



Extrait du recueil de conférences « Les arrière-plans spirituels de la Première Guerre mondiale »

Stuttgart, le 23 février 1918 - 12ème conférence

Rudolf Steiner – [GA174b](#)

Éditions anthroposophiques romandes (2010) -

Traduction : Jean-Marie Jenni

(...) [Les] rapports entre soi-disant morts et vivants sont (...) toujours présents. Pour jeter un regard sur eux il faut, parmi les expériences de la vie ordinaire, prendre en compte également une seconde polarité, **la première étant entre la vie éveillée et le sommeil ; la seconde entre l'endormissement et le réveil.** Mais de nouveau, l'expérience consciente de ces deux sortes d'événements va à l'encontre des habitudes ordinaires. **Le réveil et l'endormissement sont des événements fugaces mais tout aussi importants que ceux, plus longs, de la vie éveillée et du sommeil.** Le moment du réveil reste inconscient précisément du fait que la pleine conscience éveillée n'apparaît qu'après, et que l'être humain n'est pas enclin à percevoir avec la rapidité nécessaire pour saisir cet instant fugace. Il est ainsi vite enfoui sous la vie éveillée qui prend le dessus. Lorsque les conditions humaines étaient plus naïves, dans le passé, on connaissait encore ce genre de choses et on savait ce qu'il en était de l'âme. Mais ces connaissances se sont perdues avec la survenue toujours plus marquée du matérialisme. À la campagne on entendait encore dire qu'au réveil il ne fallait pas se mettre tout de suite à la lumière, qu'il ne fallait pas ouvrir les yeux tout de suite. Ces paroles proviennent d'un instinct très profond qui sait qu'il ne faut pas effacer par l'éveil complet les impressions du réveil, afin de pouvoir fixer ce qui se passe au moment du réveil.

Le moment de l'endormissement est tout aussi important, mais voilà, tout de suite après, on dort. La conscience cesse. C'est ainsi que le moment de l'endormissement reste inobservé pour toute conscience ordinaire.

**Les expériences qu'il est possible de faire au réveil ou à l'endormissement sont précisément parmi les plus importantes pour les relations entre les êtres humains incarnés ici-bas et les âmes des défunts.** Ces choses ne peuvent être évidemment observées qu'au moyen de la conscience clairvoyante. Dès lors que la conscience clairvoyante a réussi à établir de tels rapports avec les défunts, ce qui ne peut se faire que par le retournement évoqué de l'attitude d'âme, on peut alors juger des réelles, mais inconscientes relations qui existent entre soi-disant morts et vivants. **Le moment le plus propice pour s'adresser à un défunt est celui de l'endormissement. Le moment le plus propice pour recevoir dans le monde physique des communications des défunts est celui du réveil.**

Il ne faut pas achopper sur le fait que ce que je dis suppose qu'on adresse au défunt une question ou une communication donnée en s'endormant et que la réponse ne vient qu'au réveil. Dans le monde suprasensible c'est différent. **Ce qui est séparé par des heures ici sur terre ne l'est pas nécessairement dans le monde suprasensible.** On peut aussi affirmer également que tandis qu'ici on s'attend à une réponse immédiate après une question, dans le monde suprasensible on obtient au réveil la réponse à une question posée au défunt à l'endormissement. Cette relation est véritablement toujours présente entre les vivants et les défunts.

**En vérité, chaque être humain a des relations avec ceux des siens qu'il a perdus sur le plan physique du fait qu'ils ont franchi le seuil de la mort.** Ces relations déploient leurs effets les plus importants au réveil et à l'endormissement. Ces effets ne restent cependant inconscients que du fait de l'extrême fugacité de ces moments favorables et parce qu'on n'a pas l'habitude de saisir dans sa conscience ce qui se passe aussi rapidement. Or rien n'est plus à même de nous aider à saisir ces moments fugaces que de **s'exercer aux pensées subtiles** que permet la science de l'esprit. Celui qui fait sienne la science de l'esprit, non pas comme un amas de pensées cérébrales, mais comme une substance intérieure de l'âme qui ne s'adresse pas seulement à l'intelligence mais également à l'amour et qui pénètre ainsi dans l'âme, non pas pour satisfaire une curiosité ou avidité scientifique, mais pour y déployer l'amour, celui-là recevra par cet amour une telle force en son âme qu'il parviendra peu à peu, en aiguisant sa vigilance, à saisir les instants importants du réveil et de l'endormissement. Plus la science de l'esprit descendra dans les âmes humaines, plus les hommes seront capables d'introduire dans la vie consciente les éléments qui leur parviendront du monde suprasensible à l'endormissement et surtout au réveil. Il faut toutefois être au fait que de telles relations ne peuvent s'établir qu'avec des défunts auxquels on est lié par le karma, mais on est lié ainsi à bien plus de gens qu'on ne pense en général. **Le karma est d'ailleurs indispensable à toute relation entre vivants et entre vivants et morts, tout comme il est indispensable de diriger ses yeux sur un objet pour le regarder et le percevoir.** De même que pour un lien sensoriel il faut établir un rapport entre les sens et les objets extérieurs, de même il faut qu'un lien karmique existe, ou soit tout au moins établi, entre les vivants et les morts.

