

LA DUALITÉ DE L'ÊTRE HUMAIN

ESSENCE ET PERSONNALITÉ

p.51 à 56 - "L'âme entre le corps et l'esprit" – Éditions EccE

L'un des éléments les plus importants dans l'étude de soi est la distinction entre ce qui nous appartient en propre, fait partie de notre nature, et ce qui nous est étranger, provient du milieu ambiant et ne représente en nous qu'un emprunt.

1. Définition de l'essence et de la personnalité

De ce point de vue, nous sommes divisés en deux parties. L'une correspond à la structure de base de l'individu à sa naissance, son être profond, noyau de son individualité qui lui appartient en propre. Nous l'appellerons l'essence, l'âme. L'autre partie est ce que nous avons acquis depuis la naissance, et que le monde extérieur a mis en nous : toutes les formes d'apprentissage, influences, conditionnements et expériences de la vie. Elle est inexistante à la naissance et s'installe peu à peu, surajoutée par le milieu ambiant.

Pour cette raison, nous désignons cette partie sous le terme de personnalité (du latin persona : un masque).

Chez l'homme ordinaire, ces deux parties sont presque toujours si étroitement mêlées qu'elles sont indiscernables.

Pourtant l'une et l'autre sont là avec leur vie propre et leur signification différente. L'une comme l'autre sont nécessaires à la vie. Si l'homme veut se connaître, il doit devenir capable de les distinguer en lui-même.

2 - Caractéristiques de l'âme et de la personnalité

La personnalité dans l'homme est "tout ce qui n'est pas à lui", ce qu'il a appris ou ce qu'il reflète : les mouvements, les mots, le langage, qui lui ont été enseignés, les idées, les sensations et les sentiments acquis par imitation ou par suggestion.

La personnalité se développe sous l'effet des circonstances extérieures (le lieu, l'époque, le milieu, les parents). Bien que les conditionnements qui la constituent soient très solides, elle peut être modifiée plus ou moins profondément par le changement de ces circonstances. Elle peut être perdue, détériorée, corrigée ou renforcée. Elle grandit en fonction des événements extérieurs dont le flux la forme ou la déforme.

L'essence, l'âme est ce qui est inné, avec l'ensemble des marques particulières à chacun. Elle porte le patrimoine initial de l'individu et toutes ses potentialités : tempérament, traits et qualités intrinsèques, dons et talents héréditaires. L'essence est, dans l'être humain, "ce qui est bien à lui" ; lui appartient en propre et le suit partout. Contrairement à la personnalité, l'essence est indépendante de la vie extérieure, et ne peut grandir que si la vie intérieure se fortifie et s'enrichit.

Les changements dans l'essence, dans l'âme sont lents et nécessitent un Travail, en profondeur et en durée, beaucoup plus important que ceux qui peuvent s'opérer dans la personnalité.

3 - Les deux composantes de la personnalité

En réalité, la personnalité a une composition bipartite.

- La vraie personnalité constituée par le savoir et le savoir faire terrestres, toutes les capacités et facultés utiles pour vivre dans le milieu ambiant.
- La fausse personnalité correspond à tout ce qui nous imprègne négativement et qui nourrit notre égoïsme : vanité, orgueil, idées fausses, émotions et sentiments négatifs, colère, jalousie, rancune, avidité, etc.
- Notre plus grand ennemi est cette fausse personnalité. Elle utilise tous les dysfonctionnements du psychisme humain.

Elle asservit la vraie personnalité et étouffe l'essence. Elle est la cause de nos souffrances intérieures et de celles que nous infligeons aux autres.

Si notre vie intérieure, notre âme ne sont pas assez nourries, nous nous accrochons à cette fausse personnalité comme si, sans elle, il y avait un risque de disparaître !

4 - Les 3 étapes du développement de l'être humain

Naissance et affermissement de l'essence, l'âme.

A la naissance, l'essence est présente alors que la personnalité n'est pas encore constituée, à l'état virtuel.

Un petit enfant se comporte tel qu'il est réellement avec ses désirs, ses préférences et ses dégoûts. Cette essence n'est que peu capable d'évolution par elle-même. Elle s'affermite un peu jusqu'à l'âge de 2 ou 3 ans selon les individus. Cette période représente la première étape du développement de l'être humain.

Développement de la personnalité

A partir du moment où l'enfant commence à entrer dans un processus de relation sociale, c'est l'arrêt du développement de l'essence, et le début de la formation de la personnalité.

Au fil des années, l'être humain acquiert un ensemble de traits - pensées, idées, jugements, sentiments, désirs - surimposés par le monde extérieur, qui sont sans rapport avec ceux qui lui seraient naturels et traduiraient son essence propre.

Au fur et à mesure que grandit la personnalité, elle occupe une place de plus en plus en plus grande, alors que l'essence s'atrophie et dépérit, et ne peut pratiquement plus se manifester.

Cette deuxième étape qui correspond à la croissance de la personnalité dure de la petite enfance jusqu'à la fin de la vie pour ceux qui ne passent jamais à la suivante, car l'être humain n'a, d'ordinaire, aucune conscience de cette situation et situe le centre de gravité de sa vie dans sa personnalité.

Cependant aussi riche et positive soit elle - intelligence brillante, développement de connaissances et d'aptitudes, réalisation et réussite de projets, parfaite intégration dans la vie sociale, familiale et professionnelle - en aucun cas la personnalité ne peut rapprocher l'être humain de son essence.

Troisième étape : le développement de l'essence, de l'âme.

La situation de l'homme ordinaire dans notre civilisation est donc celle-ci : la personnalité a pris la place de l'être profond, de l'essence. Elle forme une carapace qui isole l'essence. C'est elle qui reçoit toutes les demandes, les impressions ; elle y répond selon ses règles propres, à son profit, de façon automatique, superficielle et immédiate. Elle vit et se nourrit de ces réactions, qui renforcent encore sa structure et ses conditionnements, et l'ensemble est maintenu par l'amour forcené de l'ego pour lui-même. Pourtant, il peut arriver que ce dispositif soit mis en échec par un choc accidentel ou des difficultés graves : maladie, deuil, rupture, déception importante...

Sous l'effet de souffrances physiques ou psychologiques, l'être humain peut se remettre en question, tenter de comprendre les causes de sa situation, se tourner davantage vers lui-même.

Ce phénomène peut aussi se produire dans des circonstances moins dramatiques. Même si tous les intérêts de l'être humain sont plutôt orientés vers l'extérieur, il y a en lui-même un côté plus ou moins enseveli, plus ou moins actif, capable de s'intéresser à la compréhension de lui-même et aux valeurs réelles de la vie.

Cet intérêt particulier tourné vers un pôle intérieur fondamental permet d'inverser le processus, de rappeler à l'être humain l'existence de quelque chose d'essentiel en lui, et d'aller à sa recherche.

La troisième étape n'est pas automatique et dépend d'une décision volontaire et consciente.

Il est évident que celui qui est totalement satisfait de sa vie, et de tout ce qu'il a reçu à travers son éducation et ses expériences, se contente simplement d'exister à travers sa personnalité et n'a aucune raison de chercher autre chose.

De la même façon, celui qui ne veut pas savoir qu'il existe ce qu'on appelle l'essence, ne peut pas être motivé pour s'engager sur un Chemin de connaissance de soi.

5 - Diminuer la personnalité pour faire grandir l'essence....