

# Vers l'Union Universelle

Avril 2026  
n°21

**Journal de l'Institut Général des Forces Psychosiques**

45 Rue Casimir Beugnet - 62300 LENS ☎ 06.13.41.96.86

[info@spiritualiste.fr](mailto:info@spiritualiste.fr) [www.spiritualiste.fr](http://www.spiritualiste.fr)

## DANS CE NUMÉRO

### Le printemps installé

la Biennale 2026 nous invite à discerner, nous unir et élever nos actes.

### Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (cité des électriciens)

Découvrez comment Stéfan, ancien mineur devenu peintre médiumnique, fait rayonner à la Cité des Electriciens une lumière intérieure née dans le bassin minier.

### La vanité

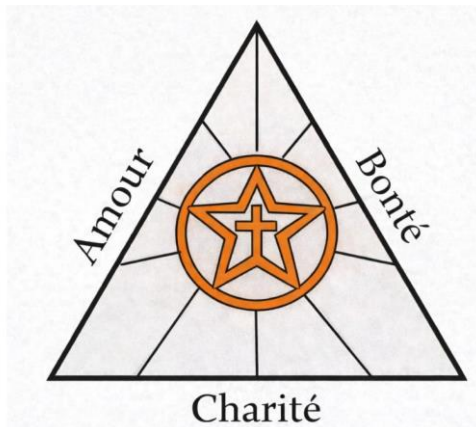
Découvrez comment la vanité se glisse dans nos vies (et même dans la spiritualité) et comment la simplicité, le service discret et la durée permettent de revenir au vrai.

### La jalousie

Comprenez comment la jalousie naît de la comparaison et apprenez trois gestes simples (gratitude, compliment, coopération) pour la transformer en fraternité.

### Apprendre à regarder

Découvrez comment la contemplation (10 minutes par jour) transforme notre regard en discipline morale et apaise la vanité et la jalousie par la paix, la sobriété et la simplicité.



## Le printemps installé : quand la lumière devient œuvre et service

En mars, nous parlions d'un printemps de la conscience : une germination intérieure, discrète, qui demande humilité, discernement et actes simples. En avril, le printemps est bien là. On le voit dans la lumière, dans la sève, dans les jardins, mais surtout dans cette question qu'il pose à chacun : "Qu'est-ce que tu fais de ce qui grandit en toi ?" Car le renouveau n'a de valeur que s'il se traduit. La spiritualité est une incarnation.

Cette année, un signe fort accompagne ce printemps : la Biennale des Arts Visuels 2026, "Les mondes invisibles : d'Augustin Lesage à aujourd'hui", qui fera rayonner le territoire de Béthune-Bruay du 28 mars au 6 décembre 2026. Cette Biennale propose un dialogue entre art contemporain, art brut, mémoire, architecture et dimension spirituelle de l'existence. Autrement dit : elle nous invite à regarder l'invisible, l'Au-delà et à faire de la contemplation une élévation.

Dans ce cadre, la présence des œuvres de **Stéfan Nowak à la Cité des Électriciens, à Bruay-la-Buissière**, porte une résonance particulière. Là, dans un lieu chargé de mémoire ouvrière, l'art redevient ce qu'il est au plus profond : un foyer. L'exposition collective "Foyers artistiques" (à la Cité des Électriciens) prend le logement ouvrier comme cadre de l'œuvre et fait dialoguer patrimoine local et productions d'artistes de la scène contemporaine. Les œuvres prêtées par notre centre spirituel,

## Le printemps installé (suite et fin)

l'Institut Spirituel Psychosique, y seront présentées publiquement du 28 mars au 6 décembre 2026.

Pourquoi est-ce important pour nous ? Parce que le printemps véritable consiste à “devenir plus juste”. La beauté est une discipline. Elle apprend à ralentir, à regarder autrement, à retrouver le sens de l'ordre intérieur. Vos yeux contemplant, mais votre conscience, elle, choisit. Retrouver l'acte de voir par son âme devient un acte moral: voir ce qui élève, discerner ce qui trompe, préférer la profondeur à l'apparence.

Le printemps installé nous demande donc trois choses simples.

D'abord, redevenir capables de silence. Un silence qui n'est pas vide, mais orienté : prière, recueillement, gratitude.

Ensuite, redevenir capables de vérité sur nous-mêmes : sans dureté, mais sans complaisance. La vanité et la jalousie sont des maladies de l'image ; elles se guérissent par la simplicité, par la joie du bien d'autrui, par le service discret.

Enfin, redevenir capables d'union concrète : non pas seulement “penser ensemble”, mais agir ensemble. Une union qui n'a pas de fruits n'est qu'une idée. Une union qui sert devient une force.

Que ce numéro d'avril accompagne ce mouvement : un printemps plus réel, plus incarné, où la lumière intérieure se reconnaît à ce qu'elle produit. Et que la Biennale, par la beauté et la mémoire qu'elle révèle, nous aide à mieux comprendre la mission la plus simple : faire du quotidien un lieu d'élévation.



Le programme des conférences  
du mois d'avril - mai 2026 se trouve  
sur le site internet de l'institut :

<https://www.spiritualiste.fr/agenda>



## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 : une lumière née du Bassin minier à la Cité des Electriciens

Du 23 mai au 15 novembre 2026, la Biennale des Arts Visuels « **Les mondes invisibles: d'Augustin Lesage à aujourd'hui** » fera rayonner sur le territoire de Béthune-Bruay, Artois Lys Romane une réflexion artistique d'une rare intensité, à la croisée de l'art contemporain, de l'art brut, de la photographie, de l'architecture et des expressions spirituelles. Dans ces expositions, la présence des œuvres de Stéfan Nowak à la Cité des Électriciens revêt une portée toute particulière.

Membre de l'Institut Spirituel Psychosique situé 9 rue de l'église à Calonne-Ricouart, Stéfan Nowak apparaît aujourd'hui comme une figure profondément liée à l'histoire humaine, sociale et intérieure du Bassin minier. Né en 1925 à Calonne-Ricouart, dans une famille d'émigrés polonais, il fut d'abord un homme du monde ouvrier, promis comme tant d'autres à la vie des mines. Devenu galibot dès l'adolescence, puis ajusteur, il a connu la dureté du travail souterrain avant d'être affecté à une centrale électrique jusqu'à sa retraite. Son parcours porte ainsi la mémoire directe de ce territoire, de ses corons, de ses fosses, de sa discipline industrielle et de ses existences souvent modestes mais d'une grande densité humaine.

C'est précisément ce qui donne toute sa force à sa présence dans l'exposition « **Foyers artistiques** » présentée à la Cité des Électriciens. Cette exposition part d'une idée juste et essentielle : dans le logement ouvrier, au cœur même d'une vie apparemment contrainte, ont pu naître des trajectoires artistiques singulières, irréductibles, inattendues. En ce sens, Stéfan Nowak n'est pas un simple nom parmi d'autres. Il incarne exemplairement cette émergence d'une œuvre intérieure depuis un milieu populaire, depuis une terre minière où l'art n'apparaît pas comme un luxe, mais comme une transfiguration de l'existence.