**Le moment de l'endormissement** est celui qui est particulièrement indiqué pour apporter à une personne défunte, chère, précieuse et reliée ainsi par le karma, le rapport que l'on a

## Réveil et endormissement sont les deux moments les plus importants pour la relation avec nos défunts

Écrit par : Rudolf Steiner

---

développé avec elle. Le moment de l'endormissement est particulièrement propice à cela. Nous développons naturellement nos rapports avec les défunts durant la journée entre le réveil et l'endormissement. Nous pensons aux morts. Tout ce qui est ainsi pensé en rapport avec nos morts, ce que nous aimerions bien leur communiquer, se concentre au moment de l'endormissement et parvient au défunt même en dehors de notre conscience ordinaire. Il y a cependant une attitude d'âme qui, au moment de l'endormissement, est particulièrement propice, tout comme il y en a qui sont particulièrement contraires à cela.

Voyez-vous, une communication faite de pensées froides et sèches ne parviendra pas jusqu'au défunt. **Pour atteindre le défunt, il faut cultiver durant la vie éveillée des pensées qui ne soient ni froides ni sèches.** Il faut mettre en mouvement en nous des pensées qui nous reliaient au défunt alors qu'il était encore parmi nous, les soi-disant vivants. Il nous faut **nourrir des pensées qui contiennent le lien affectif. Penser au défunt de manière indifférente ne sert à rien.** Il est bon en revanche de nourrir les pensées avec tout ce qui nous lie au défunt par l'affection : regarder comment on était avec lui en certains lieux, les conversations que l'on a eues à ces occasions, un intérêt particulier, né du sentiment partagé avec lui pour un sujet. Il peut s'agir également de faire revivre en soi, et ainsi de la communiquer au défunt, une situation où l'on était avec lui pour s'intéresser au sujet qui lui était cher ou, du fait de l'affection qu'on lui portait, pour chercher la même chose avec lui. **Des pensées empreintes d'amour et d'affection, et pas des pensées sèches ! Ces pensées restent dans l'âme jusqu'au moment de l'endormissement où se trouve alors la porte par laquelle, on peut en être assuré, les communications atteindront le défunt.**

Ne nous trompons pas ! Nous rêvons des morts. Le plus souvent le rêve provient d'un lien réel avec le défunt. Mais ce que nous rêvons n'est, immédiatement après l'endormissement, qu'une transformation onirique imagée de ce que nous communiquons au défunt. Nous n'éprouvons pas le moment de l'endormissement pour la raison que j'ai dite : son caractère fugace. Mais ce moment de l'endormissement retentit, à vrai dire, dans le sommeil subséquent, dans le rêve. Si nous comprenons bien la situation, nous n'interpréterons pas les rêves où apparaissent les défunts comme étant des communications de leur part. Ils peuvent l'être, mais pas en règle générale. Ce sont des impulsions semi- conscientes nous indiquant la chose suivante : nous avons eu une telle pensée, un jour, pour le défunt, volontairement ou non, comme je l'ai dit. Cette pensée a fait son chemin jusque vers le défunt, et le rêve nous montre que cette pensée est allée vers lui. **Les communications des défunts, leurs réponses entrent dans le monde des vivants de préférence au matin lors du réveil.** Et ces communications se révéleraient bien plus facilement aux êtres soi-disant vivants si aujourd'hui ceux-ci avaient une disposition ou simplement le temps de prêter quelque peu attention à ce qui sourd des tréfonds de leur conscience, à lire en quelque sorte entre les lignes de l'existence.

Oui, l'être humain est vaniteux et égoïste. Dès que quelque chose surgit du fond de son âme il l'attribue évidemment à son propre génie ! Être modeste est une exhortation à placer dans la vie. La modestie au plus profond de son âme n'est pas chose facile à l'être humain. **Être modeste signifie également apprendre à faire la part entre ce qui vient de ses propres forces d'âme et ce qui vient des impulsions suprasensibles étrangères qui traversent l'âme.** Ainsi, celui qui a la conscience clairvoyante éprouve et perçoit les réponses des défunts comme montant de son âme propre, tandis que les autres reçoivent les réponses et les communications des défunts **à partir du tréfonds de leur âme** tout au cours de leur vie

