Se libérer du conditionnement

Partage international n° 446 – Octobre 2025

Etre conditionné, c'est agir, penser, faire l'expérience du connu, de ce qui n'est pas nouveau, de ce que nous connaissons déjà. Si toutes vos expériences sont déjà connues de vous et relèvent de la mémoire, elles n'ont rien à voir avec l'art de vivre. Fondamentalement, l'art de vivre est nouveau à chaque instant. L'essence de l'art de vivre est que chaque instant est une expérience nouvelle. C'est une expérience créatrice venant de l'âme. [*L'art de vivre* (B. Creme)]

Maitreya pénètre maintenant dans l'arène du monde pour apprendre aux hommes qu'ils sont potentiellement des dieux, que grand est leur pouvoir, et que seul leur conditionnement les rend esclaves de la superstition et de la peur, de la compétition et de la cupidité. Il leur montrera comment renoncer au passé pour construire, sous sa sage supervision, une civilisation digne des hommes qui entrent dans leur divinité. [*Entrer dans la divinité* (Maître –)]

« Votre destinée est la liberté. *Nul ne « naît dans le péché ». Il serait plus exact de dire que le Soi est soumis au conditionnement pendant le processus d'évolution. Ce processus d'évolution est le Devenir. » « Si vous appliquez les trois principes d'honnêteté mentale, de sincérité d'esprit et de détachement, l'évolution s'effectue naturellement. Votre « seconde nature » est une nature conditionnée, mais la mise en pratique de ces trois principes vous libérera du conditionnement. Nul n'est « condamné » au conditionnement. » « Je vous en prie, n'allez pas vous imaginer des choses. Cela revient à faire « un atterrissage en douceur » qui satisfait le mental. Les « ismes » sont comme des pilules qui permettent au mental de souffler de temps à autre dans la vie. Le mental, l'esprit et le corps retrouvent alors un peu plus « le moral », ils se sentent un peu plus heureux. Mais les « ismes » ne permettront jamais d'appréhender les réalités de la vie qui ne peuvent être connues que par l'expérience. L'expérience et la vision vont de pair. »* [Enseignements de Maitreya – Les lois de la vie (Maitreya)]

La stature unique de Maitreya, son expérience immémoriale sur le sentier d'évolution, lui permettent de présenter, dans les termes les plus accessibles, ses enseignements spirituels d'une grande profondeur, débarrassés de tout « *fatras* » doctrinal et dogme théologique. Il n'impose rien, chacun est laissé libre d'être lui-même et encouragé à l'être. Maitreya enseigne avant tout l'art de la réalisation du Soi. Trois pratiques, simples, mais exigeant cependant une certaine discipline, sont au cœur de son enseignement de la réalisation du Soi : l'honnêteté mentale, la sincérité de cœur et le détachement. Pratiquez ces trois disciplines, dit Maitreya, et parvenez à la réalisation du Soi. [*Les lois de la vie*]

Finies, les vieilles certitudes, effacés, les vieux conditionnements. Une attitude nouvelle et plus saine, alliant indépendance de pensée et sens des réalités, remplacera les doctrines présentes. L'ignorance qui prévaut actuellement dans de nombreux domaines de la conscience et de la vie cédera également la place à une vision nouvelle, plus claire et plus pénétrante. Les tentacules du matérialisme relâcheront leur emprise sur l'esprit des hommes, et un réalisme plus éclairé et plus inclusif façonnera les formes de la civilisation nouvelle. Ainsi en sera-t-il. [*Les graines de la sagesse* (Maître –)]

« Soyez sincère *dans votre esprit, soyez honnête dans votre mental, soyez détaché. »* Lorsque vous mettez le Soi sous la domination du mental, de l'esprit et du corps (c'est-à-dire lorsque vous vous identifiez à la pensée, au pouvoir et à la matière), tout devient prédestiné. Cela signifie que vous êtes soumis au conditionnement, que vos pensées et vos actes sont le résultat de ce conditionnement, que vous perdez votre libre arbitre. Ainsi, attachement signifie perte de liberté. [*Les lois de la vie*]

