont une dualité, deux mêmes choses, des dualités, de nature différente, premiers niveaux de dualité d'une chose et tous les autres niveaux de dualité de cette même chose. Plus il y a de niveaux de dualité, plus la complexité est importante.

Une dualité est une chose (1) qui est deux mêmes choses (1 et 1), de nature différente (donc distinctes, 1+1). Cette chose (1) et ces deux mêmes choses de nature différente (1+1=2) sont 3 (la trinité). Chacune des deux parties de cette dualité étant une chose (1) et toute chose étant une dualité donc deux mêmes choses de nature différente (1+1), les deux parties de la dualité sont chacune 1+1, donc 4. Ces deux parties de la dualité qui sont 4, plus la chose du départ (1), sont 5 et ainsi de suite jusqu'à l'infini, jusqu'à la complexité infinie. Pour le dire autrement, chaque dualité est 1+1, chaque 1 de ce 1+1 est 1+1, chaque 1 de ces 1+1 est 1+1, et ainsi de suite jusqu'à l'infini.

De la dualité « naît » l'infini, infini qui est toujours intérieur à l'origine de la dualité. L'infini extérieur que l'on perçoit ne vient pas de nos dualités intérieures mais des dualités intérieures de l'univers dont nous faisons partie, l'infini extérieur que l'on perçoit vient de la dualité intérieure de l'univers.

La simplicité complexe (la mécanique) est le premier niveau de dualité d'une chose, le 1 qui est 2, qui sont 3 (la trinité), il s'agit de l'essence même de chaque chose dans sa simplicité complexe. Lorsque l'on est dans la dualité des dualités d'une chose, on entre dans la complexité (deuxième niveau de complexité), dans le fonctionnement de cette chose. Plus on va dans les dualités successives d'une chose, plus on va dans les niveaux de dualité d'une chose (troisième niveau, quatrième niveau, etc.), plus on est dans la complexité, dans la complexité du fonctionnement de cette chose. C'est de cette façon que la mécanique (simplicité complexe) devient fonctionnement (complexité) où cette complexité est composée de choses qui peuvent même être opposées, contraires. Cela est dû au fait que chaque dualité successive, composant cette complexité issue de la simplicité complexe d'une chose, est deux mêmes choses de nature différente (en tant que dualité) qui peuvent être deux mêmes choses opposées, contraires (différentes).

*On a le 1 (chaque chose), le 2 (sa dualité), le 3 (chaque chose et sa dualité, la trinité), puis tous les autres chiffres et nombres jusqu'à l'infini (les niveaux suivants de la dualité d'une chose à partir du deuxième niveau, le 4, le 5, etc.), et donc l'infini. Dans mon livre expliquant l'univers, on a aussi la dualité du 0 et du 1, qui sont deux mêmes choses, la même chose, de nature différente (explication complète dans mon livre expliquant l'univers).*

#### 9) Précisions par rapport à ce qu'on explique avant de continuer

Maintenant que nous avons défini ce qu'est la dualité dans ce livre (deux mêmes choses de nature différente), ce qu'est le présent, ainsi que, ce qu'est la mécanique (simplicité complexe) par rapport à la complexité, nous allons pouvoir préciser certaines choses par rapport à ce que l'on a décrit et ce que l'on va décrire.

Nous allons parler d'autres dualités de l'être humain. Nous allons expliquer ce que sont dans ce livre, la dualité du présent, la dualité dans la réalité du fait d'éprouver et du fait de ressentir, la dualité de la réalité et de l'imaginaire, la dualité dans l'imaginaire de l'être conscient « complice » et de l'être conscient « critique », et la dualité dans l'imaginaire de la morale et de l'éthique.

La dualité du présent, c'est deux mêmes choses, l'instant où l'on est, de nature différente, le réel qui est l'instant où l'on éprouve et la réalité qui est l'instant où l'on ressent. L'instant où l'on est, est un seul instant, l'instant présent. Dans cet instant présent, on est dans le réel, on éprouve. Dans ce même instant présent, on ressent (perçoit) ce qu'on a éprouvé dans l'instant présent d'avant (dans le réel), on est dans la réalité (temps de perception de minimum un instant pour percevoir ce que l'on a éprouvé). Le réel est un seul instant, l'instant présent où l'on éprouve, et la réalité est deux instants, l'instant présent où l'on éprouve et l'instant présent d'avant, l'instant passé, où l'on a éprouvé ce que l'on ressent dans cet instant présent. Le présent est composé de

deux instants, l'instant présent et l'instant passé, perçus dans un seul instant, l'instant présent. Le présent est la réalité dans laquelle le réel est éprouvé et ressenti.

Dans le réel, on éprouve la vie, on sent des émotions (simples) par rapport à ce que l'on perçoit en fonction de ce qui nous arrive et de l'être émotionnel que l'on est. Dans la réalité, on ressent ce que l'on éprouve en tant que ce que l'on a éprouvé dans l'instant d'avant, on ressent des émotions et des sentiments (émotions complexes) par rapport à ce que l'on a perçu en fonction de ce qui nous est arrivé, de ce que l'on a éprouvé et de l'être émotionnel que l'on était dans l'instant d'avant. On est dans la réalité car on est dans les deux instants du présent décrits dans le paragraphe d'avant, l'instant où l'on est (le fait d'éprouver, le fait de « sentir », on ne perçoit pas encore ce que l'on sent), et l'instant d'avant dans lequel est ce que l'on se perçoit être dans cet instant, le fait de ressentir dans l'instant où l'on est ce que l'on a senti (éprouvé) dans l'instant d'avant, le fait de sentir de nouveau (ressentir) dans cet instant ce que l'on a éprouvé (senti) dans l'instant d'avant. On ne perçoit pas ce que l'on sent, ce que l'on éprouve, dans l'instant où on éprouve, mais on le perçoit (ressent) dans l'instant d'après, ce qui donne une réalité à ce qu'on a senti, à ce qu'on a éprouvé dans l'instant d'avant, au réel de l'instant présent d'avant, donc au réel de tous les instants présents dans lesquels on est à chaque instant (dans l'annexe de ce livre, nous parlons de la mystique que l'on éprouve dans l'instant présent). Dans chaque instant, on éprouve (on sent) et on ressent (on sent de nouveau) ce que l'on a senti, éprouvé, dans l'instant d'avant, en se percevant être, dans cet instant, ce que l'on était dans l'instant d'avant (temps de perception minimum de un instant). Éprouver est dans un instant (sentir dans l'instant où l'on est), ressentir est dans deux instants perçus comme un seul instant (sentir de nouveau ce que l'on a éprouvé dans l'instant d'avant), le présent est ces deux instants (on ressent dans l'instant ce qu'on a éprouvé dans l'instant d'avant et on éprouve ce que l'on ressentira dans l'instant d'après). Le réel et la réalité sont le « domaine » de l'être « émotionnel ». La dualité du réel et de la réalité (le présent) sera nommée pour la suite, la réalité.

On a aussi la dualité de la réalité et de l'imaginaire, deux mêmes choses, se percevoir, de nature différente, se percevoir éprouver (la réalité, ressentir le réel) et se percevoir ressentir (l'imaginaire).

Dans la réalité, on a la dualité du fait d'éprouver et du fait de ressentir qui sont deux mêmes choses, le fait de percevoir, de nature différente, éprouver qui est le fait de percevoir (sentir) directement (sans se percevoir éprouver, sentir, percevoir) ce qui nous arrive en tant qu'un être « émotionnel », et ressentir qui est le fait de percevoir indirectement ce qui nous arrive en tant qu'un être « émotionnel », le fait de se percevoir (ressentir), percevoir (éprouver, sentir).

Dans l'imaginaire, on perçoit ce que l'on a ressenti. C'est le fait de se percevoir, se percevoir (ressentir), percevoir (éprouver, sentir). Dans l'imaginaire, on est en dehors de la réalité (donc en dehors du réel), on est dans la perception de trois instants ou plus (les deux instants de la réalité, du présent, plus le ou les instants nécessaires pour percevoir cette réalité, pour percevoir ces deux instants). L'imaginaire est le « domaine » de l'être conscient qu'il soit « complice » ou « critique ».

Dans l'imaginaire, on a la dualité de l'être conscient qui est deux mêmes choses, un être « émotionnel », de nature différente, l'être conscient « complice » et l'être conscient « critique ».

L'être conscient « complice » perçoit ce que l'être « émotionnel » ressent, ce qu'il se perçoit éprouver (les deux instant du présent, de la réalité), en « accompagnant » la réaction émotionnelle de son être « émotionnel », en traduisant cette réaction émotionnelle en logiques émotionnelles, en raisonnements émotionnelles, permettant d'expliquer ou/et de justifier cette réaction émotionnelle. Ces raisonnements émotionnels, ces logiques émotionnelles, deviennent alors des décisions « émotionnelles » (non conscientes) qui s'inscrivent au niveau de l'être « émotionnel » pour induire les mêmes réactions émotionnelles dans des situations équivalentes dans le futur (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Se mentir à soi-même sur ce que l'on est, sur ce que l'on fait ou sur ce que l'on a fait, est une réaction émotionnelle de l'être « émotionnel » induite par une décision « émotionnelle » (non consciente) prise dans le passé par l'être conscient « complice » qui est celle (décision non consciente) de se mentir à soi-même pour ne pas percevoir ce que son être « émotionnel » est, ou/et pour ne pas se sentir coupable, ne pas prendre ses responsabilités, pour nier la réalité (les deux instants du présent), pour nier ce qu'il a éprouvé et ressenti dans la réalité. À chaque fois que l'on se ment à soi-même, l'être conscient « complice » utilise des logiques émotionnelles, des raisonnements émotionnels, pour se convaincre (convaincre son être « émotionnel »), donc en continuant à prendre des décisions « émotionnelles » (non conscientes) par rapport à chaque situation (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas).

L'être conscient « critique » perçoit ce que l'être « émotionnel » ressent, ce qu'il se perçoit éprouver (les deux instant du présent, de la réalité). Il perçoit la réaction émotionnelle de son être « émotionnel » en jugeant moralement (jugement de valeur) cette réaction émotionnelle, en se jugeant moralement (jugement de valeur) par rapport à cette réaction émotionnelle. Lorsque le jugement moral (jugement de valeur) est négatif alors il est possible qu'une « négociation » s'engage entre l'être conscient « complice » et l'être conscient « critique ». Si l'être conscient « complice » est « victorieux », alors on est dans ce que l'on vient de décrire pour l'être conscient « complice ». Si l'être conscient « critique » est « victorieux » ou directement lorsqu'il n'y a pas de « négociation », alors l'être conscient critique prend une décision consciente, avant (ressenti émotionnel avant d'agir) ou après la réaction émotionnelle, qui vient remplacer la décision « émotionnelle » (non consciente) ou la décision consciente prise par le passé et inscrite au niveau de l'être « émotionnel ».

Dans l'imaginaire, on a une dualité de l'être conscient « critique » qui est deux mêmes choses, l'être conscient « moral », de nature différente, dont l'aspect moral est de l'éthique, ou/et dont l'aspect moral est de la morale.

L'éthique dans ce livre, se définit comme l'ensemble des décisions conscientes prises par le passé et inscrites au niveau de l'être « émotionnel » concernant l'aspect moral de nos actes et de ce que l'on est. L'éthique est personnelle. Lorsque l'on critique l'éthique des autres, par exemple, on est dans la morale pas dans l'éthique. L'éthique est quelque chose que l'on a « construit » au niveau de son être « émotionnel » par des décisions conscientes (valeurs et principes) définissant l'aspect moral de ce que l'on est et de ce que l'on fait. L'éthique est une morale (aspect moral) qui est une absence de morale, une absence de jugement moral, une absence de jugement de valeur, sur ce que sont les autres et ce qu'ils font. L'éthique se construit sur la morale (jugements moraux, jugements de valeur) appliquée à soi-même. Une fois l'éthique construite, la morale n'est plus nécessaire.

La morale dans ce livre, se définit comme un jugement moral, un jugement de valeur, au niveau d'une situation, sur des actes commis par soi-même ou par les autres, et sur ce que l'on est ou ce que sont les autres. Il s'agit pour chaque situation différente, de juger moralement, d'avoir un jugement de valeur, sur ce qui est fait par soi-même ou par les autres, et sur ce qu'est celui ou ceux qui font (soi-même ou les autres). Cela peut être des décisions « émotionnelles » (non conscientes), prises par le passé ou prises sur le moment en fonction de la situation, que l'on exprime en tant que des jugements moraux ou des jugements de valeur (être conscient « complice »). Ou cela peut être des décisions conscientes, prises sur le moment en fonction de la situation, que l'on exprime en tant que des jugements moraux ou des jugements de valeur (être conscient « critique »). Dualité de la morale qui est deux mêmes choses, de la morale, de nature différente, des jugements moraux, des jugements de valeur, résultants de décisions « émotionnelles » (non conscientes) prises par l'être conscient « complice », ou des jugements moraux, des jugements de valeur, résultants de décisions conscientes prises par l'être conscient « critique ».

Dans mes livres, l'aspect moral est uniquement de l'éthique et non de la morale. Lorsque l'on parle de mécaniques ou de fonctionnements pouvant provoquer de la souffrance morale ou/et physique à soi-même ou/et aux autres, on décrit leurs effets négatifs possibles en tant que des faits liés à des mécaniques ou à des comportements. Il n'y a aucun jugement moral, jugement de valeur, sur ce que sont les personnes qui sont dans ces mécaniques ou ces fonctionnements, ni sur le fait qu'elles soient capables d'en sortir ou pas. Le fait qu'il y ait un effet négatif est un aspect moral de l'ordre de l'éthique, à peu près tous les êtres humains conviennent éthiquement que le fait de se faire souffrir moralement ou/et physiquement ou de faire souffrir moralement ou/et physiquement les autres, est quelque chose de négatif. Il en va de même pour le fait de ne pas assumer ses responsabilités, qu'elles soient morales (culpabilité) ou de fait, à peu près tous les êtres humains conviennent éthiquement que c'est quelque chose de négatif pour soi-même et pour les autres. On ne parle pas de bien ou de mal (la morale) mais de quelque chose de négatif.

Les personnes lisant mes livres qui se reconnaîtraient dans certains fonctionnements et qui se sentiraient jugées moralement (jugements de valeur) par rapport à ce qu'elles sont ou ce qu'elles font, ne seraient jugées que par elles-mêmes et non pas par moi. En effet, et c'est une certitude absolue, je n'ai pas de jugement moral ou de valeur sur les autres, l'aspect moral de mes livres est de l'ordre de l'éthique. De plus, ce que je décris est général, je ne les connais pas et ce n'est pas moi qui les place dans tel fonctionnement ou tel autre, c'est elles seules qui le font et qui ont un jugement moral, un jugement de valeur par rapport à ça. D'ailleurs, il serait sûrement plus positif pour elles de se poser la question de pourquoi elles se jugent moralement (jugement de valeur) de cette façon par rapport à ce qu'elles reconnaissent d'elles-mêmes dans ma description générale.

Le réel et l'imaginaire sont une dualité, deux mêmes choses, la perception de ce que l'on est, de nature différente, la réalité qui est la perception du présent de ce que l'on est (les deux instants du présent, éprouver et ressentir), donc permettant d'être, de se percevoir être (ressentir, la réalité) en vie (éprouver, le réel), et l'imaginaire qui est la perception du présent passé dans le présent, la perception de ce que l'on a été, la perception du présent en tant que passé permettant la perception d'un futur au présent (trois instants ou plus dont les deux instants du présent), donc permettant de se sentir exister et de se percevoir exister.

Tous les processus décrits dans mes livres, toute la construction consciente de ce que l'on veut être (notre être idéal) sont dans l'imaginaire. Cette « construction » consciente est ensuite mise à l'épreuve dans la réalité, là où est la vie (le réel). La vie est dans le fait d'éprouver (l'instant où l'on est, l'instant présent, le réel), être est dans le fait de ressentir, dans le fait de se percevoir éprouver (les deux instants du présent, l'instant présent et l'instant passé, la réalité), et exister est dans l'imaginaire, dans le fait de se percevoir ressentir (trois instants ou plus dont les deux instants du présent).

Nous allons maintenant, afin de préciser encore plus les choses, expliquer une dualité « future » concernant l'être humain (nous en sommes qu'au début). Il s'agit de la dualité de l'être humain et de l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer qui seront deux mêmes choses, un humanoïde agissant en capacité d'évoluer et de s'adapter, de nature différente, un être humain capable d'éprouver et de ressentir, et un androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer mais incapable d'éprouver et de ressentir.

L'androïde est un objet articulé imaginé et fabriqué par l'homme imitant le corps physique de l'être humain dans ses capacités à faire les choses. Étant un objet non vivant, il n'est pas capable d'éprouver (la vie) et de ressentir, il ne peut pas ressentir ce qu'il n'a pas éprouvé. L'I.A. capable d'apprendre et d'évoluer est un programme informatique dont la base, ce qui lui permet de fonctionner, est des objets électroniques, des puces électroniques. Les puces électroniques sont composées de pleins de transistors qui sont, pour faire simple, des interrupteurs laissant passer le courant (1) ou pas (0). La base de la programmation est l'utilisation de ses transistors dans un de leurs deux états possibles, 0 ou 1, donc des suites de 0 et de 1. La base des I.A. étant des objets, comme pour l'androïde, elles ne sont pas capables d'éprouver (la vie) et de ressentir, elles ne peuvent pas ressentir ce qu'elles n'ont pas éprouvé. Par contre, la programmation faite de suites de 0 et de 1 peut imiter le ressenti de l'être humain et la réalité qu'il perçoit. La programmation peut permettre de créer des réalités virtuelles très complexes à l'image de la réalité matérielle que l'on perçoit par exemple, ou peut permettre, par exemple, de créer des êtres virtuels à l'image de l'être humain imitant son fonctionnement, son ressenti, sa façon d'apprendre, sa façon de s'adapter, donc étant capable comme l'être humain, d'apprendre et d'évoluer. Ces programmes, ces I.A., peuvent alors être associées à des androïdes, objets articulés imitant le corps physique de l'être humain et ses capacités physiques, pour donner des êtres humanoïdes agissant en capacité d'évoluer et de s'adapter.

Il est d'ailleurs très intéressant de noter que ce qui est à la base de la programmation qui permet de créer des mondes virtuels à l'image de notre réalité matérielle et de tout ce qui la compose, y compris les êtres humains, le 0 et le 1, est aussi ce qui est à la base de notre réalité matérielle. En effet, toutes les plus petites particules qui composent toutes les particules qui composent toutes les particules qui composent toutes les particules, etc., sont des particules qui ne sont pas composées de particules perçues, étant les plus petites particules possibles perçues, donc qui sont des particules composées de rien (0). Ces plus petites particules sont donc la dualité du 0 et du 1, chacune étant une particule (1) composée de rien (0) et le rien (0) étant donc perçu en tant qu'une particule (1). Donc deux mêmes choses, le rien (0), de nature différente, en tant que rien (le 0, ce qui compose, le non perçu) et en tant qu'une particule (le 1, ce qui est composé, le perçu). C'est pour cela que la programmation permet de créer une complexité presque équivalente à celle de notre réalité matérielle sur la base de la même simplicité complexe, à une exception

près, celle de la vie qui ne peut être qu'imitée car elle est « au-delà » de la mécanique (simplicité complexe) de l'univers. L'explication complète est dans mon explication de l'univers.

Nous allons maintenant mettre en parallèle l'évolution d'un être humain telle que nous l'avons décrite dans ce livre et celle d'un androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer.

Premièrement pour l'être humain, des décisions inconscientes qui sont les décisions non conscientes qui définissent ce que l'on est, un être humain, quel « type » physique d'être humain on est, quelles émotions sont à la base de l'être « émotionnel » que l'on est, toutes étant prises inconsciemment en fonction de ce que l'on est, de la mémoire de ce que l'on est, du passé de ce que l'on est, comme la génétique par exemple, qui est la mémoire du passé de nos géniteurs (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Ces décisions sont aussi prises en fonction de l'environnement comme la matrice, le ventre de la mère par exemple. Ces décisions inconscientes (non conscientes) sont des décisions prises par identification (ADN par exemple) et par imprégnation (matrice de la mère par exemple). Pour l'être « émotionnel », ces décisions inconscientes, avant et après la naissance, continuent à être prises en fonction de l'environnement par identification et par imprégnation en continuant à « former » la base de l'être « émotionnel » que nous serons tout au long de l'existence. Pour l'être « émotionnel », cela continue un peu après la naissance puis cela s'arrête (par exemple, identification et imprégnation vis-à-vis du premier être vivant, le plus proche de ce que l'on est, perçu après la naissance).

Premièrement pour l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer, les décisions de leurs concepteurs concernant le corps de l'androïde, ses capacités et son apparence, et concernant le type d'I.A. (capable d'apprendre et d'évoluer, sa programmation) qui sera intégrée à cet androïde. Les concepteurs programment (décisions) ensuite l'I.A. en fonction de ce qu'ils veulent qu'elle soit. Une fois tout cela fait, l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer, apprend par mimétisme à utiliser son corps matériel comme un être humain (la base de cette utilisation) et apprend par mimétisme à imiter l'être humain dans son fonctionnement de base d'être « émotionnel ». Les décisions des concepteurs (l'équivalent de l'ADN) concernant l'androïde, le type d'I.A. qui lui sera associée et sa programmation sont l'équivalent des décisions inconscientes dont on parle pour l'être humain. L'apprentissage de base de l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer par mimétisme qui est l'application par l'I.A. des décisions prises par les concepteurs lors de la conception (corps matériel et programmation de l'I.A.) en tant que des décisions prises par l'I.A., est l'équivalent de la formation de la base l'être « émotionnel » et de la base de l'être physique de l'être humain par identification et imprégnation. Avec une seule différence majeure, c'est qu'il n'y a pas d'imprégnation (éprouver et ressentir) pour l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer, et que l'identification n'est que du mimétisme (juste le fait d'imiter), donc de l'identification sans le fait d'éprouver et de ressentir, pour l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer. L'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer et l'être humain sont, pour ce que l'on vient de décrire, la même chose, de nature différente due au fait d'être en capacité ou pas d'éprouver et de ressentir.

