

# Sens de la vie et équilibre

## Un livre de Benjamin Creme : L'Art de Vivre - Vivre selon les Lois de la Vie

Partage international n° [299](#) - Juillet  
2013

par Marc Gregory

« *La vie imite l'art bien plus que l'art n'imite la vie* », a écrit Oscar Wilde. Peut-être. Mais la relation entre les deux est sans doute plus symbiotique et réciproque que nous ne l'avons imaginé jusqu'à aujourd'hui. Dans son douzième livre, Benjamin Creme souligne que vivre correctement est vraiment un art et que la vie, comme l'art, obéit à certaines lois immuables.

Composé de trois parties, cet ouvrage, comme tous les autres livres de M. Creme, propose au lecteur une réflexion d'une grande richesse et d'une grande profondeur, présentée de surcroît d'une manière claire et très agréable à lire. Il trouve tout naturellement sa place aux côtés de ses deux prédécesseurs, *Le Grand Retour* et *L'Art de la Coopération*, dont il est inséparable.

Dans la première partie, *L'Art de Vivre*, l'auteur s'appuie sur la peinture et la musique pour se lancer dans une discussion sur le sens et le but de la vie sur cette Terre. « *Un art, qu'il s'agisse de peinture, de musique ou de toute autre forme d'art, doit obéir à certaines lois et règles. Si vous voulez être peintre ou compositeur, vous devez apprendre les lois constitutives de cet art et les méthodes qui vont avec, mais, à un niveau plus profond, les lois qui gouvernent les qualités de l'art, comme les proportions, la révélation. La magie de l'art est contenue dans l'obéissance à ces lois.* » (p. 19)

Ce que l'artiste cherche à exprimer en dernier ressort dans une œuvre, c'est un certain équilibre qui, par l'intermédiaire de l'intuition, crée une harmonie de couleurs, de tons, de structure et de proportions qui ne soit pas seulement agréable mais aussi, dans le meilleur des cas, une véritable révélation du point de vue des significations. Quand on pense à l'un des derniers quatuors de Beethoven ou à un portrait de Rembrandt, on n'évoque pas

seulement une œuvre d'une grande beauté, mais une pièce qui conserve son pouvoir de révélation sur les générations successives, sa faculté permanente d'ouvrir les gens à une perception et à une compréhension sans cesse plus grande de la beauté et du sens de la vie.

La beauté et l'harmonie exprimées dans les chefs-d'œuvre sont la démonstration des qualités inhérentes de l'humanité. Et cela, dans la guerre, la famine au milieu de l'abondance, la dégradation de l'environnement, la brutalité, le désespoir, les injustices de toutes sortes : le contraste entre l'existence dans la réalité de ces problèmes permanents et la splendeur exprimée dans les grandes œuvres d'art est un choc considérable. Mais pourquoi ?

On peut aller à l'université pour étudier la peinture, la musique ou à peu près tout ce qu'on veut. Néanmoins, B. Creme remarque : « *On ne nous enseigne pas à vivre. On ne nous enseigne pas l'art de vivre. Il n'existe aucune école pour cela. Il s'agit d'un problème spirituel, car l'art de vivre est lié à la vie elle-même.* » (p. 22) Il continue en citant un passage d'un article de son Maître, *Entrer dans la divinité* : « *Les hommes doivent apprendre quel rôle et quel pouvoir inné sont les leurs dans la vie, et prendre ainsi la responsabilité de la qualité et de l'orientation de leur existence, faute de quoi ils ne laisseront jamais leur enfance derrière eux.* »

Le monde est hélas rempli d'innombrables manifestations de l'enfance des hommes, et il y a deux causes globales à ces difficultés. La première est que, de manière générale, nous ne savons pas qui nous sommes et avons tendance à nous identifier avec tout ce que nous ne sommes pas par nature. Comme l'a dit Teilhard de Chardin : « *Nous ne sommes pas des êtres humains vivant une expérience spirituelle, nous sommes des êtres spirituels vivant une expérience humaine.* » Cette distinction est simple, mais juste. Nous ne cessons de nous identifier avec nos croyances, nos appartenances politiques ou religieuses, notre profession ou notre statut dans la société, ceux que nous considérons comme importants, nos pensées et émotions, etc. Mais rarement - voire même jamais - nous ne nous identifions avec le fait que nous sommes une âme en incarnation, une étincelle divine provenant de notre Créateur.