Par honnêteté du mental, Maitreya ne veut pas seulement dire ne jamais mentir et être toujours honnête. Bien entendu, il veut aussi dire cela, mais bien plus encore. Par honnêteté du mental, il entend un mental qui n'est pas conditionné par l'idéologie et les « *ismes* », un mental honnête envers lui-même, libre et ouvert à chaque instant à l'expérience de la vie, s'exprimant de façon parfaite, pure, spontanée, sans conditionnement. Par exemple, si vous vous déclarez capitaliste, socialiste, chrétien, bouddhiste, que sais-je encore, vous ne pratiquez pas l'honnêteté

du mental ; ce n'est pas possible. Dans toutes les situations, vous mettrez en avant votre idéologie particulière. Cela influencera le fonctionnement de votre mental, cela en limitera sa liberté, votre mental ne pourra plus être honnête envers lui-même. Maitreya considère toute idéologie, aussi noble soit-elle, comme un tremplin. Pour lui, les idéologies sont les barreaux d'une échelle. Une fois que vous êtes sur le toit, vous n'avez plus besoin d'échelle et vous pouvez vous en débarrasser. Un mental honnête est un mental non conditionné. Seul un mental non conditionné peut savoir ce qu'est la liberté. Le but de la vie est de devenir libre. Si vous êtes prisonnier d'une idéologie ou de tout autre système de croyance, votre liberté s'en trouve limitée d'autant. [*La mission de Maitreya*, tome II (B. Creme)]

La peur du changement, la peur de perdre quelque chose, de connaître une insécurité accrue, occupent l'esprit de millions d'hommes, engendrant par là même l'inertie qui les enchaîne aux habitudes du passé. Celles-ci peuvent être contraignantes et difficiles à supporter, mais elles ont l'avantage d'être connues : ce sont les habitudes des ancêtres. Ce conditionnement omniprésent règne en maître dans le monde et fait le jeu des ambitieux et des puissants qui l'entretiennent soigneusement. La peur naît lorsque la confiance fait défaut ; rares sont ceux qui font confiance à leurs semblables. Voilà longtemps que les hommes ont oublié qu'ils sont tous un, tous frères et sœurs, engagés ensemble dans les tâches de la vie, qu'ils partagent ces tâches pour le bien de tous et partagent également les ressources nécessaires aux besoins de chacun. La redécouverte de cet héritage commun galvanisera l'humanité et l'éveillera à sa destinée : la création d'un mode de vie dans lequel les hommes deviennent co-créateurs avec Dieu. [*Créer la confiance* (Maître –)]

La paix et la guerre – Qu'est-ce que la paix ? « *Dans la création, la paix est non-conditionnement. Qu'est-ce que la guerre ? La guerre est conditionnement.* » On comprend pourquoi, lorsque des individus tentent d'imposer des idéologies, ils finissent par subir un processus d'autodestruction : c'est parce que le soi est en guerre. « *Les graines de la destruction se trouvent dans le conditionnement. Les graines de la paix dans le non-conditionnement.* » « *Soyez ce que vous êtes, c'est ainsi que vous échapperez au conditionnement, que vous aborderez tout ce qui se présente avec un esprit ouvert, que vous éviterez de tomber dans des processus destructeurs.* » [*Les lois de la vie*]

Le meilleur enseignement – le seul véritable enseignement à mon avis – est l'exemple. Le seul conseil que je me permettrais de vous donner serait de faire à vos enfants un cadeau en leur épargnant toute forme d'endoctrinement et de conditionnement. Laissez-les libres d'être et de devenir eux mêmes. Protégez-les des « *croyances* » et n'étouffez jamais leur spontanéité – car c'est d'elle que vient l'expression de leur caractère unique en tant qu'âmes. Montrez-leur, par l'exemple, comment aimer les gens de toutes couleurs et de toutes traditions, comment être tolérants et justes. Enseignez-leur, par l'exemple, la loi spirituelle fondamentale de la vie, la loi de cause et d'effet : en termes simples, « *on récolte ce que l'on sème* », d'où la nécessité de l'innocuité en toute situation. Imprégnez-les, par votre exemple, de l'énergie de bonne volonté et apprenez-leur à être détendus et heureux. La vie spirituelle n'a rien à voir avec les croyances et la dévotion. C'est le sentiment que l'on a d'être à tout instant relié au divin, de ne jamais être séparé de l'expression du divin, pas plus chez soi-même que chez les autres. Enseignez cela par l'exemple à vos enfants, et vous les verrez grandir et devenir devant vos yeux des exemples de cette divinité. [*Le rassemblement des forces de lumière* (B. Creme)]