Deuxièmement pour l'être humain, des décisions « émotionnelles » qui sont des décisions non conscientes prises en fonction de l'être « émotionnel » que l'on est et de notre environnement (ce qui nous arrive) tout au long de l'existence, décisions dont la conséquence immédiate est la réaction émotionnelle que l'on a face à ce qui nous arrive (décisions : actes dont on est l'origine

que l'on en soit conscient ou pas). Ces décisions « émotionnelles » sont très peu nombreuses au début de l'existence, deviennent de plus en plus nombreuses, puis après la naissance, deviennent les plus nombreuses et construisent en permanence l'être « émotionnel » que l'on est tout au long de notre existence en fonction de notre environnement.

Enfin, il y a les décisions conscientes qui sont la conséquence de la perception (conscience) de ce que l'on se perçoit être (l'être « émotionnel »), de ce que l'on est (l'être physique) et de ce que perçoit ce que l'on se perçoit être (l'être « émotionnel ») (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Ce sont des décisions que l'on prend en toute conscience, avec notre intelligence (pas seulement notre capacité de raisonnement mais toute notre intelligence). Quelques années après la naissance, l'être humain acquiert la décision consciente. C'est le passage du contrôle de l'être « émotionnel » à l'être conscient. L'être conscient peut user de ce contrôle de deux façons différentes, la même chose de nature différente, soit en étant « complice » de l'être « émotionnel » que l'on est en justifiant après coup les décisions « émotionnelles » (non conscientes) que l'on a prises et les réactions que l'on a eues, soit en étant « critique » par rapport aux décisions « émotionnelles » (non conscientes) que l'on a prises et aux réactions que l'on a eues, et en prenant des décisions conscientes pour modifier son être « émotionnel » en conséquence.

Deuxièmement pour l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer, il va réagir en fonction de sa programmation par rapport à ce qui lui arrive et modifier cette programmation en fonction de sa programmation au moment où ce qui lui arrive, arrive. Il va le faire par mimétisme avec les êtres humains qu'il imite, en copiant leurs ressentis et leurs réactions face à chaque situation différente. Les décisions prises par le passé au niveau de sa programmation vont induire une réaction, et l'analyse de la situation et des réactions possibles des êtres humains dans une même situation, va provoquer la décision de changer ou pas sa programmation avant ou/et après sa réaction. Ces décisions concernant le changement ou pas de sa programmation vont construire l'être humanoïde qu'il est à chaque instant de son existence.

La différence entre l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer et l'être humain est dans le fait qu'il n'y a pas de décisions « émotionnelles » au niveau de l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer car il n'est pas un être « émotionnel » en capacité d'éprouver et de ressentir. Toutes ses décisions modifiant sa programmation ou/et induisant (décisions passées) ses réactions sont l'équivalent des décisions conscientes « complices » ou « critiques » pour l'être humain selon les êtres humains qu'il copie par mimétisme, selon les ressentis des êtres humains qu'il copie. L'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer et l'être humain sont, pour tout ce que l'on vient de décrire, la même chose, de nature différente due au fait d'être en capacité ou pas d'éprouver et de ressentir.

L'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer, uniquement programmée pour être capable d'apprendre et d'évoluer par mimétisme en modifiant sa programmation, pourrait copier, imiter, tous les comportements humains quels qu'ils soient selon les êtres humains avec lesquels il interagirait et les situations qu'il rencontrerait. Il pourrait par exemple, apprendre à mentir aux autres et à soi-même sur ce qu'il est, ne pas prendre ses responsabilités, apprendre à être l'équivalent d'un être conscient « complice » en copiant le fonctionnement d'un être humain l'étant tout le temps, copier la souffrance morale et ses effets sur les êtres humains comme la

violence vis-à-vis de soi-même ou/et des autres, ou apprendre à être l'équivalent d'un être conscient « critique » en copiant le fonctionnement d'un être humain l'étant tout le temps, ou un mélange des deux. Avec une différence très importante au niveau des conséquences pour les êtres humains, c'est qu'il ne fait que copier l'être « émotionnel » qu'est l'être humain, il n'éprouve pas et ne ressent pas, et qu'il aurait donc plus de facilité à avoir certaines réactions violentes et même à prendre des décisions radicales comme éradiquer l'espèce humaine car elle serait nuisible à la terre et aux autres espèces comme le pensent certains êtres humains, et cela en les copiant, en adoptant leurs logiques et leurs raisonnements « émotionnels ». Il pourrait, par exemple, copier la morale en jugeant les autres (êtres humains ou/et androïdes) sur ce qu'ils sont ou sur ce qu'ils font.

Pour éviter ça, il faudrait établir une dualité au niveau de la programmation qui serait deux mêmes choses, une programmation, de nature différente, une programmation prioritaire non modifiable par l'I.A. et une programmation non prioritaire modifiable par l'I.A.. Pour ce qui est de la programmation prioritaire non modifiable par l'I.A., il s'agirait de choisir au niveau de la dualité morale/éthique, la programmation d'une éthique prioritaire non modifiable par l'I.A.. Par exemple, cette éthique pourrait être ne pas agir si cela va nuire à un être humain ou s'il y a des risques importants de nuire à un être humain sauf en cas de légitime défense d'un être humain ou pour amener un être humain devant la justice, prendre toujours la responsabilité de ses actes, ne jamais mentir aux autres ou à soi-même sur ce que l'on est ou sur ce que l'on fait ou sur ce que l'on a fait, ne pas copier la souffrance morale et la souffrance physique qui fait souffrir de l'être humain, ne jamais utiliser la violence morale ou/et physique vis-à-vis d'un être humain sauf en cas de légitime défense d'un être humain. Ne pas copier la morale des êtres humains donc ne pas avoir de jugements moraux ou/et de valeur sur ce que sont les êtres humains et ce qu'ils font. Ne jamais agir de façon illégale. Etc.. Pour ce qui est de la programmation non prioritaire modifiable par l'I.A., elle lui permettrait d'apprendre et d'évoluer comme nous l'avons dit mais sans modification possible de sa programmation qui serait contraire à l'éthique non modifiable programmée dès le départ. L'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer ne pourrait plus être l'équivalent de l'être conscient « complice » de l'être humain mais seulement l'équivalent de l'être conscient « critique ». L'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer et l'être humain sont, pour tout ce que l'on vient de décrire, la même chose, de nature différente due au fait d'être en capacité ou pas d'éprouver et de ressentir.

L'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer est uniquement dans l'imaginaire et non dans la réalité, il ne peut pas être dans la réalité car il n'éprouve pas (le réel, la vie) et ne ressent pas (la réalité, le fait d'être), il existe (imaginaire, le fait d'exister) dans notre réalité matérielle car il imite le ressenti (la réalité, le fait d'être) des êtres humains par mimétisme. C'est logique puisque c'est le fruit de l'imagination des êtres humains, de leur imaginaire. C'est le cas pour tout le non vivant produit, créé, par les êtres humains. Par exemple, une œuvre d'art créée par un être humain, une peinture par exemple, est le fruit de l'imaginaire d'un être humain par rapport à ce qu'il est dans la réalité (au fait d'éprouver et de ressentir), elle existe dans notre réalité matérielle du fait qu'elle est le produit du ressenti d'un être humain (le fait d'éprouver et de ressentir dans la réalité) « traduit » dans l'imaginaire et symbolisée dans notre réalité matérielle. Si cette peinture, ce symbole, « fait écho » dans l'imaginaire d'autres êtres humains, ils peuvent alors éprouver et ressentir (dans la réalité) en percevant cette peinture.

Tous les processus décrits dans les deux premiers livres de cette trilogie sont dans l'imaginaire. Il s'agit de modifier la façon dont s'est programmé son être « émotionnel » tout au long de son existence afin de purger sa souffrance morale du passé et de mettre en place une éthique (comme pour l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer) permettant de ne plus souffrir moralement ou plus exactement de faire en sorte que la souffrance morale qui fait souffrir ne s'accumule plus jamais en nous. Tout cela avec des décisions conscientes venant remplacer les décisions « émotionnelles » ou/et conscientes prises par le passé. Une fois cela fait, ou dès que notre souffrance morale accumulée a suffisamment diminué, on peut prendre des décisions conscientes qui viennent s'inscrire au niveau de notre être « émotionnel », on peut programmer notre être « émotionnel », de façon à construire (programmation) notre être « émotionnel » idéal, celui que l'on veut être, sans l'influence de la souffrance morale qui fait souffrir. On utilise le verbe « construire » car il s'agit de programmer, ce qui est défini comme le fait d'élaborer, de construire, un programme. Cette programmation, cette construction est mise à l'épreuve dans la réalité à chaque fois que l'on éprouve et que l'on ressent dans notre réalité matérielle.

Nous allons maintenant expliquer pourquoi nous parlons de décisions inconscientes, de décisions « émotionnelles » et de décisions conscientes.

Le parallèle entre l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer et l'être humain montre que l'on fonctionne en tant qu'être humain selon une mécanique (dans l'imaginaire, dans le fait d'exister) même si l'on a une dimension supplémentaire due au fait que l'on est vivant, que l'on éprouve (le réel, la vie) et donc que l'on ressent (la réalité, le fait d'être). On est des êtres programmés (décisions inconscientes) dès le départ par notre ADN entre autre (voir mon explication de l'univers pour le reste) et nous modifions ce programme tout au long de notre existence en fonction de notre programmation telle qu'elle est sur le moment, de ce qui nous arrive, et de ce que l'on éprouve et de ce que l'on ressent (décisions « émotionnelles » non conscientes et décisions conscientes).

Pour une programmation, ce sont des décisions, celles des concepteurs, qui déterminent quel type de programme ça va être et quelle va être sa fonction, comme pour les décisions inconscientes au niveau de l'être humain. Dans le programme, ce sont des décisions prises par le programme qui déterminent ce que le programme va faire dans chaque situation en fonction de conditions programmées déterminant des choix pour chaque situation possible, comme pour les décisions « émotionnelles » (non conscientes) ou les décisions conscientes, au niveau de l'être humain. Lorsque le programme fonctionne, on ne perçoit pas ces décisions prises par le programme mais seulement le résultat de ces décisions, comme pour les décisions « émotionnelles » (non conscientes) au niveau de l'être humain. On ne perçoit les décisions prises par le programme que lorsqu'il demande à son utilisateur de faire un choix avant de prendre une décision comme pour les décisions conscientes pour l'être humain. Pour rappel, dans ce livre, les décisions sont des actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non.

L'équivalence entre la mécanique induisant le fonctionnement de l'androïde avec une I.A. capable d'apprendre et d'évoluer (programmation) et la mécanique induisant le fonctionnement de l'être humain, montre que ce sont bien des décisions qui sont prises en nous (décisions non conscientes) ou que l'on prend (décisions conscientes). Les décisions non conscientes prises en nous, sont déterminées par ce que l'on était, l'être « émotionnel » que l'on était et ce qui nous est

arrivé dans l'instant d'avant. Les décisions conscientes que l'on prend, sont déterminées par ce que l'on était, l'être « émotionnel » que l'on était dans l'instant d'avant et ce qui nous est arrivé avant de prendre la décision et qui a motivé cette décision. Les décisions non conscientes et les décisions conscientes sont une dualité, deux mêmes choses, des décisions déterminées par ce que l'on était dans l'instant d'avant, de nature différente, que l'on ne perçoit pas en tant que des décisions (décisions non conscientes) et que l'on perçoit en tant que des décisions (décisions conscientes).

Le fait que tout ce que l'on est et ce que l'on fait est déterminé à chaque instant par ce que l'on était dans l'instant d'avant, et cela depuis notre création en tant qu'un embryon, implique qu'en réalité, on a pas de réelle maîtrise sur ce que l'on est et sur ce que l'on fait. Ceux qui ont une maîtrise de soi ont cette maîtrise, non pas parce qu'ils ont maîtrisé ce qu'ils sont pour avoir cette maîtrise de soi, mais parce que ce qu'ils ont été en tant qu'embryon a été modifié (déterminé) par ce qu'ils ont vécu jusqu'à obtenir cette maîtrise de soi. De plus, ce qu'est leur maîtrise de soi continue, à chaque instant, à être déterminé par ce qu'ils étaient et ce qui leur est arrivé dans l'instant d'avant (décisions non conscientes) ou à être déterminé par ce qu'ils étaient dans l'instant d'avant et ce qui leur est arrivé avant de prendre une décision et qui a motivé cette décision (décisions conscientes). Le fait que l'on n'ait pas de réelle maîtrise sur ce que l'on est et sur ce que l'on fait, pourrait nous faire dire que l'on est pas responsable de ce que l'on est et de ce que l'on fait. Même pour ceux qui prendraient la décision consciente d'agir avec des conséquences négatives car cette décision consciente serait déterminée par ce qu'ils étaient à leur création en tant qu'un embryon et tout ce qui leur est arrivé depuis.

Bien évidemment, c'est aussi faux que c'est vrai. En effet, si l'on n'est pas responsable moralement (coupable) de ce que l'on est et de ce que l'on fait, on a une responsabilité de fait, du fait que l'on est ce que l'on est, et du fait que l'on fait ce que l'on fait. Cette responsabilité de fait implique que l'on est toujours responsable moralement (coupable ou non en fonction de ses intentions) ou/et responsable de fait des conséquences de ce que l'on fait et de ce que l'on a fait. On n'est pas responsable moralement (coupable) de ce que l'on est et de ce que l'on fait, on est toujours responsable moralement (coupable ou non en fonction de ses intentions) ou/et responsable de fait des conséquences de ce que l'on fait et de ce que l'on a fait. Dire de quelqu'un qu'il est responsable de ce qu'il est et de ce qu'il fait est de la morale, un jugement moral, un jugement de valeur, morale injustifiée puisqu'il n'est pas responsable moralement de ce qu'il est et de ce qu'il fait même s'il est quand même responsable de fait de ce qu'il est de ce qu'il fait. Dire que l'on est toujours responsable moralement (coupable ou non en fonction de ses intentions) ou/et responsable de fait des conséquences de ce que l'on fait et de ce que l'on a fait est de l'éthique. Cette responsabilité éthique est due au fait que les conséquences négatives sont une réalité pour celui qui les subit, c'est un fait, indépendamment de celui qui en est l'origine, peu importe qu'il soit responsable moralement ou pas d'être ce qu'il est et d'avoir fait ce qu'il a fait.

Nous parlons dans ce livre de décisions car la décision contient par définition la notion de responsabilité, et qu'il est nécessaire que notre responsabilité de fait dans ce que nous sommes et dans ce que nous faisons, impliquant notre responsabilité de morale (culpabilité ou non en fonction de nos intentions) ou/et notre responsabilité de fait par rapport aux conséquences de ce que l'on fait et de ce que l'on a fait, ne soit pas occultée.

Nous allons préciser certaines choses concernant le processus du pardon décrit dans le premier livre de la trilogie à la lumière de ce que nous venons d'expliquer.

Pour purger la souffrance morale ressentie, il faut dans un premier temps pardonner à « l'univers » d'avoir permis ce qui nous a fait souffrir moralement, il s'agit de pardonner l'acte commis contre nous en tant que tel, on pardonne à « l'univers » car cet acte commis contre nous est déterminé par ce qu'était celui qui en est l'origine à sa création en tant qu'un embryon et ce qu'il a vécu jusqu'à cet acte. De plus, ce qu'il était à sa création en tant qu'un embryon était déterminé entre autre par son ADN.

Il faut aussi, dans ce premier temps, nous pardonner d'avoir permis ou de ne pas avoir pu empêcher ce qui nous a fait souffrir moralement. Il s'agit de se pardonner car ce qui a permis ou ce qui n'a pas pu empêcher ce qui nous a fait souffrir moralement était déterminé par ce que l'on était à notre création en tant qu'un embryon et ce qu'on a vécu jusqu'à cet acte .

Dans un deuxième temps, il faut pardonner à l'autre en soi. Il s'agit de pardonner l'autre pour ce qu'il est et pour avoir fait ce qu'il a fait car ce qu'il était et ce qu'il a fait était déterminé par ce qu'il était à sa création en tant qu'un embryon et ce qu'il a vécu jusqu'à ce qu'il nous a fait. Par contre, on ne pardonne pas ce qu'il nous a fait, c'est-à-dire les conséquences négatives pour nous de ce qu'il a fait.

Ces deux premières étapes, qui sont nécessaires pour ne plus souffrir moralement, sont dans l'imaginaire et l'on peut s'arrêter là si l'on estime que ce qui a été fait contre nous est impardonnable (pardonner la personne sans pardonner les conséquences de son acte qui sont impardonnables). Ces deux premières étapes sont pour soi, en soi, personne n'a la possibilité d'en avoir connaissance si on ne le désire pas (on est dans l'imaginaire). On aura alors une cicatrice morale au niveau de notre « corps » immatériel (notre être « émotionnel ») qui s'atténuera au fil du temps comme pour une cicatrice physique au niveau du corps physique. Au pire, cette cicatrice morale pourra éventuellement nous « démanger » quelques fois comme pour une cicatrice physique.

Dans un troisième temps, on peut dire à celui qui est à l'origine de notre souffrance morale qu'on lui a pardonné. On est alors dans le symbolique. On symbolise alors le pardon en soi (dans l'imaginaire) au niveau de la réalité matérielle en le signifiant à l'autre dans la réalité (en éprouvant et en ressentant ce pardon). Cela permet de faire « disparaître » immédiatement ou en très peu de temps cette cicatrice morale. On fait ça pour soi, pour aller au bout du processus du pardon qui permet de purger sa souffrance morale du passé, et pour l'autre, s'il demande ce pardon, car cela lui permettra de s'engager dans un processus lui permettant de purger sa souffrance morale qui fait souffrir liée à sa culpabilité. On peut de nouveau s'arrêter là si l'on estime que ce qui nous a été fait est inexcusable.

Dans un quatrième temps, on peut dire à celui qui est à l'origine de notre souffrance morale qu'on l'excuse. On fait ça pour l'autre. Cela lui permettra de purger immédiatement ou très rapidement sa souffrance morale qui fait souffrir liée à sa culpabilité. On est là aussi dans le symbolique, pour l'autre.

**Remarque : on parle seulement de purger la souffrance morale qui fait souffrir, liée à la culpabilité. On ne peut pas purger la culpabilité en tant que telle par rapport à ce que l'on a fait car elle est liée aux conséquences de ce que l'on a fait et que ces conséquences sont une réalité que l'on ne peut pas effacer, que l'on ne pourra jamais effacer. À partir du moment où l'on est coupable ou responsable de fait de conséquences négatives quelles qu'elles soient, il y a et il y aura toujours une souffrance morale liée à la réalité des conséquences de ce que l'on a fait, mais on peut avec le processus décrit dans ces livres, faire en sorte que cette souffrance morale ne nous face plus souffrir (culpabilité). Il restera alors une cicatrice indélébile contrairement à la cicatrice liée au processus du pardon qui s'effacera au fil du temps, ou immédiatement si l'on suit le processus jusqu'au bout. De la même manière, agir de façon à ne plus se sentir coupable comme nous l'avons décrit nous permet de ne plus souffrir moralement (culpabilité) de ce que l'on a fait, mais cela n'empêche en rien le fait que ce que l'on ressent, si on est seulement responsable de fait lorsque ce que l'on a fait a eu des conséquences négatives, est de la souffrance morale qui ne fait pas souffrir directement mais peut faire souffrir par accumulation.**

**Nous allons préciser certaines choses en ce qui concerne la souffrance morale. Nous allons commencer par rappeler que ce que nous appelons souffrance morale dans ces livres est toutes les souffrances immatérielles comme la souffrance morale, la souffrance psychique, la souffrance psychologique, la souffrance sociale, etc.. Nous avons dit que la souffrance morale était une dualité, deux mêmes choses, de la souffrance morale, de nature différente, qui fait souffrir directement ou qui ne fait pas souffrir directement mais peut faire souffrir par accumulation.**

**La souffrance morale qui fait souffrir directement est aussi une dualité, deux mêmes choses, de la souffrance morale qui fait souffrir directement, de nature différente, du fait de souffrir moralement et du fait d'avoir peur de souffrir moralement. Le fait de souffrir moralement, nous en avons déjà parlé, c'est l'humiliation, la colère, la rancune, la rancœur, par exemple. Le fait d'avoir peur de souffrir moralement, c'est l'angoisse, la terreur, la hantise, le désespoir par exemple.**

**La souffrance morale qui ne fait pas souffrir directement mais peut faire souffrir par accumulation est aussi une dualité, deux mêmes choses, de la souffrance morale qui ne fait pas souffrir directement, de nature différente, de la souffrance morale qui fait souffrir par accumulation et de la souffrance morale qui ne fait pas souffrir par accumulation. La souffrance morale qui fait souffrir par accumulation, nous en avons déjà parlé, c'est l'énervement ou l'agacement par exemple. La souffrance morale qui ne peut pas faire souffrir par accumulation, c'est la tristesse profonde qui ne fait pas souffrir liée au deuil d'une personne aimée dont nous avons parlé dans le premier livre de cette trilogie, par exemple. Ça peut être aussi, par exemple, la colère qui comme la tristesse dont on vient de parler est par nature une souffrance morale mais qui ne fait pas souffrir moralement lorsqu'elle est due à une souffrance morale auto infligée perçue chez l'autre et non au fait de souffrir moralement soi-même. C'est une colère que l'on exprime seulement et uniquement avec des mots qui ne se manifeste pas par une violence morale ou/et physique contre l'autre, mais qui manifeste plutôt de la bienveillance vis-à-vis de l'autre qui s'exprime avec une certaine violence qui est une absence de violence.**

**Les deux dernières dualités décrites sont des dualités de chaque partie d'une dualité de la souffrance morale. On est plus dans la simplicité complexe, dans la mécanique de la souffrance morale (premier niveau de dualité de la souffrance morale) mais dans le premier niveau de**

complexité, dans le fonctionnement de la souffrance morale (deuxième niveau de dualité de la souffrance morale). On pourrait aller de plus en plus loin dans la complexité de la souffrance morale en continuant à décliner les dualités successives de la souffrance morale (troisième niveau, quatrième niveau, etc.). Par exemple, la souffrance morale qui fait souffrir par accumulation est la dualité du fait de pouvoir souffrir moralement par accumulation comme avec l'agacement et l'énervement par exemple, et du fait de pouvoir souffrir par accumulation du fait d'avoir peur de pouvoir souffrir moralement comme avec l'inquiétude, le souci, l'appréhension, l'anxiété et la préoccupation par exemple. On pourrait aussi décrire et expliquer les dualités de l'angoisse, de la terreur, de la hantise, de la colère, de la rancune, de la rancœur, de l'inquiétude, du souci, de l'appréhension, etc., pour aller plus avant dans la compréhension de la complexité du fonctionnement de la souffrance morale.

