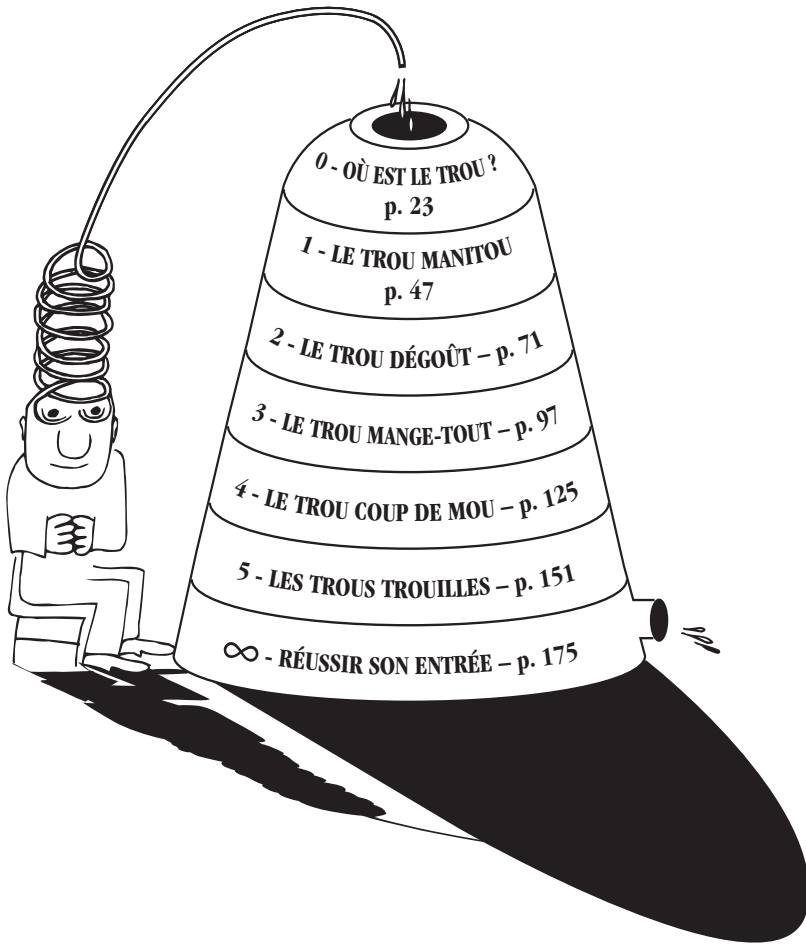


• SOMMAIRE



N.D.A.: Cette segmentation du trou en tranches ne correspond nullement à un ordre logiquement nécessaire. Elle est alambiquée comme le sont toutes nos pensées. Un trou est un tout.

Repartir à zéro?



0. Où est le trou?

(L'IGNORANCE)



« Quand on est au fond du trou, il faut arrêter de creuser »
— Proverbe gitan.

• FAITES VOUS-MÊME VOTRE PROPRE TROU

Dans un coin favorable, au fond du jardin ou au milieu du salon (à condition d'être certain de ne pas y être dérangé pendant la durée de l'expérience), creusez-vous un abri antipersonnel*!

Restez-y un bon moment, barricadé sur vous-même, et pensez à votre vie, vos ambitions, votre avenir...

* **ABRI ANTI-PERSONNEL** : en terme militaire, trou pouvant contenir un homme avec armes et bagages, creusé par un fantassin pour se mettre à l'abri des regards, des chars et du feu de l'ennemi. Dans le civil, pouvoir faire son trou signifie : être bien armé, bardé de diplômes en vue de se défendre.

⇒ *Questionnaire* :

- Êtes-vous confortablement installé dans ce trou?
- Vous y sentez-vous à l'étroit? En sécurité?
- Éprouvez-vous la délicieuse impression d'y être comme chez vous?
- Avez-vous envie d'en sortir?
- Qui vous oblige à cette vie troglodytique?
- Avez-vous touché le fond ou pouvez-vous excaver plus encore?
- Dans le fond, êtes-vous vraiment attaché à ce trou?
- En creusant, creusant... toujours, ne risquez-vous pas de vous crever à la tâche? Quel est le but d'une carrière comme la vôtre?
- Avez-vous l'impression de tenir un bon filon?
- De ne pas voir le bout? De n'aboutir jamais?
- À votre avis, laisserez-vous un souvenir dans la mémoire humaine ou ne restera-t-il, à l'avenir, aucune trace de votre passage sur terre? Et sous terre ensuite?

