



LEE LOZOWICK
ELOGE DE LA
FOLLE SAGESSE

Lee Lozowick

Éloge de la folle sagesse

Traduit de l'anglais (USA)
par Gilles Farcet

Titre original :
The Western Baul Tradition
© Lee Lozowick, 2002.

2003, Les Éditions du Relié,
84220 Gordes - France
pour la traduction française

ISBN : 2-914-916-14-0
ISSN : 1627-797x

Toute traduction ou toute reproduction par quelque
procédé que ce soit sont interdites pour tous pays.

Sommaire

<i>Introduction</i>	7
1. La tradition baul occidentale	10
L'origine de la tradition baul : une synthèse du bouddhisme et de l'hindouisme	10
Les quatre fondements	12
Le premier fondement : le gourou	12
Le deuxième fondement : kaya sadhana	12
Le troisième fondement : le yoga du souffle et de la sexualité	14
Le quatrième fondement : la musique, la danse et la mendicité	14
Les bauls, contestataires sociaux et religieux	16
La perspective baul	17
2. L'illusion et le mensonge	19
Les motivations illusoires pour s'engager sur la voie	21
Le mensonge	22
L'illusion ultime : celle de la séparation	23
Dissiper les voiles	24
3. La stratégie psychologique primale	27
Travailler avec la psychologie	30
Psychologie et spiritualité	31
Au-delà de la psychologie	33
4. La pratique et la purification	35
La purification de l'esprit et du corps	36
Les trois nourritures selon G. I. Gurdjieff	38
Conscience et sagesse	39
Se construire un fondement solide	40
Gérer sa vie	42
Les trois centres selon G. I. Gurdjieff	43
Accepter ce qui est	45
Ici et maintenant	47
Une implacable honnêteté	49
La ténacité de l'ego	51
Gurdjieff et la comtesse	52
L'investigation intérieure	52
La valeur de l'irritation dans la pratique spirituelle	53
La résistance à la pratique	54
La pratique est la seule solution	55

5. La voie de la sexualité et de la relation	57
La sexualité et la machine humaine	58
La relation nécessite un travail	59
La différence entre les hommes et les femmes	62
Est-il important que notre conjoint soit aussi sur la voie ?	62
Sexualité et humour	64
L'union sexuelle comme porte d'entrée du Divin	65
L'utilisation créative de l'énergie sexuelle	67
Ce qu'une femme porte en elle	68
L'adoration	70
6. Le maître	71
Le besoin du maître ou instructeur	72
Une idée impopulaire	74
Le maître en tant qu'être soumis à la volonté de Dieu	75
La transmission	76
Le maître connaît le destin du disciple	78
Le paradoxe du maître spirituel	79
La folle sagesse	80
Gurdjieff et la folle sagesse	81
7. La relation entre le maître et le disciple	83
Un seul maître	83
Devenir fiable pour recevoir ce que le gourou a à donner	85
Jouer le jeu selon les règles fixées par le maître	86
Saï Baba de Shirdi donne une leçon de fiabilité	86
L'obéissance	87
Yogi Ramsuratkumar : « L'obéissance, c'est maintenant »	89
Apprendre de ses erreurs	89
Rechercher l'attention du gourou et de Dieu	90
Confondre le maître avec son corps	93
La jalousie	94
La Ras Lila	95
La dévotion envers le gourou	97
8. Le bon gourou - Comment savoir que vous l'avez trouvé (e) ?	99
Les critères	100
<i>Examinez le « palmarès du maître »</i>	101
<i>Observez les élèves du maître</i>	101
<i>Le maître est-il au service de ses élèves ?</i>	101
<i>Le maître abuse-t-il de ses élèves ?</i>	101
Prenez votre temps	102
Attention au transfert	102
Comprenez qu'il existe plusieurs degrés d'éveil	102
Sachez que tous les maîtres n'ont pas le même rôle	103
Il n'y a pas de garanties	103
Le maître zen et celui qui aurait bien voulu l'être	104
9. Le cœur brisé	106
Le cœur brisé	107
On ne peut le faire à la place de l'autre	109
La soumission	110
Rien n'est entre nos mains	111
Rien n'arrive avant que le temps ne soit venu : l'histoire de Shiva et Parvati	112
Libération, responsabilité et humanité	112

10. Le prix à payer et la récompense	114
Le bénéfice : vénérer la vie telle qu'elle est	116
La dualité illuminée	116
La vie spirituelle est ordinaire	117
Jusqu'à quel point le voulez-vous ?	119

Introduction

Dans la plupart des cas, si les gens s'intéressent aux livres de spiritualité et à la vie spirituelle en général, c'est que leur existence les laisse insatisfaits. Ils cherchent quelque chose de plus. Non que leur vie soit nécessairement atroce ; peut-être même est-elle magnifique. Mais ils cherchent au-delà. D'une manière ou d'une autre, un déclic s'est produit qui les a amenés à s'intéresser à l'« extra-ordinaire », qu'ils le nomment « vérité » ou « développement personnel ». En fait, chacun aspire intuitivement, en son for intérieur, à discerner le vrai du faux, sachant que le vrai est objectif, autrement dit vrai pour tout le monde. Pour aborder cette vérité et l'intégrer dans leur vie, les gens doivent, à un moment donné, se mettre en quête du chemin spirituel.

La majorité des instructeurs spirituels, des centres, des stages et des livres de cette catégorie ne proposent qu'une forme de consolation. Ils allèchent l'ego par la promesse d'une transformation ou d'un éveil, puis lui donnent un petit quelque chose pour le satisfaire. Ils font danser les gens, les amènent à un peu d'extase ou leur font un petit massage, tout cela afin qu'ils soient suffisamment excités pour avoir l'impression d'aller dans la bonne direction. Ces voies encouragent les gens à rechercher ce qu'ils veulent, à savoir le confort et le plaisir plutôt que le dur labeur. Les gens sont si paresseux, si peu résolus à payer le prix pour une vraie découverte, que la plupart des prétendus chemins spirituels se sont compromis. À force de chercher la réussite de surface au lieu de s'employer à réellement transmettre le Travail¹, ils ont capitulé face à l'ego ordinaire. Ils font la volonté de l'ego au lieu de demander à l'élève sur la voie de se conformer à l'exigence d'une tradition authentique.

Le résultat final d'un tel chemin, c'est que l'élève aboutit non pas à Dieu, non pas à la Réalité, à la Vérité ou à l'Éveil... mais à lui-même ; il ne change pas fondamentalement mais revêt sa névrose d'un nouveau costume. Sa psychologie n'a pas bougé, il est toujours aussi égocentrique ; la seule différence est une nouvelle illusion, celle qui lui fait croire avoir atteint un accomplissement profond et sacré. La plupart des gens se font de l'accomplissement spirituel une idée bien différente de ce qu'il est en réalité.

La vie spirituelle selon la tradition baul, qui fait l'objet du présent livre, ne propose pas un message de consolation. La pratique baul occidentale n'a rien à voir avec les hautes sphères et les abstractions. Il ne s'agit pas d'égrener de sympathiques clichés et autres platitudes spirituelles. Non qu'il n'existe pas de réalités cosmiques méritant que l'on s'en émerveille, visions, extases, béatitudes... Tout cela existe, en abondance. Mais nous existons aussi au sein d'un écosystème mortel et délicat. C'est un fait, pas moins réel que le précédent.

D'ailleurs, il suffit de manger un peu de nourriture avariée pour réaliser à quel point l'écosystème est fragile... Un conseil : dans ce cas-là, restez à proximité des toilettes. Par conséquent, la voie du Baul occidental n'a rien à voir avec les massages, les cristaux et les arcs-en-ciel. Elle s'occupe de la *réalité*, de toute la réalité. Ce parti pris d'immédiateté gêne et dérange souvent ; ceux qu'il ne fait pas fuir entament une relation personnelle très profonde avec la voie des Bauls.

¹ « Le Travail » : terme emprunté à G. I. Gurdjieff, utilisé tout au long du présent livre pour désigner une méthode traditionnelle de transformation et de maturation de la personne.

Un chemin spirituel digne de ce nom fera le tri entre ceux qui ont une réelle demande et ceux pour qui la voie n'est qu'un passe-temps, ou encore ceux qui n'ont pas actuellement l'envergure pour s'y engager.

Le chemin, voyez-vous, nous donne un avant-goût de la réalité afin que nous puissions la comparer à nos existences vécues dans le sommeil. Au départ, il ne nous en donne qu'un petit avant-goût, un aperçu. Puis cela se referme. Si nous n'avons pas la moindre expérience de l'éveil, le sommeil nous suffit ; si nous n'avons jamais eu ne serait-ce qu'un avant-goût de la liberté, l'esclavage est supportable. Je ne vois aucun inconvénient à ce que la majorité demeure endormie et ignorante, car la voie baul en particulier, comme la vie spirituelle en général, implique une certaine souffrance en même temps qu'une certaine extase. Mais si nous demeurons sur la voie, le prochain aperçu sera plus substantiel. Il durera plus longtemps et sera plus déterminant. Finalement, nous goûterons la mangue entière, avec tout son jus, ses fibres et ses aspérités. La totale. Agonie et extase, en même temps.

Ce livre propose notamment de démanteler nos illusions, surtout nos illusions à propos du chemin spirituel. Ce démantèlement porte sur deux points :

1. Notre conception de la voie et de ce que nous en attendons.
2. Ce que nous sommes prêts à donner pour obtenir la récompense promise par la voie.

Ces deux points sont abordés en profondeur d'un bout à l'autre de ce livre.

Il n'y a qu'une seule Vérité et beaucoup d'interprétations possibles de cette unique Vérité : les chrétiens en ont une, les bouddhistes une autre, les hindous encore une autre... Mais la Vérité est une, et elle n'a rien à voir avec les arcs-en-ciel, les arbres verdoyants et les belles fleurs jaunes. En fait, elle est plus proche de la douleur et de la peine, mais nous y viendrons ultérieurement.

Les gens connaissent déjà la Vérité. La vie spirituelle ne consiste pas à leur enseigner quelque chose qu'ils ne sauraient déjà. Même nos mères savent la vérité. Si nous en venions à avoir une conversation suffisamment profonde avec elles, nous découvririons qu'à un moment de leurs vies elles ont eu une extraordinaire révélation du divin. Chacun ou presque a connu ce genre d'expériences, mais comme elles se situent tout à fait en dehors des repères de la conscience ordinaire, comme elles sont de l'ordre de l'étrange et de l'inconnu, nous avons tendance à les enfermer dans le placard, à tourner la clef puis à reprendre le cours de nos existences endormies.

De plus, il n'est pas si facile de tirer parti de la Vérité lorsqu'elle point en nous. Peut-être serons-nous capables de la supporter si, dans notre ignorance, nous n'en percevons qu'une fraction infime. Mais si, au lieu de cinq pour cent, nous commençons à en voir dix pour cent, quinze pour cent, trente pour cent... alors elle commence à nous poser un problème, parce qu'elle met en cause notre vision du monde dans ce qu'elle a de statique.

Bien que nous connaissions déjà la Vérité, certaines choses font barrage : nous pouvons connaître la Vérité, le savoir et cependant ne pas être apte à la vivre dans nos existences quotidiennes. Si nous n'accédons pas à la vérité, c'est essentiellement pour deux raisons :

1. à cause de notre psychologie primale – l'identification qui se met en place chez le petit enfant à partir de ses projections et de ses attentes vis-à-vis du monde ;
2. du fait de nos illusions à propos de la vie spirituelle – toutes nos fausses croyances au sujet de la méditation, de la pratique, des différents yogas, des lois fondamentales de l'identification, de la nature du réel et de l'irréel, etc.

On trouve dans bien des traditions cette vieille histoire selon laquelle Dieu n'arrêtait pas de proposer la vérité mais que personne n'en voulait. Finalement, frustré, il se dit : « D'accord, puisque c'est comme ça, je vais la dissimuler. » Il se demandait où la cacher, aussi demanda-t-il leur avis à tous les dieux. L'un dit : « Cachez-la ici », l'autre : « Cachez-la là-bas. » Plus perplexe que jamais après avoir entendu leurs réponses, Dieu posa la question à son Fou qui lui fit cette suggestion : « Cachez-la au-dedans des êtres humains. Ils ne l'y trouveront jamais. »

Dans nos existences ordinaires, nous sommes coupés de la Vérité. Tant que nous nous satisfaisons du *statu quo*, nous ne pourrons en aucune circonstance réaliser la Vérité. Si nous nous sentons en sécurité, plein de certitudes, jamais nous ne chercherons ou ne réaliserons la Vérité. Si nous dansons les yeux dans les yeux de nos compagnons sur la voie, nous ne trouverons jamais la vérité mais la confondrons avec la sensiblerie et le romantisme. Nous ne chercherons la Vérité que si nous sommes dérangés.

Par conséquent, la raison d'être du chemin spirituel et la fonction d'un maître spirituel digne de ce nom consiste à nous rendre métaphoriquement malades, à provoquer en nous une crise que seule la Vérité pourra guérir. L'une des manières d'y parvenir sera de travailler avec l'irritation, le conflit et la confusion, ainsi que nous le verrons au chapitre 4. En tant que chercheurs spirituels sincères, nous devons passer par une forme de crise et de perturbation qu'aucun remède n'apaisera. Si, alors, nous aspirons réellement à émerger de cette confusion, nous découvrirons la Vérité en nous-mêmes ; pour cela, cependant, il nous faudra être profondément inspirés et prêts à ne reculer devant rien pour atteindre l'objet de notre quête.

La vie spirituelle n'est pas à la portée de tous ; elle est à la portée des rares personnes qui ont la force, la lucidité et la détermination nécessaires pour s'immerger dans le courant de l'enseignement et le remonter jusqu'à l'océan.

1

La tradition baul occidentale

Durant les deux dernières décennies, la tradition baul orientale a été transplantée sur la terre occidentale. Alors qu'elle devient de plus en plus rare en Orient sous sa forme originale, l'essence de cette voie peu commune émerge en Occident sous une forme adaptée aux besoins et capacités de ses adeptes occidentaux. Afin de comprendre la tradition baul occidentale, il est au préalable utile d'en examiner les origines orientales.

L'origine de la tradition baul : une synthèse du bouddhisme et de l'hindouisme

La tradition Baul orientale est vieille de cinq cent ans et a vu le jour en Inde, dans le nord du Bengale. Elle consiste en une synthèse originale de deux des plus grandes traditions spirituelles de l'Inde : l'hindouisme Vaishnava Bhakti et le bouddhisme tantrique Sahajiya.

La tradition de la Bhakti Vaishnava² est l'un des principaux courants religieux qui aient joué un rôle dans le nord de l'Inde au moment où la tradition baul voyait le jour. Il s'agit d'une forme de yoga extrêmement pieuse qui repose sur la pratique de la soumission à un Dieu personnel. En général, ce yoga suppose un régime végétarien strict, un culte important, des chants, des prières et un style de vie aussi simple que pur. Il implique souvent le célibat permettant de se réserver pour le « Bien-Aimé », objet d'adoration déifié avec lequel on tend à avoir une relation caractérisée par l'extase, l'intensité et même une certaine folie.

L'autre tradition importante qui battait son plein en Inde du nord au moment où naquit la voie baul se nomme Sahajiya. Il s'agit d'une forme tout à fait radicale du tantrisme dit de la main gauche. Il existe deux traditions tantriques, le tantrisme de la main droite et celui de la main gauche. Pour l'expliquer de manière vraiment simpliste et quelque peu irrévérencieuse, disons que dans le tantrisme de la main gauche on passe à l'acte, tandis que dans le tantrisme de la main droite on imagine qu'on passe à l'acte – quel que puisse être cet « acte ».

Dans la société occidentale, le tantra fait l'objet de malentendus. On en est venu à l'associer presque exclusivement au sexe. Les gens ont une telle obsession névrotique du sexe que lorsqu'ils découvrent la tradition tantrique ils en transposent l'intégralité dans le domaine de la sexualité et, du même coup, passent complètement à côté de l'essentiel. Ils participent à

² Qui se réfère au dieu hindou Vishnu.

quelque « stage tantrique », apprennent à faire l'amour nuit et jour sans éjaculer, puis rentrent en courant chez eux pour dire à leur compagne : « Chérie ! Attends un peu, tu vas voir ce que j'ai appris aujourd'hui dans ce stage ! »

Elle répond : « Tu ne mets pas de capote ? »

« Je n'en ai plus besoin, chérie ! Regarde bien ! », dit-il en lui sautant dessus.

« Oups ! » Et neuf mois plus tard... « Ouin, Ouin ».

Le tantra, ce n'est pas ça.

À l'opposé de cette vision, dans la tradition du Sahajiya (mot qui signifie « l'état naturel »), les choses sont comme elles sont, voilà tout. Rien de spécial. La pratique tantrique telle que la voient les bauls suppose le non-rejet de tout ce qui existe ; il s'agit par conséquent d'embrasser tous les aspects de l'existence, y compris, notamment, la sexualité, l'argent, les relations, toutes les formes de nourriture, viandes et substances euphorisantes.

Tout au long de l'histoire, les traditions bhakti et tantrique ont été opposées l'une à l'autre. On pourrait dire que la tradition bhakti se situe dans une tour d'ivoire, complètement détachée du monde ordinaire et grossier ; ses adeptes sont invités à se consacrer aux formes de prière et de vénération les plus raffinées ; la tradition tantrique, au contraire, se situe dans la rue, voire même dans le caniveau. Elle accepte tout et tous. Aux yeux des adeptes tantriques, il n'y a pas de différence entre le saint et le clochard.