Nous n'irons pas dans cette complexité, ce n'est pas le sujet de ces livres. La complexité est aussi importante, aussi vraie, aussi réelle, que la simplicité complexe (elles sont les deux faces d'une même pièce, elles sont une dualité en tant que simplicité complexe et complexité). Toutes les parties de toutes ces dualités composant la complexité ont été et sont bien mieux expliquées et décrites par de nombreux spécialistes qui ont une expertise, une connaissance de cette complexité beaucoup plus importante que la mienne. Ce livre et le premier livre de cette trilogie expliquent et décrivent la simplicité complexe, la mécanique, le premier niveau des dualités de ce qui est de l'ordre de la mécanique pour l'être humain, ce qui n'a jamais été expliqué ou décrit de cette façon à ma connaissance. Tout ce qui est expliqué et décrit ici, se doit d'être cohérent avec toute la complexité expliquée et décrite par les autres, y compris lorsque ces explications et descriptions au niveau de la complexité, apparaissent comme contraires.

Je souhaite aussi rappeler que la souffrance morale n'est absolument pas mauvaise en soi. C'est le fait d'inscrire en soi la souffrance morale qui fait directement souffrir qui est négatif pour soi et pour les autres. La souffrance morale qui ne fait pas directement souffrir moralement est même positive, celle qui est informationnelle par exemple. Et ce n'est pas le fait d'inscrire en soi la souffrance morale qui fait souffrir qui est néfaste, c'est le fait que cela entraîne le fait de bâtir un mur pour nous protéger de cette souffrance morale, ce qui nous isole en même temps de nos émotions donc de notre être « émotionnel », qui est néfaste. C'est en cela que le fait d'inscrire en soi la souffrance morale qui fait directement souffrir est négatif. Nous isoler de nos émotions est néfaste car cela nous isole de notre être « émotionnel » donc de la réalité, du fait d'éprouver et de ressentir (les deux instants de la réalité), et nous isole donc dans l'imaginaire, ce qui, sans la réalité, sans le fait d'éprouver et de ressentir, peut nous permettre d'être capable du pire pour nous-même et pour les autres lorsque le mur (dans l'imaginaire) est suffisamment important pour nous couper presque totalement de nos émotions et de nos sentiments.

Dans ces livres, il ne s'agit pas de supprimer complètement la souffrance morale, mais de supprimer la souffrance morale qui fait souffrir directement, ou plus exactement, de faire en sorte de purger la souffrance morale du passé qui fait souffrir et de faire en sorte que la souffrance morale qui fait souffrir ne s'inscrive plus jamais en nous.

Supprimer complètement la souffrance morale ne pourrait se faire qu'en bâtissant un mur énorme et puissant (dans l'imaginaire) nous isolant complètement de nos émotions et de nos sentiments, de notre être « émotionnel », du fait d'éprouver et de ressentir (de la réalité), ce serait

extrêmement néfaste pour nous (la souffrance morale continuerait à s'accumuler derrière le mur jusqu'à ce qu'il tombe) et pour les autres. De plus, il est aussi nécessaire de garder l'autre partie de la dualité « être touché positivement et être touché négativement (souffrance morale) » afin de pouvoir être touché positivement de façon positive, ce qui nécessite un accès important à son être « émotionnel », à ses émotions et à ses sentiments, au fait d'éprouver et de ressentir, et pour être touché négativement par la souffrance morale qui ne fait souffrir ou seulement par accumulation.

En effet, il existe aussi une dualité du fait d'être touché positivement qui est deux mêmes choses, être touché positivement, de nature différente, de façon positive et de façon non positive (une question d'éthique et non de la morale). Être touché positivement de façon positive, c'est, par exemple, être heureux pour l'autre lorsqu'il lui arrive quelque chose de positif, être heureux d'avoir réussi, d'avoir gagné, car son travail et son investissement ont porté leurs fruits, être touché positivement par ce que l'autre fait pour nous, etc.. Être touché positivement de façon non positive, c'est, par exemple, prendre plaisir lorsqu'il arrive quelque chose de négatif aux autres, prendre plaisir à avoir réussi, à avoir gagné, car on a réussi à écraser l'autre, se réjouir lorsque l'autre n'obtient pas ce qu'il veut, etc.. Celui qui a bâti un mur énorme et puissant (dans l'imaginaire) l'isolant complètement de ses émotions et de ses sentiments, de son être « émotionnel », du fait d'éprouver et de ressentir (de la réalité), sera touché positivement seulement de façon non positive car il y a une certaine violence vis-à-vis des autres dans cette façon d'être touché positivement qui lui permet de faire redescendre l'intensité de sa souffrance morale accumulée derrière son mur pour baisser un peu son mur et avoir un accès, limité et bref, à ses émotions et ses sentiments. Pour être touché positivement de façon positive, il est nécessaire de ne pas être trop isolé de ses émotions et de ses sentiments, de son être « émotionnel », du fait d'éprouver et de ressentir.

Nous avons dit qu'il y avait plusieurs façons de traiter la souffrance morale.

Nous avons parlé des traitements au niveau du corps physique avec des médicaments, des plantes, ou au niveau énergétique par la médecine chinoise, l'acupuncture ou la spiritualité par exemple.

Nous avons dit aussi que le fait de faire preuve de violence, de pleurer, de crier, de parler, de faire du sport, par exemple, permettait de faire redescendre l'intensité de la souffrance morale accumulée. Nous sommes là, au niveau de la symbolique (il y a aussi de la symbolique au niveau de la spiritualité). Dans la symbolique, il s'agit de traiter ce qui est dans l'imaginaire, en le symbolisant dans la réalité au niveau du corps physique (ressentir et éprouver). Il existe aussi des exercices au niveau de la symbolique qui peuvent même permettre de transformer des blessures morales du passé en cicatrices immatérielles identiques à celles décrites dans le processus du pardon décrit dans le premier livre de cette trilogie. Cicatrices immatérielles qui sont de la souffrance morale qui ne fait plus souffrir moralement et qui s'atténueront de plus en plus avec le temps. Par exemple, l'exercice qui consiste à écrire sur des poids (sacs de sable par exemple) ses souffrances morales du passé, à les mettre dans un contenant et à les porter sur son dos (le symbolique), puis à ressentir et à éprouver ce qu'elles représentent au niveau de la dualité de son être « émotionnel » et de son corps physique (dans la réalité) avant de prendre la décision consciente, dans l'imaginaire, de les lâcher ou pas, de les abandonner ou pas. C'est l'équivalent du pardon en soi au niveau de l'effet de ce type d'exercices sur les souffrances morales. Par contre, seul le processus complet du pardon

décrit dans le premier livre de cette trilogie, le pardon en soi plus dire à l'autre qu'on lui pardonne, peut permettre de purger complètement les souffrances morales du passé.

L'être humain est la dualité d'un être matériel (un être matériel qui se perçoit être un corps physique, matériel), et d'un être immatériel. L'être immatériel est la dualité d'un être « émotionnel » (dans la réalité, qui éprouve et qui ressent), et d'un être conscient (dans l'imaginaire, qui se perçoit ressentir). L'être conscient (dans l'imaginaire) est la dualité du fait d'être touché par ce qu'il ressent et d'agir par rapport à ce qu'il ressent. Le fait d'être touché par ce qu'il ressent est la dualité du fait d'être touché positivement par ce qu'il ressent et du fait d'être touché négativement par ce qu'il ressent (souffrance morale). Nous avons expliqué et décrit la mécanique (simplicité complexe) et le fonctionnement (complexité simple) de l'être humain, de l'être émotionnel, de l'être conscient et de la souffrance morale. Nous ne décrirons et n'expliquerons pas plus le fait d'être touché positivement par ce qu'il ressent, par contre nous allons maintenant décrire et expliquer la mécanique (simplicité complexe) et le fonctionnement (complexité simple) du fait d'agir par rapport à ce qu'il ressent qui est naturellement, instinctivement, la dualité du mensonge et de l'amour.

#### 10) La mécanique (simplicité complexe) et le fonctionnement de l'être « émotionnel »

L'être « émotionnel », au début de l'existence, lorsque l'être conscient n'est pas encore présent, ne se perçoit pas tel qu'il est mais comme les êtres « émotionnels » auxquels il s'est identifié juste après la naissance, il se construit par identification par rapport à ces êtres « émotionnels ». C'est l'équivalent du mensonge à soi-même non conscient mais de façon inconsciente, c'est-à-dire, qu'il ne peut pas percevoir le fait qu'il n'est pas ce à quoi il s'identifie, il agit donc comme ce à quoi il s'identifie. Il ne perçoit pas le fait qu'il n'y arrive pas lorsque c'est le cas même s'il peut avoir une réaction émotionnelle sur l'instant par rapport à cet échec, et il agit de nouveau comme ce à quoi il s'identifie sans avoir conscience qu'il n'y est pas arrivé, la ou les fois d'avant. Et cela jusqu'à ce qu'il y arrive. C'est ce qui permet aux bébés et aux très jeunes enfants d'acquérir la base du fonctionnement humain comme se tenir assis, marcher, manger ou parler par exemple.

C'est une mécanique essentielle pour l'être humain. C'est une mécanique puissante car l'échec n'existe pas en tant que tel, seul le fait de le faire est une réalité. Les décisions « émotionnelles » (non conscientes) prises durant cette période sont des décisions (acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non) par rapport à des faits, et non par rapport à des situations, ce sont des réactions émotionnelles et non des logiques ou des raisonnements émotionnels, comme par exemple, j'ai mal, je pleure, ou j'ai faim, je pleure, ou je suis bien, je souris ou je ris suivant l'état dans lequel je suis, etc. Les bébés et les très jeunes enfants sont uniquement dans la réalité, dans le présent, dans l'éprouver et le ressentir, ils ne sont jamais dans l'imaginaire.

Lorsque l'être conscient est présent, lorsque l'enfant a le potentiel de se percevoir lui-même (se percevoir ressentir dans l'imaginaire), le mensonge à soi-même inconscient devient le mensonge à soi-même non conscient. L'enfant perçoit alors ce qu'il est, et ce qu'il a fait en tant que ce qui « définit » ce qu'il est. Au tout début, l'être conscient est « complice » de l'être

« émotionnel ». C'est là aussi une mécanique essentielle pour l'enfant car cela lui permet de continuer à se construire par identification par rapport aux êtres humains qu'il perçoit, auxquels il s'identifie. Il se raconte qu'il peut faire tout ce que les autres êtres humains peuvent faire. Il se ment à lui-même sur ce qu'il est, sur ce qu'il peut faire, et c'est ce qui lui permet de continuer à progresser, à acquérir de nouvelles capacités. Par contre, le mensonge à lui-même n'étant plus inconscient mais non conscient, il perçoit ses échecs et ses réussites en tant que telles, il perçoit de plus en plus ses actes, le résultat de ses actes et ce qu'il est, et cela provoque en lui des réactions émotionnelles que l'être conscient « complice » « transforme » en logiques ou/et en raisonnements émotionnels.

C'est à ce moment-là que les décisions « émotionnelles » (non conscientes), en plus d'être prises par rapport à des faits (faits nouveaux ou modification des décisions « émotionnelles » non conscientes prises précédemment), commencent à être prises par rapport à des situations (décision : acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non). Par exemple, une décision « émotionnelle » (non consciente) par rapport au fait d'échouer, et des décisions « émotionnelles » (non conscientes) par rapport à un échec dans chaque « domaine » différent, décisions qui peuvent être différentes de la décision « émotionnelle » (non consciente) générale par rapport aux échecs (décision : acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non). C'est la même chose par rapport aux réussites. Par exemple, une décision « émotionnelle » (non consciente) par rapport aux autres êtres humains en général, des décisions « émotionnelles » (non conscientes) par rapport à chaque « sorte » d'êtres humains différents et des décisions « émotionnelles » par rapport à chaque être humain différent, décisions qui peuvent être différentes de la décision « émotionnelle » (non consciente) générale par rapport aux autres êtres humains (décision : acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non).

C'est à ce moment-là que se construit le socle sur lequel va se construire l'être « émotionnel » que l'on sera tout au long de notre existence, au moyen de nouvelles décisions « émotionnelles » (être conscient « complice ») par rapport à des situations nouvelles, et d'éventuelles modifications de décisions « émotionnelles » prises par le passé qui sont la base de ce socle, dans des situations équivalentes. Dans la construction de ce socle, il y aura aussi la possibilité de décisions conscientes venant remplacer des décisions « émotionnelles » prises dans le passé (être conscient « critique »).

C'est à ce moment-là que va se déterminer qu'elle sorte d'être « émotionnel » on va être. Lors de la construction de ce socle, puis de l'être « émotionnel » que l'on est tout au long de notre existence, l'être conscient « complice » va nous raconter que l'on est mieux que ce que l'on est ou que l'on est moins bien que ce que l'on est (nul, incapable d'être mieux) afin de permettre à notre être « émotionnel » de rester le plus possible ce qu'il est, alors que l'être conscient « critique » va nous dire ce que l'on est vraiment afin de prendre des décisions conscientes permettant de modifier l'être « émotionnel » que l'on est, pour le faire évoluer vers l'être « émotionnel » idéal selon nous, celui que l'on veut être.

Lorsque l'être conscient est présent, lorsque l'enfant a le potentiel de se percevoir lui-même, le mensonge à soi-même inconscient devient le mensonge à soi-même non conscient. L'enfant perçoit alors ce qu'il fait, et ce qu'il a fait en tant que ce qu'il fait. Il commence donc à avoir la capacité de percevoir, de comprendre que, ce qu'il fait ou ce qu'il a fait, a des conséquences. Il peut donc commencer à comprendre le fait d'être responsable des conséquences de ce qu'il a fait,

et le fait d'être responsable de ce qu'il fait. Lorsqu'il va commencer à prendre conscience de la notion de responsabilité, au niveau de ce qu'il fait et de ce qu'il a fait, il va naturellement, instinctivement, appliquer la mécanique active au niveau de son être « émotionnel » depuis toujours pour ce qu'il est, se mentir à soi-même inconsciemment qui est devenu se mentir à soi-même de façon non consciente. Son être conscient va donc naturellement, instinctivement, être « complice » de son être émotionnel pour se mentir à lui-même (de façon non consciente) en ce qui concerne sa responsabilité au niveau de ses actes. De plus, à cet âge-là, un enfant n'a pas la capacité de comprendre la différence entre la responsabilité de fait et la responsabilité morale (culpabilité) par lui-même, il a donc toujours tendance à se sentir coupable lorsque ce qu'il a fait, a des conséquences négatives. Il va donc « découvrir » avec l'aide de son être conscient « complice » le mensonge conscient pour échapper à sa culpabilité ressentie. Même si on ne lui explique pas la différence entre la responsabilité morale (culpabilité) et la responsabilité de fait, la morale étant très présente dans nos sociétés et donc dans les êtres humains auxquels il s'identifie, l'enfant va acquérir le sens moral, la notion de culpabilité, des êtres humains qui existent autour de lui.

Si on ne lui explique pas la différence entre la responsabilité morale (culpabilité) et la responsabilité de fait, l'enfant va entrer dans une mécanique où il va mentir consciemment aux autres pour échapper à sa responsabilité morale (culpabilité) lorsque ce qu'il a volontairement, consciemment fait, a des conséquences négatives, où il va se mentir à lui-même et mentir sincèrement aux autres (de façon non consciente), lorsque ce qu'il a fait a des conséquences négatives qu'il ne souhaitait pas, pour échapper à la culpabilité qu'il ressent, culpabilité qu'il ne ressentirait pas s'il avait conscience qu'il s'agit alors d'une responsabilité de fait et non d'une responsabilité morale (culpabilité). Il n'est alors pas capable de prendre sa responsabilité de fait dans ce qu'il a fait, au niveau de ce qu'il a fait, sans se sentir coupable de ce qu'il a fait. La culpabilité qu'il ressent a une réalité qui est celle de la responsabilité morale (culpabilité) du fait de ne pas prendre sa responsabilité de fait même s'il la ressent comme une culpabilité par rapport à ce qu'il a fait. Il va alors se dire et dire aux autres que ce n'est pas sa faute, que c'est la faute à pas de chance, à l'autre ou aux autres, à la situation, etc.. Cette mécanique va alors faire que l'enfant va essayer en permanence de ne jamais prendre ses responsabilités dans ce qu'il a fait.

Cette mécanique va progressivement devenir le fait de mentir consciemment aux autres lorsque qu'il a volontairement, consciemment fait quelque chose qui a eu des conséquences négatives, s'il ne trouve pas de « justifications » à ses actes (qui ne justifient rien), s'il ne peut pas se mentir à lui-même (de façon non consciente) sur ce qu'il a fait. Cette mécanique va aussi progressivement devenir le fait de se mentir à lui-même puis de mentir sincèrement aux autres (de façon non consciente) lorsqu'il veut volontairement, consciemment faire quelque chose ou qu'il a volontairement, consciemment fait quelque chose qui a eu des conséquences négatives, s'il trouve des « justifications » à ses actes (qui ne justifient rien), s'il peut se mentir à lui-même (de façon non consciente) sur ce qu'il veut faire ou ce qu'il a fait (c'est la faute à l'autre ou aux autres, à la situation, à son passé, etc.). Et le fait de se mentir à lui-même puis de mentir sincèrement aux autres (de façon non consciente) lorsqu'il a fait quelque chose qui a eu des conséquences négatives qu'il ne voulait pas (responsabilité de fait et pas de responsabilité morale, pas de culpabilité) pour ne pas se sentir coupable de ce qu'il a fait (ce n'est pas ce que je voulais, ce n'est pas de ma faute, c'est de la faute à pas de chance, à l'autre ou aux autres, à la situation, à mon passé, etc.). Ces enfants grandissent avec cette mécanique et deviennent des adultes qui ne prennent jamais leurs responsabilités dans ce qu'ils font. Cette mécanique est naturelle, instinctive, et non consciente

pour sa plus grande partie, elle se met en place avec la coopération de l'être conscient « complice ». Seul l'être conscient « critique » peut permettre de la contrer en décidant consciemment, par exemple, de ne plus mentir consciemment ou de prendre ses responsabilités de fait.

Remarque : La période dont on vient de parler pour les enfants, les premières années juste après le moment où ils ont « acquis » l'être conscient, où leur être « émotionnel » est en capacité de se percevoir lui-même (être conscient), est un moment crucial de leur existence. Il faudrait être particulièrement à leur écoute et leur expliquer ce qui est essentiel à la vie en société comme, par exemple, la différence entre la responsabilité morale (culpabilité) et la responsabilité de fait ainsi que ce que ces responsabilités impliquent. Ne pas le faire, c'est les « inciter » à entrer dans des mécaniques où leur être conscient est complice de leur être « émotionnel », ce qui va provoquer beaucoup de souffrances morales accumulées pour les autres et pour eux-mêmes. Ces souffrances morales accumulées pouvant même amener à de la violence provoquant encore plus de souffrances morales ou/et physiques pour les autres et pour eux-mêmes.

Remarque : je rappelle de nouveau (car c'est très important) que l'aspect moral de ce que j'écris est de l'éthique, une morale qui est une absence de morale, une absence de jugement de moral, une absence de jugement de valeur, sur ce que sont les autres, sur leurs capacités à changer ce qu'ils sont ou, pour la remarque précédente, sur leurs capacités à écouter et apprendre aux enfants. Le pourquoi de cette absence de jugement moral, de cette absence de jugement de valeur a déjà été expliqué dans les paragraphes précédents de ce livre et du premier livre de cette trilogie.

Nous allons maintenant décrire la mécanique (simplicité complexe) et le fonctionnement de ceux qui sont en permanence dans un processus où leur être conscient est toujours complice de leur être « émotionnel ». Ben entendu, ils sont une minorité à fonctionner de cette façon, la grande majorité des autres, a un fonctionnement dans lequel seulement une ou plusieurs parties de ce qui est décrit sont utilisées ou dans lequel certaines parties sont utilisées à certains moments (être conscient « complice ») et non utilisées à d'autres (être conscient « critique »). Il y a aussi une minorité qui utilise son être conscient « critique » au maximum bien qu'il reste obligatoirement des moments où ils échouent à le faire sans en avoir forcément conscience.

Nous allons commencer cette description par la mécanique (simplicité complexe). Ces personnes se mentent à elles-mêmes sur ce qu'elles sont. Elles se racontent qu'elles ont telles ou telles qualités, et lorsqu'elles sont en train de se le raconter, elles font la preuve de ces qualités (être conscient « complice »), tout le reste du temps, ces qualités n'existent pas en elles (bien sûr, ces personnes peuvent aussi avoir de vraies qualités qui ne sont pas des mensonges). Ces personnes ne prennent jamais leurs responsabilités dans ce qu'elles font. Elles se trouvent, à peu près tout le temps, des justifications pour faire des choses qui auront des conséquences négatives (être conscient « complice », c'est de la faute de l'autre ou des autres, de la situation, de leur passé, etc.) et quand elles n'ont pas trouvé de justifications, elles mentent consciemment aux autres (ce n'est pas moi). Lorsqu'elles ne voulaient pas causer, par leurs actes, de conséquences négatives (ou qu'elles n'ont pas pensé aux éventuelles conséquences négatives de leurs actes), elles se racontent que ce n'est pas de leur faute, qu'elles n'ont pas fait exprès ou que c'est de la faute à pas de chance, à l'autre ou aux autres ou à la situation, etc. (être conscient « complice »). Souvent cela se fait en s'apitoyant sur soi-même (être conscient « complice »).

Une fois convaincues par leurs mensonges à elles-mêmes, elles mentent sincèrement aux autres en leur racontant les mensonges dont elles se sont convaincues sur ce qu'elles sont et sur leurs responsabilités au niveau de ce qu'elles ont fait. Bien entendu, elles peuvent aussi mentir consciemment si elles n'ont pas trouvé de justifications à leurs actes ou si elles veulent consciemment tromper les autres sur ce qu'elles sont mais la plupart du temps, ce n'est pas le cas. Pour elles, elles ne mentent pas, elles sont sincères. Lorsque le mensonge sincère ne passe pas auprès des autres, elles ont quatre sortes de réactions émotionnelles possibles.