La seconde raison est que nous ne savons pas qu'il existe un Plan divin pour le progrès et l'évolution de toutes les vies sur la Terre. Au cœur de ce Plan, se trouvent les Grandes Lois. Citant une nouvelle fois son Maître, Benjamin Creme écrit : « *Les hommes apprendront à comprendre les lois subtiles qui gouvernent leur existence : la loi fondamentale de la vie, la loi du Karma, qui commande la destinée de tous ; la loi connexe de Renaissance qui rend possible le voyage de l'âme dans la matière ; la loi d'Innocuité, qui gouverne l'établissement de relations justes, et la grande loi de Sacrifice, moteur de toute évolution.* » (p. 40)

Comme nous n'avons pas conscience de ces deux vérités, le comportement humain, depuis l'aube des temps, est avant tout coloré par le conditionnement, par nos réactions automatiques à ce que nous avons appris, mal compris, et donc supposé quant à la nature de la vie. « *Toutes les guerres, la souffrance, l'incapacité des hommes à se manifester en tant qu'âmes en incarnation, sont le résultat du conditionnement. Personne n'est condamné à être conditionné. Pourtant, tout être humain est conditionné par le passé, par ses parents, par la nature même de ses véhicules [personnalité, mental, astral et physique], qui ont été créées pour lui par son âme selon la loi du karma.* » (p. 18)

Le conditionnement accablant et omniprésent sous lequel l'homme s'échine est le résultat collectif de la longue histoire de nos incarnations successives sur la Terre. Il est également l'effet secondaire - un sous-produit, en quelque sorte - de l'aspiration à l'amélioration, qui est latente dans toute l'humanité. « *Personne, quelles que soient ses défaillances, n'est dénué du désir de s'améliorer, de quelque façon que ce désir s'exprime, écrit le Maître de B. Creme. Il n'est pas un seul être en qui cette aspiration ne soit présente. Comment, dès lors, expliquer les aberrations de l'homme, sa violence et sa haine ?* » (p. 95)

### **Les paires d'opposés**

Ce conflit est abordé dans la deuxième partie du livre, *Les paires d'opposés*. Il est dû au fait que l'homme est une âme immortelle plongée dans la matière, « *le point de rencontre de l'esprit et de la matière, avec les tensions que suscite en lui la coexistence de ces deux aspects.* » (p. 96) C'est la friction provoquée par l'immersion de ce qui est divin par essence dans ce qui est inerte par nature et la manière dont les effets de cette immersion sont traités qui génèrent le conflit et façonnent notre réalité individuelle et collective, pour le meilleur et pour le pire. La raison primordiale de la vie de

l'homme sur la Terre est la mission qui est la sienne de spiritualiser petit à petit la matière tout au long de son voyage en incarnation. C'est notre aspiration intérieure indéniable à un état d'être meilleur ou plus grand qui nous fait, vie après vie, raffiner sans cesse la matière dont nous sommes constitués - et du même coup la matière de la planète elle-même - et nous pousse éternellement en avant dans notre voyage spirituel. « *La clé en est la radiation. Lorsque nous parvenons à un certain niveau, nous déclenchons une radiation dans la matière. [...] C'est ainsi que l'âme spiritualise la matière. Dès lors, à chaque incarnation, nous attirons dans nos véhicules de plus en plus de matière de nature subatomique.* » (pp. 110-111)

Il s'ensuit donc qu'une éducation entièrement nouvelle s'impose, qui prenne en compte la réalité essentielle de l'homme (et non les nécessités professionnelles tellement en vogue aujourd'hui). Une éducation qui, par-dessus tout, mette l'accent sur l'innocuité et imprime en nous la connaissance que chacune de nos pensées et de nos actions met en mouvement un effet dont nous sommes en dernier ressort responsables.

### **Les enseignements de Maitreya**

Ceux qui ont lu les autres livres de Benjamin Creme et ceux qui ont assisté à ses conférences savent que son thème central est la réapparition dans notre monde de l'Instructeur du monde, le Seigneur Maitreya, et d'un groupe d'hommes eux aussi parvenus à la perfection, les Maîtres de Sagesse. Cet être de lumière attendu par toutes les grandes religions est l'Enseignant de toute l'humanité ; il nous indique la voie de la vérité, celle qui amènera les hommes à briser les chaînes du conditionnement dont nous sommes esclaves.

Les trois principes centraux de ses enseignements sont l'honnêteté mentale, la sincérité de cœur et le détachement. L'honnêteté mentale est nécessaire afin qu'il n'y ait pas de décalage entre ce que nous pensons, ce que nous disons et ce que nous faisons, que nos pensées, paroles et actions ne soient pas en conflit, mais cohérents. La sincérité de cœur signifie simplement que l'on doit être soi-même. Combien de fois nos paroles et nos actions ne sont-elles pas colorées par le fait que nous désirons faire bonne impression ou que nous recherchons une faveur, d'une manière ou d'une autre ? « *Voilà le manque de sincérité dans lequel vivent la plupart des gens, écrit B. Creme. Combien de personnes sont-elles réellement, totalement, entièrement elles-mêmes ?* » (p. 76) Enfin, le détachement. Dans quelle mesure nous préoccuons-nous ou non de la façon dont les

autres nous voient, de ce que les autres pensent ou disent de nous, de la question de savoir s'ils nous aiment ou non, et ainsi de suite ? Si nous sommes vraiment détachés, nous ne serons pas conditionnés, et ne serons pas touchés par les conséquences du conditionnement des autres ou du monde en général.

