

## L'AMELIORATION DU COMPORTEMENT

### LES MOYENS DE RESOUDRE LES PROBLEMES

#### **CAS PARTICULIER DE LA VIOLENCE**

##### **Présentation :**

Nous sommes incarnés en Gaïa, et nous devons savoir que cette planète représente, diffuse, sur un plan cosmique, la vibration Paix.

Cela veut dire que la plupart des humains incarnés ici, ont quelque chose à apprendre au niveau de la Paix. La Paix est un des attributs Universels. Son contraire est la violence.

Nous constatons que la violence, sous ses diverses formes, représente une caractéristique principale qui s'exprime à travers toute l'histoire de l'homme, qu'elle soit sociale, politique ou religieuse.

Je désire donc m'exprimer, au niveau des comportements, de cette notion si primordiale dans notre évolution car, lorsqu'elle est maîtrisée, tout bien peut arriver et, lorsqu'elle n'est pas maîtrisée, tout le mal peut arriver.

##### **Définition :**

La violence est le caractère de ce qui se manifeste, se produit ou produit ses effets avec une force intense, extrême, brutale. Elle se dit d'un événement (phénomène naturel), ou d'un individu à travers ses sentiments. C'est la force brutale exercée contre quelque chose ou quelqu'un.

En ce qui concerne l'humain, la violence représente une contrainte illégitime physique ou morale, contrainte exercée par la force ou par l'intimidation. Elle représente une brutalité du caractère, de l'expression.

Pour un individu, la violence est plus particulièrement le caractère de quelqu'un qui est emporté, brutal, agressif (dans le sens hostile, querelleur), mais aussi de quelqu'un qui agit avec une extrême véhémence, une outrance dans les propos ou le comportement. La violence correspond aussi à une contrainte par la force.

##### **Les différentes expressions de la violence :**

La violence peut s'exprimer de différentes manières :

Par la parole : Violence verbale.

Par l'attitude : Violence morale qui peut concerner une contrainte psychique, ou qui peut concerner la parole et l'action.

Par l'action : Violence physique.

La violence physique comprend :

Les coups et blessures.

Les violences sexuelles (attouchements, viol).

La violence correspond à la libération de tensions émotionnelles ou sexuelles qui correspondent à des défolements d'agressivité intérieure. La violence est le domaine des sentiments non maîtrisés, mal gérés.

L'action peut être :

Préméditée : Action préparée dans un but précis, présentant un intérêt précis.

Non préméditée : Réaction émotionnelle non contrôlée.

**Les causes possibles d'un comportement violent :**

De nombreuses causes peuvent intervenir dans un comportement violent. Généralement plusieurs causes s'ajoutent. Nous pouvons citer :

**- La misère sociale :**

Manque de travail, manque d'argent.

**- Les problèmes d'intégration dans la société :**

Difficultés, refus, différences, y compris fréquentations malsaines.

**- Les contraintes sociales :**

Dégagement par rapport aux pressions lourdes ou intolérables.

**- Les contraintes politiques :**

Dégagement par rapport aux pressions lourdes ou intolérables.

**- Les contraintes financières :**

Dégagement par rapport aux pressions lourdes ou intolérables.

**- La faiblesse culturelle :**

Notamment la faiblesse dans l'éducation.

**- La peur :**

De l'inconnu, l'instinct de survie.

**- La défense :**

Défense de sa vie, de celle d'autrui, de son territoire, du territoire d'autrui.

**- La haine :**

Elle peut s'exprimer dans tous les domaines.

**- L'envie :**

Envie de posséder quelque chose appartenant à autrui que l'on ne peut acquérir, acheter par soi-même.

**- Le pouvoir :**

Recherche du pouvoir sur autrui de manière individuelle ou collective (envie de domination, de possession).

**- Des luttes d'amour :**

Elles sont liées à la possession avec un plus un instinct sentimental ou sexuel.

**- Des problèmes existentialistes :**

Vouloir se prouver quelque chose, que l'on existe, défis personnels ou envers autrui.