« Se connaître comme sa poche? C'est bien.
Mais c'est très restreint une poche... »

• FAUT-IL DÉCLINER SON IDENTITÉ?

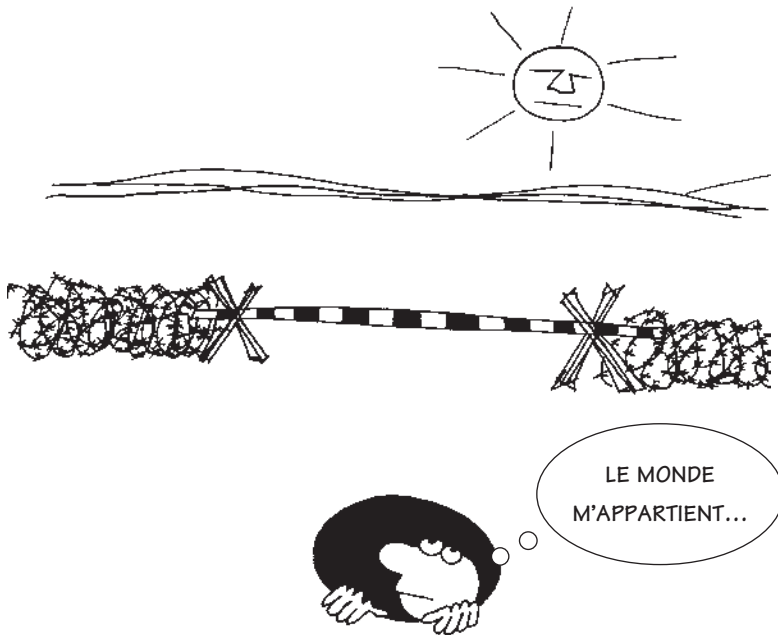
FRAGMENTATION	SEGMENTATION	LIMITE					
PARCELLE	DIVISION	CLÔTURE					
PORTION	QUARTIER	FRONTIÈRE					
MORCELLEMENT	SÉPARATION	CASE					
FRACTIONNEMENT	SCISSION	RACE					
SECTIONNEMENT	SECTE	BOÎTE					
LOTISSEMENT	PARTI	COIN					
COMPARTIMENT	CELLULE	BULLE					

Qu'on le veuille ou non, on se retrouve toujours dans un cadre, dans une évidence, une évidence, une fissure, une crevasse, une entaille, une encoignure, un coin. Si l'on ne s'y met pas soi-même, ce sont les autres qui nous y poussent.

Sans bien s'en rendre compte, on décline très souvent une fausse identité. On se fait beaucoup d'idées sur sa propre personne et on en arrive fatalement à se prendre pour quelqu'un d'autre. On s'identifie à des a priori. On dit avoir tel ou tel âge, tout en sachant très bien que le mental n'a pas d'âge. Il peut être vieux très jeune ou jeune très vieux. On s'affirme originaire de tel endroit, et on y croit, jusqu'au jour où, retournant dans son prétendu lieu d'origine, on ne retrouve plus aucune de ses marques.

L'origine de ce que l'on est ne se limite pas à la portion congrue du passé. Si actuellement je ne suis pas original, quand le serai-je? Peut-être jamais. Mon origine est beaucoup plus vaste que ce que je pense. Les idées que j'émetts ne sont que des nuages qui passent dans le ciel infini. Des idées sur moi, des idées sur les autres. Des idées d'ouverture ou de fermeture. Tout dépend si je me focalise sur un nuage ou si je m'ouvre plein ciel.

*« La folie du trou souffle en rafales. On fonce toutes voiles dehors.
Les mains en serres de rapace, la bouche en gouttière,
salauds d'humains que nous sommes » — Céline.*



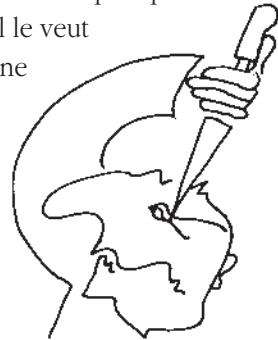
L'univers tout entier est malheureusement limité par un trou d'homme avec son caractère, ses idées, ses limites et ses barrières, son apparente identité et ses plans. Un trou d'homme qui se nomme « **MOI** ».

