

NIVEAU DE CONSCIENCE DÉFINITION PHILOSOPHIQUE ET SPIRITUELLE

**Quels sont les différents niveaux de conscience ?
Comment augmenter son niveau de conscience ?**

Définition : Un **niveau de conscience** est le stade de développement spirituel d'un être humain. Il y aurait donc une **échelle de conscience** comportant plusieurs niveaux : inférieurs, intermédiaires et supérieurs. Les niveaux inférieurs seraient ceux de l'**ignorance** et les niveaux supérieurs seraient ceux de la sagesse et de la **connaissance**.

Remarque : Le niveau de conscience est lié à la **sensibilité** et à l'**intelligence**, mais pas uniquement.

Voir aussi notre article : La conscience : définition philosophique.

Voici une approche des différents niveaux de conscience chez l'être humain.

Niveau de conscience : définition chez l'Homme.

On peut établir la classification suivante des niveaux de conscience chez l'Homme.

Remarque : dans les premiers niveaux de conscience, l'individu est dominé par les causes qui le déterminent : patrimoine génétique, origine, éducation reçue, vécu, expérience, psychologie... Il ne prend pas de recul sur lui-même, il n'analyse pas les causes qui le conditionnent.

1) Le niveau de conscience « survie individuelle » :

- **Objectif de l'individu** : se protéger lui-même, survivre (y compris contre les autres). Il semble d'ailleurs que la conscience réflexive soit apparue chez l'Homme pour lui permettre d'être plus performant par rapport à son environnement.
- **Caractéristiques comportementales** : instinct personnel, peur de l'autre, mécanismes de défense, action par réflexe, pulsions, usage de la force, domination, rapports utilitaires, intelligence au service de soi et au détriment des autres (ce qui peut entraîner exploitation, tromperie, vol, vengeance...). Comportements parfois pathologiques.
- **Caractéristiques morales** : égocentrisme, prépondérance de l'intérêt personnel, fermeture, rejet, mépris, **haine**.

Ce niveau de conscience équivaut au « **ça** » de Freud, qui plonge largement dans l'**inconscient**.

2) La conscience de niveau « survie de groupe » :

- **Objectif de l'individu** : protéger et se mettre au service de son groupe d'appartenance (famille, clan, ethnie, parti, entreprise, nation, empire...).
- **Caractéristiques comportementales** : intérêt général du groupe, solidarité de groupe, émulation au sein du groupe, performance, productivité, valeurs guerrières, héroïsme.
- **Caractéristiques morales** : distinction entre le bien et le mal, ethnocentrisme, conservatisme, contrôle ou rejet des autres.
- **Caractéristiques sociales** : lois, police, justice et armée. Institutions centralisées. Hiérarchie, pouvoir. Répression des comportements déviants. Méfiance vis-à-vis du reste du monde.

Ce niveau de conscience pourrait correspondre au « **moi** » et au « **surmoi** » de Freud (éducation, morale, acceptation des règles), qui plongent aussi bien dans le **conscient** que dans l'**inconscient**.

Remarque : Les niveaux de conscience 1 et 2 mêlés et exacerbés correspondent à une société capitaliste-impérialiste type XIXème ou XXème siècle.

3) Le niveau de conscience « universalisme humain » :

- **Objectif de l'individu** : comprendre et accepter les autres. Rechercher l'harmonie et la paix au sein de l'humanité. Se réaliser en aidant et protégeant les autres.
- **Caractéristiques comportementales** : respect, réciprocité, tolérance, empathie, assistance, service.
- **Caractéristiques morales** : égalité, fraternité, amour. « *Je suis tout humain.* »
- **Caractéristiques sociales** : dialogue, démocratie réelle et sociale, décentralisation, diplomatie, progrès, rationalité, science, éducation, santé.

Ce niveau de conscience est issu d'une réflexion certes encore limitée mais pure et **consciente**.

4) La conscience d'appartenance au règne vivant :

- **Objectif de l'individu** : harmonie, paix et équilibre au sein de l'humanité, de la nature et du monde. Trouver sa juste place au sein de la nature.
- **Caractéristiques comportementales** : respect de tout être vivant, tolérance, empathie.
- **Caractéristiques morales** : égalité entre vivants, éthique, amour. « *Je suis tout être vivant.* »
- **Caractéristiques sociales** : auto-organisation, fédéralisme, épanouissement personnel, progrès, recherche, épanouissement social en environnemental.