Voici un exemple concret de la différence entre les deux traditions : dans la bhakti, on considèrerait que parvenu à une certaine phase de l'existence, après avoir grandi, s'être marié, avoir eu des enfants, etc., l'homme devait tout abandonner, adopter le célibat total, un régime végétarien très pur et partir sur les routes en quête de Dieu. Les femmes n'étaient pas censées pratiquer ainsi, à moins qu'elles ne suivent leur mari. Au contraire, les adeptes avancés du tantrisme s'adonnaient à des rituels bien précis incorporant la sexualité, le vin ou le haschich et la viande, des pratiques pécheresses aux yeux de leurs contemporains hindous. Aussi la synthèse de ces deux traditions constitue-t-elle une combinaison particulièrement intéressante, alors même qu'en général on les oppose l'une à l'autre.

L'un des premiers chantres de la tradition baul – lui-même ne se considèrerait pas comme tel, mais les bauls l'ont reconnu comme l'un de leurs fondateurs – fut un saint indien du xv^e siècle nommé Chaitanya. Bien que certains de ses enseignements puissent être interprétés comme tantriques, il passe en Inde pour un artisan du renouveau de la bhakti. Il apparut à une époque où les traditions populaires étaient mal en point et où le Divin semblait avoir déserté le culte. Il revitalisa complètement la tradition consistant à adorer Dieu de tout son cœur sous une forme personnelle.

Les admirateurs de Chaitanya considèrent qu'il incarna la plus haute possibilité de l'homme, le Divin lui-même sous une forme humaine. Bien sûr, nous sommes tous des incarnations du Divin, mais il est des êtres, tels Jésus Christ, Mahomet ou Krishna, qui se distinguent par leur exceptionnelle aptitude à en témoigner. Dans la tradition bhakti, l'un des exemples mystiques du masculin est le dieu Krishna et l'un des exemples du féminin en tant qu'amante et adoratrice ultime est la gopi Radha, compagne de Krishna. Le but de l'union mystique est d'incarner en soi le Bien-Aimé, d'unir son âme à la sienne.

Les adeptes de Chaitanya voyaient en lui l'union mystique intemporelle de Radha et de Krishna réalisée en un seul corps.

Les quatre fondements

La tradition baul repose sur quatre fondements philosophiques :

1. La dévotion totale envers « l'homme du cœur » – *maner manush* en bengali –, laquelle est abordée en s'appuyant sur le maître spirituel ou gourou à qui l'on voue obéissance³ ;
2. *kaya sadhana*, la pratique de la réalisation ultime dans le corps ici et maintenant ;
3. le recours au souffle et à l'énergie sexuelle dans un but de transformation ;
4. la transmission de l'enseignement à travers la poésie mystique, la musique et la danse. Chacun de ces fondements va faire ici l'objet d'une description. Nous nous y référons ensuite tout au long du livre.

Le premier fondement : le gourou

La question de la nécessité d'un gourou est abordée en profondeur au chapitre six. Nous ne ferons donc pour l'instant que l'évoquer. Pour que le disciple puisse aller au-delà de l'ego, il est nécessaire qu'il ait un gourou ou instructeur qui ait lui-même dépassé l'ego et déjoué ses manigances. Le travail du gourou ou du guide consiste toujours à amener ses disciples vers l'amour et la dévotion véritables, jusqu'au sacrifice objectif. Au départ, il aide le disciple à voir Dieu, puis à vivre une vie de dévotion pure fondée sur cette vision. Dans la tradition baul, le gourou est considéré comme un instrument incontournable sur le chemin, dont la parole est absolue.

Le deuxième fondement : kaya sadhana

Le deuxième fondement de la tradition baul est un ensemble de pratiques connues sous le nom de *kaya sadhana*. *Kaya* est le mot sanskrit désignant le corps et *sadhana* signifie la pratique. La *sadhana* baul est donc « la pratique du corps ». Elle repose essentiellement sur la conviction que Dieu – ou, pourrait-on dire, le Divin, l'Illumination, la Réalisation, la Vérité, la Réalité – se réalise dans le corps et par le corps. Ce n'est pas au Ciel que l'on trouve Dieu, ni dans un autre niveau de réalité, dans quelque champ d'énergie subtile ou moyennant certaines conditions particulières. On le trouve ici et maintenant, dans le corps et par le corps. On le trouve en mangeant, en ayant des rapports sexuels, au travers de la vie relationnelle, des situations familiales, en élevant des enfants et en travaillant. On trouve Dieu en acceptant ces choses telles qu'elles sont essentiellement, en intégrant toutes les dimensions.

La pratique baul se situe dans l'immédiat. Elle tient compte de la psychose, de la névrose et de tout ce qui fait l'existence ordinaire. Elle ne s'occupe pas du paradis, de l'enfer, de ce qui pourrait être dans le futur. Elle ne s'intéresse pas à la quête d'un Dieu défini par nos projections, nos fantasmes et nos attentes. Il ne s'agit pas d'une voie élitiste supposant que l'on vive dans une grotte. Elle s'occupe de ce qui est ici et maintenant sous nos yeux. Elle consiste à vraiment vivre la vie telle qu'elle est.

Selon la philosophie baul, il n'est rien qui ne soit divin. Toutes les choses créées sont divines ; rejeter un aspect de la vie sous prétexte qu'il relève du péché équivaut à rejeter une facette de Dieu. Pour les bauls, la pratique ici et maintenant, dans ce corps, dans cette existence est la porte qui ouvre sur la réalisation du Divin. La relation humaine est un microcosme de la relation cosmique. Lorsque l'on offre de la nourriture à un baul, il la reçoit

³ Les termes gourou et instructeur sont employés indistinctement tout au long du présent livre. Néanmoins, la distinction à établir entre ces deux termes est abordée au chapitre 6.

comme une nourriture divine offerte par Dieu lui-même. Les bauls considèrent en outre que Dieu étant l'intelligence ultime, il pourra s'exprimer de manière optimale à travers chaque élément de la création, à condition, bien sûr, que l'on ne fasse pas obstruction à son œuvre. Aussi les bauls n'ont-ils qu'une seule préoccupation : comment l'être humain peut-il accéder dans cette vie à la divinité telle qu'ils se la représentent et comment peut-il apprendre à fonctionner en accord avec la volonté de Dieu ?

Pour les bauls, le véritable enseignement ne porte pas sur l'esprit mais sur le corps, bien que l'esprit soit utilisé en tant qu'outil efficace. Tout ce qui est connu l'est à travers l'esprit, intellectuellement et rationnellement, mais l'esprit n'est jamais qu'un aspect de l'être humain ; un aspect qui, dans son arrogance et sa prétention à l'autonomie, se prend pour la totalité. L'esprit est capable de brillamment parler après coup d'une expérience – de fait, les mystiques, les saints, comme d'ailleurs n'importe qui, peuvent écrire de très belles choses à propos de ce qu'ils ont vécu – mais ce n'est jamais que l'esprit. L'esprit est aussi très jaloux des autres aspects de l'être humain et tend à monopoliser l'information à son profit. Il ne veut pas transmettre l'information au corps. Mais si le corps n'obtient pas l'information détenue par l'esprit, jamais la vie humaine n'atteindra sa complétude.

Quand le corps reçoit l'information, il n'y a pas de connaissance intellectuelle, seulement une action juste. La personne ne sait pas de manière réfléchie ou analytique, elle agit, c'est tout. L'action jaillie de la connaissance du corps est toujours l'action parfaitement appropriée à la circonstance présente. Comme il faut une fraction de seconde pour qu'une donnée soit appréhendée par l'esprit et que ce dernier y réponde, l'esprit ne peut en aucun cas être simplement dans l'instant. Seul le corps peut être dans l'instant.

On pourrait aussi parler de la relation entre le corps et l'esprit en disant que la voie baul est expérimentale plutôt que théorique. L'information acquise au travers de l'intellect est en fait secondaire. Elle ne procède pas de la perception directe. En effet, il nous faut traiter l'information intellectuelle et y répondre d'une manière qui soit reconnaissable. Mettons que nous devions étudier en classe la *Piéta* de Michel Ange avec un quelconque professeur nous en expliquant le sens ésotérique et tout ce qui s'ensuit, nous n'aurions finalement qu'un surcroît d'informations concernant cette œuvre. En revanche, si nous la regardions de manière, disons, contemplative, nous en retirerions une impression tout à fait différente.

La tradition baul est très pragmatique et immédiate. Elle ne traite pas de quelque destinée imaginaire, pas plus que de prétendues vies antérieures. Elle ne parle pas de royaumes subtils ou d'êtres de lumière. Elle traite des préoccupations immédiates qui sont celles de tous les êtres humains dans leur existence – la vie, la mort, les sentiments, les émotions, la sexualité, la nourriture, le fait de gagner sa vie, tous les efforts et toutes les difficultés par lesquelles passera quiconque tente de connaître et comprendre Dieu. La voie baul n'est ni égocentrique ni exclusive. C'est une voie qui embrasse toute la vie... Et, malheureusement pour l'ego, toute la vie signifie nous tous, l'humanité entière. Si simple que puisse paraître cette voie, elle ne l'est pas tant que cela, en fait.

Cette voie apparemment « simple » devient un peu perturbante quand nous avons un bel appartement, arrangé exactement à notre goût et que quelqu'un se pointe, déplace un cendrier ou s'empare de l'un de ces petits objets auxquels nous tenons tant... Il y a bien des années, j'avais une petite amie qui refusait de me laisser toucher quoi que ce soit dans son appartement. Elle aimait que les draps soient exempts du moindre pli. Quand elle se levait, elle pouvait tenir dix minutes, après quoi il lui fallait refaire le lit. À cette époque, j'étais très

provocateur. Je faisais donc exprès de froisser les draps ou de déplacer le cendrier. Évidemment, elle le remettait à sa place. Sur quoi je le déplaçais à nouveau. Ce fut ma formation au métier de maître spirituel, la différence étant que maintenant je fais cela avec l'ego. Je déplace un peu l'ego, la personne essaie de le remettre bien en place. La victoire est à celui de nous deux qui persistera le plus longtemps !

Dans *kaya sadhana*, l'important est ce qui se produit ici et maintenant. Il s'agit de laisser le passé là où il est, y compris notre passé personnel, notre enfance, nos parents, notre oncle qui était comme ci et notre grand-père qui était comme ça. Nous pouvons reconnaître tout cela, accepter ce passé tel qu'il fut, puis renoncer à nous en préoccuper. Ce qui nous intéresse, c'est ici et maintenant, dans cette existence, dans ce corps, et non ce qui fut autrefois dans le corps et l'esprit de l'enfant.

Le troisième fondement : le yoga du souffle et de la sexualité

Le troisième aspect de la tradition baul implique la transmutation de l'énergie. Le but premier de cette tradition est de réaliser Dieu pour ensuite le servir dans la vie active. Les bauls sont en quelque sorte des alchimistes : ils travaillent avec le souffle, l'énergie sexuelle et toutes les énergies de la vie pour les transformer et les mettre au service du divin. Ces énergies puissantes sont utilisées comme la porte d'entrée d'un yoga intérieur qui comprend l'usage de techniques extrêmement précises. Si l'adepte a un compagnon ou une compagne, il ou elle peut utiliser la sexualité physique pour cultiver et canaliser ces énergies ; pour les célibataires, il existe également une utilisation yogique de l'énergie sexuelle. Les bauls considèrent le corps comme l'accès à Dieu – ainsi que l'affirme la phrase : Ce qui est en bas est comme ce qui est en haut. « Pour eux, par conséquent, il est possible d'apprendre tout ce que l'on doit connaître du divin en explorant notre être. Ainsi que nous le verrons au chapitre cinq, les bauls abordent la relation comme un moyen d'entrer dans le mouvement de l'union, jusqu'à l'union à Dieu. Si l'on pratique de manière juste selon les préceptes de la philosophie baul, l'union entre l'homme et la femme ouvre une blessure dont la profondeur nous amène à l'union à Dieu.

Le fait que les bauls soient des adeptes du tantra ne signifie pas qu'ils fassent l'amour toute la journée, mais plutôt qu'ils utilisent les énergies physiques de manière transformante. Prenons l'exemple de la transmutation de la colère : la colère peut agir au détriment de la relation, de notre santé, de notre lucidité et de notre équilibre. Elle peut aussi être une immense source d'énergie. Il y a beaucoup de force dans la colère, et si nous pouvons dompter non pas la colère elle-même ou sa manifestation, mais son *énergie* pour l'utiliser à notre avantage plutôt qu'à notre détriment, le gain en sera très précieux. La pratique tantrique consiste essentiellement à utiliser tout ce qui se présente dans la vie dans une optique de transmutation. C'est dans cette optique que s'inscrit le yoga du souffle et de la sexualité.

Le quatrième fondement : la musique, la danse et la mendicité

Le quatrième aspect de la tradition baul est la transmission de l'enseignement à travers la musique, la poésie mystique et la danse. Les bauls sont renommés en tant que poètes mystiques, musiciens exceptionnels et chorégraphes. S'ils s'adonnent à de nombreuses pratiques intérieures, ils communiquent extérieurement l'enseignement, ou *dharma*, par la musique, la poésie et la danse. Pour les bauls, les écritures donnent trop facilement lieu à des interprétations erronées ou rigides. L'enseignement demeure vivant s'il est codifié sous forme de musique, de danse et de poésie. Ils considèrent également que si l'enseignement n'est reçu que

par l'esprit, ce dernier empêchera du même coup sa totale intégration, alors que la musique et la danse feront passer l'enseignement par le corps. C'est pourquoi les bauls parcourent le Bengale et le Bihar, chantant des chants de supplique à Dieu qui contiennent de manière codée la dimension ésotérique de l'enseignement.

La musique des bauls est une musique sacrée. La sainteté de cette musique vient pour une part de sa composition, mais surtout du fait que pour les bauls musique, poésie et chorégraphie tiennent lieu d'écritures saintes visant à transmettre leurs enseignements en matière de religion et de yoga, à favoriser la transmission de l'influence divine en produisant chez le spectateur un climat particulier appelé *bhava*.

Dans la musique baul, le maître ou gourou est la source du yoga et de l'énergie de transformation. Il travaille donc aux côtés de ses élèves musiciens lors des représentations. Les paroles elles-mêmes ne paraîtront guère différer de poèmes d'amour ordinaires, si bien qu'un auditeur non formé ne décèlera jamais un message spirituel ou métaphysique dans les textes des chansons. Néanmoins, une personne au fait de la tradition spirituelle comprendra, si elle écoute les paroles, qu'elles communiquent des informations importantes du point de vue de la voie ; elle commencera à entendre le message codé présent dans les textes comme, jusqu'à un certain point, dans la musique elle-même.

En Orient, les concerts bauls sont très appréciés des gens simples, travailleurs, fermiers, personnes proches de la terre, de la souffrance, de la nature. Alors que les bauls sont appréciés des chercheurs et musicologues pour leur philosophie, la plupart des gens appartenant aux couches supérieures de la société non seulement ne saisissent pas ce que transmet la musique mais ne s'y intéressent pas du tout.

Il semble que le degré de confort dont jouissent les classes moyennes et supérieures les porte à croire qu'ils n'ont pas besoin de la vie spirituelle, de la voie, du yoga, si bien que cette musique ne les attire pas, sinon en tant que distraction. La musique baul parle au corps, au cœur et à l'expérience de ceux qui doivent travailler dur, qui savent ce que la lutte pour la vie signifie.

Une autre caractéristique des bauls du Bengale est qu'ils reconnaissent l'égalité entre hommes et femmes. C'est particulièrement remarquable en Inde, pays assez patriarcal et rude pour les femmes. Les bauls reconnaissent l'intégrité, le rayonnement et la beauté spirituelle des femmes ; ils les honorent en conséquence. De même, ils refusent de vivre selon le système des castes et traitent chacun en égal, sans se préoccuper de la position sociale, de la profession, de la situation financière ou de l'apparence physique. Ils sont connus pour leur éclectisme, mais aussi leur côté iconoclaste. Ils se consacrent à la vénération de Dieu ou du divin en tout et en tous à chaque instant. Ainsi, la tradition baul occidentale n'est pas réservée aux juifs, aux hindous, aux chrétiens, à une foi, un sexe, une classe, une race ou une idéologie en particulier. Elle est ouverte à quiconque s'intéresse à sa relation essentielle au divin.

Outre le fait qu'elle transmet le yoga et ses techniques, la musique baul a ceci d'important qu'elle véhicule un message d'égalité et d'espérance, la conviction qu'il est possible à tout être humain, homme ou femme, de réaliser Dieu dans cette existence. De le réaliser, qui plus est, au cœur d'une existence de travail ordinaire et non dans quelque environnement tout à fait particulier. Bien que les paroles ne disent pas cela directement, ce climat précis, cette possibilité exacte, cette reconnaissance spécifique n'en sont pas moins communiqués à travers la musique.

Un autre aspect de la musique baul, orientale comme occidentale, est qu'elle implique l'être humain tout entier ; elle est très captivante, extrêmement attirante. Tandis que l'esprit s'absorbe dans l'appréciation des paroles, le corps est également sollicité à l'écoute de cette musique qui invite à bouger, à danser, à entrer en contact avec le ressenti, les émotions, les sentiments. Le sentiment généré par la musique amène les gens à communier en une sensibilité partagée par tout être humain.