Chez lui, la peinture s'est imposée progressivement comme une échappée, puis comme une révélation. Initié par sa nièce aux techniques de la peinture à l'huile, il commence par explorer l'abstraction sous l'influence de Kandinsky, avant d'entrer dans une recherche plus personnelle. À partir du milieu des années 1970, sa démarche prend une dimension spirituelle affirmée : il s'agit alors de traduire une expérience intérieure, d'approcher l'invisible, de faire du tableau un lieu de passage entre le monde sensible et un ordre plus profond.

Le livre en cours d'écriture consacré à Stéfan Nowak le présente comme un peintre médiumnique, porté par une quête de lumière intérieure et par une recherche symbolique intense. Ses œuvres évoluent vers des compositions de plus en plus structurées, souvent rayonnantes, où se déploient cercles, mandalas, motifs perlés, spirales et architectures colorées. Cette peinture de la concentration, de l'énergie et de l'élévation intérieure fait de lui un créateur à part dans l'histoire artistique régionale. Elle explique aussi pourquoi son nom trouve aujourd'hui une place naturelle dans une biennale consacrée aux « **mondes invisibles** ».

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)

L'intérêt majeur de cette présentation à la Cité des Électriciens est de remettre Stéfan Nowak dans son contexte le plus vivant : celui d'un homme issu du peuple minier, dont l'œuvre s'est construite à partir de lui, en le dépassant intérieurement. Là réside sans doute la singularité la plus émouvante de son parcours. Né dans un univers de charbon, d'effort et de répétition, il a peu à peu fait surgir des images de lumière, d'harmonie et d'infini. Son œuvre montre que même au cœur d'un quotidien industriel planifié et rude, une vie intérieure puissante peut se développer jusqu'à produire une véritable vision.

Cette reconnaissance n'est pas nouvelle, mais la Biennale 2026 lui offre un écrin particulièrement juste. Dès les années 1990, Stéfan Nowak a été remarqué dans le champ de l'art brut. Invité d'honneur à Senlis en 1993, repéré ensuite par Madeleine Lommel, il voit plusieurs de ses œuvres rejoindre la collection de L'Aracine, puis le Musée d'Art Moderne de Villeneuve d'Ascq (LaM). Cette trajectoire confirme la valeur de son travail et sa place dans l'histoire des expressions artistiques hors normes.

Mais au-delà de la reconnaissance institutionnelle, ce que le public découvrira surtout à la Cité des Électriciens, c'est une présence. Celle d'un homme humble, habité par une exigence intérieure, qui a transformé sa vie en chemin de création. Au-delà de l'esthétique ses tableaux proposent une expérience de contemplation. Ils invitent à ralentir, à regarder autrement, à sentir dans la couleur et dans la forme l'écho d'un ordre invisible. En cela, Stéfan Nowak rejoint pleinement l'esprit de cette biennale : faire dialoguer l'art, la mémoire, le mystère et la dimension spirituelle de l'existence.

Pour l'Institut Spirituel Psychosique de Calonne-Ricouart, voir ainsi présentées quelques œuvres de l'un de ses anciens membres constitue un moment important. Il s'agit d'un hommage à l'homme vertueux, humble et également un acte de mémoire pour notre patrimoine culturel et artistique du Nord de la France. À travers Stéfan Nowak, c'est tout un pan de l'histoire humaine et spirituelle du Bassin minier qui revient à la lumière. Son œuvre rappelle que les territoires populaires portent en eux des richesses créatrices considérables, et que les chemins de l'âme savent parfois naître là où on les attend le moins.

La Cité des Électriciens offrira donc en 2026 un cadre particulièrement pertinent à cette rencontre. Dans ce lieu chargé de mémoire ouvrière, les œuvres de Stéfan Nowak retrouveront une profondeur supplémentaire. Elles apparaîtront pour ce qu'elles sont véritablement : l'éclosion d'une lumière intérieure au sein même du monde minier.

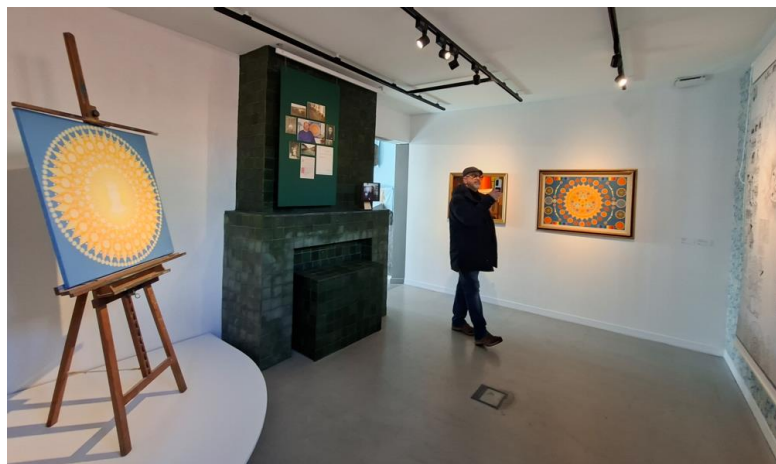
*Cité des Electriciens : Rue Franklin, 62700 Bruay-la-Buissière - Tél : 03 21 01 94 20*



# Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



Biennale 2026 : Portrait debout de Stéfan Nowak à la cité des électriciens.



Le président de l'Institut Spirituel Psychosique, Reynald Raymond, découvre les salles d'exposition des œuvres de Stéfan Nowak à la Cité des Électriciens, lors de l'ouverture de la Biennale, le samedi 28 mars 2026.



La Mère Créatrice - Huile sur toile - 18 février 1991



Quelques outils utilisés par Stéfan



Yaël Pignol, Responsable de la programmation en présentation dans la 1<sup>ère</sup> salle Stéfan Nowak



Une salle dédiée aux artistes peintres : Stephan Nowak, Augustin Lesage, Joseph Crespin

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



Un mur représentant les diverses expositions de Stéfan Nowak dont « Les mandalas transcendants »