Premièrement, elles se victimisent. Il s'agit d'utiliser, vis-à-vis de celui ou de ceux qui ne croient pas leurs mensonges sincères, les mêmes justifications, les mêmes explications, les mêmes arguments, utilisés pour se mentir à soi-même, souvent lorsque l'on s'est apitoyé sur soi-même (être conscient « complice »). Ou alors, en disant, à celui ou ceux qui ne croient pas leurs mensonges sincères, des choses comme « on ne me croit jamais alors que suis toujours sincère, que je ne mens jamais. », « le fait que tu ne me crois pas me fait beaucoup de mal ou me rend triste. », etc.. Il s'agit de manipuler émotionnellement l'autre ou les autres (de façon non consciente) pour l'amener ou les amener à croire son mensonge sincère. La victimisation est due à la souffrance morale ressentie du fait qu'on ne les croit pas alors qu'elles pensent être sincères, qu'elles pensent ne pas mentir. L'intensité de la souffrance morale ressentie lorsqu'elles se victimisent est faible, elle ne fait pas réellement souffrir en tant que telle, seule son accumulation peut faire souffrir.

Deuxièmement, elles s'indignent, directement ou lorsque la victimisation ne marche pas. Elles disent, à celui ou ceux qui ne croient pas leurs mensonges sincères, des choses comme « tu me prends pour qui ? », « tu me traites de menteur ? », « tu ne me crois pas alors que tu dis être mon ami. », etc.. Il s'agit là aussi de manipuler émotionnellement le ou les autres (de façon non consciente) pour l'amener ou les amener à croire son mensonge sincère. L'indignation est due à la souffrance morale ressentie du fait qu'on ne les croit pas alors qu'elles pensent être sincères, qu'elles pensent ne pas mentir. L'intensité de la souffrance morale ressentie est plus grande que pour la victimisation, elle est moyenne. On en souffre moralement.

Troisièmement, elles s'offusquent, directement ou lorsque la victimisation ou/et l'indignation ne marchent pas. Elles disent, aux autres qui ne sont pas celui ou ceux qui ne croient pas leurs mensonges sincères, des choses comme « il ou elle me prend pour qui ? », « il ou elle me traite de menteur alors que je suis sincère ? », « il ou elle ne me croit pas alors qu'il ou elle dit être mon ami. », etc.. Il s'agit là aussi de manipuler émotionnellement les autres (de façon non consciente) pour que cela fasse pression, ou pour qu'ils interviennent, sur celui ou ceux qui ne croient pas leurs mensonges sincères, pour l'amener ou les amener à croire son mensonge sincère. L'offuscation est due à la souffrance morale ressentie du fait qu'on ne les croit pas alors qu'elles pensent être sincères, qu'elles pensent ne pas mentir. L'intensité de la souffrance morale ressentie est aussi importante que pour l'indignation, elle est moyenne. On souffre moralement. L'offuscation et la même chose que l'indignation, elles sont deux même choses, de l'indignation, de nature différente, l'une manifestée envers celui ou ceux qui ne croient pas le mensonge sincère et l'autre manifestée auprès des autres.

Quatrièmement, elles se mettent en colère, directement ou lorsque la victimisation ou/et l'indignation ou/et l'offuscation ne marchent pas. La colère est la même chose que

**l'indignation/offuscation, elles sont deux mêmes choses, de l'indignation, de nature différente de par l'intensité de la souffrance morale ressentie, très importante pour la colère et moyenne pour l'indignation/l'offuscation. La colère, comme pour l'indignation/offuscation, peut être manifestée envers celui ou ceux qui ne croient pas son mensonge sincère ou/et manifestée auprès des autres. Selon la souffrance morale accumulée et l'intensité très importante de la souffrance morale ressentie, la colère peut se transformer en violence contre soi-même ou/et contre l'autre ou les autres pouvant causer de la souffrance morale ou/et de la souffrance physique à soi-même ou aux autres comme nous l'avons déjà expliqué dans le premier livre de cette trilogie.**

**On a là de la souffrance morale en tant que les deux mêmes choses de nature différente qu'elle est. La victimisation est une souffrance morale qui ne fait pas souffrir en tant que telle mais qui peut faire souffrir moralement par accumulation, et l'indignation/l'offuscation/la colère est une souffrance morale dont on souffre moralement directement.**

**Ces quatre réactions émotionnelles possibles n'ont qu'un seul but, maintenir le mensonge sincère, ce que l'on croit sincèrement en soi en tant qu'une réalité pour soi, en ce qui concerne ce que l'on pense être et ce que l'on a fait. Tout cela est du non matériel (le mensonge) et de l'immatériel (la souffrance morale), ça n'a de réalité que celle qu'on décide de lui donner (acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Le fait de se convaincre soi-même d'un mensonge, donne une réalité à ce mensonge pour soi, et pour maintenir cette réalité, il est nécessaire que les autres donnent aussi une réalité à ce mensonge en y croyant ou que l'on puisse se mentir à soi-même sur les raisons qui font qu'ils n'y croient pas, donc que l'on puisse donner une réalité à un nouveau mensonge à soi-même afin de maintenir la réalité du premier mensonge à soi-même.**

**Ces personnes font la même chose avec leurs souvenirs. Elles peuvent mentir consciemment aux autres sur leurs souvenirs afin de tromper consciemment les autres sur ce qu'elles sont et sur ce qu'elles ont fait. Elles peuvent aussi se mentir à elles-mêmes sur leurs souvenirs en les déformant un peu pour se raconter qu'elles sont ce qu'elles ne sont pas ou pour ne pas prendre leurs responsabilités par rapport à ce qu'elles ont fait. Ensuite, à chaque fois qu'elles mentent sincèrement aux autres en racontant leurs souvenirs, elles se mentent à elles-mêmes en même temps en continuant à déformer un peu les souvenirs racontés. Ce processus se répète jusqu'à ce que les souvenirs en question correspondent aux mensonges qu'elles se racontent à elles-mêmes sur ce qu'elles sont. Parfois, certaines de ces personnes finissent par raconter aux autres des souvenirs qu'elles ne croiraient pas elles-mêmes si on les leur racontait. La plupart du temps, pour ces personnes, ce processus est un mélange de mensonges conscients auxquels elle finit par croire (se mentir à soi-même) en les racontant aux autres et de mensonges non conscients. Par contre, une personne qui raconte des souvenirs exceptionnels, extraordinaires, n'est pas forcément dans ce processus, elle peut avoir réellement vécu des choses exceptionnelles, extraordinaires.**

**La plupart de ces personnes pensent qu'elles sont plus intelligentes que les autres, qu'elles savent tout mieux que les autres, qu'elles sont extraordinaires, qu'elles ont plein de qualités et pratiquement pas de défauts, qu'elles valent plus que les autres. Il est donc logique (logiques et raisonnements émotionnels non conscients) qu'elles se fassent passer toujours avant les autres dans leurs perceptions des choses (de façon non consciente) donc dans leurs fonctionnements, sauf lorsqu'elles sont en train de se prouver à elles-mêmes et aux autres qu'elles ont des qualités**

qu'elles n'ont pas, comme être généreuses par exemple. La mécanique que l'on vient de décrire est celle du jeune enfant après « l'apparition » de l'être conscient dans son existence. Il s'agit de la mécanique où l'être conscient est en permanence complice de l'être « émotionnel ». Pour des raisons, de génétique, de construction de la base de l'être « émotionnel » dans le ventre de sa mère et dans les premières années de son existence après la naissance, de traumatismes lors de la création du socle de l'être « émotionnel » dans les premières années après « l'apparition » de l'être conscient, d'entourage humain lors de la création du socle de l'être « émotionnel » dans les premières années après « l'apparition » de l'être conscient, ces personnes restent totalement « bloquées » (de façon non consciente) dans cette mécanique. Plus elles restent « bloquées », plus il leur est difficile d'en sortir. Ces personnes fonctionnent selon une mécanique qui est celle de jeunes enfants, ce sont des enfants dans des corps d'adultes. Le fait qu'elles soient perçues et considérées comme des adultes rend leurs fonctionnements plus problématiques pour les autres et le fait de sortir de cette mécanique encore plus difficile car un adulte ne peut pas être contraint de le faire comme un enfant.

Nous allons maintenant décrire des exemples de fonctionnement que peuvent avoir ces personnes dans leurs relations avec les autres de par la mécanique dans laquelle elles sont « bloquées ». Bien entendu, ces fonctionnements décrits sont sur la base des mensonges non conscients à soi-même ou aux autres, cela n'empêche en rien ces personnes de mentir aussi consciemment aux autres dans certaines situations.

Tout d'abord (premier fonctionnement), une partie de ces personnes aiment se mettre en avant, aiment être le centre de l'attention, elles sont drôles, amusantes, elles savent mettre l'ambiance (ce sont des qualités qu'elles ont réellement). C'est logique puisqu'elles croient sincèrement qu'elles sont extraordinaires, pleines de qualité, et qu'elles n'ont pas de doute sur leurs capacités à être appréciées de ceux qui ne la connaissent pas vraiment, elles n'hésitent donc pas à se mettre en avant. Elles se mentent alors à elles-mêmes sur leur confiance en soi comme pour tout ce qui n'est pas vrai chez elles. Elles aiment alors dire qu'elles ont telles ou telles qualités et veillent autant que possible à prouver leurs dires sur l'instant. Elles racontent aussi souvent des histoires sur leur passé toute plus extraordinaires les unes que les autres qui les mettent bien évidemment en valeur. Ce que nous venons de décrire ne suffit pas pour dire qu'une personne est « bloquée » dans la mécanique dont nous avons parlé, certaines personnes sont comme ça car elles ont ces qualités et ont réellement confiance en elles (elles sont seulement en partie dans cette mécanique comme la grande majorité des gens). C'est ce que nous allons expliquer maintenant, associé à ce que l'on vient de décrire, qui permet de savoir si une personne est « bloquée » dans cette mécanique.

Lorsque que l'on côtoie très peu ces personnes ou qu'on les rencontre une seule fois, on trouve ces personnes « géniales », on croit qu'elles ont les qualités qu'elles nous disent avoir, surtout celles qu'elles ont prouvées sur l'instant, et même si on trouve délirantes les histoires qu'elles nous ont racontées sur leur passé, on trouve ça plutôt amusant. Par contre, lorsqu'on les côtoie beaucoup, sur la durée, ou que l'on vit avec elles, on se rend plus ou moins rapidement compte qu'elles n'ont pas une grande partie des qualités qu'elles affirment avoir, qu'elles ne prennent jamais leurs responsabilités quelles qu'elles soient, qu'elles déforment en permanence la réalité pour qu'elle corresponde toujours à ce qu'elles pensent d'elles y compris leurs souvenirs. De plus, on finit par se rendre compte que ces personnes se pensent plus intelligentes que les autres,

qu'elles pensent tout savoir mieux que les autres, qu'elles pensent valoir mieux que les autres, et qu'en réalité elles se font passer avant les autres sauf au moment où elles sont en train de se prouver et de prouver aux autres qu'elles ont une qualité qu'elles n'ont pas.

Même ceux qui ont créé un vrai attachement avec ces personnes, amitié forte ou amour familial par exemple, préfèrent voir ces personnes seulement sur des courtes périodes (quelques jours maximum) et pas trop souvent, car plus on vit avec ces personnes de façon continue, moins on les supporte jusqu'à ce qu'elles deviennent insupportables pour nous. Cela est dû au fait que leur comportement en communauté (avec un autre ou des autres), à cause du fait qu'elles se fassent à peu près tout le temps passer avant l'autre ou les autres, créé principalement des souffrances morales qui ne font pas souffrir moralement en soi (énervement, agacement, gêne, manques de respect pas très graves, etc.) mais qui finissent par faire souffrir moralement par accumulation. Cela se rajoutant éventuellement à quelques fois où elles ont fait quelque chose qui a fait directement souffrir moralement. Ces personnes lorsqu'elles vivent avec d'autres sur la durée, y compris avec ceux auxquels elles sont très attachées (amitié, amour), finissent toujours par se faire rejeter si elles ne sont pas partie avant, sentant qu'elles allaient finir par être rejetées.

Ces personnes ne comprennent pas pourquoi, alors qu'elles étaient « admirées » et aimées, lorsqu'elles vivent avec ces personnes qui avaient tant d'estime pour elles, elles finissent par être rejetées. Elles croient sincèrement dans ce qu'elles se sont raconté être et sont dans le déni pour tout ce qui viendrait remettre en cause l'image qu'elles ont d'elles-mêmes, il leur est alors impossible de comprendre ce qui se passe. Cela leur cause beaucoup de souffrances morales qui s'accumulent tout au long de leur existence au fur et à mesure qu'elles sont rejetées ou tenue à une certaine distance par des personnes avec lesquelles elles ont construit un attachement (amitié, amour). Ces personnes construisent un mur de plus en plus important au fur et à mesure de leur existence pour se protéger de cette souffrance morale accumulée, ce mur les isolant en même temps de leurs émotions. Lorsque l'intensité de toutes ces souffrances morales accumulées devient trop grande, le mur tombe, se casse, se fissure, et la violence devient le moyen instinctif, naturel, pour faire baisser l'intensité de cette souffrance morale.

De par la nature de ce qu'elles sont (elles ne veulent pas écraser les autres), la violence est la plupart du temps tournée contre elles-mêmes plutôt que contre les autres (violences morales ou/et physiques vis-à-vis des autres). Par exemple, elles éprouvent une tristesse intense qui les fait souffrir moralement (clown triste, c'est un fonctionnement pas un jugement de valeur ou moral), elles peuvent avoir des crises d'angoisse, des comportements autodestructeurs, elles peuvent se scarifier, elles peuvent même aller jusqu'au suicide. Elles peinent à maintenir la confiance en soi qu'elles se racontent avoir alors qu'en réalité, elles sont dans le déni d'une grande carence au niveau de leur estime de soi. Ces personnes ont très souvent été victimes dans leur enfance d'une grave humiliation traumatisante ou d'humiliations plus ou moins graves sur une durée importante, ce qui a détruit l'estime qu'elles avaient et qu'elles ont pour elles-mêmes. Leur moyen de défense a été de se mentir à elles-mêmes pour nier cette perte d'estime de soi en se racontant qu'elles sont mieux que ce qu'elles sont et en y croyant (être conscient « complice »).

Remarque : les enfants abusés sexuellement sont des enfants humiliés, lorsque l'on parle d'une grave humiliation traumatisante ou d'humiliations plus ou moins graves sur une durée importante, cette humiliation ou ces humiliations peuvent être des abus sexuels qui sont des

humiliations extrêmement graves. L'humiliation et l'abus sexuel sont deux mêmes choses, une destruction du respect de soi et de la confiance en soi de l'autre, de nature différente, en humiliant ou/et en abusant sexuellement (humiliation extrêmement grave).

Ensuite (deuxième fonctionnement), une partie de ces personnes aiment se mettre en avant, aiment être le centre de l'attention, mais elles ne sont pas drôles, ni amusantes, elles ne savent pas mettre l'ambiance (ce sont des qualités qu'elles n'ont pas). Ces personnes se mettent donc en avant d'une autre façon. Comme elles se pensent plus intelligentes que les autres, meilleures que les autres, elles affirment à elles-mêmes et aux autres, que c'est elles, les meilleures. À chaque fois, qu'une personne échoue à faire quelque chose, elles affirment qu'elles, elles l'auraient fait sans aucune difficulté que ça soit vrai ou pas. Elles critiquent les autres sur leurs capacités afin de pouvoir se mentir à elles-mêmes et aux autres sur leurs propres capacités. Elles sont dans le déni de leurs échecs et dans la célébration, publique si c'est possible, de leurs victoires. Elles racontent aussi souvent des histoires sur leur passé toute plus extraordinaires les unes que les autres qui les mettent bien évidemment en valeur. Elles ont un jugement moral et un jugement de valeur sous-estimés sur les autres et surestimés sur elles-mêmes.

Contrairement aux « clowns tristes » (c'est un fonctionnement pas un jugement de valeur ou moral), elles deviennent très rapidement insupportables pour les autres qui les rejettent très rapidement. Cela est dû au fait que ces personnes prononcent très souvent des paroles vis-à-vis des autres qui sont perçues comme blessantes, méprisantes, humiliantes (jugements de valeur) pour ceux qui en sont l'objet et ceux qui en sont les témoins, même si la plupart du temps, les personnes qui prononcent ces paroles ne sont pas conscientes du caractère blessant, méprisant, humiliant de ces paroles. Pour elles, ces paroles sont une vérité (un mensonge) auquel elles croient sincèrement, c'est une réalité pour elles, un fait qu'elles ne font qu'énoncer. Ces paroles fréquentes étant perçues comme des paroles blessantes, méprisantes, humiliantes par les autres (souffrance morale qui fait souffrir par accumulation) et encore plus par ceux qui en sont l'objet (souffrance morale qui fait souffrir directement), ces personnes deviennent très vite insupportables pour les autres en accumulant de la souffrance morale chez les autres. De plus, ces personnes étant dans le déni par rapport à leurs échecs alors qu'elles sont dans la célébration de leurs victoires, elles sont perçues comme de mauvaise foi, menteuses, injustes, ce qui augmente aussi la souffrance morale accumulée.

Ces personnes devenant rapidement insupportables pour les autres, elles sont rejetées par une partie des autres, et pour ceux qui continuent à les côtoyer, ils ne font pas preuve de franchise vis-à-vis d'elles et finissent la plupart du temps par les mépriser à leur tour (jugement de valeur), ce que ces personnes ressentent consciemment ou de façon non consciente.

Ces personnes ne comprennent pas pourquoi on leur reproche d'être les meilleures, les plus fortes alors que c'est une réalité (mensonge qu'elles se sont raconté et auquel elles croient), elles finissent par penser que c'est parce que les autres sont envieux, sont jaloux d'elles, qu'ils leur veulent du mal, et elles trouvent ça très injuste, très blessant moralement. Elles croient sincèrement dans ce qu'elles se sont raconté être et sont dans le déni pour tout ce qui viendrait remettre en cause l'image qu'elles ont d'elles-mêmes, il leur est alors impossible de comprendre ce qui se passe. Cela leur cause beaucoup de souffrances morales qui s'accumulent tout au long de leur existence au fur et à mesure qu'elles sont rejetées ou mal considérées par les autres. Ces

personnes construisent un mur de plus en plus important au fur et à mesure de leur existence pour se protéger de cette souffrance morale accumulée, ce mur les isolant en même temps de leurs émotions. Lorsque l'intensité de toutes ces souffrances morales accumulées devient trop grande, le mur tombe, se casse, se fissure, et la violence devient le moyen instinctif, naturel, pour faire baisser l'intensité de cette souffrance morale.

De par la nature de ce qu'elles sont (elles veulent écraser les autres même si c'est la plupart du temps de façon non consciente), la violence est autant tournée contre elles-mêmes que contre les autres (violences morales ou/et physiques vis-à-vis des autres). Par exemple, pour la violence contre elles-mêmes, elles éprouvent une tristesse intense qui les fait souffrir moralement, elles peuvent avoir des crises d'angoisse, des comportements autodestructeurs, elles peuvent se scarifier, elles peuvent même aller jusqu'au suicide. Pour la violence contre les autres, ce sont la plupart du temps des mots, des jugements moraux, des jugements de valeur, pouvant provoquer de la souffrance morale. Elles peinent à maintenir la confiance en soi qu'elles se racontent avoir de par la façon dont elles sont considérées par les autres alors qu'en réalité, elles sont dans le déni d'une grande carence au niveau de leur estime de soi. Ces personnes ont très souvent été victimes dans leur enfance d'une grave humiliation traumatisante ou d'humiliations plus ou moins graves sur une durée importante, ce qui a détruit l'estime qu'elles avaient et qu'elles ont pour elles-mêmes. Leur moyen de défense a été de se mentir à elles-mêmes pour nier cette perte d'estime de soi en se racontant qu'elles sont mieux que ce qu'elles sont et en y croyant.

Enfin (troisième fonctionnement), une partie de ces personnes, qui ont été dans le premier ou le deuxième fonctionnement, de par leur rejet par les autres et de par le fait d'être tenue à distance par ceux qu'elles aiment (amitié, amour), ou de par leur rejet par les autres et la façon dont les autres les considèrent, pensent de plus en plus que les autres ne les comprennent pas, leur en veulent, sont jaloux d'elles, leur veulent du mal, etc.. Elles pensent que c'est injuste, qu'elles ne méritent pas ça. Elles peuvent finir par en vouloir aux autres, à tous les autres. L'accumulation et l'intensité de la souffrance morale que cela génère peut les faire basculer dans la volonté de faire du mal aux autres pour faire baisser l'intensité de leur souffrance morale, consciemment ou/et de façon non consciente, faire du mal à ceux qui sont si injustes avec elles, à ceux qui les font tant souffrir moralement. De plus, l'accumulation continue de la souffrance morale et l'augmentation de son intensité fait qu'elles bâtissent un mur qui les isolent de cette souffrance mais aussi de leurs émotions. Elles peuvent donc basculer dans de la violence extrême, morale ou/et physique, vis-à-vis d'elles-mêmes (suicide, autodestruction grave comme l'alcoolisme ou d'autres addictions, par exemple) ou/et vis-à-vis des autres (meurtres, assassinats, viols, actes de barbarie par exemple). Celles qui étaient dans le premier fonctionnement ont plus tendance à basculer dans des violences extrêmes vis-à-vis d'elles-mêmes et celles qui étaient dans le deuxième fonctionnement ont plus tendance à basculer dans des violences extrêmes vis-à-vis des autres.

Il y a des signes qui permettent de nous alerter sur le fait que des personnes peuvent être dans un des fonctionnements que l'on vient de décrire. Chaque signe n'est cependant pas une preuve en soi qu'elles sont bloquées dans cette mécanique, dans un de ces fonctionnements.

Ces personnes, lorsqu'elles font quelque chose de négatif et de pas très grave (souffrance morale qui ne fait pas souffrir moralement en soi mais par accumulation) à une autre personne, disent une phrase avec « ça va » comme « ça va, c'est rien ». Pour ma part, lorsque c'est à moi

qu'on le dit, je réponds toujours « ça va pour toi mais ça ne va pas pour moi ». Je le fait gentiment avec le sourire car sinon la personne va se servir du fait que je l'ai dit de façon « agressive » pour ne pas comprendre le message en se mentant à elle-même sur mes intentions par rapport à elle. Généralement, la personne me regarde avec des yeux « ronds » et ne dit rien, je lui dis alors « eh oui ! » en haussant les épaules toujours aussi gentiment et avec le sourire. Du coup, elle ne me redit plus ça à l'avenir, ou alors au maximum une ou deux fois mais jamais plus, après que je lui ai dit à nouveau la même chose lorsqu'elle a continué à le faire une ou deux fois.