Il est bien sûr complexe de transplanter la musique baul d'Orient en Occident. Les bauls ont une grande exigence quant au maintien de leur tradition, tout en étant très pragmatiques : si quelque chose fonctionne, il faut s'en servir. Se croyant très indépendants, les Occidentaux ne veulent surtout pas être mis dans une case et répugnent à tout ce qui paraît un tant soit peu formel. Aussi aiment-ils prendre un peu dans une tradition et un peu dans une autre pour, s'imaginent-ils, créer quelque chose de précieux. Ce peut être une grave erreur. D'un autre côté, la transplantation en Occident de la tradition baul et de sa musique, issues de l'Inde et du Bengale, ne se fera pas sans certaines mutations formelles. Pour être plus accessible aux Occidentaux, cette tradition devra quelque peu s'adapter. Il importe que cette adaptation se fasse avec le plus grand soin et un profond respect ; en effet, l'énergie ne demeure que si le fondement essentiel de la tradition est maintenu dans une chaîne ininterrompue.

Les bauls sont aussi des mendiants qui vont de porte à porte mendier de la nourriture en dansant. Pour nous, la mendicité signifie en général que l'on demande quelque chose alors que, selon la tradition baul, la mendicité réelle consiste à s'en remettre totalement à la merci du Divin en étant reconnaissant de ce que l'on reçoit. S'en remettre totalement à la bénédiction divine est tout autre chose que d'exiger une part du gâteau. User d'une stratégie pour obtenir quelque chose de Dieu nous ferme la porte de la Grâce. La pratique de la mendicité baul ne consiste pas à essayer de comprendre comment obtenir une quelconque faveur. Si, pour les bauls, tout est la Grâce de Dieu, croire que nous méritons ce qui nous est donné, pour quelque raison que ce soit, n'invoque pas cette Grâce. Être un mendiant selon la tradition baul, c'est vivre dans la conscience que nous ne contrôlons pas notre existence : elle est entre les mains de Dieu.

Les bauls, contestataires sociaux et religieux

Outre la pratique des quatre fondements de leur voie, les bauls ont historiquement contesté haut et fort les conventions sociales et religieuses. Si un gouvernement n'est pas juste, ils le critiquent. Si la société fait preuve d'hypocrisie dans tel ou tel domaine, ils la dénoncent. Ils rejettent les conventions mécaniques et vides de sens. Ils ont aussi fortement critiqué l'orthodoxie religieuse. En effet, tout comme l'orthodoxie chrétienne⁴, l'orthodoxie orientale est devenue un pâle reflet de l'authentique sacerdoce qui existait à la naissance de la religion. Par exemple, pour un membre de la caste des brahmanes, le fait de devenir prêtre, de célébrer chants et rituels n'est plus qu'un boulot comme un autre. Ils reçoivent une formation, puis sont engagés par un temple quelconque ; un parcours qui, à quelques exceptions près, n'est guère différent de celui qui conduit à devenir cadre d'entreprise, médecin ou juriste. Selon les bauls, la religion organisée est envahie par la bureaucratie et l'hypocrisie, au dé-

⁴ Le mot orthodoxie doit bien sûr être ici entendu au sens de conforme à une ligne fixée par l'institution et non comme désignant la branche orthodoxe du christianisme. (N.d.T)

triment d'une relation avec le peuple et son besoin d'expérimenter la vérité dans l'action et au travers de situations concrètes.

Les bauls critiquent avec ardeur tout ce qui est devenu faux du fait de leur désir de voir le corps et l'esprit se muer ensemble en un canal transparent de la conscience. Pour eux, tout mouvement culturel qui tend à détourner les gens de cette voie constitue un obstacle. En général, les bauls sont plutôt apolitiques ou neutres, toutes les politiques revenant finalement au même quel que soit le parti dont on se réclame. Bien qu'ils disposent eux-mêmes d'un vaste ensemble de pratiques incluant diverses formes de yoga et beaucoup de rites, ils démantèlent en même temps toute religiosité et tout attachement vide aux rituels. De ce fait, on voit souvent en eux une secte hérétique.

La perspective baul

Quelle est la différence entre la tradition baul et toute autre voie psychologique ou spirituelle susceptible d'utiliser le souffle, la sexualité, le chant et la danse ? La différence réside dans la perspective ; c'est elle qui détermine tout. La perspective de la pratique baul est de découvrir le réel puis de l'incarner dans l'existence et de démembrer l'irréel. La voie baul pose la question : qu'y a-t-il de réel, d'authentique, dans la sexualité ? Qu'y a-t-il de réel dans notre relation à la nourriture, à l'énergie, à la nature, à l'argent ? Par exemple, nous sortons du lit le matin, le soleil est en train de se lever et nous nous exclamons : « Ah, la nature... », en proie à une poussée de sensiblerie romantique. Mais si nous vivons dans une région où l'hiver est rude, qu'il y a eu une grosse tempête de grêle durant la nuit et que nous retrouvons notre BMW pleine de crevasses et la peinture saccagée, nous nous exclamons : « Saloperie de nature ! » Ni l'une ni l'autre de ces réactions ne sont réelles. Lorsque nous acquérons une certaine subtilité dans notre vision des mécanismes humains, nous découvrons que la plupart de nos réactions, agréables ou désagréables, ne sont que de la comédie. Elles n'ont rien de réel.

Beaucoup disent que chacun a sa propre réalité. C'est vrai d'un point de vue relatif : chacun a son travail, sa famille, son contexte particulier ; mais ce qui est objectivement réel l'est pour tous les êtres humains. L'amour objectif est l'amour objectif et s'applique à toute personne vivant sur cette terre. On pourrait en dire autant de la bonté objective, de la charité objective et du service objectif.

La découverte du réel n'a rien à voir avec notre psychologie, nos émotions, ce que nous éprouvons... Dieu merci ! Imaginez comme la vie serait belle si nous n'avions jamais, dans nos relations, à tenir compte de ce que nous éprouvons ou de ce que l'autre éprouve. Imaginez que nous puissions simplement nous asseoir face à une personne aimée, la regarder dans les yeux, dans l'évidence de l'amour. Il nous suffirait de reconnaître à quel point nous aimons l'autre puis de boire notre bière et de manger notre hot dog au lieu de lui demander : « Alors, qu'est-ce que ça te fait de si mal cuisiner ? »

Les bauls s'intéressent à ce qu'il y a de réel et d'essentiel dans nos existences ordinaires : l'amour, la peur, l'avidité, la bigoterie, la rage, la joie, etc. La vie ordinaire est le laboratoire dans lequel nous pouvons découvrir ce qui est réel et ce qui ne l'est pas. Pour la plupart des êtres, l'ignorance est bienheureuse. En termes psychologiques, cela s'énonce ainsi : « Je sais bien que je suis dans le déni, mais je suis heureux. Pourquoi commencer à creuser pour chercher des problèmes ? » Ou : « Oui, c'est vrai, je suis un sadique et voue aux femmes une

haine toute patriarcale, mais je m'y retrouve bien là dedans. » Pour les bauls, cela ne suffit pas. Lorsqu'un pratiquant de la voie baul éprouve quoi que ce soit, au lieu de partir du principe que ce qu'il éprouve mérite son attention, il se demande avant tout : « Est-ce réel ? Ou s'agit-il d'une forme ou une autre de comédie ? Qu'est-ce qui dans ce que je ressens procède de mes illusions ? »

La philosophie baul est simple, exempte de complications. Malheureusement, elle n'est pas si simple à pratiquer. Le chapitre suivant révèle les mensonges et les illusions dont notre existence est tissée, et montre à quel point connaître le réel constitue un défi.

2

L'illusion et le mensonge

La tradition baul occidentale cherche à saper tous les mensonges, toutes les illusions que nous avons sur nous-mêmes et sur la vie spirituelle en général. Nombreux sont ceux qui rêvent d'un Nouvel Âge où le *kaliyuga* – l'actuel âge sombre – se terminera pour être remplacé par une ère de lumière et de vérité durant laquelle tous seront éveillés et où une conscience éclairée régira les rapports humains. À en croire la tradition baul, il s'agit là d'un vœu pieux. S'il y a aujourd'hui bien plus de personnes conscientes, c'est parce que les êtres humains sont beaucoup plus nombreux. En termes de pourcentage, la proportion de personnes conscientes est probablement identique à ce qu'elle a toujours été.

La réalité – en tant qu'opposé de l'illusion –, c'est qu'il n'est rien qui ne soit Dieu. Chacun, tout et toute chose est Dieu. Il n'est pas jusqu'à l'athée le plus endurci qui ne soit Dieu. Même ceux qui maudissent Dieu ne sont pas autres que lui. Tout étant Dieu, nous ne pouvons être séparés de lui. Voudrions-nous être séparés, cela serait encore impossible. Telle est la vérité, mais c'est la vérité cosmique. Si nous sommes capables de considérer nos existences – par « nos existences », il faut entendre aussi les conditions sociales et politiques du monde dans lequel nous vivons – et de dire honnêtement que nous sommes satisfaits, absolument, totalement satisfaits des choses telles qu'elles sont... si nous sommes satisfaits, merveilleux. Si nous ne le sommes pas, il y a du boulot.

Les vérités cosmiques peuvent nourrir notre illusion, comme l'illustre cette histoire racontée par un roshi zen contemporain en Amérique. Il y a bien des années, alors qu'il débutait sur la voie du zen, il participait à une retraite intensive, une *sesshin*, sous la direction de son premier maître. À l'époque, il pratiquait sur le kôan *mu*, et vers le milieu de la *sesshin* il tomba en extase. Tout était parfait. Il avait réalisé que la forme est vacuité et se sentait totalement heureux. Durant la *sesshin*, il avait un entretien quotidien avec le roshi et ce jour-là ce dernier lui demanda :

« Comment ça va avec le kôan ? » L'élève lui répondit tout excité : « Je suis dans la béatitude ! J'ai le satori ! J'ai réalisé la Vérité ! Je suis parfaitement heureux, tout est parfait ! ».

Le roshi lui sourit gentiment et dit : « D'accord, retourne t'asseoir. »

Il retourna donc pratiquer. Le jour suivant, alors qu'il méditait, la pensée lui vint : « Je n'ai pas besoin de pratiquer. Je n'ai plus besoin de m'asseoir. J'ai réussi, c'est bon. » Il atten-

dit son entretien, puis se rendit en extase auprès du roshi qui lui demanda : « Comment ça va avec le kôan ? »

Il dit à son maître : « Je n'ai pas eu besoin de travailler sur le kôan. J'ai fini, c'est bon, je suis heureux, le monde est parfait, tout est Un. » Il continua dans la même veine, à quoi le roshi se contenta de sourire et de dire : « D'accord, retourne t'asseoir. »

Il retourna à sa pratique et, le lendemain, se dit à nouveau : « C'est ridicule. Comment se fait-il que le roshi ne reconnaisse pas mon *satori* ? C'est fini pour moi, je suis arrivé au but. Je n'ai plus besoin de méditer. »

Il retourna pour la troisième fois à son entretien et le roshi lui demanda comment cela se passait pour lui. Il répondit de la même manière que les jours précédents, mais cette fois le roshi se mit à hurler après lui avec fureur : « Ce coussin sur lequel tu es assis... oui, le coussin dans la salle de méditation... ce coussin est précieux. Il y a des gens qui veulent ce coussin ! Il y a des gens qui ont besoin de ce coussin ! Si tu dois t'arrêter à mi-chemin du sommet, fiche le camp d'ici, parce qu'il y a des gens qui, eux, veulent aller jusqu'en haut ! »

En état de choc, l'élève retourna pratiquer. Une fois assis, il comprit qu'il avait encore besoin d'apprendre.

Il est indiscutable que tout ce qui survient dans l'instant est Dieu, la manifestation du Divin en cet instant. Même si l'ego est aux commandes, c'est toujours Dieu qui se manifeste à ce moment-là sous la forme de l'ego. Là n'est pas la question. La question serait plutôt : comment réaliser cela sans devenir élitiste, encore plus séparé dans notre esprit qu'auparavant ? Comment réaliser cette vérité dans l'action ? Même s'il existe des univers par milliers et même si nous avons effectivement vécu des millions d'existences, ce n'en est pas moins sur ce monde-ci qu'il nous faut porter notre attention. C'est ici, dans cette existence qu'il nous faut faire des efforts. Et s'il est vrai que la réponse à toutes nos questions réside dans le fait de transcender toute question, nous pouvons facilement nous illusionner en nous faisant croire que nous sommes passés au-delà du questionnement.

Lorsque nous découvrons le chemin, nous prétendons vouloir connaître la réalité et nous réveiller du rêve. Mais comment allons-nous y parvenir concrètement ?

Ce n'est pas facile, car pour notre inconscient, le rêve est réalité. Or, l'inconscient est plus puissant que le conscient. Donc, l'esprit conscient dit vouloir s'éveiller, tandis que l'inconscient dit : « Pas du tout. Il n'est pas question de changer. »

L'inconscient est comme une forteresse ; on ne peut l'infiltrer, afin de pouvoir passer du rêve à la réalité, que de deux manières : en s'introduisant par une porte dérobée ou en faisant un trou dans le mur pour que ce qui est emprisonné dans la forteresse s'échappe au-dehors. C'est là qu'intervient l'aide du gourou, du *dharma* et de la *sangha*, ou communauté des pratiquants.

Illusions et mensonges ne prévalent pas seulement en Occident. L'Inde est également pleine d'intégristes qui disent que rien n'est réel, que « vous » n'existent pas, qu'il n'y a rien, personne. Selon eux, il n'y a ni « moi » ni « mon ». Ce point de vue est tout à fait absurde même si, en soi, il est exact et pourrait même être réalisé. Sans doute ceux qui tiennent ce discours se croient-ils réalisés, mais ils s'aveuglent en prétendant que la réalité ultime serait pratiquement à la portée de chacun, qu'il soit, et à quelque stade de l'existence que l'on se trouve.

La vérité, c'est que « vous » existez. Nous sommes tous des êtres humains réels dans un monde réel. La vraie question, c'est : qu'y a-t-il de vraiment réel dans tout cela ? Se pavaner

en prétendant faire comme si le monde ou nous-mêmes n'existions pas, voilà bien la pire des supercheres spiritualisante !

Même le mysticisme le plus exceptionnel ne trouve son utilité que par rapport aux autres. Peut-être est-il approprié qu'en Inde quelques rares personnes passent vingt ou trente ans dans une grotte, mais en Occident, c'est contestable. Même dans la tradition zen orientale, lorsque quelqu'un connaissait un grand *satori* ou éveil, il était envoyé hors du monastère afin de mettre ce *satori* à l'épreuve de la vie quotidienne. (Voir le chapitre dix.)

Selon Werner Erhard, fondateur du Forum, « la réalité est dure, obstinée, et elle vous bottera systématiquement le cul ». Nous autres êtres humains sommes intelligents, brillants, capables de porter un regard sur nous-mêmes. Nous avons découvert bien des secrets de l'univers et pouvons même provoquer la fission nucléaire. Aussi pouvons-nous croire avoir transcendé certaines lois de la réalité. Mais quelle que soit notre intelligence et en dépit de notre maîtrise de certaines lois naturelles, si nous traversons la rue face à un camion nous serons réduits en bouillie. Nous aurons beau ingérer une quantité impressionnante de LSD, si nous sautons du dixième étage d'un immeuble, nous ne parviendrons pas à voler. Il existe certaines lois fondamentales auxquelles tout et tous sont soumis, y compris la loi du *karma*. « La réalité est dure, obstinée, et elle vous bottera systématiquement le cul. » Merci, Werner.

On trouve toujours beaucoup de camelote cosmique sur le marché. Il se peut que nous expérimentions quelque chose de cosmique, une béatitude ou une vision quelconque, au bout de dix, quinze ou vingt ans sur la voie, peut-être même au bout de dix, quinze ou vingt minutes. Mais comment pourrions-nous en retirer quoi que ce soit si nous ne nous débrouillons pas dans la vie ordinaire ?

Lorsque nous découvrons la voie, il nous faut bien commencer le travail de transformation quelque part et nous ne pouvons partir que de là où nous sommes, bien que nous préférions démarrer par quelque état avancé. Commencer la pratique par de hautes techniques ésotériques est inutile. En effet, toute technique ésotérique avancée est censée être utilisée après que l'on s'est dégagé de l'emprise des névroses, sur le fondement d'une personnalité fiable, claire, apte à faire face à l'existence ordinaire avec intégrité, dans le souci et le respect de l'autre.

Donc, si nous ne nous sommes pas dégagés de la dominance névrotique, l'utilisation de telles techniques aboutira à une distorsion et non à ce que ce qu'elles sont censées produire.

Les motivations illusoires pour s'engager sur la voie

L'une des premières illusions que nous rencontrons sur la voie est la découverte des mauvaises raisons que nous avons de nous y engager. À cet égard, nous sommes très naïfs et, pour la plupart, n'avons pas conscience d'avoir été attirés vers le chemin pour des motifs tout à fait névrotiques. Non que nous ne pressentions pas l'essence de la vérité. Nous la pressentons bel et bien. Mais nous désirons aussi être soulagés de notre souffrance. Nous voulons acquérir le pouvoir sur les autres, y compris sur Dieu, et voyons la voie spirituelle comme le moyen d'y parvenir. Ou encore, nous désirons la connaissance, laquelle n'est qu'une autre manière de dominer ou de se sentir supérieur, et nous nous vouons au chemin spirituel dont les fruits visibles semblent très enviables en la matière.