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



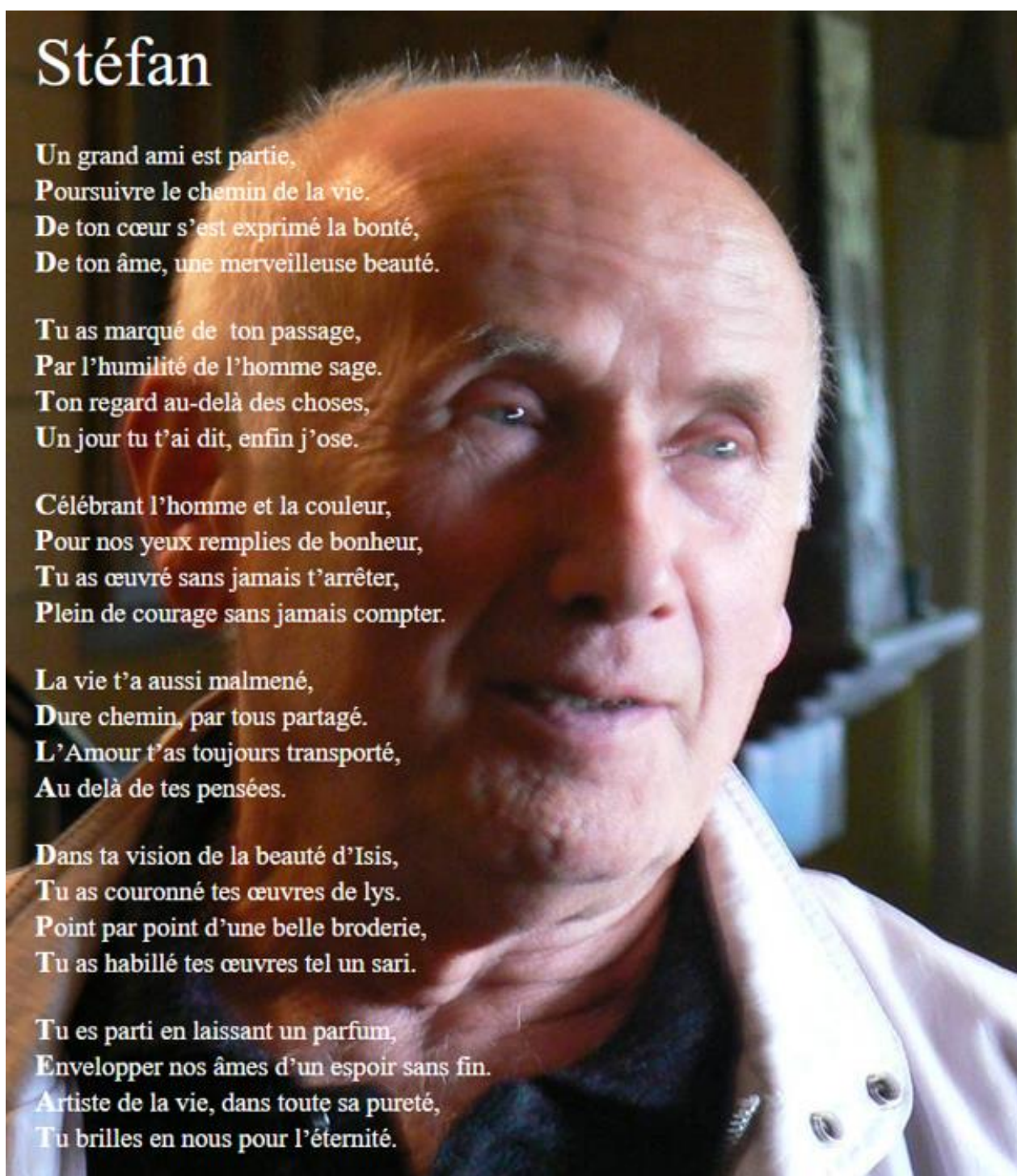
**« Stefan Nowak, ancien mineur devenu peintre médiumnique, utilise son art pour exprimer une quête spirituelle profonde, transformant les difficultés de sa vie en une exploration lumineuse de l'âme et de l'univers. »**

**« Stefan ne laissera personne indifférent ; à travers ses mandalas, peints en connexion avec sa lumière intérieure, il invite chacun à accéder à sa propre essence, car la source de l'Univers est UNE. »**

**« Stefan Nowak est un artiste médiumnique dont les œuvres, inspirées par des visions intérieures et une quête spirituelle, transcendent les limites de l'art traditionnel pour offrir une exploration profonde de la lumière et de l'énergie cosmique. »**

**« Stefan Nowak, autrefois enfermé dans l'obscurité des mines, est devenu un porteur de lumière, un passeur entre les mondes. Son art, né des ombres de son passé et nourri par une quête spirituelle intense, transcende les frontières de la réalité pour offrir une vision éclatante de l'univers. C'est dans cette lumière intérieure, ce lien indéfectible avec la source universelle, que Stefan trouve et partage sa véritable essence. »**

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



Stéfan Nowak nous a quittés en 2013, à Calonne-Ricouart. Michel Gard, ami proche et médium peintre lui aussi, a écrit et lu cette poésie lors de l'oraison funèbre.