Ces idées sont « *simples en essence* », comme le dit B. Creme, mais elles exigent néanmoins effort et discipline pour être mises en pratique. Elles constituent aussi la voie par excellence pour suivre son chemin entre les paires d'opposés, trouver un équilibre créatif entre les impulsions de l'âme et l'attraction de la matière, dont nous sommes tous victimes. La pratique persistante de ces principes permet également de déblayer la voie devant l'intuition, cette faculté de l'âme, pour qu'elle ait beaucoup moins d'obstacles à surmonter dans son fonctionnement.

A l'heure actuelle, l'humanité est spirituellement fragmentée. Le fonctionnement du mental conscient est entravé par des impulsions, des positions de principe non analysées et des conflits non résolus provenant du subconscient suite à des conditionnements ou à des expériences incorrectement conduites. En conséquence de quoi, chez la plupart des gens, le corps astral, aussi appelé corps sensible ou émotionnel, qui devrait être aussi calme que la surface d'un étang immobile pour refléter les perceptions provenant des aspects supérieurs de notre conscience (Bouddhi, ou conscience de l'âme) ressemble plus souvent aux eaux d'une mer agitée en hiver. Cette condition peut être améliorée par la méditation, l'autohypnose ou d'autres formes de pratiques spirituelles. A mesure que les enseignements de Maitreya s'ancreront dans le monde, et que les pratiques spirituelles contemplatives se répandront, « *à terme, la pensée, le mental rationnel, l'ordinateur, tombera au-dessous du seuil de la conscience [où se trouve aujourd'hui le subconscient], et nous saisirons les choses immédiatement par intuition et connaissons la réponse sans réfléchir. Nous saurons, parce que nous saurons, parce que nous saurons.* » (p. 137)

Pouvez-vous imaginer un monde où « *nous saurons, parce que nous saurons, parce que nous saurons* » ? Un monde dans lequel nous n'analyserons pas chaque décision d'un point de vue stratégique, parce que nous n'aurons pas de désir de résultat préétabli, quelles que puissent être les retombées sur les autres ou sur la planète, un monde où nous comprendrons que ce qui est vraiment bon est ce qui est bon pour tout le monde ?

Tel est le monde décrit par Benjamin Creme dans ce

qui est pour moi l'un des passages les plus émouvants du livre : « *Nous sommes tous en quête d'équilibre. Nous cherchons l'unité, l'équilibre, quelle que soit la manière dont nous le définissons. C'est ce qui nous permet d'être créatifs et heureux. [...] Nous n'avons pas de mots pour exprimer ce que nous verrons et connaissons alors. Nous n'avons pas le vocabulaire pour décrire les qualités de cette civilisation. Ni pour exprimer les sentiments, les relations qui existeront entre tous les hommes, lorsque ceux-ci se considéreront et se sentiront frères et sœurs d'une même famille, d'une même planète. Cela ramènera les hommes à l'expérience de l'enfance. La maison était la maison. C'étaient vos frères et sœurs qui vous maintenaient sur le droit chemin. Ainsi en sera-t-il.* » (p. 45) Ainsi les enseignements de Maitreya, qui sont si profonds et dont l'importance nous touche jusqu'au cœur, transformeront-ils complètement, petit à petit, la conscience de l'humanité.

## **L'illusion**

La dernière partie du livre, *L'illusion*, confère une autre dimension aux informations présentées dans les deux premières. Dans ce qui constituera peut-être une révélation pour certains lecteurs, Benjamin Creme explique que l'illusion est en fait un phénomène qui touche l'âme. Il est lié à la qualité et, encore une fois, au conditionnement des véhicules - mental, astral, physique - que la personnalité fournit à l'âme à tout moment. « *Nous fournissons à l'âme un accès vers l'extérieur, mais si nous n'avons pas l'équipement qui convient, l'âme ne peut voir. [...] Nous voyons le monde, notre mental enregistre toutes les idées, les formes-pensées, les idéologies, les différents points de vue, et nous essayons d'y trouver un sens. Si ces idées et idéologies nous attirent, nous nous y attachons [...] et remplissons ainsi notre mental d'illusions. Nous nous comportons de telle façon qu'il est impossible pour l'âme de voir clairement, véritablement, sans entraves, à quoi ressemble réellement le monde.* » (pp. 161-162)

Cela nous mène à un paradoxe auquel nous devons, un jour ou l'autre, faire face : comment l'âme peut-elle stimuler l'utilisation de l'intuition par la personnalité, si cette dernière, au travers de son appareil mental, a présenté à l'âme une vision du monde chargée de préjugés, d'idées toutes faites ou d'illusions ? Comme c'est déjà le cas avec le conditionnement, toutes ces illusions auxquelles nous tenons tant génèrent une immense disharmonie dans le monde.