Lorsque nous nous engageons sur le chemin spirituel, nous sommes souvent pleins de certitudes. Nous croyons savoir qui nous sommes et ce que nous voulons. Mais plus nous demeurons sur le chemin, plus nous réalisons que notre regard sur nous même est en réalité très subjectif et superficiel. Si nous restons longtemps sur la voie, peut-être verrons-nous notre grande assurance se muer en doute et même en dégoût de soi, lorsque nous aurons réalisé la faiblesse de notre intention et l'égoïsme de nos motivations initiales. Beaucoup contestent qu'il soit nécessaire d'avoir une motivation pure lorsque l'on s'engage sur le chemin. En fin de compte, notre motivation initiale enfouie dans l'inconscient n'a pas d'importance. Lorsque nous nous connectons au travail spirituel, les choses évoluent avec le temps, si notre engagement est sérieux. Une fois les motivations impures clairement vues, libre à nous de changer notre perspective afin d'aller vers le but avec davantage d'intégrité.

Le mensonge

Il y a des années, j'en suis arrivé à la certitude que personne n'est sain d'esprit. Nous sommes tous malades. C'est à qui sera le plus détraqué et ces propos s'appliquent aussi à nombre de soi-disant maîtres spirituels. Cependant, même malades, certains d'entre nous ont la possibilité d'avancer sur la voie ; d'autres pas, et l'appartenance à l'une ou l'autre catégorie n'a rien de personnel. Cette maladie tient essentiellement à une identification erronée. Non que nous soyons fonctionnellement abîmés, mais nous nous prenons pour ce que nous ne sommes pas. Chaque fois que nous disons « je t'aime » à notre amoureux ou amoureuse, nous ne savons pas de quoi nous parlons – à moins que nous soyons vraiment plus sensibles, aimants et compréhensifs que la plupart. En général, quand un homme dit à sa compagne : « Je t'aime », cela signifie : « Tout s'est assez bien passé aujourd'hui. Tu as fait exactement ce que je voulais que tu fasses et, au fait, tu as de beaux nichons. » Comme les femmes adorent s'entendre dire qu'elles sont aimées, la compagne en question répond : « Moi aussi je t'aime, chéri. » Ce qui signifie en fait : « Si tu ne me rends pas heureuse ce soir, je te botterai le cul demain. »

Nous avons tous tellement de projections, d'attentes par rapport à la vie... Les choses sont censées être comme ci et pas comme ça, elles doivent être comme nous voulons qu'elles soient, comme nous aimerions qu'elles soient ou espérons qu'elles seront un jour, ou encore comme nous nous souvenons qu'elles furent. Nous avons des projections quant à la nature de Dieu, de l'illumination, de la vérité ; les gens que nous connaissons, de même, d'ailleurs, que ceux que nous ne connaissons pas, sont comme ci, comme ça, devraient être comme ci ou comme ça... Nos projections et opinions diffèrent selon les parents que nous avons eus, notre éducation, le milieu dans lequel nous avons grandi.

C'est en fonction de nos préjugés plus ou moins subtils que nous regardons les autres ; nous les trouvons attirants ou antipathiques, nous avons envie de leur plaire, ou pas, et ce sont ces critères qui déterminent ce que nous pensons de tel ou tel : « Il a l'air très intelligent », ou : « Il a l'air stupide ». Tout ceci se fait inconsciemment. Nous nous forçons une idée de quelqu'un en fonction de son apparence, de sa classe sociale. Donc, nous sommes pleins de projections, d'attentes, d'opinions... Et à la tombée du jour, au moment de mourir, tout cela n'a plus aucun sens et ne fait que renforcer l'illusion de la séparation.

Tant qu'il s'agit de regarder les autres, l'étendue et l'absurdité de leurs projections nous apparaît évidente. Nous voyons bien à quel point les problèmes d'autrui sont subjectifs et

souvent artificiels. S'ils se détendaient, prenaient un peu de recul et voyaient les choses du bon côté, tout irait bien. Mais dès qu'il s'agit de nous, si quelqu'un nous dit : « Écoute, détends toi ! », nous pensons : « Moi, ce n'est pas la même chose. Mes problèmes n'ont rien d'absurde, ils sont réels, importants. » Nous sommes identifiés à notre monde subjectif sans réaliser qu'il n'est pas plus réel ou important que celui de n'importe qui d'autre.

C'est à grande échelle que nos existences sont factices. Tout ce que nous faisons – tout, sans exception – est dicté par l'ego. Tous nos choix sont déterminés par l'ego. Le mieux que l'on puisse espérer d'une existence non consciente, c'est que les choix faits par l'ego soient relativement bienveillants ; que nous choissions la bonté plutôt que la cruauté, de faire la paix et non la guerre ; de nous montrer généreux plutôt que crispés sur nos richesses ; et que nous puissions vivre une existence relativement détendue, saine et heureuse. Tant que c'est l'ego qui décide, il est impossible d'aller plus loin et de vivre une vie réelle. La conscience du monde endormi est aussi différente de la conscience éveillée que les êtres humains des cochons. Et je n'exagère pas. Groin groin.

Soit nous percevons le monde à travers un voile d'illusions, soit nous le voyons tel qu'il est. C'est tout ou rien, sans nuances. Si la Vérité peut s'exprimer très simplement, en quelques minutes, c'est une tout autre affaire que de l'incarner instant après instant. Dans les grandes lignes, il existe deux catégories d'êtres humains : la première, de loin majoritaire, se caractérise par un total égocentrisme. Si nous relevons de cette catégorie, nous voyons le monde entier en fonction de notre intérêt personnel : « Que vas-tu faire pour *moi* ? », « En quoi cela va-t-il *me* servir ? » La demande que nous adressons au monde est toujours la même : « Vas-tu *me* donner du plaisir, de l'argent, de la gloire, du pouvoir ? » Cette attitude ignore complètement la vérité de la non-séparation. L'autre manière de se situer, très rare – et dont on pourrait dire qu'elle est en fin de compte égoïste –, pourrait être formulée ainsi : « Plus je sers les autres, plus je me sers moi-même. Je vais servir, uniquement parce que c'est *mon* intérêt. » Là encore, on en revient à *moi*. Il n'y a qu'un seul Soi. Ce Soi, chacun d'entre nous l'est. Mais il importe que cette connaissance ne soit pas seulement un lieu commun philosophique.

La vie spirituelle consiste à déchirer les voiles de l'illusion afin que nous puissions voir les choses telles qu'elles sont alors qu'ordinairement nous ne percevons la réalité qu'à travers des couches très épaisses. Nous voyons les choses comme notre psychologie exige que nous les voyions afin d'alimenter la dynamique qui lui est propre. Peut-être voulons-nous la vérité ; il se peut même que cette aspiration à la vérité nous conduise à la chercher ou à trouver un maître ; mais le seul fait d'aspirer à la vérité ne nous rend pas capables de la percevoir telle qu'elle est. Si c'était aussi simple, nous n'aurions pas besoin de la vie spirituelle. Les pratiques et le maître seraient inutiles. Ce serait bien, non ?

L'illusion ultime : celle de la séparation

Qui que nous nous imaginions être, nous sommes identifiés à cette image que nous prenons pour la réalité. Nous sommes en proie à l'illusion ultime, celle d'être un individu séparé, coupé du tout et de tous. Nous croyons être fondamentalement indépendants. De toutes les illusions que nous pouvons nous faire sur la vie, l'illusion fondamentale, qui réside à la racine de toutes les autres et s'avère la plus difficile à dissiper, est celle de la séparation. Elle est beaucoup plus difficile à dépasser que les préjugés ou malentendus ordinaires parce

qu'elle est première ; ses conséquences s'étendent partout et imprègnent tous nos fonctionnements. Pour nous, cette illusion va de soi, si bien que nous ne prenons jamais le temps de nous considérer selon une autre perspective. Pourquoi le ferions-nous donc ?

Comme nous l'avons dit précédemment, la réalité essentielle de l'existence est que rien, sur le plan de l'énergie, n'est séparé. Non seulement nous vivons à l'intérieur d'un champ énergétique qui connecte tout mais nous sommes ce champ énergétique. C'est ce que l'on nomme la non-dualité. Si nous nous regardons les uns les autres, nous avons bien sûr l'impression d'être distincts, mais au niveau essentiel il existe une matrice d'énergie imprégnant toute la manifestation, toute la création dont chacun fait partie. Nos doigts semblent séparés les uns des autres mais font partie de la même main ; de même, il existe une énergie imperceptible par les cinq sens au niveau de laquelle nous sommes littéralement Un.

C'est pourquoi chaque personne au monde affecte, de par ses actes, non seulement tous les autres à un niveau très subtil mais l'univers entier. Grandiose, n'est-ce pas ? Si cette réalisation touche la « tête » et non le « cœur », cela débouche sur une inflation : l'ego s'approprie cette connaissance, si bien que l'on devient au mieux un mégalomane lourdingue, au pire un faux maître spirituel.

Le but ou résultat de tout chemin spirituel est de réaliser la non-séparation et l'unité, Unité avec la vie, la vérité, l'univers, Dieu, peu importe la formulation. Cependant, il est impossible de *comprendre* l'unité intellectuellement ou de manière linéaire, car la *compréhension* est une fonction du mental, lequel, par nature et par définition, entretient une perspective séparée. Le mental créant la perception de la séparation, il ne saurait *comprendre* l'union. L'objectif essentiel du chemin spirituel est la dissipation de l'illusoire identification, de l'impression d'être séparé du tout divin. Cette dissipation de l'illusion n'est réelle que si elle aboutit à une expérience de première main.

Même une éducation poussée ne suffit pas à dissiper l'illusion de la séparation. Nombre de textes, depuis les écritures indiennes rédigées il y a des milliers d'années aux paroles contemporaines de maîtres tels que Ramana Maharshi ou Nisargadatta Maharaj, expliquent de manière limpide la réalité de la non-dualité. Les gens lisent ces livres, peut-être même beaucoup d'ouvrages de cette catégorie, et il se peut qu'ils en retirent un avant goût mental de l'authentique expérience non duelle, mais ces lectures ne sauraient, à elles seules, dissiper l'illusion de la séparation dans le corps. Pour transcender les puissants mécanismes dualistes de la psychologie, il ne suffit pas de concevoir le paradoxe de la non dualité et de l'accepter en surface ; cela suppose un tout autre processus.

Dissiper les voiles

Les voiles de l'illusion doivent être dissipés ; quant à savoir comment s'y prendre, c'est une question complexe. Ces voiles ne disparaissent pas comme la brume du matin au contact du soleil. Certains voiles se dissipent facilement, il nous suffit de souffler sur eux pour qu'ils s'ouvrent. Mais la plupart sont fermés à double tour et il faut forcer les serrures par un processus très délicat. Par exemple, si nous avons été victimes d'abus sexuels dans notre enfance et que le souvenir de cet épisode est trop choquant pour que nous osions le regarder en face, les voiles d'illusion recouvrant cette réalité seront barricadés derrière des portes blindées à trois verrous. Y pénétrer demandera un certain savoir-faire. Et pourtant, la réussite de la vie spirituelle exige que l'on dissipe les voiles de l'illusion, puisqu'il s'agit de

percevoir plus clairement les choses telles qu'elles sont, non déformées par les mirages de la dualité ; autrement dit, nos désirs, nos espoirs, nos rêves, nos attentes, nos préjugés, nos opinions, nos projections.

Il n'y a que deux manières d'écarter les voiles de l'illusion : soit nous le faisons, soit c'est Dieu qui le fait. Il est vraiment préférable que nous nous en chargions, car lorsque Dieu finira par s'y résoudre, il sera très contrarié que nous n'ayons pas accompli ce qui nous incombaît. Lorsque c'est nous qui levons les voiles de notre illusion – on appelle cela « travailler sur soi » –, cela se fait plutôt doucement, du moins la plupart du temps. Nous le faisons à notre rythme et en fonction de nos capacités. Mais si c'est Dieu qui s'en charge, cela arrive en général au mauvais moment, au mauvais endroit, et cela peut s'avérer un peu rude. Bien entendu, du point de vue de Dieu, il n'y a pas de mauvais moment ou de mauvais endroit.

Même si certains d'entre nous aiment bien se faire un peu malmener par leur partenaire – une pincée de masochisme créatif peut pimenter une relation morne, ce qui ne veut pas dire que je cautionne la violence –, lorsque Dieu nous rudoie, c'est comme quand un être humain malmène une fourmi ! Vous avez déjà vu une fourmi rampant sur la table soudain voler en l'air puis tomber à terre quand vous la frappez ? Les fourmis n'ont pas un ressenti très complexe, mais les êtres humains oui. Donc, quand Dieu nous flanque par terre, ce n'est pas agréable. C'est un désagrément physique, émotionnel et mental. Dieu taille tout simplement dans le vif. Aussi avons-nous intérêt à dissiper nous-mêmes les voiles de notre illusion. Cela n'en reste pas moins inenvisageable pour la plupart. Ce travail suppose en effet que l'on porte sur soi-même un regard d'une honnêteté radicale, absolue, comme nous le verrons au chapitre suivant.

Admettre que celui auquel nous nous sommes identifiés toute notre vie n'est qu'une illusion, voilà qui n'est pas évident. Ce l'est si peu que nous allons de stage en stage, faisons des années de thérapie et passons par de grandes prises de conscience sans cependant être encore prêts à réellement *voir*. Nous nous disons que nous souhaitons changer, que nous ne voulons plus être si malheureux, toujours en train de nous nuire. Nous prétendons vouloir être détendus, à l'aise, voire sereins, vraiment capables d'entrer en relation intime avec notre partenaire, sans colère et sans peur ; pourtant, nous voyons bien le temps qu'il faut pour que se produise le moindre changement durable.

S'il est si ardu de déconstruire nos illusions, c'est que nous résistons. Avant tout, nous refusons de pénétrer en territoire complètement inconnu. Nous n'aimons pas nous engager dans quelque chose sans savoir exactement où nous allons et comment les choses vont tourner. C'est l'une des situations qui nous répugne le plus, si bien qu'à cet égard nous sommes très paresseux. S'aventurer en un pays où nous ne sommes encore jamais allés et dont nous ne parlons pas la langue, c'est encore autre chose. Il ne s'agit pas vraiment d'une plongée dans l'inconnu. Nous pouvons toujours communiquer par signes ou passer par un interprète.

Le territoire réellement inconnu, c'est celui qui réside en nous. En fait, nous n'avons aucune connaissance de nous-mêmes, littéralement aucune. Nous ne nous connaissons qu'à partir de nos projections, conditionnements, programmations, préjugés et croyances. Plus nous procédons à la déconstruction de ce personnage imaginaire pour lequel nous nous prenons, plus nous nous rapprochons de celui que nous sommes réellement et plus nous approchons l'inconnu radical. Une dimension totalement inconnue, vide de toute référence. C'est ainsi, c'est ainsi que cela doit être et, en un sens, c'est là l'essence du véritable travail spirituel.

Tôt ou tard, si nous voulons nous reconstruire tels que nous sommes et non en fonction de ce que les autres attendent de nous ou projettent sur nous, sans parler de ce que nous projetons sur nous-mêmes, il va nous falloir arrêter d'essayer de plaire à papa et maman – littéralement comme dans toutes les relations où entre en jeu un transfert, grossier ou subtil. Nous tentons de faire plaisir à papa et maman dans nos rapports à nos supérieurs hiérarchiques ou toute autre figure d'autorité, nos partenaires sexuels, et même dans nos relations avec nos propres enfants. Non seulement c'est un cercle vicieux, mais c'est peine perdue. Nos parents ne seront jamais satisfaits de nous s'ils ne le sont pas déjà. Même si, au niveau conscient, cela va de soi, la plupart d'entre nous sommes inconsciemment obsédés et manipulés par ce désir de plaire à papa et maman. Il nous faut comprendre en profondeur que si nous ne sommes pas d'ores et déjà assez « bien » aux yeux de papa et maman, nous ne le serons jamais. Rien de ce que nous pourrions accomplir dans cette existence ne pourra satisfaire des parents insatisfaits. Toutes les thérapies, tout l'argent ou la renommée du monde n'y changeront rien.

Et puisque c'est ainsi, à quoi bon s'obstiner ? Malheureusement, il ne nous est pas possible de tout simplement déclarer : « Bon, d'accord, j'arrête les frais », pour réellement arrêter. Du fait de l'illusion de la séparation, nous nous prenons pour celui ou celle qui s'évertue à plaire à papa-maman. Et aux yeux de l'ego, la fin de cette identification équivaut à la mort. Cesser de nous prendre pour ce que nous ne sommes pas suppose au préalable de voir et d'accepter notre identification à une totale illusion.

Il nous faut toujours, pour ainsi dire, garder les yeux grands ouverts, tant est puissante la fascination exercée par l'illusion de la séparation. De toute sa force, de toute son énergie, elle veut littéralement nous posséder et continuer à nous consumer comme elle l'a toujours fait. Ce n'est donc pas sur le plan du comportement ou des habitudes de vie qu'il convient d'opérer un changement radical ; il s'agit plutôt de transcender l'illusion de la séparation pour pouvoir entrer en relation avec la vie exactement telle qu'elle est.