*« Il n'est pas plus difficile de faire évoluer le cours des événements
que de changer son caractère. »*

• PAR ICI LA SORTIE

Rien n'est jamais terminé ou déterminé. Rien n'est formellement défini ou fini. Chacun peut changer d'idée politique, de croyance, de configuration système. Il est éventuellement possible de sortir de soi. Même le caractère évolue. Les timides deviennent des audacieux. Les matamores, inlassablement poussés par les circonstances, laissent un jour transparaître un peu de modestie. Les fuyards, ceux qui n'avaient jamais le temps, font parfois preuve d'un grand courage en devenant soudain présents à leurs proches et aux événements. Les colériques, oh merveille! se transforment en êtres calmes, avisés, voire agréables à vivre quand ils daignent se rendre la vie moins infernale. Les jaloux, les envieux, gémissant sous le poids de l'amertume, arrivent spontanément à s'élancer et à se surpasser en profitant des talents des autres.

À vrai dire, personne, pas même moi, n'est véritablement réduit à un seul fragment, à une seule facette. Le caractère n'est pas qu'une écorchure ou une plaie profonde. Chacun, s'il le veut bien, peut aller mieux. Rien ni personne ne nous obligent à nous taillader la mémoire. À nous fissurer le mental. À cultiver un épouvantable caractère.



SE TAILLER UN CARACTÈRE.



« Vivre en tête-à-tête avec soi-même, est-ce une vie? »

• FABRIQUEZ-VOUS VOUS-MÊME UN SALE CARACTÈRE*

Voici une méthode infaillible pour vous concocter un sale caractère et vous y installer à demeure, mais peut-être l'utilisez-vous déjà? Rétractez-vous sur vous-même tout en affirmant haut et fort à qui veut l'entendre: « *c'est mon caractère. Je suis comme je suis. On ne me changera pas!* ». Cette puissante et péremptoire suggestion, très souvent répétée, va s'imprimer dans votre tête et former dans votre cervelle un ravin dans lequel vous vous encaisserez de plus en plus bas... Vous finirez par ne plus pouvoir rien encaisser.

* **CARACTÈRE:** Étym. (grec) *kbaramô*: graver, entailler, *kharakteêr*: empreinte; (latin) *caracium*: caisse. D'où le verbe s'encaisser. Bon caractère: je m'encaisse bien. Mauvais caractère... je m'encaisse mal.

• L'ALCHIMIE DE LA NAISSANCE À L'ŒUVRE

« *Tout le secret réside dans la connaissance de ce qui a trait à la matrice* », disait Marie la prophétesse. Pour les alchimistes dans l'âme, chercheurs authentiques de vérité, la symbolique du « trou » représente quelque chose de véritablement merveilleux, un lieu de naissance, un « *vas mirabile* » (vase merveilleux).

Dès l'instant où nous percevons que nous sommes piégés dans l'ornière de l'habitude, le grand œuvre commence. Le sens est conféré. La divine germination est entamée: un je-ne-sais-quoi nous pousse déjà à nous relever. Tout au fond du trou résident la liberté, l'envie et le besoin de nous en sortir... Encore convient-il de reconnaître l'abîme pour ce qu'il est afin de ne pas nous y complaire.