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



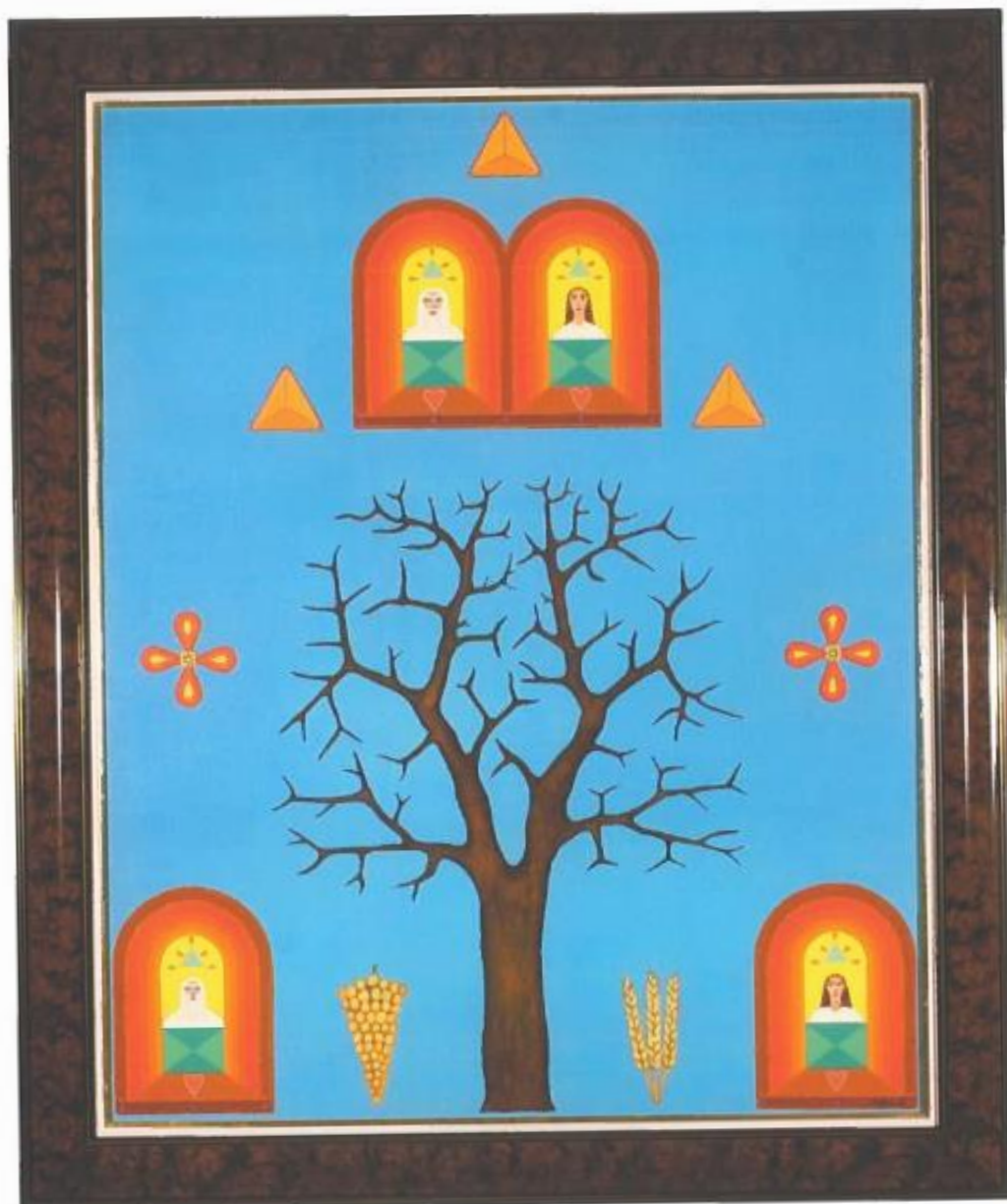
### Le temple d'or

1000cmx650cm

Vendredi 28 janvier 1977

Période : Léonard de Vinci

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



Pain et vin de vie

800cmx1000cm

Lundi 09 juillet1979

Période : Léonard de Vinci

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



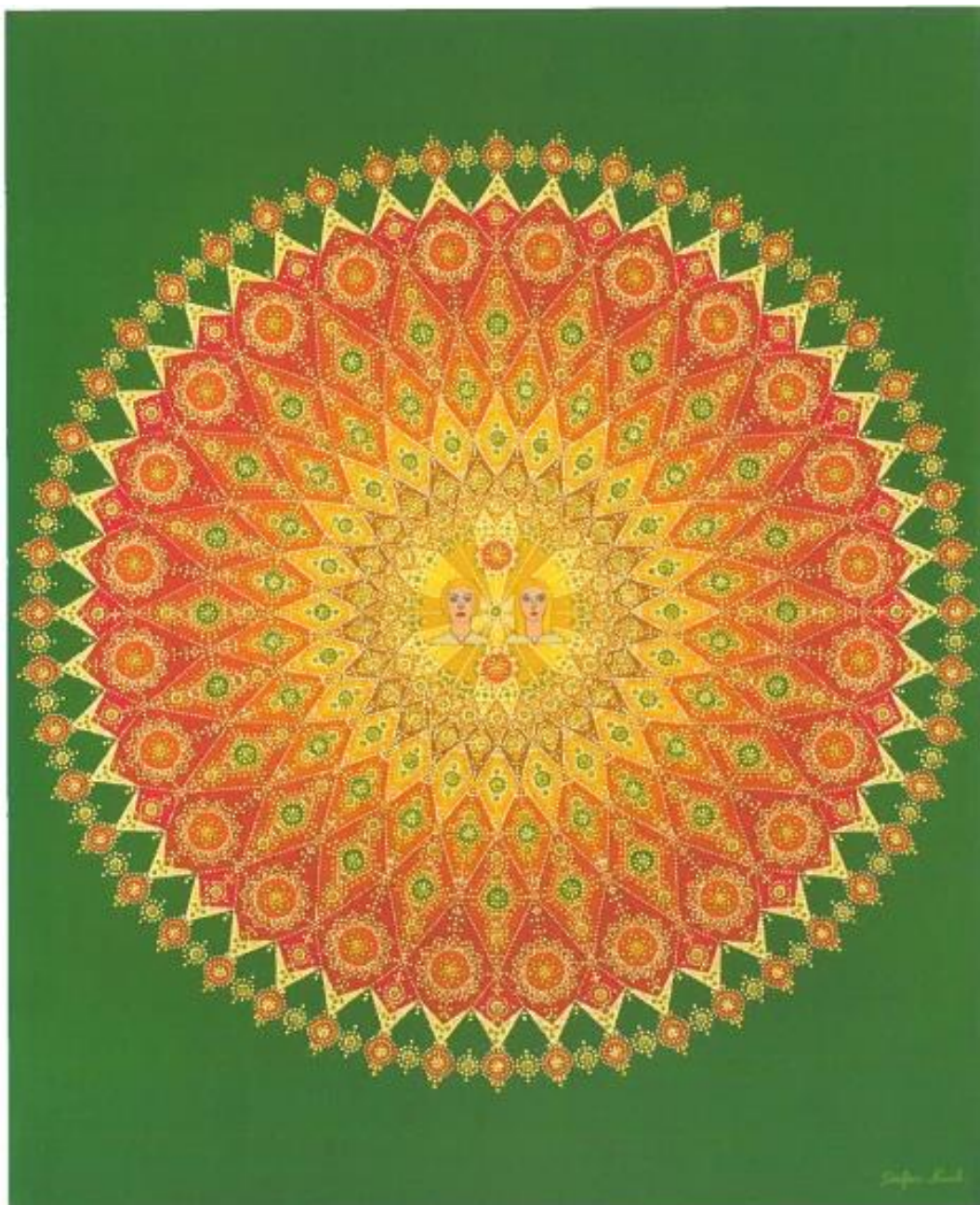
Vers la Lumière

950cmx650cm

Lundi 24 avril 1989

Période : Léonard de Vinci

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



### Mes enfants

1000cmx800cm

Jeudi 13 mars 1997

Période : Isis

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite)



### Complexe

600cmx800cm

Dimanche 15 mars 1970

Période : Aldo

## Stéfan Nowak à la Biennale 2026 (suite et fin)



Je suis la Mère Créatrice

800cmx800cm

Mercredi 18 février 1998

Période : Isis

Page **15** sur **28**

## Stefan Nowak : Lumières Intérieures

Poésie par Dany Beauchamp

*Né dans l'obscurité des corons,  
Enfant des mines et du charbon,  
Stefan Nowak, âme égarée,  
Trouve la lumière à travers l'art déployé.*

*Les années de labeur, sous la terre,  
Laissent place à une quête plus claire,  
Avec des toiles comme portes vers l'univers,  
Ses mandalas révèlent l'invisible lumière.*

*De galibot à ajusteur précis,  
Il transforme le noir de la mine en éclats de vie,  
Chaque pinceau trace une ligne de vérité,  
Éveillant en nous une conscience insoupçonnée.*

*Guidé par des visions d'autres mondes,  
Il dépasse l'imitation pour des horizons féconds,  
Des formes géométriques, des spirales infinies,  
Offrent un voyage au cœur de l'harmonie.*