Des années durant, le grand maître indien Swâmi Papa Ramdas ne parlait jamais de lui-même à la première personne. Il disait : « Ramdas a fait ceci, Ramdas a fait cela, Ramdas part en pèlerinage, Ramdas déjeune. » Il devint très connu pour ne jamais dire « je », ayant compris qu'il n'y avait pas de Ramdas en tant qu'individu séparé du tout. Pour lui, il n'y avait que le phénomène complexe apparaissant dans l'instant et qui se trouvait prendre l'apparence de Ramdas. Il était célèbre et vint plusieurs fois en Europe et en Amérique. Un jour, au cours de l'une de ses tournées, il parla de lui-même en employant le « je ». Une personne dans l'assistance qui avait lu tous ses premiers livres lui demanda : « Comment se fait-il que vous puissiez dire « je » en parlant de vous-même ? N'est-ce pas un signe d'égoïsme ? » La réponse de Ramdas fut que dans son cas, même ce « je » était devenu Dieu.

La stratégie psychologique primale

C'est au travers de la psychologie, ensemble complexe où s'entremêlent conditionnements et personnalité, que l'illusion se manifeste en l'être humain. La psychologie est un domaine dont on a beaucoup parlé ces vingt dernières années, au point que tout un chacun, ou presque, est un psychologue du dimanche. Et pourtant, en dépit de tout ce que chacun sait sur ce sujet, la psychologie primale est encore très méconnue alors même qu'elle continue à dominer nos existences.

Comme l'ont compris ceux d'entre nous qui ont fait une thérapie, la colère éprouvée à l'égard de ses parents ou la peur ressentie dans les rapports avec autrui demeurent souvent inconscientes. À des degrés divers, nous éprouvons tous des émotions de colère, de chagrin et de peur ; cela parce que l'innocence de l'enfance nous a plus ou moins quitté. Non que les enfants nagent toujours dans la joie et le bonheur : il leur arrive d'être pleins de colère et de frustrations ; mais ce qu'ils ressentent est innocent, contrairement à nous, adultes, dont les émotions ne sont plus innocentes. La blessure psychologique primale n'est autre que la perte de l'innocence. De tous les aspects de l'existence humaine appelés à être traversés pour que se révèle notre nature essentielle, c'est l'un des plus fondamentaux.

La psychologie primale est constituée de tout ce à quoi l'individu s'identifie ; elle est cette histoire que chacun se raconte sur son propre compte comme sur le compte des autres, histoire fondée sur les attentes et projections vis-à-vis du monde extérieur et en particulier de l'environnement immédiat. Mis à part l'illusion de la séparation elle-même, c'est l'un des plus grands voiles empêchant l'être humain de percevoir la réalité telle qu'elle est et l'un des plus difficiles à percer. Cette illusion réside en une zone de la conscience ouverte durant la petite enfance, mais devenue dans la majorité des cas inaccessible à l'adulte, à moins de recourir à des disciplines très exigeantes.

Les lois de la psychologie s'appliquent à tous ; cependant, une grande variété d'effets assez différents peuvent survenir à partir des causes psychologiques fondamentales. Les lois psychologiques ont ceci de prévisible qu'elles sont toutes intrinsèquement dualistes et de ce fait obscurcissent la réalité, laquelle relève de la non-dualité. En fait, ces lois sont en opposition totale à la vérité de la non-dualité ou non-séparation. La psychologie primale étant intrinsèquement dualiste, il nous faut traiter l'ensemble des identifications psychologiques afin de finalement dissiper l'illusion de la séparation.

Notre stratégie psychologique procède de l'instinct de survie. C'est l'histoire qu'enfant nous nous racontons afin d'expliquer l'existence telle que nous la ressentons et pour être en mesure d'y faire face. Tous les animaux, y compris les êtres humains, grandissent en apprenant instinctivement à survivre, à éviter les prédateurs et autres dangers potentiels. De même, la structure psychologique humaine a sa propre exigence de survie. En tant que structure, elle veut survivre à tout prix. C'est la raison pour laquelle l'être humain soumis à l'illusion des projections et attentes résiste à la transcendance : transcender l'illusion équivaut à détruire la structure psychologique. Du point de vue du psychisme humain, du point de vue de l'ego, la mort de l'illusion psychologique est comparable à la mort tout court. Comprendre à quel point le psychisme redoute sa propre extinction nous amène à entrevoir une autre vérité : autant il est en principe simple de dissiper l'illusion de la séparation, autant cela s'avère difficile en pratique, du fait des mécanismes de défense nombreux et sophistiqués mis en place par l'illusion psychologique dans le but d'éviter sa propre extinction.

Sans doute sommes-nous, pour la plupart, des adultes intelligents. Nous paraissions libres et aptes à faire ce que bon nous semble. Mais il y a un hic : ce que bon nous semble est déterminé par notre stratégie de survie psychologique. Peut-être nous croyons nous capables de faire spontanément des choix ; mais, en vérité, nous en sommes incapables. Nous sommes complètement esclaves de notre psychologie, d'un bout à l'autre manipulés et dominés par elle. Pour tout dire, nous n'avons aucune liberté. Pas la moindre. Aucune. Beaucoup seront en désaccord avec cette affirmation, et pourtant, si nous persistons dans la vie spirituelle, un jour viendra où nous découvrirons que nous ne sommes pas libres, ne serait-ce qu'un seul instant.

Toutes les identifications psychologiques – identification à notre personnalité, à notre apparence physique, à notre sexe, à nos opinions, etc. – constituent autant d'obstacles à une perception claire. En fait, l'emprise de la stratégie de survie psychologique s'étend jusqu'aux vêtements que nous mettons le matin. Des identifications telles que : « J'aime les épinards, je n'aime pas les navets ; je suis intelligent, je suis stupide ; je suis bon cuisinier ; j'adore les enfants », sont des déterminismes psychologiques. Mais comme ces préférences psychologiques remontent très loin, avant notre naissance ou tout du moins à notre première année, elles s'enracinent profondément en nous. Elles ne relèvent pas de la surface mais sont au contraire imprimées. Si nous pouvions retrouver tel quel notre ressenti à l'âge de deux mois, six mois ou un an, sans doute découvririons-nous que notre identification à la dualité n'a pas toujours été si absolue. Mais, de manière générale, cette expérience enfouie dans l'inconscient est oubliée.

La psychologie primale entre très tôt en jeu dans la vie de l'enfant, au moment où il commence à prendre ses identifications pour la seule réalité. Le psychologue Eric Neumann a émis l'hypothèse qu'un nouveau-né met un an à comprendre qu'il ne se confond pas avec sa mère. À l'en croire, durant sa première année, le bébé est tellement identifié à sa mère qu'il ne s'en sent pas séparé. Si la mère se montre cruelle ou indifférente à son égard, l'enfant en conclut que telle est la nature de la vie. Neumann avance en outre que la personnalité de l'enfant ne se développe pas simplement par imitation, mais par une identification pure et simple aux caractéristiques de la mère. De plus, même si la mère n'est pas cruelle ou indifférente, il suffit que l'enfant la ressente ainsi pour que le mal soit fait.

Afin de saisir ce principe, imaginez que vous êtes un bébé au berceau. Vous avez faim et appelez maman. Mais maman n'est pas à la maison. Elle vous a laissé à une nounou de

treize ans qui, n'en ayant rien à faire, passe son temps à regarder la télé et à picorer de la glace. Vous voilà donc affamé dans votre berceau pendant que la nounou s'amuse comme une folle dans le salon. Cette expérience vous amènera probablement à certaines conclusions quant à la nature de la vie. Or, un petit enfant de six mois ou un an n'interprète pas semblable expérience comme il le ferait à douze, dix-huit ou trente ans. En tant que bébé, peut-être allez-vous décider : « La faim n'est jamais rassasiée. Le monde ne peut pas me nourrir et ne me nourrira pas ». Quinze ans plus tard, cet incident oublié, vous vous retrouvez boulimique, passant votre temps à vomir ce que vous avez englouti, ou sujet à tout un tas de comportements alimentaires névrotiques découlant d'une projection infantile sur le monde.

L'inconscient est complètement identifié à la projection infantile. Au lieu de se dire : « À six mois, j'ai eu une nounou idiote qui ne m'a pas donné à manger quand j'avais faim », la personne traverse l'existence convaincue qu'elle ne sera jamais satisfaite, que jamais sa faim ne sera rassasiée. L'esprit d'un enfant innocent qui se sent en danger de mort ne procède pas à un examen rationnel de la situation pour ensuite prendre telle ou telle option ; l'enfant fait des choix impulsifs pour se protéger, pour rationaliser et justifier ce qu'il a vécu. Cela justifie ensuite, à l'âge adulte, toute une gamme de comportements souvent malsains, dysharmonieux et égocentriques.

En vérité, toutes nos croyances sur nous-mêmes une fois devenus grands procèdent des identifications psychologiques. Un artiste de variétés contemporain nous en fournit un exemple flagrant et néanmoins véridique : il éprouve un attachement notoire pour ces friandises appelées M § M's mais a un vif *a priori* contre les M § M's rouges. Les promoteurs de ses spectacles doivent donc régulièrement acheter des M § M's, les verser dans un bol et en extraire tous les rouges, sachant que si l'artiste en question en voit un, il pique une colère au point, parfois, d'annuler son spectacle.

Telle est la race humaine. C'est bien ainsi que nous fonctionnons. Voilà le genre de névroses absurdes qui dirige nos existences et nous rend imperméables à certaines formes d'aide spirituelle et psychologique. Peut-être cet artiste a-t-il, à l'âge de deux ans, reçu une gifle de son père, ce jour-là ivre et vêtu d'une chemise rouge, alors qu'il se précipitait pour l'embrasser. Ou il se peut qu'un jour où il cherchait sa mère, il ait fait irruption dans sa chambre alors qu'elle avait ses règles et, voyant une belle tache de sang bien rouge sur le lit se soit enfui dans le couloir en hurlant : « Oh mon Dieu, on a tué ma maman ! » Tout le reste de sa vie, il verra rouge, c'est le cas de le dire, chaque fois qu'il aura sous les yeux un M § M's de cette couleur. Voilà le genre de connexion que fait le mental. Il n'en faut pas plus pour induire une aversion.

Toutes les attractions et répulsions que nous croyons nous être particulières résultent de cette sorte de conditionnement. Par exemple, si quelqu'un nous propose un légume que nous n'aimons pas, mettons des navets, nous allons lui dire : « Oh, je n'aime pas les navets ». Mais en fait, le « je » réel, non séparé, éternel, pur et divin n'a aucune opinion à propos des navets, ou de quoi que ce soit d'ailleurs, puisqu'il ne perçoit pas le monde selon la dualité sujet-objet.

Attractions et répulsions n'entrent pas en ligne de compte dans la perspective non dualiste. Cela ne veut pas dire que cette perspective nous amène à boire volontiers du poison ou à sauter d'un immeuble en croyant pouvoir voler.

La réalité est intrinsèquement intelligente et cette intelligence est toujours créatrice. Elle va dans le sens de l'évolution, non de l'autodestruction⁵.

L'existence en nous d'une psychologie primale est une mauvaise nouvelle du point de vue de la vie spirituelle : en effet, l'essence lumineuse et compatissante, cette réalité sublime, époustouflante, majestueuse et mystérieuse que nous sommes, chacun, est prisonnière de notre psychologie. Notre psychologie l'a enfermée dans une forteresse, si bien qu'elle est absolument, totalement inaccessible. S'il est vrai que la plupart des gens commencent par avoir des expériences mystiques lorsqu'ils découvrent la voie, les pratiques contribuent, elles, à une purification du cœur. Au fur et à mesure que s'approfondit notre relation à la voie, tout ce qui dans le cœur est caché et impur se révèle, si bien que les obstacles psychologiques deviennent patents. Ils surgissent pour nous attraper à la gorge.

À nos débuts sur la voie, nous voulons qu'on nous parle de notre pure essence spirituelle. On peut nous en dire bien des choses merveilleuses, mais cela ne servira à rien tant que nous ne serons pas prêts à nous occuper de notre psychologie, avec une lucidité radicale et sans concessions. La plupart d'entre nous n'y sommes pas disposés. Nous croyons pouvoir y arriver sans accepter ce qui est ici et maintenant, tel quel, intégralement. Une part de ce qui est s'avère magnifique. Aucune existence n'est totalement exempte de bonté, de générosité, de gentillesse, de créativité, de beauté. Mais l'autre part est laide, cruelle, violente, fanatique, etc. Si nous ne nous occupons pas de la part égocentrique, jamais nous ne parviendrons à goûter la part non égocentrique dans sa beauté qui demeure. Le thème de l'observation et de l'acceptation de la vie telle qu'elle est sera abordé en détail au chapitre suivant.

Travailler avec la psychologie

Dans la psychologie occidentale, la théorie selon laquelle le déséquilibre de la personnalité serait causé par un dysfonctionnement cérébral est aujourd'hui à la mode. On envoie des clients présentant certaines difficultés psychologiques passer des tests cérébraux et se faire prescrire des médicaments destinés à modifier la chimie du cerveau. Si le sujet est paranoïaque, modifiez la chimie du cerveau ; si quelqu'un présente des troubles du comportement alimentaire, modifiez la chimie du cerveau. Il s'agit là d'un mouvement très dangereux : l'appétit de chacun à gérer sa vie ne repose plus sur son intelligence et sa sagesse, mais va dépendre de drogues – que les dites drogues puissent être plus ou moins naturelles ne changeant rien au problème.

Il est exact que dans la société contemporaine, les gens connaissent des difficultés psychologiques de plus en plus graves et que leurs névroses deviennent de moins en moins gé-rables, mais le cœur du problème ne se situe pas dans la chimie du cerveau. La médecine psychosomatique sait très bien que la pensée est susceptible de modifier cette dernière ; donc, même si la chimie du cerveau est perturbée, la source de la perturbation n'est, sauf exception, pas chimique mais psychologique. Si nous traitons chaque problème au niveau

⁵ Bien que la réalité aille toujours dans le sens de l'évolution, il est parfois nécessaire que quelque chose meure pour qu'autre chose naisse. Le beurre doit mourir pour que l'on fasse du gui, la canne à sucre pour que l'on fabrique des gla-ces, la chenille meurt à sa forme première pour qu'apparaisse le papillon. Ce n'est pas parce qu'il y a mort qu'il y a ré-gression.

chimique plutôt que de remonter à l'origine, il se peut que nous modifions les symptômes, mais nous ne rééquilibrions rien à la source.

Cette propension à agir sur les symptômes et non sur la racine du problème se retrouve dans la mode de la psychologie comportementale qui a fait rage dans les années soixante-dix. On cherchait à modifier le comportement, que ce soit par l'hypnose ou des formes légères d'électrochocs. Mais jamais le problème à l'origine du comportement n'était traité. Les gens se guérissaient apparemment d'une dépendance pour tomber dans une autre. Du tabac, ils passaient à l'alcool, à la boulimie, au jeu... Plus on s'efforçait de modifier leur comportement de l'extérieur, plus la personne réagissait de manière extrême pour essayer de se maintenir dans un schéma de dépendance.

En vérité, rares sont les personnes prêtes à faire le travail nécessaire pour se changer à la source, tant il est plus facile de s'occuper d'une manière ou d'une autre des symptômes et ainsi de faire comme si la guérison avait eu lieu.

Selon le maître indien Swâmi Prajnanpad, tout blocage psychologique résulte d'un cycle qui n'a pu être complété. Si l'enfant commence à éprouver une émotion mais la juge trop désagréable ou terrifiante, il stoppe toute conscience du ressenti avant qu'il ait pu parvenir à son terme. Mais, étant inconsciemment bloqué dans une expérience, il n'en continuera pas moins, dans l'avenir, à y réagir comme si cette expérience était toujours en train de se produire.

Le fait de compléter le cycle en tant qu'adulte dissout le blocage créé durant l'enfance par l'interruption de l'émotion intense. Cela suppose d'abord que l'on voie et accepte le schéma mental, puis que l'on fasse de même avec le schéma émotionnel pour enfin passer au niveau du sentiment. Il arrive que l'on retrouve un événement traumatisant jusque-là enfoui dans la profondeur, mais que l'on évite ensuite de le ressentir. Le mental dit : « D'accord, tu te souviens maintenant de ce que tu as subi. C'est bon. Tu es guéri, tu peux passer à l'étape suivante. » Ce n'est malheureusement pas si simple. On ne peut compléter un cycle émotionnel en se contentant de dire : « Oui, dans mon enfance j'étais très en colère » (ou très triste, ou épouvanté). On complète un processus émotionnel en le ressentant jusqu'à ce qu'il ne nous mène plus. Lorsque le cycle d'une expérience ou d'un traumatisme donné est achevé, vient une conscience limpide, une lucidité totale quant à cet événement qui, du coup, cesse de nous manipuler.

Psychologie et spiritualité

Le thème du travail psychologique est un sujet fréquemment débattu au sein des écoles spirituelles. En général, le travail proprement spirituel s'accompagne simultanément d'un travail psychologique qui se fait de lui-même, de manière informelle. Quant au travail psychologique formel, il peut soit s'avérer d'un précieux secours sur le plan spirituel, soit constituer un danger, un piège dans lequel on s'embourbe.

En quoi le travail psychologique peut-il profiter aux élèves sur la voie spirituelle ? En ceci qu'entre le travail spirituel qui s'accomplit dans l'intime de soi et la conscience que l'on en a en surface se dresse comme un mur. Tout être humain est régi dans son fonctionnement par certaines lois : tout comme le soleil, la lune et la terre fonctionnent par le jeu de la gravi-

tation entre eux, une grande part du travail psychologique ne porte pas sur ce qui réside en profondeur ou en surface, mais sur le blocage empêchant la relation entre ces deux niveaux.

