

# LE MAÎTRE INTÉRIEUR

PIERRE SIMON – mars 2019

Ami lecteur, ce texte a été initialement conçu pour un public cheminant de longue date sur un sentier spirituel. J'espère que tu pourras en faire une lecture profitable quoi qu'il en soit.

Commençons par une citation d'Arnaud Desjardins, enseignant spirituel nous ayant quittés en 2011 :

« *Vous découvrirez plus ou moins clairement à l'intérieur de vous-mêmes un certain nombre de personnages : l'homme social (nom, prénom, profession etc.) – l'ambitieux – le mystique – l'obsédé sexuel – le meurtrier – l'artiste – l'idéaliste – l'enfant perdu – le vaniteux – le désespéré – le raciste – le romantique – l'angoissé financier – l'optimiste – le tyran –, liste qui n'est pas exhaustive* ». Fin de citation.

Partons donc de l'idée que chacun de nous est constitué d'un corps, d'une âme, de multiples personnages mentaux et de la conscience qui appréhende tout cela. Et que chacun de nous peut reconnaître en soi un personnage mental particulier que l'on pourrait nommer la « foi », la croyance en un ordre supérieur. En général ce personnage s'est manifesté en nous pour la première fois lors de l'adolescence.

Ce personnage a ensuite doucement mûri en nous jusqu'à nous inciter, un jour mémorable, à nous engager fermement sur le chemin spirituel dont nous parlions plus haut. Il représente notre *Maître intérieur*.

Ce *Maître intérieur* supervise patiemment notre quête et préside avec bienveillance à l'alchimie spirituelle qui opère en chacun de nous. Cette alchimie va progressivement transformer positivement chacun de nos personnages mentaux.

Le *Maître intérieur* peut nous sembler inaccessible tant il est proche du Divin. Il est dit qu'il incarne en nous la Sagesse divine et représente ce qu'il y a de meilleur dans l'âme humaine. Il est véritablement Dieu en nous. Comme la source dont il émane, il est omniscient, omniprésent et omnipotent et sa conscience est la Conscience universelle. Certains mystiques en ont parlé comme de notre *Lumière intérieure*.

Pourtant nous pouvons reconnaître ce *Maître intérieur* de façon tout à fait concrète. C'est ainsi la part de nous se sentant effectivement convoquée à chaque rituel auquel nous sommes appelés. Celui qui s'affirme en nous, et pour nous, en véritable disciple de nos Maîtres invisibles. Mais pour savoir vraiment le distinguer, encore faut-il reconnaître multiples personnages composant notre personnalité.

Ces personnages intérieurs sont des archétypes que l'on a intégré durant l'enfance et dont la combinaison particulière, unique au monde, forme notre personnalité propre. Leur cohabitation en nous est en général difficile, chacun s'affirmant tour à tour comme étant notre « moi ». Et leurs contradictions récurrentes sont à la source de nos principaux défauts, défauts tel que l'orgueil, l'intolérance, l'égoïsme et autres, d'où les bienfaits de l'alchimie spirituelle.

En effet, l'alchimie spirituelle est le processus qui consiste pour l'homme à transmuter tous ses défauts en les qualités opposées. Ceci au moyen du creuset de la vie et sous l'impulsion de son *Maître intérieur*, que l'on peut appeler ici son *Feu intérieur*. Concrètement, transmuter un défaut, par exemple l'orgueil, consiste déjà à découvrir ce défaut en soi et à en observer attentivement les manifestations jusqu'à les anticiper. Puis, chaque fois que l'on voit que ce défaut est sur le point de se manifester, on tâche aussitôt d'exprimer la qualité opposée, dans l'exemple précité l'humilité. On passe donc d'un défaut, attribut de personnages ignorants d'eux-mêmes, à la qualité opposée, attribut propre à notre âme. Et c'est notre *Maître intérieur* qui nous donne l'inspiration et la force d'accomplir cela.

Un des outils de l'alchimie spirituelle est donc la méditation du « *Connais-toi toi-même* ». Cette méditation consiste à observer, à l'instant présent, de façon neutre et bienveillante, tout ce qui se passe en soi – les pensées, émotions, et sensations – qui apparaissent, s'expriment et disparaissent. On opère donc une forme de dissociation, ou de dédoublement : d'une part, soi, ou plus exactement les manifestations de notre vie intérieure sans cesse changeante, avec ses qualités et ses défauts, et d'autre part un personnage supplémentaire, témoin neutre et bienveillant de cette vie intérieure.

Ce témoin neutre et bienveillant est le *Maître intérieur*. Seule sa présence nous permet de voir en toute lucidité que nous ne sommes pas un, unifié, mais multiple. Il nous permet donc d'être témoin des formes de conscience qui se succèdent ainsi en permanence en nous.

Mais cela suffit-il pour vaincre nos démons intérieurs ? On observe à cet égard, parmi les mystiques de toutes les époques, deux grandes approches possibles vis-à-vis de ces personnages mentaux très négatifs que l'on appelle les démons intérieurs.

La première approche consiste à s'élever intérieurement encore et encore pour bannir toute relation avec ces démons. On cherchera pour cela à entretenir en permanence des pensées positives, jusqu'à ce qu'ils comprennent qu'ils n'ont pas leur place en nous. Les mystiques développent à cet effet des prières de purification, de délivrance et de fusion en Dieu. Notre *Maître intérieur* se tient devant nous dans ces épreuves, comme un phare et un refuge.