*ISIS, déesse et muse, murmure à son esprit,  
Stefan, peintre médiumnique, devient alchimiste,  
Transmutant l'ombre en lumière, la douleur en joie,  
Il nous invite à voir au-delà, à toucher l'invisible foi.*

*Dans les salles du Musée d'Art Moderne,  
Ses œuvres rayonnent, éternelles lanternes,  
Chaque toile, un reflet de l'âme humaine,  
Une exploration de l'infini, une quête sereine.*

*Stéfan, messenger des mondes supérieurs,  
À travers ses mandalas, nous montre le cœur,  
La source cosmique, lumière des lumières,  
Dans chaque œuvre, une part d'univers, une lueur sincère.*

*Peintre transcendant, porteur de lumière intérieure,  
Il transcende les frontières du visible,  
Chaque tableau, une fenêtre sur l'invisible,  
Où la beauté de l'âme se révèle, pure et claire.*

*Ainsi, Stéfan Nowak, dans sa quête inlassable,  
Nous guide vers notre propre étoile,  
Par son art, il éclaire nos chemins,  
Nous rappelant que la source de l'univers est UNE, sans fin.*



## La vanité : quand l'âme cherche le miroir au lieu du vrai

Après avoir abordé l'orgueil dans notre numéro précédent, il est naturel de parler de la vanité, sa forme quotidienne et sociale. L'orgueil veut dominer ; la vanité veut être vue. L'orgueil réclame la supériorité ; la vanité réclame l'approbation. Elle détourne l'effort intérieur vers l'image extérieure. La vanité se manifeste dans le besoin d'être reconnu, de paraître compétent, d'être "du bon côté", d'avoir une réputation, d'accumuler des preuves de valeur.

Elle peut aussi se glisser dans la spiritualité : vouloir paraître élevé, inspiré, pur, irréprochable. Là, elle devient particulièrement dangereuse, parce qu'elle emprunte des mots nobles tout en nourrissant un centre faux. On reconnaît la vanité à ses signes :

- agitation quand on n'est pas validé,
- susceptibilité devant la critique,
- désir de briller,
- goût des mises en scène,
- besoin de raconter le bien que l'on fait.

Elle pousse à comparer, à se justifier, à se défendre. Et, souvent, elle finit par assécher la joie : car elle dépend d'un regard extérieur.

Le remède est la simplicité : revenir au vrai.

**Première médecine : le service discret.** Faire du bien sans signature. Ce n'est pas une punition, c'est une liberté. Là, l'âme retrouve sa direction : servir l'humain, ne pas nourrir une image.

**Deuxième médecine : l'acceptation de l'imperfection.** La vanité exige d'être impeccable ; la conscience exige d'être sincère. Pouvoir dire "je me suis trompé" est un signe de santé intérieure.

**Troisième médecine : la durée.** Ce qui est vain cherche l'effet immédiat ; ce qui est vrai cherche la progression. Tenir un engagement humble, semaine après semaine, guérit plus que mille élans visibles.

Enfin, une règle simple protège :

- Avant de parler de soi, demander "est-ce utile ?"
- Avant de se montrer, demander "est-ce nécessaire ?"
- Avant de corriger l'autre, demander "est-ce charitable ?"

La vanité s'affaiblit quand la conscience reprend la gouvernance.



## La jalousie : souffrir du bien d'autrui, oublier son propre chemin

La jalousie est une souffrance. Elle est une grande peine intérieure qui se transforme en poison relationnel. Elle naît quand la comparaison devient une loi, quand l'autre devient un miroir humiliant, quand l'on croit que la réussite d'autrui diminue notre valeur.

Elle est incompatible avec l'union. Car l'union exige une joie partagée : la joie de voir l'autre grandir, réussir, se relever.

Dans une fraternité vraie, la force de l'un augmente la force de tous.

Dans la jalousie, le bien de l'autre devient une blessure.

Il faut distinguer trois choses.

**L'admiration** : elle reconnaît le bien et donne envie de progresser.

**L'envie** : elle désire ce que l'autre a, sans forcément lui en vouloir.

**La jalousie** : elle souffre du bien de l'autre et cherche, parfois, à le diminuer, à le critiquer, à le salir, ou à se retirer en silence.

La guérison commence par une vérité simple : chacun a son chemin. La vie n'est pas un concours. La spiritualité n'est pas une compétition.

Trois gestes pratiques aident à transformer la jalousie.

- La gratitude ciblée : chaque jour, écrire ou dire trois raisons de remercier, liées à ce que l'on a déjà (qualités, relations, possibilités). La jalousie s'éteint quand la gratitude devient une habitude.
- Le compliment sincère : quand la jalousie se présente, offrir à l'autre une reconnaissance simple, sans flatterie. C'est un acte de liberté intérieure : "je choisis l'union".
- La coopération : proposer un geste concret où l'on avance ensemble. La jalousie se nourrit de séparation ; la coopération la prive d'oxygène.

Dans un groupe, la jalousie est particulièrement destructrice parce qu'elle crée du soupçon, des clans, de la froideur. La fraternité, elle, se construit sur la loyauté, la transparence et le respect. Là encore, l'union n'est pas une idée : c'est une discipline.



## Dépose ta jalousie

*Si tu nourris la jalousie, elle te ronge.*

*Si tu choisis la gratitude, elle s'apaise.*

*La jalousie se compare, l'âme se construit.*

*La jalousie souffre du bien d'autrui,*

*la conscience apprend la joie partagée.*

*La jalousie observe, soupçonne, interprète, diminue ce qu'elle ne peut atteindre.*

*Elle se cache parfois sous la justice,*

*mais ses fruits trahissent toujours son passage :*

*amertume, rivalité, froidure, division.*

*La gratitude ne t'aveugle pas, elle te recentre.*

*Elle te libère du manque imaginaire,*

*et te rend capable d'admirer sans te perdre.*

*Quand tu déposes la jalousie, la paix revient,*

*et la fraternité devient possible.*

*Car l'union qui élève l'homme est celle qui se réjouit du bien.*



## Apprendre à regarder : quand la beauté rééduque l'âme

Nous vivons dans un monde qui voit beaucoup et contemple peu. Les images défilent, les avis s'entrechoquent, les écrans sollicitent sans cesse l'attention. On "consomme" du visible comme on consomme une information : vite, par réflexe, sans profondeur. Or l'âme ne grandit pas dans la précipitation. Elle grandit dans la qualité du regard. Et c'est là que l'art, lorsqu'il est juste, devient une discipline morale : il rééduque notre manière de voir, donc notre manière d'être.

La contemplation est une présence exigeante. Elle apprend la patience, l'attention, l'humilité. Elle nous entraîne à quitter la surface pour rejoindre le sens. Et, dans cette époque de vitrines et de comparaisons, elle devient un antidote précieux à deux maladies de l'image : la vanité (vouloir être vu) et la jalousie (souffrir du bien d'autrui).