Nombreuses sont les personnes qui recèlent en elles-mêmes une profonde sagesse – on les qualifie parfois de « vieilles âmes » ou d'« esprits sages » – mais sont incapables d'en faire usage dans leurs existences, si bien que cette sagesse innée ne leur bénéficie guère. Par exemple, il y a derrière les barreaux des prisons beaucoup de personnes naturellement sages mais affligées de handicaps psychologiques si importants qu'elles ne peuvent vivre et créer des liens comme tout le monde. Nous sommes tous ainsi, à des degrés divers.

Il se peut que nos blocages psychologiques ne nous aient pas conduits au crime mais ils nous ont bel et bien amenés à vivre de manière plus ou moins illusoire, affligés de handicaps plus ou moins importants ; et ces blocages nous empêchent bel et bien d'accepter la réalité telle qu'elle est.

Comme cela a été mentionné en introduction, nous avons en nous-mêmes toutes les réponses aux questions réelles que nous pose la vie, mais n'y avons pas accès. Le travail psychologique est susceptible de dissiper le brouillard de la confusion et, de ce fait, peut s'avérer une part très importante du travail spirituel.

Il arrive qu'une personne qui s'engage sur la voie spirituelle ne semble pas avoir besoin de travail psychologique, puis découvre au bout de cinq ou dix ans que ce travail lui est devenu très nécessaire. Cela peut être un bon moment pour s'engager dans un tel travail, une fois que l'élève est bien enraciné sur la voie et a développé une relation de confiance avec le maître. Si l'élève se lance dans un travail psychologique sans faire profondément confiance au maître et sans être encore connecté à la voie, il est probable qu'il ou elle abandonnera la thérapie, voire même tout chemin spirituel une fois confronté à une certaine intensité et aux résistances qui se lèvent lorsqu'il s'agit de se voir soi-même.

Le grand danger du travail psychologique tient à ce que la plupart des thérapies visent la « normalité ». Selon cet idéal de normalité psychologique, chacun est appelé à devenir un « bon citoyen » fonctionnant selon des codes de santé et de comportement socialement corrects. Ces normes ne correspondent pas forcément à ce qu'exige la vie spirituelle, laquelle ne suppose pas obligatoirement un équilibre psychologique ordinaire. La perspective radicale du chemin n'a rien à voir avec le fait d'être un bon citoyen – sinon l'aptitude à fonctionner de manière simple et banale en relation avec tous les autres êtres humains, si divers soient-ils.

En outre, il arrive souvent que les gens commencent une thérapie et se trouvent aux prises avec des ressentis artificiels. Il ne s'agit pas de ressentis authentiques mais de pensées que l'ego fait passer pour des ressentis profonds. Beaucoup de thérapeutes sont dupes puisqu'ils ont choisi ce métier dans le but inconscient d'éviter leur propre merde en s'occupant de celle des autres. Pour aller plus loin sur ce point, reportez-vous aux premiers livres d'Alice Miller. Si, dans la thérapie, ces ressentis sont traités comme s'ils étaient réels – et c'est ce qui se produit dans la majorité des cas –, le travail n'aboutira à rien. La thérapie s'avérera particulièrement stérile du point de vue du cheminement spirituel, puisqu'elle ne se sera pas occupée des vrais problèmes mais seulement de l'illusion. S'il y a des symptômes physiques, qu'ils soient ou non d'origine psychosomatique, on peut perdre beaucoup de temps à les analyser à travers toutes sortes de thérapies et de régressions dans la petite enfance alors qu'il suffirait de recourir à quelques soins médicaux.

Lorsqu'on passe de l'illusion à la non-dualité – passage généralement appelé « illumination » –, on ne peut plus pratiquer la psychothérapie traditionnelle avec la moindre conviction. Elle se dissout d'elle-même. Non que l'on cesse d'accorder sa place à la psychothérapie

dans le processus d'ensemble du chemin ; elle s'y avère souvent très utile. Mais c'est notre relation à la thérapie qui, nécessairement, change, puisque la perspective dans laquelle elle se déploie ordinairement ne fonctionne plus. Lorsque Fritz Perls, le fondateur de la Gestalt, a connu ce passage, il a commencé à obtenir des résultats miraculeux avec ses clients. Il disait que les cas les plus difficiles étaient pour lui les plus utiles puisque pour y faire face il était obligé d'inventer dans l'instant quelque chose de créatif. C'était le changement intime par lequel il était passé qui lui permettait de le faire.

Une alternative à la thérapie consiste à toujours se poser une question : « Au lieu de se contenter de voir dans toute cette souffrance le produit de la névrose, est-il possible de l'utiliser pour servir un but supérieur ? » Dès l'instant où l'on place ses problèmes apparents dans une perspective plus élevée, ainsi que l'on est censé le faire sur la voie spirituelle, tout symptôme, toute névrose, ou presque, peuvent être utilisés.

Quiconque se trouve face aux illusions auxquelles la vie spirituelle exige que l'on se confronte doit choisir ses priorités. Qu'est-ce qui est le plus important ? Nos habitudes, nos névroses, nos conditionnements, notre addiction à la boisson, au tabac, tout ce qui nous confère une illusion de liberté et nous fait croire que nous pouvons pratiquer tout en n'en faisant qu'à notre tête, ou le travail soutenu de purification nécessaire pour que l'on devienne un canal limpide de la conscience ? À chacun de décider de ce qui lui paraît le plus important : la vérité ou l'illusion. Décider que la vérité est ce qu'il y a de plus important ne fera pas de vous un fanatique religieux – les fanatiques font les pires des disciples. Cela voudra simplement dire que pour vous la vérité sera la priorité absolue.

Au-delà de la psychologie

Bien que le travail psychologique puisse être précieux, il est tout différent du travail spirituel. La différence essentielle entre la psychothérapie et la spiritualité réside dans la perspective. Le psychothérapeute travaille dans la perspective de l'illusion et recherche la santé du point de vue psychologique, tandis que le maître spirituel travaille dans le contexte de l'union et cherche la santé du point de vue du réel. La psychothérapie part du principe que le rêve – l'illusion de la séparation – est réel. Dans cette perspective, la séparation est réelle et le fait de raccommoder un accroc au rêve va résoudre le problème. Le postulat implicite est qu'une psychologie saine équivaut à la réalité ou à la vérité. Les psychothérapeutes sont des gens très intelligents ; c'est à la portée de n'importe lequel d'entre eux de lire un livre de spiritualité, puis d'élaborer un discours donnant l'impression qu'il a compris ce dont il s'agit. Pourtant, il suffit pour savoir à quoi s'en tenir de regarder comment procède la psychothérapie : elle ne cherche pas à percer l'illusion mais à parvenir à une existence raffinée, intelligente et harmonieuse au sein de l'illusion. Donc, la psychothérapie peut s'avérer très utile comme préliminaire de la voie, mais certainement pas comme un but en soi.

On ne devrait jamais évaluer le progrès spirituel en termes de santé psychologique. Il y a souvent des signes immédiats de progrès sur la voie, mais presque tout ce qui constitue un réel progrès n'apparaît pas pendant très longtemps. L'influence du divin ou du maître spirituel opère sur nombre de niveaux en même temps (voir au chapitre 6, « Le Maître »). Au niveau immédiat, lorsque nous commençons à pratiquer, certaines choses changent dans notre vie et nous pensons : « Magnifique ! C'est sûrement la bénédiction du maître à l'œu-

vre. » Mais un travail se fait également dans les couches subtiles de notre être, y compris aux niveaux de la conscience la plus primale. Simplement, nous sommes tellement coupés de la profondeur de ces zones que nous ne soupçonnons pas la transformation qui s'y opère.

Donc, tandis qu'aux niveaux subtils s'opère une mise en axe et une purification des toxines, processus invisible aux yeux de la plupart, le travail psychologique peut également commencer et aider à remettre dans l'axe les couches plus grossières des mécanismes humains – l'esprit, les émotions et les sentiments.

De plus, il est tout à fait possible que certains de nos blocages psychologiques ne disparaissent jamais ; nous n'aurons simplement plus la même relation à ces blocages. La connaissance de soi – qui fait le sujet du chapitre suivant – défait ce qui nous assaille et nous mène sans cesse. Une fois que nous nous connaissons nous-mêmes, nous ne pouvons plus être dominés par l'ego. Si nous connaissons notre ombre, notre stratégie de survie primale, nous pouvons, lorsqu'elle se présente, choisir de la laisser faire ou de ne pas la laisser faire. La conscience nous donne ce pouvoir. Lorsque nous comprenons que le Divin est le centre magnétique de nos vies, nous gérons simplement nos difficultés au lieu de nous consumer et de nous perdre dans un drame qui n'a rien à voir avec nos vies et aucun rapport avec ce que nous sommes.

Nous gérons les déceptions, les disputes et tout le reste en sachant que rien de tout cela ne nous définit. Lorsqu'on a vu cette Beauté que l'on en est venu à adorer et dont on se languit, on tourne le dos à tout ce qu'on avait cru être soi – la personnalité, la névrose, la psychologie. On s'en détourne parce que cette Beauté nous obsède au point que plus rien d'autre ne nous intéresse.

La vie est en elle-même un étrange paradoxe. Le temps est une illusion, le passé est une illusion, le futur est une illusion, l'espace est une illusion, tous les niveaux de transformation se produisent en même temps et au même endroit. Même le présent est une illusion, dès lors qu'il est envisagé par rapport au passé et au futur. Même s'il nous faut démanteler toutes nos illusions avant que l'intelligence de l'univers puisse nous montrer qui nous sommes, nous pouvons, ce faisant, entrer en relation avec la vie sous sa forme d'intelligence ultime à travers la pratique. Les pratiques consistant à se regarder soi-même avec une honnêteté impitoyable, à accepter ce qui est et à s'interroger sur la nature du réel comptent parmi celles abordées dans le chapitre suivant.

La pratique et la purification

La pratique est l'instrument de la clarté. C'est par elle que sont accomplis tous les buts de la tradition baul. Si nous voulons vivre selon nos choix spirituels, il nous faut les aborder avec discipline et vigilance. Les pratiques bauls établissent un contexte dans lequel il est possible de transcender l'illusion et imbibent le corps lui-même de la connaissance du réel.

Si nous avons besoin de la pratique et de la purification pour réussir notre vie spirituelle, c'est parce qu'il nous faut faire face à notre ombre. Nous devons nous réconcilier avec ce que nous sommes, des êtres pleins de vanité, de cruauté, d'avidité et de honte. C'est un processus qui génère des tensions, même s'il s'agit d'un stress positif, et on ne nous fournira pas de soupapes de sécurité. Dans l'Église catholique, les gens vont se confesser. Mais sur la voie baul occidentale, il n'y a pas de rédemption. Si nous avons péché, très bien, nous en assumons la responsabilité. Si nous voulons être sauvés, il nous appartient de nous sauver nous-mêmes. La grâce et les bénédictions existent, mais il nous faut aussi nous confronter à nous-mêmes de manière franche et directe. Au fur et à mesure que nous avançons dans la connaissance de nous-mêmes, les saletés sont nettoyées, nous cessons d'accomplir des actes nuisibles et destructeurs. Lorsque nous voyons la souffrance causée par notre comportement, nous cessons de nous comporter de la sorte. Ce faisant, nous sommes purifiés et « sauvés ». Cela permet à un tout autre niveau de vie spirituelle et de pratique de commencer. Ce chapitre examine plusieurs aspects de la pratique baul, parmi lesquels : la purification, l'établissement d'une fondation forte, l'acceptation de « ce qui est », l'honnêteté impitoyable et l'investigation intérieure.

La pratique baul consiste en un processus de purification qui permet à l'individu d'être totalement réceptif à l'influence de la conscience et à la direction dans laquelle va cette dernière. Ultimement, la conscience est sage et intelligente. Tout le but est de devenir réceptif à la conscience au point que les mots mêmes que l'on prononce jaillissent d'elle plutôt que de la psychologie. Fondamentalement, il n'y a rien d'autre à découvrir. Toute autre considération ayant trait à la vie spirituelle va tourner autour de cet accomplissement : pourquoi nous n'y parvenons pas, comment y parvenir et comment s'y maintenir.

Pour nombre de gens, la pratique et le dharma sont en fait une forme de dépendance qui remplace les drogues. Mais tant qu'on les utilise ainsi, ni la pratique ni le dharma ne soulagent de la souffrance comme le voudrait le « dépendant ». La seule chose qui le fasse, qui

convertisse des vies ordinaires en vies vécues dans la vérité sans compromission, est la conscience elle-même ; or la transmission de la conscience est un acte mystérieux qui procède de la grâce.

La conscience est totalement intelligente et omnisciente ; elle dicte toujours les choix les plus appropriés en une circonstance donnée. Si c'est la conscience et non notre personnalité ou notre psychologie qui dicte nos choix, y compris les petits choix quotidiens, d'instant en instant, tous les choix que nous ferons dans l'existence procéderont de la sagesse, de la vérité, de la clarté, de la réalité, plutôt que de l'illusion.

En réalité, il n'y a que la conscience, mais la conscience se manifeste à divers degrés et sur une gamme très étendue. Au sommet de la gamme, la conscience se manifeste au niveau de l'humain au travers d'êtres tels que Jésus ou Ramana Maharshi. À l'autre bout de la gamme, lorsque le flux libre et fluide de la conscience est pour une raison ou une autre étouffé, du fait de toxines présentes dans le corps ou l'esprit, la conscience se manifeste d'une manière moins libre, moins évidente, plus partielle. On peut le vérifier chaque fois qu'il y a violence, cruauté, destruction, bigoterie, ignorance, etc.

La purification de l'esprit et du corps

Afin d'être réceptif à la conscience, le disciple sur la voie doit purifier les véhicules à travers lesquels la conscience se manifeste dans le domaine humain : l'esprit et le corps, subtil et grossier. Non seulement la conscience se manifeste par l'esprit – l'intellect, la pensée, etc., – mais elle est également canalisée au sens propre par toutes les dimensions du corps. La structure cellulaire fait office de réceptacle et de canal pour la conscience, de même que les circuits plus subtils. La conscience étant une force qui a besoin, pour se déployer librement et clairement, d'un canal ouvert, les bauls utilisent des pratiques qui nettoient l'esprit comme le corps afin que l'un et l'autre puissent la véhiculer au mieux.

L'esprit et le corps fonctionnent ensemble comme un tout. Si l'esprit est clair mais pas le corps, ce dernier affectera le fonctionnement optimal de l'esprit ; si le corps est clair mais que l'esprit ne l'est pas, ce dernier affectera l'aptitude du corps à véhiculer la conscience de manière limpide. Une grande part de la pratique spirituelle consiste à purifier impuretés et toxines et à se maintenir dans un relatif état de santé. Nous ne pouvons nous permettre de dire : « Pas la peine de me préoccuper de ce que je mange ; je peux boire autant de whisky que je veux et manger n'importe quoi en n'importe quelle quantité, car je médite tous les jours. »

Bien sûr, personne ne peut être parfaitement pur : l'air est plein de déchets nucléaires et imprégné de diverses formes d'ondes ; il n'existe probablement pas un endroit au monde qui soit exempt de toute forme de pollution, mais il nous appartient de faire de notre mieux à cet égard. Il s'agit d'être réaliste en matière de purification, puis de poursuivre les pratiques nécessaires.

Il convient de distinguer la conscience de l'intelligence : on peut être très intelligent tout en étant très peu conscient. Pour purifier l'esprit en tant que canal de la conscience, il faut en premier lieu se libérer des préjugés que le mental traîne avec lui. La plupart de nos choix procèdent de la névrose ou de la psychose. Les choix issus de la névrose ne sont pas nécessairement de mauvais choix. Notre psychologie n'influe pas de manière uniquement négative sur nos existences. Il arrive qu'elle influe de manière très positive : des gens vont ainsi

devenir infirmiers, professeurs, médecins ou s'occuper d'enfants du fait de leur névrose. Cependant, tant que c'est notre névrose qui domine, nous ne sommes pas libres.

Le corps lui aussi doit se libérer de ses préjugés pour devenir un clair canal de la conscience. Les préjugés du corps déterminent son aptitude à se mouvoir avec aisance, à bien digérer, et conditionnent le bon ou mauvais fonctionnement de tous les organes. Par exemple, chacun sait que les traumatismes s'inscrivent dans la musculature. Nous connaissons tous quelqu'un dont les épaules sont perpétuellement en l'air, tendues. Quand ces personnes se détendent, elles vont beaucoup mieux. Ce genre de manifestations dépend du flux de la conscience dans le corps : soit il est libre, soit il est contrecarré.