5) La conscience d'appartenance à l'univers (cosmos) :

Ce niveau de conscience serait caractérisé par l'**effacement de l'individualité** devant le principe d'**interdépendance** de toute chose : par exemple le **tao**, ou la **vacuité** bouddhiste.

Cette vacuité ne veut pas dire absence d'existence mais **fusion dans le Tout** : je suis vide d'existence propre, vide d'ego, **je suis toute chose**. La corporéité fusionne avec l'esprit.

Ce niveau de conscience permettrait une forme de **clairvoyance (« pleine conscience »)**, de lucidité, comme un « **sixième sens** ».

Remarque : Dans l'hindouisme et le bouddhisme, le **nirvana** est l'extinction du feu des passions et de l'ignorance, un apaisement et une libération, un Eveil, un détachement, ou encore la « paix intérieure ». C'est la fin de la croyance en un ego autonome : **le niveau de conscience ultime**. Dans le christianisme, on appellerait ça : « **entrer dans le royaume de Dieu** ».

L'échelle de conscience de Hawkins.

Selon le docteur David R. Hawkins, psychiatre et kinésologue américain, l'évolution de l'humanité passe par les niveaux de conscience suivants :

- honte,
- culpabilité,
- apathie,
- peine,
- peur,
- désir,
- colère,
- fierté,
- courage,
- neutralité,
- volonté,
- **acceptation**,
- raison,
- amour,
- joie,
- paix,
- illumination.

Le mystère de la conscience chez les végétaux.

Les végétaux n'ont pas de système nerveux ni de cerveau : ils n'ont pas de perception immédiate d'eux-mêmes et de leur environnement. Mais les végétaux disposent d'une forme d'**intelligence** avancée qui leur permet de s'adapter à leur environnement (patrimoine

génétique, perception des changements environnementaux...). Il semble aussi qu'ils communiquent entre eux.

Les végétaux vivent et s'adaptent, acceptent tout, ne jugent pas. Jouiraient-ils d'un niveau de conscience global et supérieur ?

Comment élever son niveau de conscience ?

Cette question est un peu **paradoxe** : en effet, vouloir augmenter son niveau de conscience part d'une intention égoïste, incompatible avec une élévation spirituelle. Vouloir augmenter son niveau de conscience sous-entend « être supérieur aux autres », ce qui est contradictoire la **loi d'Amour**. Élever sa conscience signifie au contraire **comprendre, accepter et aimer**, et non se croire supérieur ou meilleur que d'autres êtres vivants.

Ceci étant posé, on remarque que les éléments suivants peuvent influencer sur le niveau de conscience :

- l'expérience vécue,
- un certain type d'éducation reçue,
- **l'intuition**,
- la recherche (sciences),
- **la réflexion (la raison)**.

L'utilisation de la **réflexion (mental, raisonnement logique)** est un **accélérateur de la conscience** : elle permet une meilleure connaissance de soi, ce qui permet à l'individu d'appréhender sa nature véritable, celle d'un être vivant dépendant de toute autre chose. On constate alors une **transformation rapide** de l'individu, de son mode de pensée et de son comportement.

Voir aussi notre article : La connaissance de soi rend libre : schéma.

Pour s'élever, il faut donc étudier, rechercher et réfléchir tout en prenant conscience de ses limites, **préjugés**, prédispositions, et en les laissant de côté. Il faut donc abandonner les notions de bien et de mal, accepter toute chose et en rechercher les causes, en toute objectivité.

Il faut s'accepter (*je suis ce que je suis*), arrêter de se culpabiliser, **arrêter de se juger soi-même, de juger les autres et le monde**. La voie de la connaissance et de l'élévation est donc forcément un **chemin de paix et de sérénité**.

Le niveau de conscience le plus élevé : l'inconscient universel ?

Comme évoqué plus haut, le niveau de conscience le plus élevé serait l'oubli de sa propre individualité aboutissant à un dépassement de toute chose.

Ainsi la conscience réflexive ne ferait plus obstacle à la conscience cosmique.

Les niveaux de conscience et de développement humain