### Consommer ou contempler : deux rapports au monde

Consommer une image, c'est la prendre sans s'y donner. C'est "passer" dessus, comme on zappe. On cherche un effet : être surpris, distrait, choqué, rassuré. L'œil prend, mais le cœur ne reçoit pas. La consommation du visible est rapide, nerveuse, et souvent insatisfaite : plus on regarde, moins on voit.

Contempler, au contraire, c'est accepter de ralentir. C'est consentir à l'effort doux de l'attention. Une œuvre d'art, un paysage, un visage, une flamme, un ciel du soir : tout cela demande un autre rythme. Contempler, c'est laisser l'objet nous travailler. Pour comprendre, ressentir, discerner. La contemplation rétablit une vérité simple : ce qui a de la valeur ne se dévoile pas en une seconde.

On peut reconnaître la différence à ses fruits immédiats. Après la consommation, on est souvent agité, dispersé, un peu vide. Après la contemplation, on se sent plus posé, plus unifié, plus intérieur.

### Regarder avec l'âme : l'attention comme vertu

Regarder avec l'âme cela signifie regarder avec profondeur, c'est-à-dire avec conscience. L'œil devient alors un outil de l'esprit.

Regarder avec l'âme, c'est :

- Observer sans se précipiter à juger.
- Accueillir sans vouloir posséder.
- Laisser une forme, un rythme, une harmonie entrer en nous.
- Reconnaître que nous ne comprenons pas tout tout de suite.
- Accepter de revenir, de relire, de revoir.

## Apprendre à regarder (Suite)

Cette posture a une portée morale, parce qu'elle éduque l'humilité. Celui qui contemple apprend à dire : "Je ne maîtrise pas tout." Il apprend la nuance, la patience, le respect. Et ces qualités rejaillissent dans la relation aux autres : moins de jugement rapide, moins d'arrogance, plus d'écoute réelle.

C'est aussi pourquoi l'art peut nous aider à sortir de la vanité. La vanité veut briller, se montrer, attirer. L'œuvre qui appelle la contemplation oblige à l'inverse : se taire, recevoir, s'effacer. Elle nous libère du besoin d'être au centre. Elle nous remet à notre place : celle d'un être qui apprend.

Et l'art peut aussi guérir la jalousie. La jalousie se nourrit de comparaison : "Pourquoi lui et pas moi ?" La contemplation, elle, apprend l'admiration simple : "C'est beau, et c'est un bien." Là où la jalousie divise, l'admiration relie. Elle fait grandir sans rivalité.

### Les fruits : paix, sobriété, simplicité

Une discipline morale se reconnaît à ses fruits. La contemplation régulière produit des effets concrets.

**La paix.** Elle diminue le bruit intérieur. Elle stabilise. Elle fait tomber la crispation. Elle rend moins vulnérable aux provocations, aux emballements, à l'agitation du monde.

**La sobriété.** Celui qui contemple devient moins avide d'effets. Il n'a plus besoin d'excès pour ressentir. Il recherche l'essentiel. Cette sobriété est une force : elle rend libre.

**La simplicité.** La contemplation ramène au vrai : ce qui se tient dans le temps, ce qui ne dépend pas du regard des autres, ce qui élève sans écraser. Elle rend plus difficile la vanité, car elle coupe l'addiction à l'approbation. Elle rend plus difficile la jalousie, car elle apprend la joie du beau et du bien, même quand cela ne vient pas de nous.

Ainsi, la beauté devient une pédagogie. Elle nous apprend à vivre mieux : non pas à accumuler, mais à approfondir.

### Une pratique simple : 10 minutes de contemplation par jour

Pour que cela ne reste pas une belle idée, voici une pratique très simple, accessible à tous. Dix minutes par jour. Pas plus.

1. Choisissez un moment fixe (matin, fin d'après-midi, soir).
2. Éteignez les écrans. Mettez le téléphone loin.
3. Choisissez un "support" : une œuvre, une photo, un détail d'architecture, un arbre, une bougie, le ciel, un tableau.
4. Regardez en silence. Sans commenter. Sans analyser tout de suite.
5. Respirez lentement. Laissez descendre la précipitation.
6. À la fin, posez une seule question : "Qu'est-ce que cela produit en moi ?" plus de paix ? plus d'humilité ? plus de gratitude ? ou au contraire agitation, dureté, comparaison ?

## Apprendre à regarder (Suite et fin)

Si les fruits sont bons, continuez. Si les fruits sont mauvais, changez de support. Le discernement est simple : ce qui élève rend plus paisible, plus juste, plus fraternel.

### La beauté comme chemin d'union

Apprendre à regarder, c'est apprendre à vivre. La contemplation c'est une hygiène de l'âme. Elle forme l'attention, elle discipline le cœur, elle éduque la conscience. Et, par ces fruits, elle construit l'union : moins de vanité, moins de jalousie, plus de simplicité, plus de paix, plus de service.

En ce printemps, au moment où la lumière s'installe, faisons de la beauté une école pour y revenir plus humains. Car l'union universelle commence toujours par un regard rééduqué : un regard qui sait discerner, respecter, admirer et aimer.



Période de Peinture médiumnique de Michel Gard.

## 10ème séance théorique – Risques de la médiumnité: fraudes, mystifications, contradictions, abus dans l'exercice de la médiumnité

Après la 9ème séance consacrée à l'influence morale du médium, il est logique d'aborder, sans dramatisation mais avec lucidité, les risques inhérents à l'exercice médiumnique. La médiumnité est un moyen d'élévation lorsqu'elle est orientée vers le bien, la vérité et l'amélioration morale ; mais, comme toute faculté humaine, elle peut être dévoyée, imitée, mal comprise, ou utilisée hors de son but. Cette 10ème séance propose donc une hygiène de discernement, indispensable à la sécurité des médiums comme des groupes.

### **Fraudes : quand on fabrique le phénomène**

Le mot "fraude" suppose une intention : faire paraître vrai ce qui est faux, pour en tirer un avantage (financier, moral, social, affectif). Les fraudes se classent en deux grands types.

- **Fraudes conscientes (volontaires) :** Ici, le médium simule ou provoque volontairement un phénomène. Le domaine le plus exposé est celui des phénomènes physiques (effets matériels, déplacements, "manifestations" extraordinaires), car il est plus facile d'y utiliser des procédés de prestidigitation, d'illusionnisme ou de mise en scène.