Mais B. Creme déclare : « *On pourrait croire que l'illusion existe et qu'on ne peut y mettre un terme.*

*Mais en fait on échange une chose contre une autre. On échange l'illusion contre l'intuition. L'intuition, lorsqu'elle est utilisée, fait le ménage. C'est comme un balai qui débarrasse des toiles d'araignées. Tout ce qui entrave l'expérience de la réalité est clarifié et balayé, et on sait. Lorsqu'on sait à partir de l'intuition, il n'existe plus de place pour la moindre illusion. Elle ne se manifeste pas.* » (p. 186). Les techniques qui facilitent le développement de l'intuition sont les principes d'honnêteté mentale, de sincérité de cœur et de détachement, en même temps qu'une pratique spirituelle comme la méditation (spécialement la méditation de transmission) et le service de l'humanité dans l'altruisme.

### **L'épée de clivage**

Au niveau planétaire, il existe une force puissante permettant de dissiper le mirage (l'illusion sur le plan émotionnel), le conditionnement et l'illusion. Jésus en a parlé, dans un passage souvent mal compris de la Bible : « *Je ne suis pas venu apporter la paix, mais l'épée. Je suis venu dresser l'homme contre l'homme, le frère contre le frère, et le père contre le fils.* » Cette « épée » est l'épée de clivage, qui est une représentation symbolique de l'énergie d'amour. Elle est « brandie » ou libérée dans le monde avec une puissance formidable par Maitreya. « *L'énergie elle-même est purement impersonnelle, elle n'est ni bonne ni mauvaise* » - elle stimule tout le monde de la même manière - « *les bons et les méchants, les altruistes et les égoïstes, les généreux et les cupides etc.* » (p. 128) L'effet de cet afflux d'énergie est qu'il met tout en pleine lumière et expose la réalité de la vie sur la Terre dans une clarté crue et irréfutable. Ainsi obligée de constater les effets de sa conduite, l'humanité est appelée, sans se laisser aveugler par le brouillard de l'illusion, à prendre une décision critique quant à son avenir - partager équitablement les ressources du monde pour vivre en paix, dans la fraternité et la vraie justice, ou, selon les paroles de Maitreya, « *connaître l'anéantissement* ». Maitreya est certain que nous ferons le bon choix.

*L'Art de Vivre* met en avant la possibilité d'une forme

de vie totalement différente, d'un nouvel éclat dans notre approche de la vie, nous permettant d'utiliser pleinement le potentiel créatif de chaque jour. Il nous donne du même coup un aperçu de ce que c'est qu'être un Maître : lumière, dessein, puissance, grâce, raffinement, qui font de la vie d'instant en instant une œuvre d'art extraordinaire. Pour nous, le voyage continue, avec l'indispensable discipline qui, même si elle est difficile à certains moments, vaut pourtant la peine. Tel est le processus par lequel nous évoluons et dont, par le simple fait de notre existence sur cette planète, nous sommes, chacun à notre façon, les artisans.

Il y a bien d'autres passages, bien d'autres visions à savourer dans ce livre. Lui-même peintre connu de longue date, B. Creme nous propose une description délicieuse du processus artistique : « *Tout peintre, tout compositeur recherche l'harmonie. [...] Il ne considère son travail comme terminé qu'une fois qu'il est parvenu à un sentiment d'achèvement. Comment sait-il que son œuvre est finie ? [...] C'est lui qui décide quand arrêter. Il sait quand le moment est venu. C'est lorsque l'œuvre créée obéit sous toutes ses facettes aux lois qui permettent à l'art d'exister et de s'exprimer, et ce, par sa vie-même et ses vibrations.* » (pp. 27-28)

Il est difficile d'imaginer qu'un ouvrage de 200 pages puisse être aussi riche et aussi chargé de sens. Cette capacité de Benjamin Creme à expliquer parfaitement des idées complexes, à clarifier et à élucider des concepts profonds avec une précision absolue, sans porter atteinte à leur essence, se retrouve dans tous ses livres. Pour ceux qui désirent comprendre quelques-uns des aspects les plus subtils du sens de la vie sur cette planète, ce petit livre ne saurait être trop recommandé.

**Auteur :** Marc Gregory, musicien et collaborateur de Share International, il réside au Nord de la Californie.

**Thématiques :** [sagesse éternelle](#), [spiritualité](#)

**Rubrique :** [Compte rendu de lecture](#) ()