Que peut donc bien faire l'homme pour échapper au désastre ? Quelles mesures peut-il prendre, ne serait-ce que pour atténuer la menace qui pèse sur lui ? La réponse à cette question est relativement simple mais, semble-t-il, difficile à saisir pour les hommes, prisonniers qu'ils sont du carcan de leur propre conditionnement. Les hommes doivent se libérer du poison de la compétition, ils doivent percer à jour le mirage qu'elle constitue et, percevant l'unité du genre humain, adopter la coopération pour le bien général. [*L'art de la coopération* (Maître –)]

Tous ces changements éveillent les consciences, et les gens en ont assez : ils ont le droit d'être libres et veulent profiter de la vie. Ils n'acceptent plus d'être conditionnés par la politique, la religion ou la marchandisation. C'est la nouvelle génération qui perçoit les effets de cette nouvelle énergie, et cette expérience lui donne la force nécessaire pour transformer les anciens systèmes qui emprisonnent les peuples. La voix du réalisme se fait aujourd'hui entendre parmi les jeunes, qui ne sont pas prisonniers des idéologies, des philosophies et des théories. Ils ont une vision réaliste de la vie, ils la prennent comme elle vient. [*La mission de Maitreya*, tome II (B. Creme)]

Nous vivons, nous le savons tous, une époque de grand désarroi – sur les plans politique, économique et social. Progressivement les masses, qui en prennent conscience, commencent à réagir au carcan de ces structures, lois et habitudes inadéquates – en

d'autres termes de ce conditionnement – et elles cherchent à y échapper. C'est de là que proviennent les perturbations dont nous sommes témoins aujourd'hui dans le monde. [*L'art de vivre* (B. Creme)]

Grâce à l'éveil de la conscience et au détachement, des habitudes de toutes sortes tombent comme les feuilles mortes en automne. [*Les lois de la vie*]

Une tâche considérable attend l'humanité à ce point tournant de son existence : purifier le monde des habitudes ancestrales de pensée et d'action incorrectes, changer totalement sa vie sociale de façon à ce que chacun soit libéré de la peur : peur du manque, de la guerre, de la maladie et de la mort. Tâche colossale en vérité, mais qui vaut vraiment la peine d'être entreprise, car elle conduira à un nouvel art de vivre, à des relations nouvelles et plus agréables entre les hommes, et à un monde gouverné par les principes de justice et de fraternité, de partage et d'amour. [*Santé et guérison* (2e partie) (Maître –)]

A mon avis, la « *spiritualité* » n'est pas quelque chose que l'on peut développer chez les autres. La spiritualité est la nature inhérente de tous les hommes, partout, à tout âge, du berceau à la tombe. Elle s'épanouit naturellement lorsque les conditions nécessaires à sa croissance sont présentes. Ce qui implique l'absence d'idées ou d'idéologies conditionnantes, le respect de l'individualité et du destin de chacun, ainsi qu'un climat de liberté leur permettant de se développer. [*La mission de Maitreya*, tome II (B. Creme)]

L'homme a un long chemin à parcourir car il provient de la plus haute source. En chaque homme siège un dieu. Ce dieu est votre Soi véritable. Ma tâche consistera à libérer en vous cet être divin et, ainsi, à accomplir un Plan divin. Rien n'est plus simple que Dieu car, derrière toute chose, demeure ce principe divin. Lorsque l'homme en sera conscient, il parviendra à sa véritable grandeur et de lui se déversera un flot créateur. [Message de Maitreya n° 54]

Thématiques : spiritualité
Rubrique : Compilation