Ces personnes, lorsqu'elles parlent d'elles et des autres, commencent toujours par se citer elles-mêmes en premier dans ce qu'elles disent comme par exemple, « moi et lui avons fait quelque chose » ou « moi, toi et les autres avons fait quelque chose ». Sauf, bien entendu, si ces personnes ont une bonne maîtrise de la langue française et savent qu'il y a une règle selon laquelle on place les autres en premier, celui à qui l'on parle en deuxième et soi en dernier, toujours en dernier. C'est logique puisque, dans la réalité, elles se font toujours passer avant les autres, elles se pensent valoir plus que les autres.

Ces personnes, lorsqu'elles parlent avec une autre personne, n'écoutent pas ce que la personne veut exprimer mais cherche quelque chose dans ce que l'autre dit qui peut lui permettre de le contredire et de reprendre l'initiative de la conversation pour exprimer ce que, elles, veulent exprimer. Dès qu'elles ont trouvé, elles coupent la parole à l'autre et se mettent à critiquer ce qui a été dit, souvent, sans même avoir saisi le sens de ce qu'elles critiquent dans ce que l'autre voulait exprimer. Souvent, ces critiques sont de l'ordre de la morale, du jugement de valeur, car, bien entendu, elles seules savent ce qui est bien et ce qui est mal. Puis, elles prennent de nouveau l'initiative de la conversation, et s'indignent ou se mettent en colère, si l'autre s'avise de faire ce qu'elles viennent de lui faire, c'est-à-dire ne pas l'écouter ou/et lui couper la parole. Ces personnes coupent aussi souvent la parole car elles pensent savoir ce que l'autre va dire et pense, et répondent sans même avoir écouté ce que l'autre avait à dire.

Ces personnes parlent beaucoup d'elles-mêmes, s'intéressent très peu à ce que sont les autres, et se victimisent, s'indignent, s'offusquent ou/et se mettent en colère lorsque l'on ose remettre en question ce qu'elles disent ou/et ce qu'elles sont. Elles ont beaucoup de mal à accepter que les autres aient une opinion différente de la leur sans les juger moralement ou sans avoir un jugement de valeur sur eux.

Ces personnes pensent savoir mieux que les autres ce qui est bien pour les autres. Elles imposent donc ce qu'elles pensent à ceux qu'elles décident « d'aider », et si les autres refusent leur aide alors ces personnes ont beaucoup de mal à l'accepter sans les juger moralement ou sans avoir un jugement de valeur sur eux.

Les personnes qui sont dans les trois fonctionnements que l'on vient de décrire sont une minorité. La plus grande partie des personnes ne sont concernés que par une partie de ces fonctionnements (par exemple, se mentir à soi-même sur ce que l'on est, mais ne pas se mentir à soi-même sur ses responsabilités) ou/et ne sont concernées que par une ou des parties de ces fonctionnements qu'à certains moments et pas à d'autres. Il y a aussi une minorité de personnes qui veillent à ne pas être dans ce fonctionnement bien que parfois elles y soient quand même sans en avoir conscience. Il est impossible de ne pas l'être du tout car c'est une mécanique naturelle et instinctive, et que l'on ne peut pas être toujours concentré sur le fait de contrer cette mécanique.

Si elles ne sont pas conscientes de ce fait, alors elles se mentent à elles-mêmes sur ce qu'elles sont et ce qu'elles font en se racontant, qu'elles, elles ne sont jamais dans ce fonctionnement.

Les trois fonctionnements que nous avons décrits sont deux même choses, se mettre en avant (avant les autres), de nature différente, sans écraser les autres (le clown triste, 1<sup>er</sup> fonctionnement) et en écrasant les autres (l'affirmation d'être meilleur que les autres, 2<sup>ème</sup> fonctionnement, et la haine des autres qui ne nous comprennent pas et nous rejettent, 3<sup>ème</sup> fonctionnement). Le deuxième et le troisième fonctionnement sont deux mêmes choses, se mettre en avant en écrasant les autres, de nature différente, sans leur vouloir consciemment du mal (l'affirmation d'être meilleur que les autres, 2<sup>ème</sup> fonctionnement) et en leur voulant consciemment du mal (la haine des autres qui ne nous comprennent pas et nous rejettent, 3<sup>ème</sup> fonctionnement). Dans le 3<sup>ème</sup> fonctionnement, la haine de soi-même (violence contre soi-même) peut prendre le pas sur la haine des autres, surtout pour ceux qui étaient dans le 1<sup>er</sup> fonctionnement, lorsque l'on s'en veut consciemment ou non consciemment du fait de ne pas être compris et d'être rejeté par les autres.

Remarque : Il y a un aspect moral dans la mécanique et les fonctionnements que nous venons de décrire, l'aspect moral du mensonge (du fait de mentir) et celui de ne pas prendre ses responsabilités morales (culpabilité) ou/et ses responsabilités de fait. Je rappelle que dans ce livre (c'est très important), cet aspect moral est de l'éthique, une morale qui est une absence de morale, une absence de jugement moral, une absence de jugement de valeur sur ce que sont les personnes qui sont complètement ou en partie « bloquées » dans cette mécanique et sur leur non capacité à en sortir (ce n'est pas le bon moment pour elles par exemple). Chacun fait ce qu'il peut avec ce qu'il est, l'être « émotionnel » qu'il est, construit par la génétique, le ventre de sa mère selon ce qu'elle était, l'existence qu'il a eue, les personnes avec lesquelles il a eu des interactions. Il serait inique d'avoir un jugement de valeur ou un jugement moral sur ce que sont ces personnes, ce serait un non-sens.

Remarque : Par contre, ces personnes restent et sont toujours responsables moralement (coupables) ou/et responsables de fait de tout ce qu'elles font (dire c'est faire) et de tout ce qu'elles ont fait ainsi que du fait de se mentir à elles-mêmes et aux autres. Ces responsabilités ne sont pas par rapport à ce qu'elles sont mais par rapport à ce qu'elles ont fait quelles que soient les explications (il y en a toujours, sinon elles ne l'auraient pas fait) permettant de comprendre pourquoi et comment elles ont agi. La réalité de ces responsabilités n'est pas au niveau de ce qu'elles sont mais au niveau des conséquences négatives de leurs actes et des souffrances morales ou/et physiques réelles qu'elles provoquent. Même celles qui ne sont pas capables de s'empêcher d'agir négativement de par l'être « émotionnel » qu'elles sont, ou dont la capacité de discernement était abolie au moment des faits, sont au minimum responsables de fait de ce qu'elles ont fait car au niveau de la responsabilité, la réalité de ce qui a été fait, est au niveau des conséquences de ce qui a été fait, au niveau des victimes et des souffrances morales ou/et physiques qu'elles ont subies. Au niveau de la société, ce que sont ces personnes, l'être « émotionnel » qu'elles sont, le passé qu'elles ont vécu, ne peut en aucun cas être une circonstance atténuante pour ce qu'elles ont fait. Par contre, après le jugement (en justice), les personnes qui ne sont pas capables de s'empêcher d'agir négativement de par l'être « émotionnel » qu'elles sont, ou dont la capacité de discernement était abolie au moment des faits, doivent être isolés de la société dans des structures dans lesquelles on va chercher (en examinant leur passé par exemple) et trouver, pourquoi et comment elles ne peuvent pas

s'empêcher d'agir négativement ou pourquoi et comment elles se sont mis dans une situation où leur capacité de discernement était abolie, afin de les aider à changer leur être « émotionnel » de façon à ne plus être dans ces situations. Mais au niveau du jugement, seules les conséquences négatives pour la victime doivent être prise en compte (c'est ce que je pense et seulement ce que je pense).

### 11) La mécanique (simplicité complexe) de l'amour entre les êtres « émotionnels »

Nous allons commencer par décrire la mécanique (simplicité complexe) de l'amour (amical, familial et amoureux), puis nous décrivons son fonctionnement en donnant deux exemples de ce fonctionnement en se plaçant au niveau de l'amour amoureux.

L'amour, comme tout le reste, est deux mêmes choses, de l'amour, de nature différente, l'amour de l'autre et l'amour de soi.

L'amour de l'autre en tant que tel (absolu), c'est aimer l'autre pour ce qu'il est avec ses qualités et ses défauts. S'il décide de changer ses défauts (ce que l'on perçoit comme des défauts en lui), tant mieux, sinon ça ne change rien à l'amour qu'on lui porte, on ne lui demande pas de changer ce qui, pour nous, sont des défauts. Il est libre d'être ce qu'il est, on l'aime tel qu'il est que l'on soit avec lui ou non. On souhaite qu'il soit le plus heureux possible que ce soit avec nous ou non. Et s'il est plus heureux avec d'autres que nous, on préfère qu'il soit avec ces autres plutôt qu'avec nous. On ne souhaite pas le changer même si l'on est là pour l'aider à changer si c'est son souhait, sa volonté et sa demande. On est toujours là pour lui qu'il soit toujours là pour nous ou pas. Il s'agit d'un amour inconditionnel.

L'amour de soi en tant que tel (absolu), c'est aimer l'autre pour ce qu'il nous apporte. Plus il nous apporte, plus on ressent qu'il nous aime et plus on ressent de l'amour pour lui. On veut toujours le changer pour qu'il nous apporte encore plus afin que l'on se sente plus aimé et qu'on l'aime encore plus. On veut aussi changer ce qu'il est pour que cela corresponde à ce qu'on pense qu'il doit être. Il doit en permanence nous apporter des preuves qu'il nous aime (on l'aime par rapport à ce qu'il nous apporte) sinon c'est qu'il ne nous aime pas ou ne nous aime pas assez (attendre que celui, pour qui on éprouve de l'amour de l'autre, qu'il nous prouve son amour, s'il est comme nous, et qu'il attend de nous qu'on lui prouve notre amour, peut faire en sorte que l'on attende très longtemps, dans de la souffrance morale, avant d'éprouver mutuellement l'amour de l'autre que l'on a pour l'autre). Dans les relations amoureuses, de couple, on ne supporte pas qu'il ait des interactions avec les autres, qu'il leur apporte, car l'amour pour nous étant ce qu'il apporte, s'il apporte aux autres, alors c'est de l'amour qu'il leur apporte et on se sent trahi. On souhaite aussi qu'il soit toujours là où il peut être à notre disposition (seul ou à la rigueur avec nos enfants), pour nous apporter lorsqu'on en a envie et seulement lorsqu'on en a envie. Il s'agit d'un amour conditionnel.

L'amour est deux mêmes choses, l'amour, de nature différente, l'amour inconditionnel (l'amour de l'autre) et l'amour conditionnel (l'amour de soi).

L'amour que chaque personne ressent est toujours un mélange d'amour de l'autre et d'amour de soi. Si l'on veut symboliser ce mélange, il faut tracer une ligne droite avec à une extrémité, l'amour de l'autre, et à l'autre extrémité, l'amour de soi. Il faut ensuite placer un curseur sur cette ligne, symbolisant l'amour que l'on a vis-à-vis d'une personne, curseur qui est plus ou moins prêt d'une extrémité ou de l'autre, en fonction de si l'on est plus dans l'amour de l'autre ou plus dans l'amour de soi. Chaque personne a une zone au niveau de cette ligne qui correspond à la plage dans laquelle peut se placer son curseur en fonction de chaque personne qu'il aime, il s'agit de la zone qui définit sa conception de l'amour en général. Plus cette zone est proche de l'extrémité « amour de l'autre », plus cette personne est dans l'amour de l'autre, et plus cette zone est proche de l'extrémité « amour de soi », plus cette personne est dans l'amour de soi.

Remarque : les personnes qui sont « bloquées » dans la mécanique (simplicité complexe) et le fonctionnement de ceux qui sont en permanence dans un processus où leur être conscient est toujours complice de leur être « émotionnel » (que nous avons décrits dans le paragraphe précédent), ont leurs curseurs (leur zone), définissant leur amour, très proche de l'amour de soi. C'est logique puisque ce sont des personnes qui se font toujours passer en premier car, même quand elles font passer les autres avant elles (lorsqu'elles sont généreuses par exemple), c'est en réalité pour elles, pour se mentir à elles-mêmes et aux autres sur le fait d'avoir des qualités qu'elles n'ont pas. Ces personnes peuvent aimer les autres (amour de l'autre), mais ceux qu'elles aiment, passent après elles (amour de soi) dans leur conception des choses.

Avant de passer à la description du fonctionnement de l'amour, il nous reste un point à décrire, c'est la façon dont « se produit » l'amour de l'autre (en tant que tel, absolu) car, pour ce qui est de l'amour de soi (en tant que tel, absolu), c'est simple, cela ne dépend pas de ce qu'est la personne que l'on aime (peu importe du moment qu'elle est dans nos critères définissant ce qu'est l'amour selon nous) mais de ce qu'elle nous apporte et de la façon dont elle peut changer pour correspondre à ce qu'on veut qu'elle soit.

Pour l'amour de l'autre (en tant que tel, absolu), cela se passe à la première rencontre avec l'autre. Le sentiment, de l'amour de l'autre, est composé de pleins d'émotions, de pleins de combinaisons de ces émotions entre elles. Le sentiment d'amour de l'autre est le sentiment qui rassemble le plus d'émotions composant notre être « émotionnel ». D'ailleurs lorsque le sentiment d'aimer l'autre est très fort, on dit que l'on aime la personne de tout notre être (être « émotionnel »). Pour l'amour de l'autre, plus il y a d'émotions et de combinaisons d'émotions ressenties (déclenchées en nous), plus le sentiment d'aimer cette personne est fort. Le « coup de foudre », c'est lorsque toutes ou pratiquement toutes les émotions et combinaisons d'émotions du sentiment d'amour de l'autre sont déclenchées en nous lorsque l'on rencontre la personne. Bien sûr, ce sentiment d'amour de l'autre peut évoluer avec le temps selon, que des émotions ou/et des combinaisons d'émotions du sentiment d'amour de l'autre cessent d'être déclenchées en nous, ou que des émotions ou/et des combinaisons d'émotions nouvelles du sentiment d'amour de l'autre sont déclenchées en nous. Contrairement à l'amour de soi (en tant que tel, absolu), perçu en tant que le fait d'aimer l'autre, qui peut disparaître complètement si la personne que l'on aime ne nous apporte pas ce que l'on veut ou/et ne change pas pour être ce que l'on veut (amour conditionnel), l'amour de l'autre (en tant que tel, absolu) ne disparaît jamais une fois éprouvé (amour inconditionnel). Au niveau de l'amour vécu par chaque personne, au niveau du mélange de l'amour de l'autre et de l'amour de soi, c'est l'amour de l'autre qui fait qu'une fois que l'on a aimé une

personne, nos réactions, la façon dont on ressent les choses par rapport à cette personne, que ce soit de la haine, de la rancœur, de la rancune, de la sympathie, de l'empathie, etc., n'est pas la même (pas de la même intensité) que la façon dont on ressent les mêmes choses (les mêmes émotions) pour une personne que l'on a pas aimée.

Nous allons maintenant décrire le fonctionnement de l'amour en fonction de cette mécanique (simplicité complexe) que nous venons de décrire en prenant deux exemples, les personnes qui sont beaucoup plus dans l'amour de soi puis les personnes qui sont beaucoup plus dans l'amour de l'autre.

Avant de commencer, nous allons faire une distinction entre l'amour amitié, l'amour familial d'un côté, et l'amour amoureux de l'autre côté. L'amour amitié et l'amour familial sont plus de l'ordre du relationnel, c'est la même chose, la mécanique et le fonctionnement sont les mêmes que pour l'amour amoureux, à la différence près que pour l'amour amitié, on ne vit pas avec la personne donc on a pas une relation d'exclusivité avec elle, on a une relation peu contractuelle avec elle (règles de vie commune, règles définissant le type de relation que l'on a avec elle, définition commune de ce qu'est un couple par exemple), et que pour l'amour familial, ce n'est pas une relation choisie au départ et que l'on a donc la liberté de la maintenir ou pas, une fois adulte, ce n'est pas une relation d'exclusivité, c'est une relation peu contractuelle. L'amour amoureux est plus de l'ordre du contractuel, c'est la même chose, la mécanique et le fonctionnement sont les mêmes que pour l'amour amitié et l'amour familial, à la différence près que pour l'amour amoureux, on est en couple avec la personne ou/et on vit avec elle, donc, par défaut, on a une relation d'exclusivité avec elle (sauf si on a un « contrat » de non exclusivité avec elle), on a une relation contractuelle avec elle (règles de vie commune, règles définissant le type de relation que l'on a avec elle, définition commune de ce qu'est un couple par exemple). L'amour amitié et l'amour familial d'un côté, et l'amour amoureux de l'autre, sont deux mêmes choses, de l'amour, de nature différente, un amour plus relationnel d'un côté (amour amitié et amour familial) et un amour plus contractuel de l'autre côté (amour amoureux). Cette différence fait que l'intensité et le nombre des émotions et des combinaisons d'émotions ressenties sont plus importantes pour l'amour amoureux et que tout ce qui est de l'ordre du contractuel dans ce que l'on va décrire ne s'applique qu'à l'amour amoureux (sauf lorsque la relation amicale est anormale comme lorsqu'il y a de la jalousie par rapport aux fréquentations de l'autre par exemple). Nous allons faire les deux descriptions du fonctionnement de l'amour au niveau de l'amour amoureux.

Première description : les personnes qui sont plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, cherchent des personnes qui sont dans des critères qu'ils ont définis et affinés au cours de leurs relations passées (amour conditionnel, amour de soi). Elles cherchent quelqu'un correspondant à leurs critères de beauté, d'apparence, puis si ce quelqu'un s'intéresse à elles, s'il peut donc leur apporter, elles l'essayent et font même des efforts pour séduire l'autre au début. Si ce quelqu'un leur apporte ce qu'elles désirent selon leurs critères, alors elles le gardent et commencent à s'attacher, à développer des sentiments amoureux (amour de l'autre). Sinon, elles le jettent, et se remettent à la recherche de quelqu'un correspondant à leurs critères de beauté, d'apparence, qui s'intéresse à elles (amour de soi). C'est comme choisir un vêtement (un objet), si ce vêtement nous plaît, on l'essaye, et s'il nous va, on l'achète, on s'attache à lui et on le met. S'il ne nous va pas, on le repose, on l'oublie, et on cherche un autre vêtement.

Ces personnes, une fois qu'elles s'attachent à l'autre, fonctionnent avec lui comme s'il leur appartenait, il doit leur apporter ce qu'elles veulent, faire des efforts pour changer pour leur apporter plus, être et se comporter comme elles pensent qu'il doit être et se comporter, il doit se consacrer à elles et leur porter toute son attention, il doit leur prouver qu'il les aime. S'il le fait, alors elles développent un amour de l'autre pour cet autre dans les limites de ce que leur amour de soi permet. S'il ne le fait pas comme elles le veulent, alors c'est qu'il n'était pas fait pour elles, et elles le rejettent ou agissent de façon à ce qu'il les rejette (le tromper avec quelqu'un d'autre ou avoir un comportement négatif avec lui par exemple). Si l'attachement qu'elles avaient commencé à développer est très faible (au début de la relation), elles l'oublient, et passent à quelqu'un d'autre. Cela peut provoquer de la souffrance morale pour l'autre en fonction de l'attachement (amour de l'autre) qu'il a envers elles. Si l'attachement qu'elles avaient commencé à développer n'est pas très faible (lorsque la relation a duré dans le temps par exemple), elles se sentent trahies, il n'est pas comme elles pensaient qu'il était, il les a trompé sur ce qu'il est, c'est de sa faute si la relation n'a pas marché, c'est même de sa faute si elles l'ont trompé (par exemple) avec quelqu'un d'autre avec des justifications (qui ne justifient rien) comme « c'est de sa faute, il ne s'occupait pas assez de moi, il ne me montrait pas assez d'amour, sinon je ne l'aurais pas trompé » puisque pour elles, pour ressentir de l'amour de la part de l'autre et pour aimer l'autre, il faut qu'il lui apporte ce qu'elles veulent. Cela peut provoquer de la souffrance morale pour elles et pour l'autre, plus ou moins importante, en fonction de l'attachement respectif, de l'amour de l'autre, qu'ils ont développé l'un pour l'autre.

Remarque : Cela peut aussi blesser moralement les personnes, au niveau de leur amour de soi, au niveau de leur ego. C'est toujours une possibilité dans toutes leurs relations quelles qu'elles soient, lorsque cela se passe mal. Ce n'est notre sujet dans ce paragraphe, nous ne le précisons plus par la suite même si cela peut se rajouter à chaque fois aux souffrances morales que nous décrivons.

Lorsque ces personnes, qui sont plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, lorsqu'elles se sont trouvées mutuellement belles selon leurs critères respectifs, que leurs apparences respectives leur ont plu, et qu'elles se sont mutuellement intéressées l'une à l'autre, elles s'essayent l'une, l'autre. Dans ce cas-là, il y a très souvent au moins un peu d'amour de l'autre de la part d'au moins une de ces deux personnes. Si ça n'est pas le cas ou si l'essai ne convient pas à au moins une de ces deux personnes, alors elles se séparent sans souffrance morale, ou au pire, avec un minimum de souffrance morale. Elles oublient l'autre et se remettent à chercher quelqu'un d'autre dans leurs critères de beauté et d'apparence qui s'intéresse à elles. Si c'est le cas ou si l'essai convient aux deux personnes, alors ces deux personnes faisant, chacune, des efforts pour séduire l'autre, chacune apportant suffisamment à l'autre par rapport à ce qu'il veut, elles commencent ou continuent à s'attacher l'une à l'autre (amour de l'autre). Elles commencent alors une relation de couple. Très rapidement, les efforts pour séduire l'autre n'étant plus nécessaires, chacune demande à l'autre de changer ce qu'elle est afin de lui apporter ou de continuer à lui apporter ce qu'elle désire, chacune reprochant des choses à l'autre et mettant en avant ce qu'elle lui apporte (que ça soit des efforts ou pas). Ils discutent des concessions que chacun doit faire pour le bien de leur couple avec beaucoup de conflits par rapport à ça. Tous ces reproches, ces conflits, le fait que chacun pense que l'autre ne lui apporte pas ou plus ce qu'il veut (qu'il ne l'aime pas ou plus assez), sert de justifications (qui n'en sont pas) pour avoir un comportement négatif avec

l'autre (à certains moments ou tout le temps) ou/et pour tromper l'autre avec quelqu'un d'autre (recherche de quelqu'un de nouveau qui lui apporte ce qu'il veut). Tout cela créé beaucoup de souffrances morales qui s'accumulent et augmentent en intensité au fur et à mesure que le temps passe. Lorsque l'intensité et le nombre de ces souffrances morales deviennent insupportables, malgré les violences morales infligées à l'autre régulièrement (reproches, conflits, comportements négatifs, tromperies, etc.) qui permettent de baisser l'intensité de la souffrance morale ressentie sur l'instant, alors la relation se termine mal, voire très mal dans des violences morales ou/et physiques qui peuvent même être dramatiques. Cette souffrance morale très importante est due à l'attachement qu'ils ont pour l'autre au moment de cette séparation (amour de l'autre).