**- Des divergences :**

Affrontement causé par des divergences d'opinions, de ressentis, de réflexions, de comportement, etc.

**- La xénophobie :**

Inquiétude, stress face à la nouveauté.

**- L'absorption de denrées à effets de stimulants en trop grande quantité :**

Alcool, drogues.

**- Maladies psychiques :**

Paranoïa, psychopathie, manies, etc.

**- Maladies nerveuses :**

Autocontrôle défectueux du système nerveux.

**- Réponse à une agression extérieure d'un type quelconque.**

**- Des effets d'entraînement :**

Emeute, révolution, guerre.

**- Effets de résonance :**

Intégration dans un groupe, dans un contexte violent.

**- Mimétisme :**

Par exemples, diffusion d'informations ou de scènes de violence par les médias, diffusions culturelles violentes.

**- Nourriture carnée :**

Le principe de tuer un animal représente psychiquement un acte violent même s'il fait appel à un instinct de prédation.

**- Non maîtrise de sa propre force intérieure :**

Sans pour autant verser dans ces différents défauts, un être peut avoir des comportements violents, car il n'arrive pas à gérer sa propre force. Celle-ci doit s'exprimer, car la force est une notion positive, évolutive, mais elle doit être maîtrisée pour être constructive.

Cette liste n'est pas exhaustive.

**Probabilités de conflit :**

La probabilité d'un conflit dépend :

De l'environnement.  
De l'enjeu.  
Des facteurs constitutifs.  
Des dispositions des protagonistes.  
De l'évaluation réciproque de leurs motivations respectives.

### **Remarques :**

Certains chercheurs essaient de prouver une prédétermination à la violence dans le patrimoine physique, du type prédétermination biologique (génétique, endocrinien, etc.). Mais ceci, bien que faisant l'objet de recherches, n'est pas encore foncièrement prouvé.

Il ne faut pas confondre les conditions du type hormonal, par exemple, dans les comportements agressifs, avec des causes des comportements. Les causes, qui sont de l'ordre de l'état d'être, de la qualification de la conscience, provoquent dans un cas de conflit ou une expression de violence, des réactions diverses dans le corps physique, mais ces réactions physiques ne sont que des conséquences. On ne peut pas dire, par exemple que la cause d'un comportement agressif est un faible taux de sérotonine (neuromédiateur impliqué dans l'émotivité), mais qu'un comportement agressif, ou l'intention même d'un comportement agressif fait abaisser ce taux de sérotonine. Ou bien que le taux de cortisol sécrété par les glandes surrénales agit, entre autres, sur certaines structures cérébrales telles que les régions limbiques participant à la gestion et au contrôle des émotions. Dans ce cas également, c'est la structure subtile de l'être qui, dans son comportement ou son intention, va déclencher des réactions physiologiques dans son corps, qui vont permettre à ce corps d'agir dans le sens que désire la conscience. De même avec certaines lésions cérébrales, etc. Ces lésions sont la conséquence physique d'une cause qui se situe au niveau de la conscience, et qui descend au niveau de l'état d'être, de l'émotionnel, avant de se manifester dans le physique. Il ne s'agit pas d'inverser les rôles. Nous retrouvons ici le même principe que pour les causes psychiques des maladies.

La violence existe aussi dans l'ensemble du règne animal. Il existe même des données communes, entre l'homme et l'animal, tant au niveau des comportements, que des effets physiologiques. Cela ne veut pas dire forcément que la violence doit être admise car naturelle puisque vécue par le règne animal fondu dans la nature même de la Terre. Nous avons constaté que le règne animal doit aussi progresser sur l'échelle de l'évolution. L'homme, pour se dédouaner de ses comportements agressifs, montre que la nature même s'exprime de la même façon. Mais justement, dans la nature il existe des espèces, ou des individus dans une espèce ou une famille qui doivent évoluer eux aussi vers des comportements harmonieux.