Deux cas se rencontrent souvent :

- Les faux médiums : ils ne possèdent pas la faculté, mais utilisent le vocabulaire spirite et des "trucs" pour exploiter l'ignorance ou la crédulité.
- Les vrais médiums qui "arrangent" : ils possèdent une faculté réelle, mais, par vanité, impatience, besoin de convaincre, désir d'être admirés, ils forcent le phénomène, complètent, amplifient, ou "aident" quand rien ne vient.
- **Fraudes inconscientes (dirigées) :** Elles sont plus subtiles : le médium ne cherche pas nécessairement à tromper, mais il se laisse entraîner par des influences, des suggestions, des automatismes, ou des désirs intérieurs.  
L'erreur devient alors un produit du manque de préparation morale, de l'absence de méthode, ou d'une atmosphère de séance trop émotive.  
Dans ce cas, même sans "profit", il y a risque : le groupe s'habitue au sensationnel, perd le sens critique, et confond l'effet avec la vérité.

Garantie principale contre la fraude : moralité, désintéressement, absence d'intérêt matériel, et connaissance sérieuse du spiritisme.

Plus un médium ou un groupe cherche le gain, la gloire, ou le "succès", plus il devient vulnérable.

## 10ème séance théorique (suite)

### **Mystifications : quand on abuse de la crédulité**

Mystifier, c'est tromper, duper, abuser. La mystification n'est pas toujours une "fraude humaine" : elle peut venir d'Esprits légers, moqueurs, ou malveillants, ou encore de la propre imagination du médium.

- **Mystifications conscientes** : Le médium produit lui-même la communication (ou l'oriente) en se donnant un rôle. Il peut être aidé par des influences légères qui l'encouragent à "faire l'intéressant". On obtient alors des messages qui flattent, étonnent, divertissent, mais qui manquent de profondeur morale.
- **Mystifications inconscientes** : Le médium est conduit par son inconscient, par une fascination, ou par des entités qui le placent en situation ridicule : messages creux, grandiloquents, contradictions évidentes, affirmations mensongères, promesses faciles, annonces d'héritages, "révélations" spectaculaires, ou pseudo-enseignements prétendant tout expliquer sur tous les sujets.

Le danger est d'autant plus grand que la forme peut être belle, la signature prestigieuse, le ton assuré. Or une signature ne garantit rien : c'est le fond moral, la cohérence et les fruits qui comptent.

Comment reconnaître une mystification ?

- Elle flatte l'égo : "tu es choisi", "tu es indispensable", "tu es supérieur".
- Elle nourrit la curiosité, le sensationnel, la peur, ou la cupidité.
- Elle impose l'urgence : "décide vite", "tu ne dois écouter personne".
- Elle décourage la vérification : "douter est une faute".
- Elle donne beaucoup de bruit, mais peu de charité et peu d'amélioration réelle.

### **Contradictions : pourquoi tout n'est pas uniforme**

Une difficulté classique en médiumnité est l'apparition de contradictions : enseignements divergents, messages qui se contredisent, ou points obscurs. Il faut les aborder sans scandale, car elles ont des causes.

- **Contradictions dues aux hommes** : Les groupes, les cultures, les connaissances, les habitudes mentales diffèrent. Les médiums ont des langages, des références, des filtres. Une même vérité peut être exprimée diversement ; une même question peut recevoir des réponses adaptées au niveau et au contexte. Le discernement doit donc distinguer diversité d'expression et contradiction de fond.
- **Contradictions dues aux Esprits** : Tous les Esprits n'ont ni le même savoir, ni la même moralité. Il existe, comme chez les hommes, des "demi-savants", des orgueilleux, des systématiques, des présomptueux. Certains parlent avec assurance de ce qu'ils ignorent. D'autres mêlent vrai et faux. L'unité de l'enseignement ne peut donc pas être supposée : elle se construit par la critique, l'étude, le recoupement, et la comparaison des communications à la morale et à la raison.

## 10ème séance théorique (suite)

Règle d'or : une contradiction n'est pas un drame ; c'est un appel à la méthode. On ne rejette pas tout, on n'avale pas tout. On examine. On attend. On compare. On cherche les fruits.

### **Abus : quand on sort du but moral de la médiumnité**

Même sans fraude ni mystification, il existe des abus : des manières d'exercer la médiumnité qui s'écartent de sa finalité éducative et morale.

Exemples d'abus fréquents :

- pratiquer de façon désordonnée, n'importe quand, n'importe où, sans cadre, sans prière, sans recueillement ;
- rechercher le phénomène pour le phénomène (goût du spectaculaire) ;
- se croire "missionné", indispensable, supérieur, et utiliser la médiumnité pour dominer des personnes ou des institutions ;
- monnayer, tirer profit, ou rechercher des avantages par la faculté ;
- se détourner de l'amélioration personnelle : recevoir beaucoup, corriger les autres, mais ne pas se corriger soi.

Ces abus ne sont pas seulement des "erreurs" : ils affaiblissent la protection morale, attirent des influences légères, et finissent par produire confusion et division, exactement l'inverse de l'objectif spirite.

### **Règles pratiques pour un groupe sûr**

Pour conclure cette 10ème séance, voici une grille simple de sécurité, à rappeler régulièrement.

- Finalité morale claire : Toute séance doit viser le bien : élévation, vérité, charité, amélioration. Si la curiosité et le sensationnel dominant, le terrain devient instable.
- Désintéressement total : Pas de recherche de gain, pas de prestige. Le médium n'est pas un "chef", c'est un instrument.
- Étude et méthode : Connaissance doctrinale, lecture, recoupement, prudence. L'ignorance rend vulnérable aux apparences.
- Examen des fruits : Un bon message rend plus humble, plus pacifique, plus fraternel, plus responsable. Un mauvais message rend agité, orgueilleux, dépendant, sectaire, ou diviseur.
- Droit au doute et à la relecture : Aucune communication n'est au-dessus de l'examen. Le doute raisonnable est une protection, pas une faute.
- Discipline intérieure : Prière, recueillement, calme, simplicité. La qualité morale est la meilleure barrière contre la fraude, la mystification et la dérive.

## 10ème séance théorique (Suite et fin)

### Conclusion

Cette 10ème séance n'a pas pour but de faire peur, mais de rendre plus libres. Là où il y a lucidité, il y a sécurité. La médiumnité, bien comprise, n'est ni un spectacle ni un privilège : c'est une responsabilité. En mettant la morale au centre, en refusant l'intérêt, en acceptant la méthode et l'examen, le médium et le groupe se protègent des illusions et conservent l'essentiel : une spiritualité vraie, utile, fraternelle, tournée vers l'amélioration de l'homme et la recherche sincère de la vérité.