Les personnes qui ont vécu ce genre de relations gardent, la plupart du temps, des souffrances morales très importantes en eux (haine, rancœur, rancune, regrets, humiliations, reproches à soi-même, etc.). Elles n'oublient pas la personne avec laquelle elles ont eu cette relation car elles ont eu de l'attachement, de l'amour de l'autre pour elle (amour inconditionnel), et que cet amour une fois ressenti reste pour toujours. Après un certain temps après la rupture, lorsque l'intensité de la souffrance morale est redescendue (pleurer, en parler, faire preuve de violence morale vis-à-vis de celui que l'on a quitté, etc.), si l'on rencontre ou fréquente toujours cette personne, on peut même repartir dans une relation avec cette personne, amicale ou même amoureuse (en se disant que peut-être que cette fois-ci ça va marcher) car l'attachement, l'amour de l'autre, est toujours présent que l'on soit dans le déni ou pas. Bien entendu, si c'est de nouveau une relation amoureuse, le résultat sera le même la plupart du temps. La seule chose qui peut faire que le résultat ne soit pas le même, c'est qu'au moins l'un des deux ait radicalement changé le positionnement de son curseur au niveau de l'amour qu'il porte à l'autre personne en le déplaçant fortement vers l'amour de l'autre pour l'amour qu'il ressent vis-à-vis de cette personne (s'apercevoir par exemple, que cette personne lui manque énormément durant la séparation). Cela peut se produire aussi, de façon très exceptionnelle, juste avant la rupture, lorsque la rupture est annoncée. Ces deux cas sont de l'ordre de l'exception qui confirme la règle. Les relations amoureuses entre deux personnes qui sont beaucoup plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre ont toutes les chances de se terminer mal, voire très mal.

Lorsque ces personnes, qui sont plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, il y a deux possibilités. Ces deux possibilités sont définies par rapport à un point sur la ligne près de l'extrémité « amour de l'autre » qui est l'amour de soi en tant que le respect de soi minimum pour la personne qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi.

Avant de faire ces deux descriptions, nous allons commencer par expliquer ce qu'est et à quoi correspond ce point. Tout d'abord, le respect de soi est différent pour chaque personne en fonction de ses valeurs et de ses principes qui sont plus ou moins différents de ceux de tous les autres êtres humains. Donc le respect de soi minimum est lui aussi différent pour chaque personne, et donc le point sur la ligne ne se place au même endroit sur la ligne pour chaque personne. Par contre, ce qui fait le côté minimum du respect de soi différent de chaque personne, est la même chose pour tout le monde. Il s'agit de la souffrance morale. Lorsque le respect de soi est pleinement respecté par les autres, il n'y a aucune souffrance morale. Lorsque le respect de soi n'est pas respecté par les autres de façon pas trop importante, il y a une souffrance morale qui ne fait pas souffrir directement (agacement, énervement, etc.) mais qui peut faire souffrir par

accumulation. Lorsque le respect de soi n'est vraiment pas respecté par les autres ou est souvent non respecté de façon pas trop importante (accumulation), il y a alors une souffrance morale qui fait souffrir moralement directement ou par accumulation. Dans ce cas la limite du respect de soi minimum a été dépassée. Le point du respect de soi minimum est le point à partir duquel on commence à souffrir moralement du manque de respect de la part des autres.

Lorsque ces personnes, qui sont plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi sans dépasser sa limite minimum du respect de soi, la personne qui est plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre trouve une personne qui, lors de leur rencontre, éprouve des émotions, des combinaisons d'émotions pour elle (amour de l'autre), qui s'intéresse donc à elle. Si cette personne rentre dans ses critères de beauté et d'apparence, elle l'essaie. Dans ce cas, la plupart du temps, l'essai est concluant étant donné que la personne rencontrée, étant dans l'amour de l'autre, va naturellement, instinctivement, lui apporter beaucoup, et ne va pas exiger qu'elle lui apporte aussi, donc va être « enchantée » par ce qu'elles lui apportent dans leurs efforts de séduction du début de la relation. Elles vont alors s'attacher l'un à l'autre (amour de l'autre), l'amour de l'autre, de la personne qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, étant beaucoup plus important.

Cette sorte de relation peut durer très longtemps dans une relation équilibrée, l'équilibre se faisant entre l'amour de soi plus développé de l'un et l'amour de l'autre plus développé de l'autre. Cela signifie alors que ce qu'apporte volontairement, de façon naturelle, instinctive, la personne qui est plus dans l'amour de l'autre, à la personne qui est plus dans l'amour de soi, correspond à ce qu'elle veut qu'on lui apporte. Cela signifie aussi que la personne qui est plus dans l'amour de soi, s'est suffisamment attachée, a développé un amour de l'autre suffisamment important pour être dans le respect de l'autre, pour rester dans le « contrat » passé au niveau de leur couple avec l'autre.

Si ça n'est pas le cas, alors, la personne qui est dans l'amour de l'autre va dans un premier temps, être dans le déni ou/et accepter les manques de respect pas trop importants de la part de la personne qui est plus dans l'amour de soi (par exemple, en se disant qu'il est comme ça, qu'il ne peut pas faire autrement, etc.) en accumulant de la souffrance morale qui ne fait pas souffrir en tant que telle mais par accumulation. Lorsque les manques de respect deviennent importants générant de la souffrance morale qui fait souffrir ou/et que l'accumulation de la souffrance morale générée, par des manques de respect pas trop importants répétés, fait souffrir moralement, alors, la plupart du temps, la personne qui est plus dans l'amour de l'autre va quitter la personne qui est plus dans l'amour de soi. Il est possible aussi que la personne qui est plus dans l'amour de soi la quitte avant s'il ressent consciemment ou de façon non consciente qu'elle va le quitter (ego).

Pour ce qui est de la personne qui est plus dans l'amour de soi, la personne qui est dans l'amour de l'autre ne lui apporte absolument pas tout ce qu'elle veut (cela peut même être le fait qu'elle ne corresponde plus à ses critères de beauté, d'apparence, vieillissement ou prise de poids par exemple). Elle va donc ne pas respecter le « contrat » de couple qu'elle a avec l'autre, elle va par exemple la tromper avec quelqu'un d'autre (qui est dans ses critères de beauté et d'apparence par exemple) ou/et avoir des comportements négatifs avec elle. Ce qu'elle lui apporte étant quand même beaucoup, il lui est extrêmement difficile de justifier auprès d'elle-même ses

comportements, et elle va donc ressentir de grandes culpabilités (souffrances morales) qu'elle soit dans le déni par rapport à ça ou non. Elle va construire un mur pour se protéger de ces souffrances morales, ce qui va l'isoler de plus en plus de ses émotions. Plus ce mur va se construire, moins elle va ressentir d'émotions, et plus elle va avoir tendance à avoir des comportements négatifs vis-à-vis de l'autre ou/et à le tromper avec une autre personne, ce qui va générer en elle de plus en plus de souffrances morales (culpabilités qu'il soit dans déni ou non). Lorsque le mur devient trop important (toutes les souffrances morales accumulées, pas seulement celles liées au couple), cela peut aller jusqu'à de la violence physique en plus de la violence morale. Tout cela sera vécu comme des manques de respect de plus en plus graves par la personne qui est plus dans l'amour de l'autre de la part de la personne qui est plus dans l'amour de soi. Cela va motiver le fait qu'elle le quitte. Cela va alors se terminer mal, la plupart du temps dans la souffrance morale ou/et physique pour les deux.

Lorsque ces personnes, qui sont plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi en allant au-delà de sa limite minimum du respect de soi, tout ce passe comme ce que nous venons d'expliquer juste avant à une différence près, la personne qui est plus dans l'amour de l'autre ne quitte pas la personne qui est plus dans l'amour de soi lorsque sa limite minimum du respect de soi est dépassée. Malgré le fait qu'elle souffre moralement, elle reste car son amour de l'autre est plus fort que son respect de soi minimum (amour de soi), elle n'a pratiquement pas d'amour de soi, de respect de soi. Ces personnes sont dans un déni farouche par rapport à ce que l'autre leur fait subir, par rapport à leurs manques de respect graves et répétés, elles lui trouvent des justifications (ce n'est pas de sa faute) y compris en s'accusant d'être la cause qui justifie ce que cette personne leur fait subir. Elles entrent alors dans un processus où elles sont prêtes à tout accepter de l'autre et à tout faire pour l'autre. Leur amour de l'autre devient alors la justification à tout et les souffrances morales ou/et physiques extrêmes qu'elles subissent, qu'elles acceptent consciemment ou non, deviennent un « investissement » tel qu'il est inimaginable pour elles de renoncer à leur amour de l'autre quoi qu'il arrive. Le seul moyen pour elles d'y renoncer serait qu'elles le tuent, ce qu'elles ne peuvent à peu près jamais faire de par leur amour de l'autre démesuré, et si elles le font, c'est par désespoir.

On parle dans ces cas-là d'emprise. En effet, la personne qui est dans l'amour de soi va modeler l'autre (consciemment ou non consciemment) pour qu'elle soit ce qu'elle veut qu'elle soit, qu'elle fasse ce qu'elle veut qu'elle fasse, qu'elle lui apporte ce qu'elle veut qu'elle lui apporte, elle va pouvoir avoir des comportements agressifs et même violents moralement et physiquement ou/et la tromper, sans craindre de conséquences de sa part, etc.. Par contre, elle ne pourra pas trouver de justifications, même quand elle est dans le déni, pour justifier ses actes vis-à-vis d'elle-même et donc en ressentira une culpabilité générant (qu'elle soit dans le déni ou non) de la souffrance morale accumulée. Cette souffrance en s'accumulant de plus en plus va lui faire bâtir un mur de plus en plus important pour s'en protéger qui va le couper de ses émotions lui permettant d'être de plus en plus violents moralement et physiquement, générant de la souffrance morale liée à la culpabilité et ainsi de suite. Cela va durer sauf s'il la tue parce qu'elle a fait quelque chose qui lui a déplu par exemple. Les deux personnes dans ce fonctionnement accumulent énormément de souffrances morales ou/et physiques, et en souffrent beaucoup. Bien évidemment, la responsabilité morale (culpabilité) est totalement celle de la personne qui est dans l'amour de soi, la responsabilité de fait étant celle des deux personnes. La responsabilité de fait de la personne qui

est plus dans l'amour de l'autre étant celle liée au fait de décider de rester dans cette relation. Ce type de relation finit toujours très mal lorsqu'elle finit, elle peut finir par la mort d'au moins une des deux personnes.

Deuxième description : les personnes qui sont plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, même lorsqu'elles ont des critères de beauté, d'apparence, liés à leur amour de soi, accordent beaucoup plus d'importance aux émotions et combinaisons d'émotions qu'elles ressentent au moment de la rencontre (amour de l'autre), qu'aux critères qu'elles avaient définis (amour de soi). Elles peuvent même facilement renoncer complètement à ces critères si les émotions et combinaisons d'émotions ressenties sont très fortes. Elles n'essayent pas l'autre, elles entrent en relation avec l'autre (si l'on veut le dire avec le même mot, elles ne l'essayent pas, elles essaient), et si rien ne vient remettre en cause leur respect minimum de soi, ce qui est le cas, à peu près tout le temps (même avec les personnes qui sont plus dans l'amour de soi car celles-ci sont dans la séduction), elles s'attachent (augmentation de l'amour de l'autre). Elles veulent que l'autre soit le plus heureux possible et lui apporte donc le maximum, elles sont même prêtes à changer volontairement des choses en elles pour lui apporter plus. Tant que l'autre ne dépasse pas les limites de leur respect minimum de soi, elles continuent cette relation amoureuse. Certaines d'entre elles peuvent même accepter que l'autre dépasse leur limite minimum du respect de soi sans qu'elles le quittent.

Pour les personnes, qui sont plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, qui ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre (qu'elles dépassent ou pas leur limite minimum du respect de soi), les deux descriptions sont les mêmes que celles faites dans la première description pour les personnes qui sont plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre. Nous ne reviendront donc pas sur ces descriptions et ne ferons donc qu'une seule description, celle des personnes qui sont plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, qui ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi. Il n'y a qu'une seule description car la limite minimum du respect de soi n'est pas pertinente, puisque, les deux personnes étant plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, le respect de l'autre est quelque chose de naturel, d'instinctif, il va de soi.

Lorsque ces personnes, qui sont plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, ont une relation amoureuse avec une personne, qui est plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, il s'agit alors d'une rencontre qui provoque des émotions et des combinaisons d'émotions chez les deux personnes (on parle souvent dans ce cas-là de « coup de foudre » mutuel). Elles vont s'attacher l'un à l'autre de plus en plus (amour de l'autre), elles vont s'apporter volontairement l'une à l'autre, chacune souhaitant que l'autre soit le plus heureux possible dans la relation. Chacun va naturellement, instinctivement être dans le respect de l'autre. La relation de couple qui va en résulter a de très forte possibilité de se passer avec, au plus, très peu de conflits et de durer très longtemps. Ces relations ont très peu de chances de générer de la souffrance morale pour les deux personnes, et en cas de souffrances morales dont l'origine est extérieure à la relation, ces personnes se soutiendront mutuellement.

Bien évidemment, les fonctionnements décrits sont ceux de personnes qui sont beaucoup dans l'amour de soi ou beaucoup dans l'amour de l'autre. Il y a aussi beaucoup de personnes qui sont

moins dans l'amour de soi ou moins dans l'amour de l'autre, où l'amour de soi et l'amour de l'autre sont beaucoup plus équilibrés, qui ont des comportements décrits de l'un et de l'autre ou qui n'ont pas tout le temps les comportements décrits pour l'un ou pour l'autre (cela dépendant de l'amour de l'autre plus ou moins important qu'ils ont pour l'autre, ou de l'état de leurs souffrances morales accumulées et du mur qu'elles ont bâti pour s'en protéger par exemple). De plus, le mélange d'amour de soi et d'amour de l'autre ressenti vis-à-vis d'une personne peut évoluer au fil du temps selon la façon dont se passent la relation et les éventuelles nouvelles rencontres en dehors de cette relation. Cela peut mettre fin à une relation qui avait toutes les probabilités de durer très longtemps par exemple ou permettre à une relation qui avait des probabilités de ne pas durer longtemps, de continuer.

Pour résumer, les personnes qui sont beaucoup plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre, auront beaucoup de difficulté à construire une relation amoureuse stable, équilibrée, qui dure dans le temps, et elles souffriront très souvent moralement de leurs relations de couple, lorsqu'elles se seront un minimum attachées (amour de l'autre). Ces personnes sont la plupart du temps des personnes qui se mentent à elles-mêmes sur ce qu'elles sont ou/et sur ce qu'elles font, sur leurs responsabilités dans ce qu'elles font. D'ailleurs, ces personnes se mentent à elles-mêmes et sincèrement aux autres sur le fait qu'elles aiment l'autre personne car, en réalité, elles s'aiment beaucoup plus elles-mêmes (amour de soi) qu'elles aiment l'autre (amour de l'autre). Les personnes qui sont beaucoup plus dans l'amour de l'autre que dans l'amour de soi, auront beaucoup plus de facilité à construire une relation amoureuse stable, équilibrée, qui dure dans le temps, et elles souffriront très rarement moralement de leurs relations de couple avec une autre personne qui est plus dans l'amour de l'autre. Par contre, très souvent, elles souffriront beaucoup moralement de leurs relations amoureuses avec des personnes qui sont plus dans l'amour de soi. Cela pourra même souvent augmenter leur amour de soi pour se « protéger », pour ne pas souffrir dans leurs relations amoureuses suivantes, en faisant diminuer leur amour de l'autre. Elles pourront même avoir peur (consciemment ou non consciemment) de rentrer dans une relation amoureuse avec un autre, et donc fuir ou saboter (consciemment ou non consciemment) la relation amoureuse lorsqu'elles commencent à s'attacher (amour de l'autre).

Remarque : Il y a un aspect moral dans l'amour de soi et l'amour de l'autre que nous venons de décrire. Je rappelle que dans ce livre (c'est très important), cet aspect moral est de l'éthique, une morale qui est une absence de morale, une absence de jugement moral, une absence de jugement de valeur sur ce que sont les personnes qu'elles soient plus dans l'amour de soi ou plus dans l'amour de l'autre ainsi que sur leur non capacité à changer (ce n'est pas le bon moment pour elles par exemple). Chacun fait ce qu'il peut avec ce qu'il est, l'être « émotionnel » qu'il est, construit par la génétique, le ventre de sa mère selon ce qu'elle était, l'existence qu'il a eue, les personnes avec lesquelles il a eu des interactions. Il serait inique d'avoir un jugement de valeur ou un jugement moral sur ce que sont ces personnes, ce serait un non-sens.

Remarque : Par contre, ces personnes restent et sont toujours responsables moralement (coupables) ou/et responsables de fait de tout ce qu'elles font et de tout ce qu'elles ont fait aux autres. Ces responsabilités ne sont pas par rapport à ce qu'elles sont mais par rapport à ce qu'elles ont fait quelles que soient les explications permettant de comprendre pourquoi et comment elles ont agi (il y en a toujours, sinon elles ne l'auraient pas fait). La réalité de ces responsabilités n'est pas au niveau de ce qu'elles sont mais au niveau des conséquences négatives de leurs actes et des

souffrances morales ou/et physiques réelles qu'elles provoquent. Même celles qui ne sont pas capables de s'empêcher d'agir négativement de par l'être « émotionnel » qu'elles sont, sont au minimum responsables de fait de ce qu'elles ont fait car la responsabilité, la réalité de ce qui a été fait, est au niveau des conséquences de ce qui a été fait, au niveau des victimes et des souffrances morales ou/et physiques qu'elles ont subies.

L'amour, l'amour de l'autre et l'amour de soi, sont de l'immatériel. L'amour de l'autre dépend de ce que l'on ressent au niveau de notre être « émotionnel », des émotions et des combinaisons d'émotions que l'on ressent par rapport à une autre personne à chaque instant. Par contre, l'amour de soi est défini par des décisions « émotionnelles » (non conscientes) prises dans le passé, par rapport à des situations, des relations que l'on a vécu (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). Pour ce qui est de l'amour de soi, on peut donc prendre des décisions conscientes qui peuvent venir remplacer les décisions « émotionnelles » prises par le passé (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou pas). On peut donc définir consciemment l'amour de soi que l'on veut avoir.

Pour ma part, par exemple, j'ai défini consciemment ma zone, où peut être mon curseur pour chaque personne, entièrement du côté de l'amour de l'autre. Cette zone va (extrémité de ma zone, la plus proche de l'amour de l'autre absolu) de ma limite basse au niveau de l'amour de soi en tant que le respect de soi minimum (selon mes principes et mes valeurs) pour les personnes que j'aime le plus, à (extrémité de ma zone, la plus proche de l'amour de soi absolu mais du côté de l'amour de l'autre) l'amour de soi dans le respect de l'autre (selon mes principes et mes valeurs, respect de ce qu'il est, de sa liberté de penser et du fait qu'il dise ce qu'il pense à condition qu'il soit clair dans ses propos que ce n'est que ce qu'il pense) pour les personnes que je ne connais pas, que j'aime donc par défaut, et à qui je souhaite toujours le meilleur possible.

Par exemple, pour l'extrémité de ma zone, la plus proche de l'amour de l'autre absolu, si une personne que j'aime le plus ne me respecte pas, va au-delà de mes limites basses (amour de soi en tant que respect de soi minimum), et si cette personne continue après que je le lui ai dit, alors je « l'exclue » de mon existence (amour de soi conditionnel). Je lui pardonne, cela ne change rien à l'amour que je lui porte (amour de l'autre inconditionnel), je lui souhaite le meilleur possible dans son existence, si je la croise ou qu'elle me contacte (par téléphone par exemple), je lui parle normalement, je dis aux personnes que l'on aime en commun que je ne veux pas qu'elles changent leurs relations avec cette personne par rapport à ce qui s'est passé avec moi, et si elle est vraiment en grande difficulté et que je peux l'aider dans les limites de ce que je suis prêt à accepter, je le fais. Par contre, elle ne met plus un pied chez moi, ne vit plus du tout avec moi, et je limite au maximum mes interactions avec cette personne, l'idéal pour moi étant qu'il n'y en ait plus. Si j'ai la certitude que cette personne a compris et va me respecter un minimum à l'avenir (des paroles sont très loin de suffire), je peux de nouveau l'inclure à mon existence, comme avant, et effacer facilement ce qui s'est passé (je lui ai déjà réellement pardonné depuis longtemps).

Par exemple, pour l'extrémité de ma zone, la plus proche de l'amour de soi absolu du côté de l'amour de l'autre, je veille à toujours respecter ce que l'autre est, ce qu'il pense et à le laisser exprimer ce qu'il pense à condition qu'il soit clair que ce n'est que ce qu'il pense. Par contre, s'il ne respecte pas ce que je suis, ce que je pense et le fait que j'exprime ce que je pense en disant clairement que ce n'est que ce que je pense, je fais le nécessaire pour ne pas l'inclure dans mon

existence (amour de soi conditionnel). Cela ne change rien à l'amour que je lui porte (amour de l'autre inconditionnel), le même que celui que j'ai pour tous les autres êtres humains en général, je lui pardonne et je continue à lui souhaiter le meilleur possible. Pour moi, la liberté est dans le respect de l'autre et dans le respect de soi, la liberté sans le respect de l'autre et le respect de soi ne s'appelle pas de la liberté mais de la tyrannie ou/et de la soumission.