La manière de se nourrir joue aussi un rôle important dans le processus de purification. Il est vrai que, chimiquement, le corps est capable de digérer bien des sortes de nourritures et de bien des manières. La digestion de la viande de porc demande beaucoup plus de temps et d'énergie que celle d'une pomme. Par conséquent, étant donné la psychologie et le mode de vie occidental, une alimentation végétarienne s'avère la meilleure manière de purifier le corps en tant que canal de la conscience. Nous n'avons qu'une certaine quantité d'énergie disponible, et si 90 % de cette énergie au lieu de 20 % passent dans la digestion, d'autres zones en nous qui auraient besoin d'énergie doivent s'en passer. Dans ce cas, le végétarisme n'est pas un choix moral. Beaucoup de tribus tuent des animaux et les mangent d'une manière sacrée. La question n'est donc pas de s'abstenir de tuer des animaux, mais d'opter pour ce qui marche. Il y a cependant des végétariens qui, ayant un chien, lequel n'est pas végétarien, tiennent absolument à ce qu'il se nourrisse comme eux. Puis ils se demandent pourquoi l'animal est si névrosé. Certains rendent leur chat végétarien, ce qui donne des chats gras comme des porcs. Comment un chat peut-il devenir obèse en ne mangeant que des légumes ? Tout comme les êtres humains : en mangeant trop et n'importe comment. Après tout, les pâtes, le pain, le beurre et les crêpes au sirop sont de la nourriture végétarienne.

En matière d'alimentation comme dans tous les autres domaines, la clé n'est pas le végétarisme mais plutôt *l'équilibre*. Même un excès de légumes peut déséquilibrer l'organisme. En outre, Dieu a créé les cochons pour que nous mangions des saucisses. À quoi d'autres les cochons pourraient ils bien servir ? Ils sont là pour être transformés en lard, en saucisses, en côtes de porc et en jambon ! Bien sûr, Dieu nous a aussi fait des intestins qui ne digèrent pas très bien le cochon. Il y a donc un petit problème. Nous absorbons le cochon et une fois en nous, il revient à la vie. Il grogne, couine et fait bien sentir sa présence. Mais c'est tout de même bon de manger du cochon ! Il faut bien se faire un petit plaisir de temps à autre. On ne va tout de même pas passer sa vie à ne manger que des pommes et du céleri !

L'obésité de même qu'une maigreur excessive peuvent déséquilibrer l'organisme et obstruer la libre circulation de la conscience. Si le corps a fort à faire pour supporter un excès de poids – étant entendu que souffrir d'un excès de poids ne signifie pas être simplement appétissant et en bonne santé mais vraiment trop gros –, il ne permettra pas à la conscience de le traverser librement. Si le corps est trop maigre, le champ énergétique est complètement drainé et il n'y a plus de marge permettant de ressentir. La chair est sensible et pour être capable de sentir il faut avoir un peu de viande sur les os. N'ayez pas peur d'avoir des cuisses ! Certaines choses drainent l'énergie tandis que d'autres la renforcent. Donc, si nous entendons pratiquer au maximum, plus nous disposons d'énergie pour le travail spirituel, plus ce travail sera couronné de succès. Toutes les pratiques se font dans la vie ; aussi devons-nous purifier l'organisme et le maintenir pur afin que la conscience puisse le vivifier.

Les trois nourritures selon G. I. Gurdjieff

G. I. Gurdjieff expliquait qu'il existe trois sortes de nourritures dont chaque être humain vit naturellement et automatiquement : la nourriture grossière, la nourriture subtile et la nourriture d'impression. Chacun est, jusqu'à un certain point, le résultat des types de « nourriture » qu'il a absorbés toute sa vie. L'état de notre corps, le degré de tension ou de relaxation dans nos muscles, notre santé, etc., tout cela reflète jusqu'à quel point nous avons bénéficié ou souffert des nourritures absorbées. Les nourritures grossières, les nourritures d'impression et les nourritures subtiles fonctionnent toutes selon les mêmes principes. Le principe de base de la nourriture est le suivant : nous mangeons, le corps prend ce dont il a besoin pour sa nutrition et élimine le reste. Si nous examinons attentivement nos existences, nous verrons qu'il s'agit d'une description exacte.

Au niveau évident des nourritures grossières, nous mangeons les aliments que nous consommons, quels qu'ils soient. Si nous mangeons une nourriture pure, fraîche et vivante, les vitamines et sels minéraux sont facilement absorbés et extraits par le corps. Si nous mangeons une nourriture « tuée » par les radiations, trop de cuisson, de produits chimiques, etc., il ne reste pas grand-chose à extraire pour le corps, sinon ce qui est toxique ou, au mieux, neutre. Si notre corps ne reçoit pas la nourriture dont il a besoin pendant une longue période, il commence à donner des signes de malnutrition, qu'il s'agisse de troubles dans les sécrétions glandulaires, d'épuisement physique, de dysfonctionnement de tel ou tel organe ou autres perturbations.

En plus de la nourriture grossière, il existe deux autres sortes de nourritures qui nous affectent de la même manière. La deuxième sorte s'appelle *nourriture d'impression*. Elle consiste en tout ce qui nous parvient par le biais des cinq sens. Tout ce que nous voyons, entendons, goûtons, sentons par l'odorat et percevons par le toucher est de la nourriture d'impression, si bien que nous consommons des nourritures d'impression vingt-quatre heures sur vingt-quatre.

La nourriture d'impression agit sur l'esprit, lequel est en lien avec la psychologie, la personnalité, etc. Tout choix des nourritures d'impression relève de la psychologie plutôt que de l'essentiel. Nous avons tous des préférences en matière d'impressions définies par notre psychologie – l'art que nous apprécions ou n'apprécions pas, les distractions qui nous attirent, les environnements qui nous plaisent ou nous déplaisent, etc. Par exemple, certaines personnes supportent mal les films violents tandis que d'autres n'en sont aucunement dérangés. Il arrive même que la violence leur plaise – plus c'est violent, mieux c'est. Certains aiment Klee tandis que d'autres aiment Rembrandt et d'autres encore Salvador Dali.

Cependant, quelles que soient nos préférences, tout ce sur quoi les yeux se posent est d'une certaine manière imprimé dans le cerveau ; il en va de même pour tout ce que l'on entend, sent, touche, goûte et éprouve. Cela ne se produit pas seulement au niveau conscient, mais aussi au niveau inconscient. Par exemple, si l'on demande à une personne sous hypnose de décrire la pièce dans laquelle elle se trouve, elle en décrira très exactement chaque détail. Mais une fois sortie de l'hypnose et n'ayant plus recours qu'à sa mémoire consciente, la même personne se souviendra de quelques détails mais en oubliera beaucoup. Donc, même si nous ne sommes pas conscients des effets qu'ont sur nous les impressions malsaines, nous n'en sommes pas moins affectés inconsciemment. Et si la digestion de ces impres-

sions s'avère difficile, nous allons nous retrouver en proie à une sorte d'indigestion psychologique.

Le troisième niveau de nourriture est la *nourriture subtile*. La nourriture subtile, ce sont les énergies fines que nous absorbons en respirant et en existant au sein de l'univers. Jusqu'à un certain point, nous n'avons pas de contrôle sur les nourritures subtiles que nous ingérons. Si nous vivons dans une grande ville industrialisée, où l'air est très pollué, infesté de toxines, nous ne pouvons que respirer cet air-là. Mais il existe d'autres aspects du souffle qui n'ont rien à voir avec la pureté ou la pollution de l'air. Dans la tradition indienne, cet élément est appelé *prana*, ou force de vie. Tout comme, au niveau de la nourriture grossière, nous pouvons bien ou mal nous nourrir, de même nous pouvons apprendre à nous nourrir bien ou mal sur le plan du souffle. Si nous « mangeons » bien la respiration, le corps prend ce dont il a besoin pour nourrir sa force vitale dans l'inspiration et ce qui n'est pas nécessaire est éliminé à l'expiration. Néanmoins, apprendre à utiliser la nourriture subtile exige un niveau de pratique assez avancé.

Comme en toutes choses, le discernement est important en matière de nourriture. Pour disposer d'un maximum d'énergie, de santé et d'équilibre à tous les niveaux – non seulement sur le plan physique mais aussi sur les plans psychologique et subtil, plus nous faisons preuve de discernement vis-à-vis de la nourriture que nous absorbons, plus nous aurons des chances d'être équilibrés et en bonne santé.

Conscience et sagesse

Alors que l'intelligence en tant qu'aptitude à conceptualiser est chimique, procède de la chimie du cerveau, il n'en va pas de même de la sagesse. La sagesse procède de la conscience. La conscience se manifeste de manière unique en chaque forme et chez les êtres humains elle produit de la sagesse. Chez les plantes, la conscience ne produit pas de la sagesse mais plutôt de la beauté. C'est seulement chez les êtres humains que la conscience produit de la sagesse.

La sagesse consiste à servir à l'endroit et au moment où il y a nécessité de servir indépendamment du désir de servir ou de ne pas servir. C'est encore une fois la conscience qui produit de la sagesse. Werner Erhard dit que lorsqu'il se promène dans un parc et voit des détritiques par terre, il les ramasse pour les mettre dans sa poche puis les jeter dans la première poubelle qu'il rencontre sur son chemin. Il dit qu'il n'aime pas ramasser les ordures des autres, que ce n'est pas son boulot, mais que les parcs sont censés être beaux pour leurs visiteurs et que les détritiques n'y sont pas à leur place par terre.

De même, les choix de vie des adeptes de la voie baul n'ont rien à voir avec une morale ; ils procèdent simplement d'un désir de servir la conscience au mieux. Et il se trouve qu'en effet la plupart des actes immoraux ou manquant à l'éthique ne servent pas aussi bien la conscience qu'une existence vécue dans la morale et l'éthique. Mais ce n'est qu'une coïncidence.

Une fois les canaux purifiés pour permettre à la conscience de circuler, il importe de les maintenir purs afin que la sagesse ne se trouve pas de nouveau étouffée. Mais il convient de le faire sans se transformer en un vertueux zélote de la purification ; en effet, la vertu militante étouffe elle aussi la sagesse. En Amérique, les chrétiens qui obstruent l'accès des cliniques où l'on pratique des avortements commettent des meurtres. Ils déclenchent des bombes

pour tuer les médecins et les infirmières pratiquant des interruptions de grossesse sous prétexte qu'« avorter c'est tuer. » Ils commettent des meurtres pour mettre fin au meurtre. C'est du fanatisme vertueux dans lequel il n'y a pas la moindre sagesse. La conscience est sage en définitive. Elle sait ce qui est demandé, nécessaire en chaque circonstance, et sait comment le faire advenir. Toute pratique spirituelle consiste donc à accéder à la conscience pour la laisser faire son travail.

La perspective dans laquelle s'inscrit la pratique baul est la suivante : purifier les canaux par lesquels circule la conscience afin de permettre à la sagesse de se manifester au mieux dans le monde. Si nous pratiquons dans cette perspective, très douce et respectueuse, il nous faudra toujours faire preuve de discipline, méditer, faire de l'exercice, nous alimenter correctement, etc. – mais nous ne supprimerons ni ne nierons la source d'où jaillissent nos illusions et nos obstacles. Si nous pouvions vivre de cette manière, en véhicules de la conscience pure, nous serions libres. Nous serions tous pareils au petit Jésus. Même les femmes auraient des barbes et de petites croix autour du cou... à moins qu'elles ne soient des prêtres orthodoxes avec de gigantesques croix sur la poitrine.

Le paradoxe de la conscience est que, s'il nous faut dans un sens faire un effort – nous devons travailler dur, nous confronter aux obstacles et nous consacrer profondément à notre pratique – il n'en reste pas moins qu'aucun effort ne nous amènera à réussir. Nous devons travailler, et ce n'est pourtant pas le travail qui nous amène au but. « Si vous faites un pas vers Dieu, il fait dix pas vers vous », dit-on. En réalité, il n'y a aucun pas à faire, nulle part où aller et rien à faire, car ce qui est est ici et maintenant, mais en même temps si nous ne faisons pas une sorte de geste, la réalité de « ce qui est » semble perpétuellement nous échapper.

Se construire un fondement solide

Les premières étapes de la purification et de la pratique baul supposent que l'on se construise un fondement solide et que l'on se développe de manière équilibrée. L'existence comporte des moments où la tension est très élevée comme des moments tout à fait ordinaires et une fondation solide nous permet de faire face à la vie telle qu'elle se présente à nous. Avoir des fondations solides signifie que nos existences ne soient pas protégées et repliées sur elles-mêmes, ou si fragiles que la plus petite brise suffise à nous balayer. Cela implique que nous soyons capables de demeurer centrés au sein de différents environnements sans être trop affectés par les circonstances. Si notre fondation est solide, nous jouissons d'un équilibre entre force physique et clarté intellectuelle.

Suivre un chemin spirituel, c'est un peu comme marcher sur un fil dans un cirque. C'est très délicat. Si notre développement n'est pas équilibré, toute circonstance de stress, toute crise est susceptible de provoquer un effondrement du système.

Mettons qu'un homme tombe amoureux de la « femme idéale » – qui l'accepte, l'aime, le respecte, apprécie la nourriture sans se faire des nœuds et n'est pas terrifiée à la perspective de n'avoir pas assez d'argent pour changer sa garde-robe quand survient une nouvelle mode. Si cet homme n'est pas sain et équilibré, il sera inapte à réellement tirer parti de la situation.

Saint François était une personne très compatissante, mais déséquilibrée du point de vue relationnel et incapable de vivre comme un être humain ordinaire. Ses prières étaient incroyablement profondes et sacrées, mais il n'était pas humain. C'était un parfait fanatique.

Pour un saint, c'est très bien, mais la pratique baul consiste à d'abord tenter d'apporter de l'équilibre dans nos existences ordinaires avant de commencer à se lancer dans la conquête d'un Everest spirituel. Beaucoup de bons disciples – des personnes fiables, très sérieuses sur le chemin – aiment se porter volontaires pour accomplir des tâches héroïques alors que, souvent, ils n'ont pas accompli le travail de fondation nécessaire sans lequel il leur sera impossible d'exécuter efficacement ces tâches.

On peut aussi comprendre la nécessité d'une fondation solide en considérant le processus qui consiste à façonner une pierre précieuse à partir d'un diamant brut. Pour façonner un diamant, il faut s'assurer de sa forme puis le frapper avec un marteau au point exact pour qu'il se casse proprement. Si le diamant est frappé au mauvais endroit, il va tomber en miettes. Donc, si nous avons un diamant de quatre carats et sommes capables de le façonner et le polir pour obtenir un diamant de trois carats virgule sept, nous arrivons à un résultat qui vaut beaucoup d'argent. Mais si nous frappons ce joyau d'une valeur potentielle de plusieurs millions de dollars au mauvais endroit, nous nous retrouvons avec une flopée de petits diamants qui valent beaucoup moins. Toute percée importante dans la vie spirituelle se produit quand Dieu nous frappe exactement au point adéquat. C'est l'édification d'une fondation solide qui rend cela possible.

De plus, nous devons avoir une fondation solide avant de manipuler la moindre technique spirituelle. Si tel n'est pas le cas, nous courons le risque de devenir un charlatan de plus, ne serait-ce qu'un charlatan de troisième zone, qui abuse de son pouvoir et fait du mal à ceux qui lui font confiance. Souvent, ces gens commencent, comme la plupart d'entre nous, avec l'intention sincère de servir Dieu, de voir l'humanité vivre en harmonie, etc. Mais vient un moment où ils commencent à utiliser des techniques ésotériques très raffinées, qu'il s'agisse de techniques yogiques hindoues, de techniques issues du bouddhisme tantrique ou autres. Que se produit-il quand ces techniques sont appliquées à un champ énergétique qui n'est pas encore préparé à recevoir l'énergie qu'elles génèrent ?

La technique produit un état qui a toute l'apparence d'un éveil, d'une clarté, d'une supra-conscience tout en amenant simultanément le trop-plein d'énergie ainsi libéré dans les zones d'ombre, non travaillées de notre névrose. La technique réveille une énergie bien plus grande que celle que l'être humain a appris à utiliser dans sa vie ordinaire, et quand toute cette énergie va dans des zones d'ombre, dans les aspects névrotiques, elle exacerbe la névrose au lieu de la dissoudre. Prenons le cas extrême de quelqu'un qui, n'ayant pas travaillé sur ses tendances à la manipulation sexuelle, devient un maître spirituel et se retrouve tout d'un coup face à un parterre de disciples confiants vénérant le moindre de ses gestes : la névrose finit par l'emporter et cette personne a des relations sexuelles avec hommes, femmes et enfants sans se préoccuper de la souffrance et du mal ainsi infligé.

Les techniques mystiques sont très courantes, mais nous ne pouvons accéder au cosmos sur une base de névrose. Ces techniques sont faciles à trouver et faciles à enseigner, mais c'est une insulte au Divin et au chemin spirituel d'apprendre quelque chose pour ensuite ne pas en faire usage ; d'acquérir un outil pour le mettre au placard et de le laisser rouiller. Il y a beaucoup de trucs cosmiques à dénicher, mais comment allons-nous nous y retrouver et en tirer quoi que ce soit de valable si nous sommes dépourvus d'une fondation stable ? Ce sera du gâchis. C'est quand nous sommes un peu stable dans les affaires humaines ordinaires que nous pouvons passer aux affaires cosmiques, grimper à l'échelle de Jacob ou sauver le monde. D'abord, il s'agit de se guérir. Après quoi on peut sauver le monde, puis l'univers entier. Belle progression, non ?

Gérer sa vie

La première étape dans la construction d'une fondation assez solide pour servir de base à une pratique fiable et stable consiste à gérer sa vie. Nous croyons, pour la plupart, être extraordinairement capables, aptes à vraiment prendre les choses en main. Mais bien que nous soyons pour la plupart intelligents, plutôt en bonne santé et peut-être même financièrement à l'aise, cela ne veut pas dire que nous gérons nos vies.