| Thème (Séance 10)                        | Définition (idée-clé)  | Signes typiques  | Causes fréquentes  | Préventions / "bonnes pratiques"  |
|--|--|--|--|---|
| <b>Fraudes conscientes (volontaires)</b> | Simulation intentionnelle d'un phénomène pour faire croire au vrai (gain, prestige, influence).              | Effets "spectaculaires" recherchés, mise en scène, contradictions matérielles, demande d'argent/avantages. | Intérêt matériel, vanité, volonté de convaincre, recherche de notoriété. | Désintéressement total, refus du sensationnel, cadre strict, contrôle des conditions, vigilance sur l'intérêt matériel. |
| <b>Fraudes inconscientes (dirigées)</b>  | Le médium ne veut pas tromper, mais "fabrique" malgré lui (autosuggestion, entraînement, influences).        | Phénomènes forcés, compléments involontaires, emballement émotionnel du groupe.                            | Manque de préparation morale, absence de méthode, atmosphère excitée.    | Calme, prière/recueillement, méthode, pauses, relecture collective, discipline intérieure.                              |
| <b>Faux médiums</b>                      | Personnes sans faculté réelle qui exploitent la crédulité avec des procédés d'illusion.                      | Discours technique pour impressionner, "trucs", promesses, demandes de paiement.                           | Ignorance du public, fascination pour l'extraordinaire.                  | Étude doctrinale, esprit critique, vérification des conditions, refus du mercantilisme.                                 |
| <b>Vrais médiums qui "arrangent"</b>     | Faculté réelle mais usage dévoyé : on aide artificiellement quand "rien ne vient".                           | Besoin de résultat, empressement, recherche d'approbation.   | Vanité, impatience, pression du groupe, peur d'échouer.                  | Humilité, accepter le silence, rappeler la finalité morale, ne pas "produire" à tout prix.                              |
| <b>Mystifications conscientes</b>        | Messages produits/dirigés par le médium (souvent avec aide d'influences légères) pour "faire l'intéressant". | Grandiloquence, flatteries, messages creux, effet > contenu moral.   | Ego, désir d'être reconnu, goût du rôle.                                 | Recentrage sur le fond moral, examen des fruits, sobriété, relecture, refus des "signatures" prestigieuses.             |
| <b>Mystifications inconscientes</b>      | Abus de crédulité par Esprits légers/malveillants ou par l'imagination du médium.                            | Promesses faciles, urgences, cupidité (héritages/trésors), menaces, injonction à ne pas vérifier.          | Fascination, manque de discernement, curiosité, faiblesse morale.        | Règle du temps, recoupement, droit au doute, critères "fruits/humilité/charité", éviter la curiosité.                   |
| <b>Contradictions dues aux hommes</b>    | Divergences liées aux filtres humains : langage, culture, connaissances, biais de groupe.                    | Messages discordants selon les cercles, incompréhensions, interprétations.                                 | Points de vue différents, niveau variable, vocabulaire.                  | Clarifier les termes, comparer dans le temps, chercher le sens moral commun, patience.                                  |
| <b>Contradictions dues aux Esprits</b>   | Niveaux de savoir/moralité différents chez les Esprits (comme chez les hommes).                              | Assurance excessive, systèmes, mélange vrai/faux, dogmatisme.  | Esprits "demi-savants", orgueilleux, systématiques.                      | Méthode : examen, comparaison, cohérence morale, prudence, ne jamais poser l'infailibilité.                             |
| <b>Abus dans l'exercice</b>              | Pratique hors but moral : désordre, domination, profit, obsession du phénomène.                              | Séances à toute heure, recherche d'effets, autoritarisme, monétisation, dépendance des participants.       | Absence de cadre, ego, intérêt, méconnaissance de la finalité.           | Cadre clair, finalité morale, désintéressement, discipline, responsabilité des dirigeants de séance.                    |
| <b>Grille "sécurité" (rappel)</b>        | La protection principale = moralité + méthode + désintéressement.  | Paix/charité vs agitation/orgueil/dépendance.  | Curiosité, prestige, précipitation, isolement.                           |   |

### Séance théorique n°10 - Tableau de synthèse : risques de la médiumnité et mesures de discernement

# Appel à Soutien : Aidez l'Institut Spirituel de Lens et de Calonne-Ricouart à Grandir

*Chères amies, chers amis, Chers frères et sœurs de cœur et d'esprit,*

*L'Institut Général des Forces Psychosiques (IGFP) poursuit une mission simple et essentielle : **aider, apaiser, éclairer.***

*Chaque semaine, nous accueillons des personnes en souffrance morale, émotionnelle ou spirituelle ; des personnes isolées, en quête de sens, découragées, parfois brisées. Et nous leur offrons – **gratuitement, fraternellement, humblement** – des soins psychosiques, une écoute profonde, un soutien moral, des espaces de parole, ainsi que des moments de fraternité qui redonnent de la force à la vie.*

*Aujourd'hui, plus que jamais, nous avons besoin de vous.*

## **Pourquoi votre soutien est essentiel**

Votre aide permettra de :

- **Aménager une salle de soins et d'harmonisation**, calme, accueillante, sécurisée ;
- **Créer une grande salle de réunions et de conférences**, pour accueillir davantage de personnes et transmettre l'enseignement spirite éclairé ;
- **Développer un pôle d'aide aux plus démunis** : Aides d'urgence, Repas pour les personnes à la rue, Soutien aux familles isolées ;
- **Financer la publication des livres, journaux et supports pédagogiques** de l'Institut;
- **Soutenir les actions fraternelles**, ateliers créatifs, cafés spirituels, accompagnements individuels ;
- **Assurer les charges matérielles** de notre maison spirituelle, afin qu'elle reste ouverte à tous, sans condition et sans distinction.

**Chaque euro nous permet d'aider quelqu'un.**

**Chaque don est une lumière qui se dépose dans la vie d'un être en difficulté.**

# Appel à Soutien : Aidez l'Institut Spirituel de Lens et de Calonne-Ricouart à Grandir (suite)

*Par virement bancaire à l'ordre de l'Institut Spirituel Psychosique*

*Banque : CREDIT AGRICOLE*

*IBAN : FR 76 1670 6000 9405 3008 3500 074*

*BIC : AGRIFRPP867*

*Objet : Don pour les actions de l'institut*

*Par chèque à l'ordre de : Institut Spirituel Psychosique*

*Adresse d'envoi : 9 rue de l'église CALONNE-RICOUART*

**Merci,** Merci de tout cœur pour votre générosité. Merci de croire, avec nous, qu'il est encore possible d'allier **spiritualité, fraternité et service.**

Merci de permettre à l'institut de grandir pour mieux servir.

**Ensemble, faisons rayonner davantage de lumière dans la vie de ceux qui en ont besoin.**



## BULLETIN D'ABONNEMENT ANNUEL DU JOURNAL GRATUIT « VERS L'UNION »

*A envoyer à l'Institut Général des Forces Psychosiques, 45 rue Casimir Beugnet 62300 LENS*

Nom et Prénom : .....

Adresse : .....

Ville : ..... Pays : ..... Code Postal : .....

Téléphone ☎ : ..... Commentaire : .....

Don :    Ordinaire  20€    de Soutien  50€    d'Honneur  100€    Autre montant  ..... €

*Versement par chèque à l'ordre de l'Institut Général des Forces Psychosiques*

**Site internet de l'association : <https://www.spiritualiste.fr>**