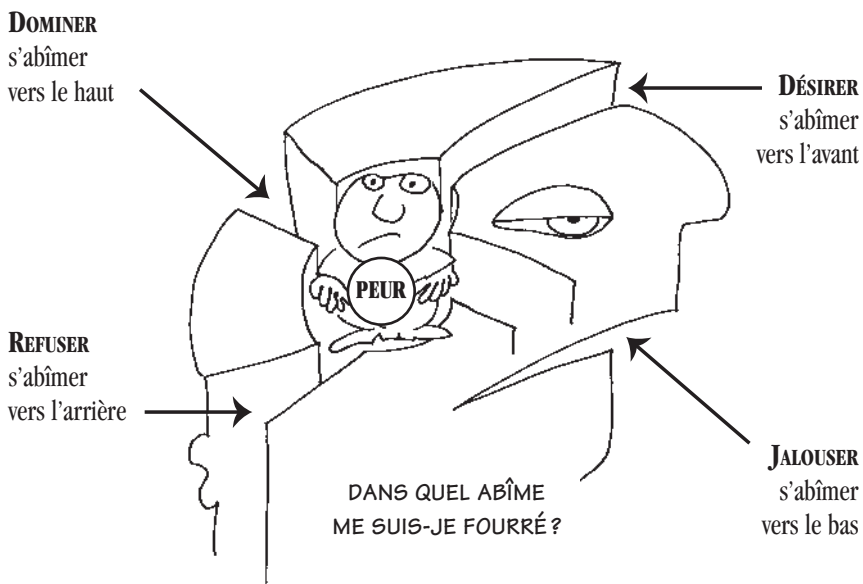


*« Quel est le remède à soi-même?
Est-ce irrémédiable? »*

• 5 FAÇONS DE S'ABÎMER* DANS UN TROU

- Se placer au-dessus de tout
et placer les autres en dessous de tout... **Orgueil.**
- Râler, ronchonner et être persuadé de penser justement... **Colère.**
- Courir, toujours courir et être complètement débordé... **Désir.**
- Se sentir fatigué, usé, déprimé, en dessous de tout.
Envier ceux qui paraissent au-dessus de tout... **Jalousie.**
- S'inquiéter pour un rien.
Nourrir des soucis, des problèmes, des difficultés... **Peur.**

* **S'ABÎMER**: se précipiter dans un trou immense. Cf. page 17.



« Comme le poussin sortant de l'œuf prend la première chose qui bouge pour sa maman, nous prenons nos idées pour la réalité. »

• LA ROSACE DES ÉMOTIONS

- Au centre, un mouvement central tourbillonnant: **LA PEUR.**

Cette peur est la source de 4 autres mouvements émotionnels :

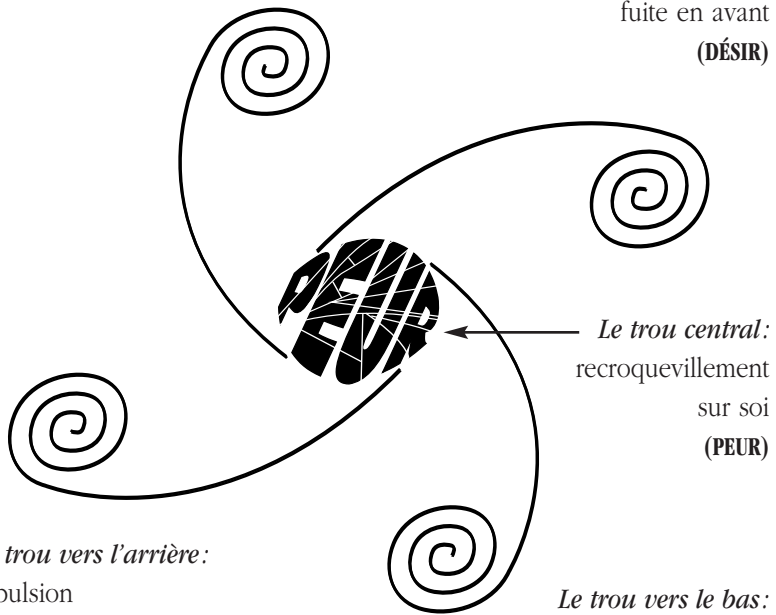
- Un mouvement vers le haut: **L'ORGUEIL.**
Le complexe de supériorité, le « chacun-pour-soi », le « moi-je ».
- Un mouvement vers le bas: **LA JALOUSIE.**
Le complexe d'infériorité, la déprime et la sinistrose.
- Un mouvement vers l'arrière: **LA COLÈRE.**
Le refus des adversités, des contrariétés, la répulsion.
- Un mouvement vers l'avant: **LE DÉSIR.**
L'attraction, la fuite en avant, l'affolement et la désorganisation.

Rappelons-nous : une même émotion peut être délivrante si elle nous met en mouvement et nous motive, ou incapacitante si elle a tendance à nous démotiver. À nous bloquer sur place.

Exemple: la peur, qui peut soit paralyser soit donner des ailes...

Le trou vers le haut:
complexe de supériorité
(ORGUEIL)

Le trou vers l'avant:
fuite en avant
(DÉSIR)



Le trou vers l'arrière:
répulsion
(COLÈRE)

Le trou vers le bas:
complexe d'infériorité
(JALOUSIE)

LES ÉMOTIONS... ÇA CREUSE !