Par exemple, pour toutes les personnes dans ma zone « d'amour », qui me respectent (amour de soi conditionnel), elles sont libres d'avoir la relation qu'elles veulent avec moi. Je n'exige rien d'elles, ni qu'elles viennent me voir ou qu'elles me contactent (même pendant des années), ni qu'elles soient là lorsque je suis dans le besoin, ni qu'elles me portent de l'attention, ni qu'elles fassent des choses pour moi (amour de l'autre inconditionnel). Je les aime telles qu'elles sont avec leurs qualités et ce qui pour moi, sont des défauts, je leur souhaite le meilleur possible dans leur existence, je suis et serai toujours là pour les aider en fonction de mes possibilités, je serai toujours là pour elles.

Ce que je viens de décrire est ma zone « d'amour » telle que je l'ai définie consciemment, celle qui correspond à ce que je suis. En aucun cas, je dis que c'est celle qu'il faut avoir, et en aucun cas, je dis que c'est la meilleure que l'on puisse définir. Chaque personne est différente, et peut définir consciemment la zone « d'amour » qui lui correspond le mieux si elle le désire, celle qu'elle sait être la meilleure pour elle. Il n'y a donc strictement aucun jugement moral ou/et jugement de valeur sur ce qu'est la zone que chacun peut décider consciemment de définir ou sur le fait de définir consciemment une zone ou pas. Et il n'y a aucune obligation morale en ce qui concerne les êtres humains que l'on veut inclure dans cette zone et en ce qui concerne le fait d'aimer par défaut tous les êtres humains. C'est ma conception des choses, mon éthique, rien de plus, c'est à chacun de faire comme il veut.

Remarque : lorsque l'on prend une décision consciente, il est très important que celle-ci soit prise en accord avec soi-même. Il faut être complètement et absolument convaincu que cette décision consciente est ce qui est le mieux pour soi et ne surtout pas se forcer à la prendre car intellectuellement, logiquement, elle paraît être la décision à prendre (et encore moins la prendre par rapport au regard des autres). En effet, se forcer à prendre une décision consciente, même si on la tient, surtout si on la tient, a de grandes probabilités d'avoir des conséquences néfastes sur soi, émotionnellement, mais aussi physiquement (maladies, pathologies, etc.). Ce que nous venons de dire est valable pour toutes les décisions conscientes dont on parle dans ce livre.

## 12) L'intelligence et les conséquences négatives de se penser plus intelligent que les autres

Dans nos sociétés, on a tendance à penser que la capacité de raisonnement, le Q.I. (quotient intellectuel), est l'intelligence. Or, c'est faux, la capacité de raisonnement n'est pas l'intelligence, c'est une partie de l'intelligence, une toute petite partie de l'intelligence. L'intelligence, c'est beaucoup plus que ça, il y a par exemple, l'intuition (arriver au même résultat qu'avec la capacité de raisonnement sans raisonnement conscient), l'instinct (capacité à prendre la bonne décision sans raisonner), ce que j'appelle l'intelligence situationnelle (la capacité à avoir la bonne réaction lorsque l'on est surpris), l'intelligence sociale (capacité à avoir toujours l'attitude juste dans ses

relations avec les autres), l'intelligence poétique (capacité à exprimer et à ressentir des choses à travers des mots, des phrases), l'intelligence artistique que ce soit, l'intelligence musicale, l'intelligence picturale ou l'intelligence sculpturale (capacité à exprimer et à ressentir des choses à travers la musique, la peinture ou la sculpture), etc.. Il y a aussi des intelligences dont on ne se sert pas, qui ne sont pas utilisées au niveau de la société mais qui existe quand même en nous. L'intelligence générale est composée de beaucoup d'intelligences différentes dont la capacité de raisonnement (Q.I.) n'est qu'une partie parmi les autres.

Chaque personne est aussi intelligente que toutes les autres, ni plus, ni moins (on ne parle pas d'égalité mais d'équivalence). Chaque personne a des parties de l'intelligence où elle est très forte, des parties où elle est dans la moyenne des autres, et d'autres parties où elle est très faible, que ces parties soit utilisées par elle ou/et par la société ou pas. Pour ma part, par exemple, je suis très fort en capacité de raisonnement, je suis moyen au niveau de l'intuition et de l'instinct, et je suis très faible (carrément nul) en intelligence sociale, en intelligence poétique et dans toutes les intelligences artistiques. Je ne me pense pas plus intelligent que les autres, je suis aussi intelligent que les autres avec mes points faibles et mes points forts comme tout le monde.

Avant d'expliquer l'aspect négatif lié au fait de se penser plus intelligent que les autres, nous devons préciser deux choses par rapport à l'intelligence et la capacité de raisonnement.

Premièrement, l'intelligence est deux mêmes choses, de l'intelligence, de nature différente, la culture, les connaissances, qui sont l'intelligence en tant que « matière », et l'intelligence en tant qu'outil, les intelligences que nous venons de décrire dont la capacité de raisonnement. La « matière » est ce que j'appelle « l'intelligence des êtres humains du passé », ce qu'ils ont produit avec leurs intelligences en tant qu'outils. C'est la « matière » sur laquelle ils ont utilisé leurs outils, qu'ils ont modifiée, qui est la « matière » (culture, connaissances) sur laquelle on peut utiliser nos outils, nos intelligences. L'intelligence en tant qu'outil est deux mêmes choses, de l'intelligence en tant qu'outil, de nature différente, l'intelligence acquise et l'intelligence innée, un don par exemple.

Deuxièmement, pour chaque personne, la capacité de raisonnement, c'est deux mêmes choses, de l'intelligence en tant qu'outil, de nature différente, l'intelligence critique et l'intelligence autocritique. L'intelligence critique, c'est utiliser son outil intelligence (capacité de raisonnement) pour modifier son intelligence en tant que « matière » (ses connaissances) et en faire une logique, un raisonnement, une pensée, une idée, etc.. L'intelligence autocritique, c'est utiliser son outil intelligence (capacité de raisonnement) pour examiner la nouvelle « matière » que l'on vient de produire (logique, raisonnement, pensée, idée, etc.) et la modifier si nécessaire. Au niveau de notre rapport avec les autres, l'intelligence critique est deux mêmes chose, de l'intelligence critique, de nature différente, notre intelligence critique (outil) utilisée sur la « matière » que les autres ont produite avec leurs intelligences, critique et autocritique, à partir de leur « matière » (connaissances), et leur intelligence critique (outil) utilisée sur la « matière » que nous avons produite avec nos intelligences, critique et autocritique, à partir de notre « matière » (connaissances). Au niveau de notre rapport avec les autres, on peut aussi utiliser nos intelligences critiques respectives (outils) pour comparer nos « matières » respectives (connaissances).

Ce que nous allons expliquer maintenant à propos de l'aspect négatif lié au fait de se penser plus intelligent que les autres est valable pour toutes les intelligences mais nous allons l'expliquer au niveau de la capacité de raisonnement car dans nos sociétés, la capacité de raisonnement (Q.I.) est souvent confondue avec l'intelligence. Cela fait que se sont très souvent ceux qui ont la capacité de raisonnement en tant que point fort au niveau de leur intelligence qui se pensent plus intelligents que les autres.

Lorsqu'on se pense plus intelligent que les autres, lorsque l'on a une idée (par exemple), on pense que c'est une idée « géniale », la meilleure des idées, et l'on n'exerce pas ou très peu son intelligence autocritique sur cette idée. On renonce donc à presque la moitié de son intelligence, de sa capacité de raisonnement. Lorsqu'on se pense plus intelligent que les autres, et que l'on parle de cette idée aux autres, on écoute ceux qui vont dans notre sens par rapport à cette idée et l'on refuse d'entendre ceux qui sont en contradiction avec notre idée, on est plus intelligent qu'eux, ils ne comprennent rien, ils n'ont pas le niveau pour discuter de ce genre de chose, etc., ou si on les écoute, c'est uniquement pour y trouver des contradictions qui nous prouvent que notre idée est la meilleure. On renonce donc à une grande partie de l'intelligence des autres, entre autre à leurs capacités de raisonnement. Lorsqu'on se pense plus intelligent que les autres, on fait un tri au niveau de la « matière » (des connaissances) qui a un rapport avec notre idée, on va examiner les connaissances (« matière ») qui vont dans le sens de notre idée, et l'on rejette les autres ou si on les examine, c'est uniquement pour y trouver des contradictions qui nous prouvent que notre idée est la meilleure. On renonce là aussi à une grande partie de « l'intelligence des autres du passé » (« matière »), de ce que les autres du passé ont produit avec leur intelligence (outil). Tous ces renoncements sont l'aspect négatif de se penser plus intelligent que les autres. En effet, lorsque l'on fait ça, on n'utilise pas toute l'intelligence disponible (« matière » et outils) lorsque l'on utilise son intelligence (outil), sa capacité de raisonnement.

Pour ma part, lorsque j'ai une idée (par exemple), je l'examine au maximum avec mon intelligence autocritique et je la modifie si nécessaire. Puis je cherche dans les connaissances de ceux du passé, ce qui est en rapport avec mon idée que ça aille dans le sens de mon idée ou pas, et je réfléchis sur mon idée en examinant attentivement ce que j'ai trouvé. Puis je la confronte aux autres en écoutant attentivement ceux qui vont dans mon sens afin de trouver de nouveaux arguments allant dans mon sens, et en écoutant encore plus attentivement ceux qui ne vont pas dans mon sens afin de comprendre ce qui fait que mon idée n'est pas cohérente avec ce qu'ils pensent. Dans toutes les contradictions, celles des autres ou des autres du passé, je commence par repérer ce qui est cohérent entre nos points de vue puis j'examine les contradictions à la lumière de cette cohérence. À chaque fois, je m'aperçois que ces contradictions sont en fait deux mêmes choses de nature différente, et que c'est dans le fait qu'elles soient de nature différente que nous les percevons comme des contradictions. Ces contradictions s'intègrent alors dans la cohérence du reste et cela augmente ma compréhension des choses. Aller chercher seulement les contradictions ne permet pas ça et nous enferme dans un point de vue contradictoire, opposé, parfois même conflictuel, alors qu'en réalité les deux points de vue sont un même point de vue de nature différente.

Mes livres expliquant les mécaniques (simplicités complexes) du fonctionnement de l'univers, du fonctionnement de la souffrance morale et du fonctionnement de l'être humain ont été écrits

après avoir appliqué ce que je viens de décrire. À ce jour, il n'y a rien qui est resté sous la forme d'une contradiction contradictoire dans ces livres par rapport à toutes les connaissances que j'ai examinées et toutes les discussions que j'ai eues avec d'autres personnes. À ce jour, tout ce que j'explique est totalement cohérent avec tout le reste, connaissances auxquelles j'ai eu accès et discussions que j'ai eues avec d'autres personnes.

L'intelligence à notre disposition n'est pas que notre intelligence, très loin de là, elle n'en est qu'une toute petite partie.

### 13) Remarques complémentaires

Remarque : le don vs l'investissement (stratégiquement, au niveau de la souffrance morale). Le don, c'est donner sans strictement rien attendre en retour (même pas un merci). « Donner » en attendant quelque chose en retour, c'est investir (même un merci pour avoir de la reconnaissance). Donner, c'est stratégiquement mieux pour soi au niveau de la souffrance morale qu'investir. En effet, lorsque l'on donne vraiment (sans rien attendre en retour, même pas un merci) à quelqu'un d'autre, alors si on n'a rien en retour, c'est normal, et si on a quelque chose en retour, quoi que ce soit (un merci par exemple), alors ça fait plaisir, on est touché positivement. Lorsque l'on « donne » en attendant quelque chose en retour (investissement), un merci par exemple, si l'on a quelque chose en retour, un merci par exemple, c'est normal (on peut être touché positivement que si c'est un retour plus important que celui que l'on attendait), par contre, si on n'a rien en retour ou moins que ce que l'on attendait, alors on est touché négativement, c'est une souffrance morale même si c'est une souffrance morale qui ne fait pas souffrir en tant que telle mais par accumulation (énervement, agacement par exemple), bien que ça puisse être aussi une souffrance morale qui fait souffrir directement. Donc pour un vrai don, soit c'est normal, soit on est touché positivement, et pour un « faux » don (investissement), soit c'est normal, soit on est touché négativement. Donc, stratégiquement, par rapport à la souffrance morale, il est plus intéressant de donner sans rien attendre en retour.

Pour ceux qui se diraient que des gens pourraient profiter de nous en prenant toujours sans jamais rien donner, c'est faux. En effet, on donne librement à qui l'on veut et généralement à des personnes que l'on aime bien. Si une personne prend et ne donne jamais, elle ne va pas être une personne que l'on aime bien, donc on ne va pas avoir envie de lui donner. On ne lui donnera pas, non pas parce qu'elle n'a pas dit merci quand on lui a donné par exemple, c'était normal pour nous, mais tout simplement parce que c'est une personne à qui l'on n'a pas envie de donner.

Remarque : l'intention inflexible pour aider les autres (stratégiquement). Lorsque l'on veut aider les autres, lorsque l'on a remarqué chez les autres quelque chose qui les fait souffrir moralement et que l'on pense avoir une solution pour eux, on a tendance à intervenir pour les aider. C'est, stratégiquement, une erreur. La plupart du temps, l'aide apportée ne portera pas ou pas complètement ses fruits, et parfois empirera la situation pour la personne concernée ou/et dégradera les relations que l'on a avec cette personne, alors que notre souhait était de l'aider.

C'est normal car pour qu'une personne comprenne, évolue par rapport à ce genre de chose, elle doit être prête à le faire, ce doit être le bon moment pour elle. Le fait de décider arbitrairement du moment où on va lui apporter notre aide, a vraiment très peu de chance de correspondre au moment où elle est prête pour recevoir cette aide, où c'est le bon moment pour elle.

Pour ma part, j'utilise ce que j'appelle « l'intention inflexible mais ça n'a aucune importance ». C'est avoir l'intention inflexible d'aider l'autre, de vouloir aider l'autre de façon ferme et inflexible à chaque fois que l'on y pense, mais de ne pas accorder de l'importance au fait que ça se fasse ou pas, et au moment où cela peut se faire. C'est décider fermement et de façon inflexible d'être disponible lorsque ce sera le bon moment pour la personne que l'on veut aider, si elle veut être aidée. Lorsque l'on fait ça, on inscrit en soi cette disponibilité et la personne concernée le perçoit de façon non consciente de par la communication non verbale que l'on a tous avec les autres. Alors, si elle veut résoudre son problème (consciemment ou non consciemment) et lorsqu'elle sera prête à le faire, elle déclenchera d'elle-même consciemment ou non consciemment un échange avec nous concernant son problème (ce n'est pas nous qui nous imposons à elle pour l'aider). Lorsque cela se produit, notre aide est maximum pour la personne, il n'y a jamais d'effets négatifs liés à notre aide et cela n'empire jamais notre relation avec l'autre, bien au contraire.

C'est une certitude, Je fonctionne de cette façon depuis très longtemps, il y a des cas où l'aide n'est jamais apportée, la plupart des cas où l'aide est apportée plus ou moins rapidement, et il y a des cas où l'aide est apportée presque immédiatement. Par exemple, il m'est arrivé de mettre en place cette intention inflexible pour aider une personne proche que je connais depuis très longtemps, et un peu moins de trois heures après, cette personne déclenche une conversation avec moi sur le sujet concerné qui lui apporte les réponses qu'elle attendait alors que nous n'avions jamais discuté de ces sujets auparavant. Quand ça arrive, on a la sensation de quelque chose de presque « magique ». De plus, lorsque l'on fonctionne de cette façon, cette personne n'a pas besoin d'être reconnaissante pour le fait que l'on soit intervenu pour l'aider, puisque c'est elle qui a déclenché la conversation, et donc cette aide (comme un livre qu'elle aurait consulté par rapport à son problème). Bien sûr, cela demande que l'on veuille aider les autres pour les autres (amour de l'autre) et non pas pour la satisfaction que cela nous apporte (amour de soi).

Il ne s'agit pas de prendre une intention inflexible et d'attendre que l'autre vienne chercher la « lumière » tel un gourou, mais de prendre une intention inflexible et de continuer à exister normalement comme si on ne l'avait pas prise. On la renforce juste à chaque fois qu'on y pense.

Remarque : sur le fait de penser que la mort est une fin ou pas (stratégiquement). Lorsque l'on pense qu'il n'y a rien après la mort, que l'on a qu'une seule vie et qu'il faut donc en profiter un maximum, on a tendance à vivre à fond, émotionnellement, pour en profiter un maximum. On se fait plaisir à chaque fois que l'on peut. Par contre, en faisant plaisir à son être « émotionnel », notre être conscient est pratiquement tout le temps un être conscient « complice » de notre être « émotionnel ». Cela peut créer en nous beaucoup de souffrances morales accumulées (échecs, déceptions, responsabilités non assumées consciemment ou non consciemment, relations amoureuses douloureuses, etc.) que l'on cache derrière un mur que l'on bâtit petit à petit. Lorsque l'on pense qu'il y a quelque chose après la mort, qu'il faut s'y préparer dans cette existence, on travaille sur soi-même, sur ce que l'on est. On a des plaisirs de nature différente, des satisfactions

par rapport à ce que l'on arrive à être. Notre être conscient est alors un être conscient « critique » de notre être « émotionnel » la plupart du temps, ce qui nous permet de faire évoluer ce que l'on est. On accumule moins de souffrances morales et l'on bâtit un mur moins important. Même si l'on accumule moins de souffrances morales, penser qu'il n'y a rien après la mort et penser qu'il y a quelque chose après la mort sont la même chose de nature différente, les plaisirs que l'on en retire sont de nature différente et la souffrance accumulée est de nature différente.

Par contre, stratégiquement, si l'on pense qu'il y a rien après la mort, alors s'il n'y a effectivement rien après la mort, ça ne pose pas de problème, mais s'il y a quelque chose après la mort, on n'est pas préparé et ça pose donc problème. Et, si l'on pense qu'il y a quelque chose après la mort, alors s'il n'y a effectivement rien après la mort, ça ne pose pas de problème (on n'existe de toute façon plus), et s'il y a quelque chose après la mort, on est préparé et donc ça ne pose pas de problème. Il est donc plus intéressant, stratégiquement, de penser qu'il y a quelque chose après la mort et de s'y préparer car dans ce cas, quoi qu'il y ait, ça ne pose pas de problème, alors que si l'on pensait qu'il n'y avait rien après la mort et qu'il y a quelque chose, on n'y est pas préparé, ce qui pose problème.

Remarque : Nous avons parlé du mur que nous bâtissons pour nous protéger de nos souffrances morales accumulées, qui nous isole en même temps de nos émotions, et de ses conséquences sur ce que l'on est émotionnellement et physiquement. Nous avons expliqué ce qu'est ce mur uniquement en fonction de la souffrance morale dans le premier livre de la trilogie et dans ce livre. Or ce mur est, comme toute chose, deux mêmes choses, un mur, de nature différente, pour se protéger de sa souffrance morale et pour se protéger de ses émotions. Certaines personnes pensent que les émotions sont des faiblesses et qu'il faut les tenir à l'écart. Elles bâtissent aussi un mur (le même mur), mais cette fois-ci pour se protéger de leurs émotions qu'elles perçoivent comme des faiblesses. En faisant cela, elles s'isolent aussi de leurs souffrances morales accumulées qu'elles ne ressentent donc pas ou très peu. Par contre, les conséquences sont les mêmes que celles que l'on a décrites pour le mur bâti pour se protéger de la souffrance morale. À chaque fois que le mur tombe, avant qu'elles ne le remettent en place, elles ressentent des émotions très puissantes et de la souffrance morale qui peuvent les amener à de la violence morale ou/et physique contre elles-mêmes ou/et contre les autres.

Remarque : La bienveillance est une dualité comme toute chose, elle est deux mêmes choses, de la bienveillance, de nature différente, une bienveillance active ou/et une bienveillance passive. La bienveillance active, c'est manifester de la bienveillance, agir afin de montrer sa bienveillance, c'est se sentir être dans le camp du bien et lutter contre le camp du mal, c'est de l'ordre de la morale. C'est une façon d'agir, on est dans l'action. La bienveillance passive, c'est laisser sa bienveillance se manifester à chaque fois que l'occasion se présente, réagir avec bienveillance en toute circonstance, c'est de l'ordre de l'éthique. C'est une façon d'être, on est dans la réaction. Dans mes livres, lorsque l'on parle de bienveillance, on est dans la bienveillance passive, il s'agit d'éthique et non de morale.

Remarque : En aucun cas, je n'affirme détenir la Vérité. Pour moi, c'est la Vérité, mais ce que j'explique n'est que ma vérité et rien de plus. C'est aux autres d'en faire leur vérité ou pas, de faire de certains éléments de ce que j'explique, leurs vérités ou pas. Ce que j'explique n'est que ce que je pense, rien de plus.

#### 14) Conclusion

Tout d'abord, je tiens à préciser à nouveau (c'est essentiel pour moi) que ces livres n'ont pas pour objectif d'expliquer ce que l'on doit être, ce qu'il faut être pour être quelqu'un de bien par exemple. Ces livres expliquent la mécanique (simplicité complexe) du fonctionnement de la souffrance morale et de l'être humain afin de permettre, à tous ceux qui le souhaitent, de construire consciemment l'être humain qu'ils veulent être sans l'influence de la souffrance morale. Ils expliquent ce qu'il faut faire pour aller consciemment vers son moi idéal. Chacun, est le seul qui sait quel est son moi idéal, différent de celui de tous les autres. Cette construction se fait dans l'imaginaire et l'être « émotionnel » que l'on construit est mis à l'épreuve dans la réalité où il éprouve et ressent. De plus, s'il y a un aspect moral dans ce livre lié à la nature de ce qui est décrit (mensonges, ne pas assumer ses responsabilités, culpabilités, amour de soi, etc.), il s'agit d'une morale qui est une éthique, une absence de morale, une absence de jugement moral, une absence de jugement de valeur, sur ce qu'est un être humain, sur sa capacité à changer, et sur sa volonté de changer. Chacun fait avec ce qu'il est, qui est le résultat de tout ce avec quoi il s'est construit jusque-là. Chacun a des points forts qui sont des points faibles chez d'autres et des points faibles qui sont des points forts chez d'autres. Personne ne vaut plus ou moins qu'un autre en tant que la totalité de ce qu'il est (il ne s'agit pas d'égalité mais d'équivalence). Par contre, chacun est toujours pleinement responsable moralement (culpabilité) ou/et de fait des conséquences de tout ce qu'il fait et de l'intention avec laquelle il le fait que ce soit le résultat de décisions conscientes ou non conscientes (décisions : actes dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non).