Il existe des animaux pacifiques, non agressifs, qui se nourrissent même sans tuer d'autres animaux, de même que des humains. Toutes ces consciences pacifiques ont déjà compris ce que représente la vibration Paix. Il n'empêche qu'ils ont à comprendre bien d'autres choses, comme nous l'avons constaté dans notre étude, mais il s'agit ici de réfléchir sur la notion de violence, une des notions les plus répandues sur la Terre, et surtout parmi les hommes.

L'histoire nous montre que le comportement agressif a existé de tous temps, à travers les invasions, les guerres, les émeutes, les révolutions, les régimes totalitaires, les divergences politiques, religieuses et autres, avec tout le cortège d'atrocités de tous genres qui les ont accompagnés, sans compter les comportements à l'intérieur des groupuscules tels que les familles, ou les cercles d'amitiés ou d'affinités.

Ce n'est pas dans l'histoire qu'il faut chercher la solution, mais à l'intérieur de la conscience de chaque individu. Nous avons vu que la vibration spécifique, la vibration cosmique de Gaïa, est la Paix. La plupart de ceux qui viennent évoluer ici ont quelque chose à apprendre au niveau de la Paix. C'est pour cela justement que ce lieu propice leur a été proposé pour évoluer durant un temps, le temps de s'imbiber de cette vibration planétaire, de l'intégrer jusqu'à en faire un état d'être naturel et interchangeable, afin de pouvoir choisir d'autres lieux de résidences.

Ceux qui ont réalisé la Paix dans leur conscience ont eu la possibilité d'évoluer ailleurs. Ceux qui restent, et ceux qui arrivent dans l'incarnation ou même sur les plans subtils ont, pour une grande partie, cet attribut Paix à développer. C'est, je pense, pour cette raison que l'histoire de l'homme a été si mouvementée jusqu'à présent.

Mais je rappelle que Gaïa a aussi son propre programme d'évolution. Sa vibration Paix doit se manifester sur tous ses plans dans le futur, y compris sur son sol matériel. Ses locataires humains sont donc invités à régler au plus vite leur problème d'agressivité, de violence, s'ils veulent participer au renouveau planétaire futur. Quand au règne animal, ce n'est pas notre problème, il est géré directement par Gaïa.

**Conditions de diminution ou de disparition de la violence :**

**- Apprendre à se connaître les uns les autres :**

Il est prouvé que, plus les êtres humains se connaissent, moins il existe de causes de conflits.

**- Apprendre à se comprendre les une les autres :**

Lorsqu'un être se retrouve dans un autre être, il existe moins de causes de conflits.

**- Apprendre à s'entraider les un les autres :**

A travers l'entraide, à travers des vécus identiques dans des situations identiques, les êtres se connaissent, se reconnaissent, se comprennent, et développent des sentiments élevés. Cela s'est constaté systématiquement lors de catastrophes naturelles. La Cause étant la nature, donc extérieure à l'homme, celui-ci oublie plus facilement les différences ou les animosités, et agit plus conformément aux Lois Universelles.

**- Apprendre à développer les Attributs, les qualités, les vertus :**

Et ceci consciemment et volontairement de préférence.

**- Apprendre à s'aimer les uns les autres :**

Car cela est bien, je crois, la plus grande constante universelle, sans quoi rien n'aurait pu exister.

**- Et en règle générale :**

Combattre toutes les défauts, toutes les faiblesses, tous les travers nommés dans cet exposé.

Voici, à titre d'exemple, deux maximes bouddhistes :

Les êtres malfaisants sont suffisamment nombreux pour remplir l'espace entier. Comment pourrions-nous tous les vaincre? Mais en surmontant l'aversion qui est en nous pour eux, c'est comme si nous les dominions tous.

Faire cesser par la violence les antagonismes qui amènent les guerres est impossible pour le présent, n'a jamais été possible dans le passé, et ne le sera pas non plus pour le futur. Mais si chacun anéantissait sa propre agressivité, les guerres ne pourraient plus exister.