« L'orgueil est ce par quoi tristement l'on s'admire. »

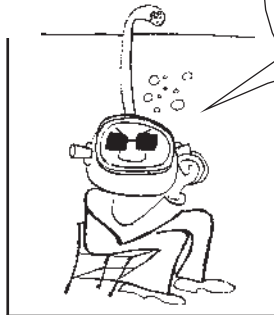
• L'ABÎME DU COMPLEXE DE SUPÉRIORITÉ

Symptômes de l'orgueil: tendance à s'enfermer dans son quant-à-soi, à camper sur ses positions, ses bonnes habitudes placentaires, son petit cocon-conception, à tourner en rond autour de soi. Moi hypertrophié. Saturation mentale. Volonté de dominer. Auto-satisfaction. Auto-complaisance. Pensée en apparence positive (positive pour soi).

Diagnostic: suis-je replié sur mon point de vue? Fier de mes exploits? Satisfait de ma sphère d'influence? Imbu de ma personne? Suis-je mon autobiographe? Est-ce que j'aime épater? Est-ce que je déverse mon expérience, mes savoirs, mes principes à qui veut l'entendre? Même à ceux qui ne veulent rien entendre? Est-ce que je ne parle que de moi? Suis-je rempli de dédain? Plein de moi-même? Débordant à ras bord? Suis-je enclin à me hisser sur de grands chevaux afin d'atteindre des sommets inégalés?...

Remède: il est absurde d'imaginer que l'on puisse s'en sortir sans auparavant accepter de briser sa coquille.

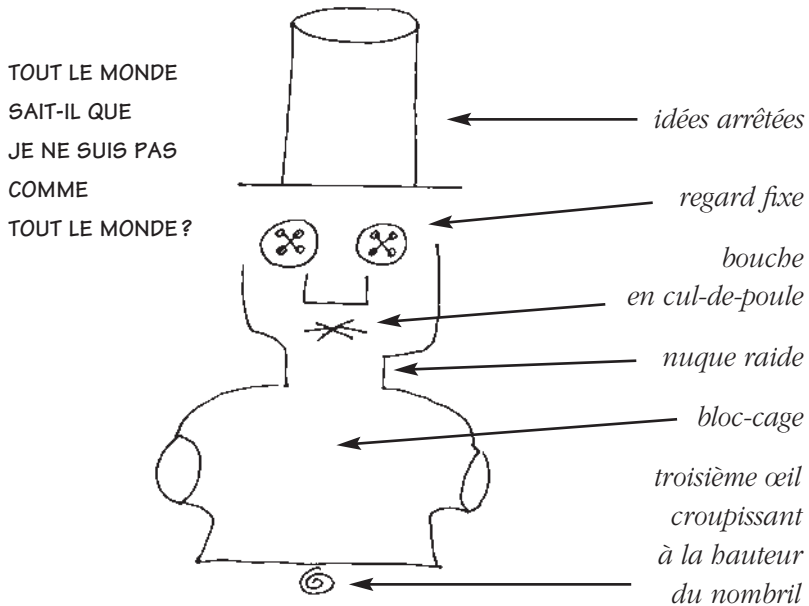
ORGUEIL :
HORIZON COINCÉ.



QUAND J'ENTENDS
CE QUE J'ENTENDS ET QUE
JE VOIS CE QUE JE VOIS,
J'AI RAISON DE PENSER
CE QUE JE PENSE.

ÊTRE AU FOND
DE SON TROU
ET LE PRENDRE DE HAUT.

« J'ai perdu ma force, ma vie, et mes amis, et ma gaieté. J'ai perdu jusqu'à la fierté qui me faisait croire en mon génie » — Alfred de Musset.



L'orgueil: le trou « grand manitou »

Je me veux « quelqu'un » de très original, alors que je ne suis que le piètre résultat d'une addition de toutes sortes d'influences, d'assurances trompeuses, de suffisances et d'amertumes... Je veux être « quelqu'un » et je suis quelconque. Noyé dans la masse. Modelé par les modes. Moulé dans le moule. Personne au milieu d'anonymes. L'orgueil me mine. Le grand « moi-même » prétend sans cesse travailler pour sa postérité, tirer profit de ses acquis, dominer les autres...

Cependant, jeunes, vieux, riches, pauvres, savants, simples quidams... Qui demeure exempt du grand trou de la mort?