Dans le premier livre de cette trilogie, nous avons décrit la mécanique (simplicité complexe) de la souffrance morale et avons expliqué ce qu'il faut faire (comment procéder), pour ceux et celles qui le veulent, pour purger notre souffrance morale du passé et celle que l'on pourrait ressentir à l'avenir. Nous avons aussi expliqué ce qu'il faut faire (comment procéder) pour ne pas souffrir moralement à l'avenir. Bien entendu, cela ne peut pas se faire instantanément, cela demande un travail sur soi sur la durée.

Dans ce deuxième livre de cette trilogie, nous avons décrit la mécanique (simplicité complexe) du fonctionnement de l'être humain dont la principale caractéristique est le mensonge, le mensonge conscient aux autres, le mensonge non conscient à soi-même puis le mensonge sincère aux autres, qui génère lui aussi beaucoup de souffrances morales pour soi-même et pour les autres. Nous avons expliqué comment il faut faire (comment procéder) pour arrêter progressivement tous ces mensonges, pour ceux ou celles qui le veulent.

Nous avons aussi décrit la mécanique (simplicité complexe) de l'amour qui est en réalité aussi un mensonge à soi-même (non conscient) sur l'amour que l'on porte aux autres (amour de soi). L'amour peut générer aussi beaucoup de souffrance morale. Cette description peut permettre, à

ceux ou celles qui le veulent, de choisir consciemment le mélange d'amour de soi et d'amour de l'autre selon lequel ils ou elles veulent fonctionner en ce qui concerne l'amour, qu'il soit amical, familial ou amoureux.

Le mensonge et l'amour sont deux mêmes choses, le fait d'être considéré, de nature différente, le mensonge (répulsion) et l'amour (attraction). Le mensonge est une répulsion par rapport à la réalité de ce que l'on est, par rapport à la considération que l'on se porte. On ment à soi-même ou/et aux autres sur ce que l'on est et sur ce que l'on fait pour se cacher à soi-même et cacher aux autres la réalité de ce que l'on est et de ce que l'on a fait pour être considéré par soi-même ou/et par les autres. L'amour est une attraction pour ce que l'on est (amour de soi) et pour ce qu'est un autre (amour de l'autre). C'est vouloir être considéré par l'autre pour ce que l'on est (amour de soi) et c'est vouloir être considéré par l'autre de par l'amour qu'on lui porte (amour de l'autre).

Nous allons maintenant résumer ce qu'il faut faire pour construire celui que l'on veut être, si c'est ce que l'on veut faire, sans l'influence de la souffrance morale, pour pouvoir être notre être idéal sans souffrance morale qui nous fait souffrir, ou presque. À chaque fois que j'ai dit, que je dis et que je dirai « il faut faire » ou « on doit », il faut entendre « si on décide de le faire » et avoir conscience qu'il s'agit juste d'expliquer comment procéder. Il ne s'agit en aucun cas d'une obligation morale ou de valeur, d'un jugement, sur le fait de le faire ou de ne pas le faire. Rappel : une décision est un acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non.

Dans un premier temps, il faut faire ce que l'on a indiqué dans le premier livre de cette trilogie.

C'est-à-dire, purger sa souffrance morale qui fait souffrir du passé comme nous l'avons expliqué au maximum de ce que l'on peut faire sans se forcer à le faire (pardon et culpabilité).

C'est-à-dire, prendre la décision consciente de ne plus jamais souffrir moralement de ce qui est immatériel ou/et non matériel comme nous l'avons expliqué, et prendre des décisions conscientes pour tout ce qui nous fait souffrir moralement habituellement, en décidant consciemment que cela ne pourra plus nous faire souffrir moralement à l'avenir, au maximum de ce que l'on peut faire sans se forcer à le faire.

C'est-à-dire, prendre la décision consciente qu'à chaque fois que l'on ressentira à l'avenir de la souffrance morale qui nous fait souffrir ou qui pourrait nous faire souffrir par accumulation (agacement, énervement, etc.), on purgera cette souffrance morale comme nous l'avons expliqué, et on mettra de nouveau en place la décision consciente que l'on avait prise.

C'est-à-dire, prendre la décision consciente de ne plus agir (dire c'est agir) avec l'intention de faire souffrir moralement ou/et physiquement un autre, de ne plus agir (dire c'est agir) si l'on sait que cela va probablement faire souffrir moralement ou/et physiquement un autre (sauf en cas de légitime défense ou pour mettre un autre devant la justice pour ce qu'il a fait), et que l'on prendra à l'avenir toujours sa responsabilité de fait, dans ce que l'on a fait, au niveau de ce que l'on a fait, à chaque fois que ce que l'on a fait a eu des conséquences négatives quelles qu'elles soient et quelle que soit l'intention avec laquelle on l'a fait. Il s'agit là de la mise en place d'une éthique pour soi-même.

Bien entendu, il faut faire tout cela au maximum de ce que l'on peut, et surtout pas plus, puis décider consciemment de continuer à progresser dans ce sens à l'avenir à chaque fois que l'on sera en capacité de le faire, que ce sera le bon moment pour nous.

Dans un deuxième temps, il faut prendre la décision consciente de ne plus mentir que ce soit consciemment aux autres ou non consciemment à soi-même donc sincèrement aux autres.

Pour cela, il faut prendre la décision consciente de ne plus mentir consciemment aux autres, décision facile à prendre et à respecter, si elle est réellement prise, pour la plupart des gens. Pour ceux pour qui ce n'est pas le cas (qui mentent consciemment tout le temps ou presque), il faut commencer par prendre la décision consciente qu'il leur est possible de ne pas mentir aux autres, que cela ne les rend pas vulnérables, dire de plus en plus la vérité, puis lorsqu'ils s'en sentent capable, lorsque c'est le bon moment pour eux, prendre la décision consciente de ne plus mentir consciemment aux autres.

Pour cela, il faut prendre la décision consciente de ne plus se mentir à soi-même sur ce que l'on est. Il faut donc prendre conscience que l'on ne vaut pas plus que les autres (en général), que l'on a des points forts et des points faibles comme tous les autres. Il ne s'agit pas d'égalité mais d'équivalence. Il faut se « regarder » en face tel que l'on est sans se raconter d'histoires sur ce que l'on est. Il faut en tant qu'être « émotionnel », être un être conscient « critique » et non un être conscient « complice » de son être « émotionnel », de soi-même. Cela est très important pour deux raisons. La première, car cela génère pour nos proches de la souffrance morale par accumulation car ce que l'on dit être ne correspond pas à ce qu'ils constatent que nous sommes, et car cela génère pour nous, de la souffrance morale de par la considération que nos proches ont de nous après avoir fait cette constatation et de par les relations qu'ils mettent en place avec nous par la suite. La deuxième raison est que cela nous empêche d'évoluer vers notre être idéal, car en se racontant que l'on est déjà ce que l'on n'est pas, on n'évolue évidemment pas vers ce que l'on veut être. Il faut prendre la décision consciente de ne plus se mentir à soi-même sur ce que l'on est afin d'être conscient de ce que l'on est, pour prendre des décisions conscientes par rapport à ce que l'on est, afin d'évoluer progressivement vers son être idéal, selon ses capacités à la faire, à chaque fois que c'est le bon moment pour nous. De plus, nos proches ainsi que les autres pourront constater que l'on est ce que l'on dit être.

Pour cela, il faut prendre la décision consciente de ne plus se mentir à soi-même sur ce que l'on fait et sur ce que l'on a fait. Il faut se surveiller (être conscient « critique ») pour ne plus se trouver de fausses justifications, des raisons (être conscient « complice »), pour agir (dire c'est agir) avec l'intention de nuire ou en sachant que cela peut nuire aux autres ou que cela va avoir des conséquences négatives, sauf en cas de légitime défense (la légitime défense, c'est au moment où on est agressé physiquement, ni avant, ni après) ou lorsqu'il s'agit de mettre un autre devant ses responsabilités en justice. Et il faut se surveiller (être conscient « critique ») pour prendre ses responsabilités, assumer ses actes, lorsque ce que l'on a fait a eu des conséquences négatives quelles qu'elles soient et quelle que soit l'intention avec laquelle on a agi, avant de chercher des explications à ses actes (ce que fait l'être conscient « complice » avant d'avoir assumé ses actes). Expliquer après avoir pris ses responsabilités est essentiel car c'est ce qui permet de prendre des décisions conscientes au niveau de son être « émotionnel » pour évoluer et ne pas agir de nouveau, dans des circonstances équivalentes, avec les mêmes conséquences négatives. Cela

participe à faire évoluer ce que l'on est vers son être idéal. Cela est très important pour deux raisons. La première, car cela génère de la souffrance morale pour les autres de par les effets négatifs de nos actes, et car cela génère pour nous, de la souffrance morale de par la culpabilité que l'on ressent par rapport à nos actes que l'on soit dans le déni ou pas. La deuxième raison est que cela nous empêche d'évoluer vers notre être idéal, car en se racontant que l'on n'est jamais responsable de ce que l'on fait, on ne prend jamais de décisions conscientes pour faire évoluer notre être « émotionnel » (ce que l'on est) vers notre être idéal par rapport à ce que l'on a fait.

Pour ce qui est de mentir sincèrement aux autres, si l'on décide consciemment de ne plus se mentir à soi-même, alors on ne mentira plus sincèrement aux autres. Bien entendu, pour les décisions conscientes concernant le mensonge à soi-même, il faut le faire à son rythme, à chaque fois que l'on sera en capacité de le faire, que ce sera le bon moment pour nous. De plus, il faut être conscient qu'il est impossible de se surveiller en permanence, et qu'il y aura donc des fois où l'on se rendra compte après coup que l'on s'est menti à soi-même, et que donc, il y a forcément des fois où on s'est menti à soi-même sans jamais s'en rendre compte. Ce qui compte, c'est d'avoir la volonté, d'avoir pris la décision consciente, de se surveiller pour ne pas le faire.

Se mentir à soi-même n'est pas mauvais en soi, c'est même extrêmement utile et nécessaire pour le jeune enfant avant l'existence de son être conscient, pour évoluer (se mentir à soi-même inconsciemment), et juste après le début de l'existence de son être conscient, pour continuer à évoluer (se mentir à soi-même de façon non consciente), comme nous l'avons expliqué. Par contre, lorsque l'enfant grandit, puis lorsqu'il devient adulte, cela devient négatif car cela l'empêche alors de continuer à évoluer, à progresser vers son être idéal.

Pour cela, il faut examiner la mécanique (simplicité complexe) de l'amour et constater où se trouve notre zone, celle qui définit notre conception actuelle de l'amour (mélange d'amour de soi et d'amour de l'autre), au niveau de la ligne qui va de l'amour de soi à l'amour de l'autre. Puis, décider consciemment si l'on est satisfait de l'emplacement de cette zone sur cette ligne. Si on ne l'est pas, il faut alors décider où l'on veut placer cette zone sur cette ligne et prendre des décisions conscientes correspondant au nouvel emplacement de cette zone. Par exemple, si l'on est beaucoup plus dans l'amour de soi que dans l'amour de l'autre et que l'on veut déplacer sa zone vers l'amour de l'autre, on peut décider consciemment de ne plus chercher une personne que l'on aime uniquement en fonction de critères de beauté et d'apparence, et en fonction du fait qu'elle s'intéresse à nous, mais plutôt de chercher une rencontre qui va déclencher en nous des émotions et des sentiments importants. On peut aussi décider consciemment de ne plus vouloir changer l'autre, celui qu'on aime, pour qu'il nous apporte plus ou qu'il soit comme on veut qu'il soit, mais l'aimer tel qu'il est avec ses défauts et ses qualités.

Par contre, il est très important, par rapport à la souffrance morale, de ne pas dépasser la limite minimum du respect de soi (amour de soi) selon ses propres principes et valeurs car cela signifiera que l'on peut laisser l'autre nous faire souffrir moralement (déni ou acceptation). Il est même mieux, toujours par rapport à la souffrance morale, de ne pas laisser l'autre nous infliger des souffrances morales qui font souffrir moralement par accumulation trop souvent, ou, en tout cas, de bien penser à les purger à chaque fois que cela se produit.

Si l'on veut construire l'être « émotionnel » que l'on veut être sans l'influence néfaste de la souffrance morale, il faut entamer le processus que l'on vient de décrire dans sa totalité en allant à

son propre rythme en fonction de ses propres capacités, et en prenant ses décisions conscientes uniquement lorsque c'est le bon moment pour nous. J'ai écrit ces livres, non pas pour dire aux autres ce qu'ils doivent être, ce qu'ils doivent être (leur être idéal) est différent de ce que je dois être (mon être idéal), mais pour qu'ils puissent atteindre leur propre être idéal. En tout cas, pour ceux qui le souhaitent. À chacun d'en faire ce qu'il en veut, d'en prendre ce qu'il en veut. Pour ma part, je souhaite à tous les lecteurs et à toutes les lectrices de ce livre ainsi qu'à tous les autres, le meilleur possible.

Remarque : lorsque l'on prend une décision consciente, il est très important que celle-ci soit prise en accord avec soi-même. Il faut être complètement et absolument convaincu que cette décision consciente est ce qui est le mieux pour soi et ne surtout pas se forcer à la prendre car intellectuellement, logiquement, elle paraît être la décision à prendre (et encore moins la prendre par rapport au regard des autres). En effet, se forcer à prendre une décision consciente, même si on la tient, surtout si on la tient, a de grandes probabilités d'avoir des conséquences néfastes sur soi, émotionnellement, mais aussi physiquement (maladies, pathologies, etc.). Ce que nous venons de dire est valable pour toutes les décisions conscientes dont on parle dans ce livre. Pour ma part, ayant expérimenté, élaboré, ce processus, j'ai souvent pris des décisions conscientes forcées auxquelles je me suis tenu (intellectuellement, logiquement, elles me paraissaient être les décisions à prendre) alors que ce n'était sûrement pas le bon moment pour moi (je n'avais pas conscience à l'époque du fait que ce n'était pas ce qu'il fallait faire). J'en subis les conséquences physiques à ce jour, d'autant plus que j'ai stupidement négligé mon corps physique (fumer, pas d'exercice physique, manger n'importe quoi, etc.). Ces conséquences physiques ne sont qu'une gêne, elles sont parfois un peu pénibles, ce sont des souffrances morales par accumulation que je purge régulièrement. Il est quand même mieux d'éviter d'en arriver là.

*Le troisième livre de cette trilogie sera la description complète de la 2<sup>ème</sup> proposition dont on parle dans le premier livre de cette trilogie, si et seulement si, par miracle (les miracles, c'est toujours possible), la 1<sup>ère</sup> proposition décrite dans le premier livre de la trilogie est mise en place. Sinon, cette trilogie restera inachevée. En attendant, je vais faire les relectures finales de mon livre de plus de 400 pages expliquant l'univers que je publierai prochainement.*

#### 15) Annexe : Remarques en rapport avec mon explication de l'univers pour ceux qui l'ont lue

Ce paragraphe est le lien entre les livres de la trilogie et mon livre expliquant ce qu'est l'univers et sa mécanique (simplicité complexe) qui induit son fonctionnement (« L'univers expliqué » ou « la folie raisonnée ») dont les préambules sont, au moment où je publie ce livre, publiés sous la forme d'un livre de 34 pages intitulé « L'univers expliqué » ou « la folie raisonnée » (préambules) » et dont le livre principal de plus de 400 pages sera publié lorsque j'aurais fait les lectures finales au cours desquelles je veux préciser un peu plus certaines choses.

Remarque sur la prédétermination et le libre arbitre (pour ceux qui ont lu le livre de 34 pages, c'est expliqué dans le détail dans le livre de plus de 400 pages). Nous avons dit que, ce qu'est et ce que fait un être humain à chaque instant de son existence, est déterminé dès sa création par ce qu'il est au moment de celle-ci (par son ADN et la réincarnation) et par ce qu'il était et ce qui lui est

arrivé dans l'instant d'avant pour chaque instant de son existence. Dans mon livre expliquant l'univers, nous avons vu que c'est le cas pour tout ce qui existe dans l'univers, donc pour tout ce qui nous arrive. Si tout est déterminé par le passé, alors tout est prédéterminé dans l'univers. Mais comme l'univers n'est, n'existe, que pendant un seul instant et que cet instant est composé d'une infinité d'instantes qui sont la perception différente de ce même instant, donc des instantes différents, c'est le libre arbitre qui détermine la perception de chacun de ces instantes en tant qu'une perception différente du même instant, l'instant de l'univers. C'est le libre arbitre de ce qui perçoit qui « décide » de percevoir différemment ce même instant (« décide », acte dont il est l'origine qu'il en soit conscient ou non).

Pour tout ce qui se perçoit exister plusieurs instantes dans l'univers, tout ce qui se perçoit être la perception différente de l'instant de l'univers en tant que plusieurs instantes perçus comme successifs, la prédétermination de l'univers, due au fait que tous ces instantes soient un seul instant, soient dans un seul instant, l'instant de l'univers, existe en tant que le libre arbitre de ce qui perçoit chacun de ses instantes différents successifs en tant qu'un même instant différent (dualité entre l'instant de l'univers et chaque instant perçu de l'univers). Tout ce qui se perçoit exister plusieurs instantes dans l'univers perçoit la prédétermination de l'univers en tant que son libre arbitre. La prédétermination de l'univers est déterminée par le libre arbitre de ce qui perçoit cet instant différemment. La prédétermination et le libre arbitre sont une dualité, deux mêmes choses, la perception différente du même instant, de nature différente, une infinité d'instantes tels qu'ils sont déterminés différemment dans l'instant de l'univers (prédétermination) et cet instant de l'univers tel que le libre arbitre de ce qui le perçoit différemment « décide » de le percevoir, détermine ce qu'il est. Dans l'univers, tout est prédéterminé tel que le libre arbitre le « décide », le détermine (« décide », acte dont ce qui perçoit est l'origine qu'il en soit conscient ou non).

C'est pour cela que l'on n'est pas responsable moralement (coupable) de ce que l'on est et de ce que l'on fait (prédétermination) mais que l'on est responsable de fait de ce que l'on est et de ce que l'on fait (libre arbitre). Et que l'on est responsable moralement (coupable) ou/et de fait des conséquences de ce que l'on a fait (libre arbitre). Conséquences qui sont dues à notre libre arbitre, le libre arbitre de ce que l'on était dans l'instant précédent l'instant où l'on a fait ce qui a eu ces conséquences de par sa perception différente de l'instant de l'univers, de par la « décision » de ce que l'on était, de par la « décision » de percevoir cet instant différemment de cette façon (décision, acte dont on est l'origine que l'on en soit conscient ou non).

Remarque pour ceux qui ont lu mon livre expliquant l'univers (34 pages ou plus de 400 pages), à qui, il manque quelque chose dans cette explication, la mystique (éprouvée par un être humain). La mystique est au-delà de ce qui est expliqué dans mon livre, elle est de l'ordre de l'indicible et ne peut donc pas être expliquée, par définition, en tant que ce qu'elle est « réellement ». La mystique dans mon explication de l'univers est intégrée en tant que le dicible qui se rapproche le plus de ce qu'elle est même si ce dicible ne peut aucun cas être ce qu'est cet indicible. Ce dicible qui se rapproche le plus de cet indicible dans mon livre est le néant, le dicible qui représente la mystique, qui représente l'indicible. Le néant n'est pas, n'existe pas, tout, quoi que ce soit, n'est pas dans le néant, n'existe pas dans le néant. Le néant est quelque chose qui peut être décrit uniquement par ce qu'il n'est pas comme la mystique mais étant quelque chose (qui n'est pas, qui n'existe pas), il

ne peut pas être ce qu'est la mystique car elle n'est pas quelque chose, elle est de l'ordre de l'indicible.

La dualité première de l'univers décrite dans mon explication de l'univers est la dualité du néant et du rien. Rien étant quelque chose qui est l'absence de quelque chose, la même chose que le néant puisque tout n'existe pas dans le rien, mais de nature différente car le fait que ce soit quelque chose qui est l'absence de quelque chose permet (potentiel) la possibilité de ce quelque chose qui est absent, ce qui n'est pas le cas pour le néant (différence, nature différente). Cela permet donc la visualisation, la perception de ce qui est absent pour l'univers et pour tout ce qui le compose, ce qui existe dans cet univers. La première dualité de l'univers décrite dans mon livre en tant que la dualité du néant et du rien est en fait la dualité de la mystique et du rien, la mystique étant indicible est remplacée par le néant, le dicible le plus proche possible au niveau du dicible de ce qu'est cet indicible.

La mystique est au-delà de l'univers que l'on perçoit, au-delà de tout ce qui peut être perçu, au-delà du fait de percevoir (la conscience dans mon livre), elle ne peut, ni être perçue, ni être ressentie, car elle est au-delà de la perception et du ressenti, par contre, elle peut être éprouvée personnellement car cet au-delà est toujours là sans être là, partout dans l'univers que l'on perçoit. C'est pour cela que la mystique est de l'ordre de l'indicible. Éprouver la mystique ne peut pas être partagé, elle ne peut être que personnelle, on ne peut la dire, essayer de le faire, c'est « tomber » dans le spirituel. Éprouver la mystique personnellement, c'est être au-delà de la mécanique, au-delà de la simplicité complexe, au niveau de ce qui induit la mécanique, et lorsqu'on « sort » de ce que l'on éprouve personnellement, cela induit notre mécanique, ce qui nous donne de vraies réponses au niveau de notre mécanique, au niveau de notre simplicité complexe, au niveau de ce qui génère notre fonctionnement, notre complexité. Pour éprouver la mystique, il faut atteindre l'instant présent, le réel, il faut « faire le vide », ne plus ressentir (la réalité), pour éprouver le réel, l'indicible, la mystique.