éveillée, entre le réveil et l'endormissement. S'ils ne le perçoivent pas, il faut le comparer à la perception des étoiles en plein jour où, alors qu'elles sont bel et bien là, on ne les voit pas à cause de la lumière du jour qui les supplante. La vie éveillée extérieure supplante par sa conscience ordinaire la perception de ce qui vient en permanence du fond de l'âme. Si l'on réussit à cultiver une intimité, dirais-je, avec sa propre âme, on apprend également peu à peu à reconnaître les messages que les défunts envoient au cours la vie éveillée. Mais cette connaissance se lie alors à quelque chose d'extraordinairement important. On dit alors : en réalité nous ne sommes pas séparés des morts, ceux-ci vivent parmi nous. Simplement, ils ne se manifestent pas physiquement comme les autres êtres qui nous envoient leurs impulsions à partir du monde extérieur, **ils s'annoncent à partir de notre intériorité propre, ils nous parlent à travers notre intériorité, ils nous portent.**

L'humanité d'aujourd'hui et de demain, bien qu'elle en ait fortement besoin, ne s'habituerait que difficilement à ne plus croire à la seule influence des impulsions venant du monde extérieur sensible et à admettre également que les morts, tout comme les vivants, sont présents en permanence et qu'ils agissent en nous avec nous. Les anciens le savaient sous la forme des mythes. Les anciens vénéraient leurs valeureux défunts chefs de tribu jusqu'à les élever au rang des dieux. Cela témoigne qu'ils savaient, grâce à leur clairvoyance atavique, que les morts sont toujours présents et qu'ils agissent à travers les vivants. **Pour de bonnes raisons, cette conscience devait disparaître pour l'évolution humaine, mais elle doit maintenant réapparaître ! Il sera de nouveau nécessaire de savoir que les morts sont dans notre environnement, qu'ils parlent à travers nos âmes, que nous sommes en communauté avec eux.**

Il faudra bien admettre d'une part que la science de l'esprit devra répondre à la question sur la nature de la vie et d'autre part que la science extérieure ne peut que se tromper en ne sachant pas faire la différence entre ce qui vient du monde sensible et ce qui vient du monde suprasensible. L'écriture de notre histoire est parvenue, en somme, à quelque chose de vraiment ridicule et absurde. On parle des idées qui vivent dans l'histoire comme de colibris venus se poser sur des branches, alors qu'en vérité, les impulsions historiques ne sont le plus souvent que l'action des défunts.

**La conscience que nous formons une communauté vivante avec les défunts doit se faire jour.** En formant la conscience et en affinant la vie de l'âme humaine par les concepts, non pas théoriques, mais **chaleureux**, de la science de l'esprit, si tout cela se réalise, les morts seront en quelque sorte présents également pour la conscience de toute l'humanité. L'immense partie de la réalité qui reste ignorée pour l'instant sera ainsi prise en compte. **Alors seulement on vivra dans la pleine réalité.** C'est une tâche de l'humanité de notre époque. Car l'humanité vit actuellement dans une grande catastrophe [Ndlr : guerre 1914-18]. La cause profonde de celle-ci est d'avoir désappris à vivre dans la réalité. Les hommes se sont séparés profondément de la réalité par la conscience matérialiste. Ils croient être proches de la réalité en ne faisant valoir que la partie sensorielle de celle-ci et en plaçant l'autre au rang de phantasme. Or c'est précisément ainsi qu'on se sépare de la réalité. Si seulement on pouvait reconnaître que bien des choses mêmes très pratiques de cette époque sont liées à ce que j'évoque ainsi ! (...)

(...) Je vous disais qu'avec les morts, les souvenirs les plus à même de leur parvenir étaient

ceux qui jaillissent de rapports avec eux empreints d'affection. **Pour obtenir une réponse ou une communication de la part d'un défunt, il est particulièrement important de le connaître véritablement, d'être capable de s'approfondir en son être.** La science de l'esprit est également à même de donner des impulsions pour édifier cette capacité à approfondir la connaissance de l'être d'autrui, car des âmes, par leur attitude matérialiste propre à notre époque, sont précisément peu aptes à connaître la vie de leur prochain. On croit se connaître et on passe cependant à côté les uns les autres, on ne se comprend pas et on ne s'écoute pas non plus. On peut être marié pendant trente ans avec quelqu'un et néanmoins ne pas le connaître. **Pour connaître l'être d'autrui, il faut une certaine délicatesse de l'âme. Pour pouvoir placer l'âme d'autrui devant la sienne, la condition requise est la capacité de la connaître aussi bien que son âme propre.** Si l'on place devant le regard de l'âme l'être d'un défunt à qui on se propose d'adresser une question, si l'on est capable alors de se représenter un rapport affectif avec lui et une image vivante de lui, on en obtiendra, c'est sûr, une réponse. Dès lors qu'on fait appel à des souvenirs empreints d'affection, il convient alors simplement d'exercer une vigilance capable de capter le jeu qui se joue entre les questions et les réponses qui arrivent sans coup férir, entre soi et le défunt. Il est possible, dès lors qu'on a accueilli en soi, avec compréhension, l'être de l'autre, que celui-ci envoie ses réponses aux communications qu'on lui a fait parvenir. (...)

[Caractères gras S.L.]

Rudolf Steiner