La seconde approche vis-à-vis des démons intérieurs, sans doute plus ardue encore et à ne pas conseiller à la légère, consiste à prendre langue avec eux. On se met donc à leur niveau pour établir un dialogue, et écouter l'histoire, les mécanismes et la cause d'une telle négativité, avec l'idée que c'est le personnage en question qui a le plus de souffrance, puisqu'il en vit.

Cela suppose la croyance qu'un bon fond réside en tout être car il fait partie de la Création et que c'est de l'ignorance, et de l'ignorance seulement qu'il doit être délivré, cette délivrance pouvant le changer du tout au tout. Les mystiques développent à cet effet des prières proches de la miséricorde, cherchant à trouver Dieu en toute manifestation. Notre *Maître intérieur* nous encourage et nous inspire pour ces difficiles dialogues intérieurs.

Pour illustrer ces propos, citons cette histoire sur Milarepa, célèbre éveillé tibétain né en 1052 : À la recherche d'une retraite sûre dans l'Himalaya pour y méditer tout son saoul, Milarepa se trouva un jour dans une grotte habitée par de nombreux démons qui le détournaient de ses méditations. Il essaya tout d'abord de les mater mais ils ne se laissèrent pas faire. Alors il décida de les honorer et d'étendre à eux son amitié et sa compassion.

La moitié d'entre eux partirent. Il accueillit du fond de son cœur ceux qui restaient et les invita à revenir quand ils voulaient. Face à cette invitation, tous les démons à l'exception d'un seul, particulièrement féroce, disparurent comme par enchantement. Alors, sans tenir compte de son propre corps et avec un amour et une compassion extrême, Milarepa alla jusqu'au démon restant et plaça sa tête à l'intérieur de sa bouche en signe d'offrande. Le démon disparut sans laisser de trace et ne revint jamais.

Sans aller jusque-là, le travail constant sur soi-même, et la vigilance de tous les instants pour l'alchimie spirituelle, transforment peu à peu chacun de nos personnages mentaux en disciple du *Maître intérieur*. Celui-ci se révèle alors vraiment car, comme dit cet adage précieux pour notre quête, « *C'est le disciple qui fait le Maître* ».

Ce travail intense finit par donner à chaque personnage intérieur une foi solide vis à vis du *Maître intérieur*. Grâce à cette foi commune nos personnages se découvrent et se respectent enfin les uns les autres. L'unification de notre être devient possible, en se réalisant autour du *Maître intérieur*. La foi commune s'affine et s'approfondit jusqu'au jour où son caractère universel, intemporel et immuable se révèle. C'est l'illumination. Le *Maître intérieur* prend le visage de la Conscience universelle, cœur de notre conscience depuis toujours.

C'est la fin de la quête et le début de la réintégration. La fin de la quête en ce sens que le chercheur sait qu'il a trouvé ce qu'il cherchait confusément depuis tant d'années, voire depuis tant de vies. Le début de la réintégration en ce sens que l'être est désormais conscient de faire Un avec la Conscience universelle, et qu'à ce titre il en reçoit sans cesse les enseignements. Chaque événement de notre vie est reconnu comme une manifestation du *Maître intérieur*, et nos enseignements spirituels révèlent enfin toutes leurs richesses.

- Résumé page suivante -

## RÉSUMÉ

Chacun de nous est constitué d'un corps, d'une âme, de multiples personnages mentaux et de la conscience qui appréhende tout cela.

Notre *Maître intérieur* nous a incités nous engager sur un chemin spirituel. Il supervise patiemment notre quête, et préside avec bienveillance à l'alchimie spirituelle qui opère en chacun de nous.

Le *Maître intérieur* peut nous sembler inaccessible tant il est proche du Divin. Pourtant c'est lui qui nous appelle intérieurement aux rituels. Nous pouvons donc le trouver en nous. Encore faut-il reconnaître préalablement les multiples personnages dont notre personnalité est composée.

Ces personnages intérieurs sont des archétypes que l'on a intégrés durant l'enfance. Leurs contradictions récurrentes sont à la source de nos principaux défauts.

L'alchimie spirituelle est le processus qui consiste pour l'homme à transmuter tous ses défauts au moyen du creuset de la vie et sous l'impulsion de son *Maître intérieur*.

La méditation du « *Connais-toi toi-même* » consiste à observer attentivement, à l'instant présent, ce qui se passe en soi. Le témoin neutre et bienveillant de notre vie intérieure sans cesse changeante est notre *Maître intérieur*.

On distingue parmi les mystiques deux approches possibles des « démons intérieurs ». La première consiste à s'élever pour bannir toute relation avec eux. La seconde cherche à se mettre à leur niveau pour les comprendre et les libérer de l'ignorance.

La vigilance de tous les instants pour l'alchimie spirituelle transforme peu à peu chacun de nos personnages mentaux en disciple du *Maître intérieur*. Jusqu'au jour où il prend le visage de la Conscience universelle, cœur de notre conscience depuis toujours.

C'est la fin de la quête et le début de la réintégration. Chaque événement de notre vie est reconnu comme une manifestation du *Maître intérieur*, et nos enseignements spirituels révèlent enfin toutes leurs richesses.

Contact de Pierre  
[pspanorama@gmail.com](mailto:pspanorama@gmail.com)

Visitez la page web  
[PierreSimon.fr](http://PierreSimon.fr)  
et découvrez mes écrits  
[en cliquant ici](#)