Le critère que l'on peut utiliser pour savoir si nous gérons ou pas notre existence est le suivant : ma vie est-elle plutôt agréable ? Suis-je relativement heureux ? Suis-je en paix avec les choix que j'ai faits et les circonstances de mon existence ? Ai-je un certain degré de sérénité mentale ? Par ailleurs, quelle est ma relation aux autres ? Est-ce que, dans l'ensemble, je traite les autres avec compréhension, respect, bonté et générosité ? Beaucoup d'entre nous avons tendance à nous montrer assez gentils, généreux et compatissants avec nos amis et connaissances, mais pas avec nos enfants et nos parents. Il arrive que l'on soit très compatissant avec sa maîtresse, un peu moins avec son épouse.

De plus, quelle est notre relation à la nourriture ? Est-ce que manger nous terrorise ? Si vous êtes une femme, êtes-vous convaincue que si vous avez un peu de chair sur les os aucun homme ne vous regardera plus ? Il est vrai que certains hommes ne vous regarderont plus. Mais de toute façon, à quoi bon attirer le regard d'un homme à ce point malade ? Certains hommes veulent qu'une femme mesurant un mètre soixante-cinq ne pèse que quarante-cinq kilos, dont au moins cinq kilos de poitrine ! Ces hommes ne sont pas sains et la femme de leurs rêves non plus.

Comment vivons-nous le fait d'être en société ? Apprécions-nous l'amitié, la communication, la chaleur humaine ? En fait, rien que de très simple.

La première priorité pour gérer nos vies est de découvrir « ce qui nous possède ». Il s'agit de savoir de quoi nous sommes esclaves, puis de nous dégager de l'emprise de tout ce qui nous tient. À quoi sommes-nous asservis ? À la politique, au patriotisme, à la culture politiquement correcte, à l'alcool, au sucre, au tabac ? De quoi qu'il puisse s'agir, voyons-le. Si nous avons une dette, payons-la – j'emploie là une métaphore. Si nous devons quelque chose à nos parents, remboursons-les et que c'en soit fini une fois pour toutes. Si nous avons un tribut à payer à notre psychologie, payons-le, et que c'en soit fini. Si nous sommes dépendants d'une substance quelconque, trouvons un moyen de surmonter cette dépendance pour reprendre possession de nos existences. Dieu ne veut pas voir de drogués traîner dans les allées du Ciel, mes chers amis !

Pour illustrer ce que signifie reprendre possession de notre existence, voici un exemple : des Français faisaient de la randonnée dans le Grand Canyon. Ils n'avaient pas regardé la télévision ni passé un coup de fil depuis plusieurs semaines. Au cours de leur randonnée, ils ont croisé un couple d'Américains qui leur ont dit que la France avait gagné la coupe du monde. À peine eurent-ils appris la nouvelle qu'ils laissèrent tout tomber, se ruèrent dans leur tente et en ressortirent au pas de course en brandissant un drapeau français. Puis ils se sont postés au bord du fleuve Colorado pour agiter le drapeau en hurlant à pleins poumons. C'est de l'esclavage. Être ainsi complètement soumis à des conditionnements sociopolitiques revient à ne pas contrôler son existence.

Nous devons nous interroger : de quoi sommes-nous esclaves ? Voilà la priorité de la vie spirituelle : reprendre possession de son existence. Quelle que puisse être notre dysfonctionnement, il nous faut nous en occuper d'une manière ou d'une autre, par la psychothérapie, l'art... peu importe. Nous devons nous en occuper, dans quelque domaine et sous quelque forme que se manifestent cette ou ces anomalies.

La seconde priorité pour gérer nos vies consiste à renoncer à l'idée que nous allons résoudre tous les détails de notre relation à nos parents. Il nous faut cesser d'agir comme si nous avions trois ans et simplement aimer nos parents tels qu'ils sont. Tant de gens passent leur temps à proclamer : « Oh, mon père, jamais je ne lui pardonnerai tout ce qu'il m'a infligé. Je suis handicapé à vie... » Toute cette tragédie, empaillons-la et rangeons-la bien à l'abri du soleil.

Nous aimons tous nos parents, même s'ils nous ont maltraités pendant nos quinze premières années. C'est l'une des perversités de la condition humaine. Si un père singe battait son petit, ce dernier, devenu grand, irait mettre une raclée à son père et prendrait le contrôle de la tribu. Et il baiserait sa mère comme toutes les autres femelles du groupe. Les animaux n'ont pas les mêmes sentiments que nous envers leurs parents. Donc, si nous n'avons pas à leur pardonner, nous devrions en tout cas les accepter tels qu'ils sont et aller de l'avant. C'est ainsi que l'on reprend sa vie à qui nous l'a volée.

Voilà donc ce à quoi l'enseignement s'intéresse en premier lieu : notre relation à la vie ordinaire. Notre travail, nos parents, notre famille, nos enfants, nos amis, nos désirs et nos rêves, bref, notre humanité de base. L'amour, la peur, la beauté, la joie, le chagrin, l'orgueil, la vanité, la concupiscence, l'avidité, la culpabilité... Qu'est-ce que tout cela a à voir avec la vie spirituelle ? Tout ! Si nous ne nous occupons pas d'abord de notre condition humaine ordinaire telle qu'elle est, pas la peine de songer aux réalités cosmiques.

La vie spirituelle consiste en fait à faire offrande de soi-même à Dieu : « Dieu, me voilà, j'aimerais vous être utile, servir votre dessein, sur quelque plan que ce soit – écologique, social, politique, religieux. » Mais si nous ne nous appartenons pas et n'avons rien à offrir à Dieu sinon un paquet de névroses, d'habitudes et d'illusions, Dieu n'en voudra pas. Dieu veut des personnes fortes et lucides vis-à-vis d'elles-mêmes.

Quand nous sommes prêts à faire le travail de Dieu, nous devons y arriver en bonne santé, équilibrés, sains et prêts à bosser. Pour nous rendre ainsi disponibles à Dieu, il nous faut reprendre notre vie à ce qui nous possède.

Si nous abordons le fait de nous mettre au service de Dieu comme nous aborderions une transaction en affaires, avec en arrière-plan l'idée que si nous travaillons bien nous en obtiendrons quelque chose, ne serait-ce que le fait qu'on nous paie un verre, cela nous retombera dessus, tôt ou tard.

Les trois centres selon G. I. Gurdjieff

G. I. Gurdjieff disait que tout être humain a trois « centres » autonomes qui sont en guerre les uns avec les autres, chacun cherchant à prendre le contrôle de l'individu. Selon lui, une évolution spirituelle réelle suppose que se produise une unification au niveau de ces centres. Ces trois centres sont les suivants : le centre intellectuel, associé à l'intelligence, à la raison, à la démarche logique et rationnelle ; le centre du cœur ou du sentiment, associé aux

émotions ; et le centre moteur, ou instinctif, responsable de l'action. Chacun de ces trois centres a une composante « inférieure » et une composante « supérieure ». L'aspect inférieur des centres gravite autour de l'instinct et de la survie ; l'aspect supérieur est en rapport avec la maturation spirituelle.

Voici un exemple de la manière dont fonctionnent ces trois centres : vous allez dans un magasin alors que vous n'avez que très peu d'argent, mais vous voyez quelque chose dont vous avez vraiment envie, qu'il s'agisse d'un vêtement, d'un objet pour votre appartement... Le centre émotionnel vous dit : « Oh, comme tu serais belle dans cette robe », ou : « Oh, si tu avais cette marmite-là, ça changerait tout dans ta cuisine », et il vous attire vers cet objet. Le centre émotionnel, en effet, est complètement impulsif, fougueux et dépourvu de discernement. Le centre intellectuel dit ensuite : « Tu n'as pas beaucoup d'argent. Oui, cet objet t'attire, mais tu n'en as pas vraiment besoin. Tu as beaucoup de vêtements dans le placard », ou : « Tu as déjà des tas de marmites ». Le centre intellectuel est très rationnel et il entre en conflit avec le centre émotionnel. Pendant ce temps, le centre moteur vous fait tendre le bras pour toucher l'objet, parce que c'est ainsi qu'il fonctionne. Le centre moteur prend la robe, la palpe et ressent : « Oh, comme c'est beau, souple, luxueux... »

Chacun des trois centres fonctionne de manière complètement indépendante des autres et l'un d'entre eux va gagner la bataille qui se joue à propos de la robe ou de la marmite. Peut-être allez-vous acheter la marmite et rentrer chez vous. Le centre émotionnel sera très content tandis que le centre intellectuel, lui, sera très mécontent d'avoir essuyé une défaite et fabriquera toute une culpabilité : « Je n'aurais jamais dû dépenser tout cet argent. Maintenant je vais devoir renoncer à cette autre chose que je désirais vraiment », etc.

Autre exemple courant : vous êtes dans un magasin et voilà que passe près de vous une personne très attirante. Le centre émotionnel commence immédiatement à baver, parce qu'il n'est que pure chimie et n'a pas de discernement. Pendant ce temps, le centre intellectuel dit : « Non, ne bouge pas. Souviens-toi de ce qui s'est passé la dernière fois. » Et le centre moteur regarde la personne et commence la drague. L'un des centres va gagner. À ce moment-là, si le centre intellectuel est plus fort, il dit : « Allez, sors du magasin. N'entame pas une conversation. » Si le centre émotionnel gagne, il va vous mettre des mots dans la bouche, commencer la conversation, aller plus loin et tout ce qui s'ensuit. Le centre moteur agira par rapport aux deux autres.

Voilà le développement chaotique de l'être humain. Ordinairement, nous nous développons sans cohérence.

Certaines personnes sont très développées intellectuellement, mais complètement mal à l'aise dans leur corps – même si elles se trouvent être des athlètes déséquilibrées dans d'autres domaines.

On peut le remarquer si on va dans une discothèque. On y voit quelqu'un danser et l'on se dit : « Oh, regarde le rythme de cette personne ! Elle est complètement dans son corps ! » Puis quand on approche la personne en question et qu'on lui demande : « Est-ce que vous aimez cette musique ? », elle répond : « Quoi ? Quelle musique ? » Certaines personnes ont un centre émotionnel très actif : grosses réactions, grosse colère, grand bonheur, grande joie, grosse dépression... mais les deux autres centres sont moins développés.

Chacun des centres, intellectuel, moteur et émotionnel, a son équivalent supérieur. Il y a donc les centres ordinaires et les centres supérieurs. Si nous avons accès à l'un des trois centres supérieurs avant que les trois centres ordinaires ne soient unifiés, cela n'est pas sans conséquence. C'est un peu comme donner un fusil chargé à un enfant en guise de jouet. Ou

alors, dans la mesure où aucune chaîne n'est plus forte que le plus faible de ses maillons, des distorsions et des incompréhensions vont se produire.

Par exemple, si quelqu'un chez qui les trois centres ordinaires ne sont pas unifiés et qui n'a pas atteint une certaine santé psychologique touche par accident le centre moteur supérieur – lequel a à voir avec la sexualité, entre autres choses – et si l'une de ses bizarreries psychologiques consiste à être attiré par les perversions, le contact avec le centre moteur supérieur va augmenter jusqu'au centuple l'énergie sexuelle. Nous savons tous que lorsque nous sommes « chauds » nous avons l'impression de pouvoir alimenter en énergie la moitié de la ville de Paris ; représentez-vous quelqu'un qui éprouverait cette énergie multipliée par dix... Il y a de soi-disant maîtres qui non seulement font l'amour avec n'importe qui – hommes, femmes, enfants, mais qui finissent aussi par faire du mal à leurs élèves dans bien d'autres domaines. Ils en arrivent même à souiller l'enseignement lui-même au lieu de se montrer intègres vis-à-vis du chemin.

Par conséquent, il est très important de développer une unité et une cohérence entre les centres. En effet, tout degré de pouvoir que l'on nous donne va complètement exacerber la moindre aberration psychologique latente en nous, nous conduisant ainsi à une mégalomanie telle que la moindre critique nous mettra en rage, jusqu'à déclencher violence et cruauté. De plus, l'unification des trois centres nous permet de nous rendre n'importe où tout en restant conscient, si bien que nous pouvons alors tirer parti du potentiel de chaque endroit.

Accepter ce qui est

Un autre aspect important, quoique moins visible, de la pratique consiste à simplement porter notre attention sur la vie telle qu'elle est d'une manière très consciente. Un maître spirituel qui nous apparaît complètement un avec ce qui est, et par conséquent serein, l'est du fait de l'acceptation et non parce que sa situation est bien en ordre ou prévisible. Si bien des écoles spirituelles prônent la pratique de rituels complexes, elles n'accordent souvent pas assez d'importance à la pratique consistant à considérer clairement l'existence telle qu'elle est.

Le secret de la vie tient en quelque mot : Ce qui est, ici et maintenant. C'est ainsi que l'a exprimé le maître d'Arnaud Desjardins, Swâmi Prajnanpad. Si l'amour est ce qui est, parfait. C'est ce à quoi nous aspirons tous. Nous voulons que nos vies soient remplies d'amour, de bonheur et d'équanimité et c'est une aspiration raisonnable. Réaliste, non, raisonnable, oui. Mais si certains jours la vie telle qu'elle est s'avère heureuse, sereine et belle, d'autres jours elle est totalement chaotique, embrouillée, pleine de rebondissements et de crises. Quand l'ordre est ce qui est, c'est ce qui est. Quand le chaos est ce qui est, c'est ce qui est.

Lorsque les molécules et les atomes ont été découverts, on y a trouvé un certain ordre et ce fut un grand soulagement ; mais quand on a découvert les particules subatomiques, on n'a pas pu y trouver la moindre trace perceptible d'un ordre quelconque. La conscience fonctionne de manière très chaotique. Un jour, nous sommes parfaitement lucides et tout paraît simple ; le lendemain, nous voilà perdus, en pleine crise, en proie à la confusion.

En fait, il nous faut faire avec ce que nous avons maintenant. Si nous sommes bloqués d'une manière ou d'une autre, il nous faut le prendre tel quel et y faire face tel quel afin de tirer le meilleur parti de la situation telle qu'elle est et non telle qu'elle pourrait être, devrait être ou serait si... Malheureusement, accepter ce qui est suppose que l'on ne se contente pas

de considérer la surface de nos existences. La plupart d'entre nous considérons nos vies et pensons : « Ah oui. Je suis ici, très bien. Ce qui est est. Je suis assis sur une chaise en train de lire un livre et je l'accepte. » Mais qu'en est-il du reste de l'univers, y compris le reste de notre univers ? Qu'en est-il de notre centre émotionnel, de nos corps subtils ?

Pour donner un exemple de cette « acceptation » superficielle, mettons que nous soyons assis au cinéma et remarquons que nous ressentons une attirance pour notre voisin ou voisine. Peut-être allons nous nous dire : « Je vois que je suis attiré par cette personne et j'accepte que c'est ce qui est. J'accepte cette attirance. » Mais même si nous acceptons effectivement cette attirance, ce qui est à un moment donné est la totalité de ce qui est, non une petite facette du tout. Qu'en est-il du reste de la réalité, à savoir que cette personne est exactement comme notre mère, que nous le sentons par une sorte de télépathie et que notre attirance se fonde sur le désir de recevoir de notre mère l'amour que nous n'avons pu obtenir auparavant ? Si nous n'acceptons pas tout cela, nous n'acceptons pas ce qui est.

Les êtres humains tendent à accepter de manière stratégique et sélective. Il y a des choses que nous voyons, d'autres que nous ne voyons pas et, en fait, refusons de voir même si elles sont sous notre nez. Nous acceptons ce que nous avons intérêt à accepter dans l'instant, tout en ignorant et en niant ce qui ne nous paraît pas intéressant pour nous, jusqu'à faire comme si cela n'existait pas.

On pourrait croire que chacun ne désire voir que les aspects positifs de son existence ; et pourtant, certains préfèrent dramatiser leur souffrance. Ils disent : « Je veux bien accepter les facettes douloureuses de ma vie. J'accepte le fait que mon père me battait et que j'en suis encore à rechercher son amour et son respect. » En fait, la personne trouve son intérêt dans ce type d'approche. Son chagrin et son combat par rapport aux souffrances infligées vont lui valoir beaucoup de sympathies et de « caresses ». Peut-être acceptons-nous un aspect particulièrement douloureux de notre vie, mais acceptons-nous nos motivations, le fait que nous n'acceptons et reconnaissons cet aspect que pour obtenir la sympathie d'autrui ? Comme le répète souvent le maître spirituel Arnaud Desjardins : « Accepter ce qui est ici et maintenant est très simple, mais ce n'est pas facile. »

Nous sommes enclins à accepter les choses telles qu'elles sont tant que cela va comme nous voulons ; mais dès que se présente quelque chose qui sort de notre système de valeurs, nous le rejetons. Nombreux sont ceux qui, connaissant la pratique de l'acceptation, se pavent en disant : « Oui, j'accepte ce qui est, tel que c'est, ici et maintenant », alors même qu'ils n'ont rien accepté du tout. Tout ce qu'ils ont accepté, ce sont leurs illusions. Si l'acceptation leur fichait une grande claque en pleine figure, ils ne la reconnaîtraient même pas.

Lorsque nous acceptons ce qui est, nous devons l'accepter à tous les niveaux, depuis l'essence la plus subtile et sublime jusqu'aux niveaux les plus grossiers de notre ombre, y compris notre rage réprimée, nos frustrations, notre cruauté, notre déni, etc. Nous prétendons vouloir la réalité, Dieu, la liberté, mais nous ne voulons pas regarder en face les tendances inhumaines qui demeurent en nous : la vengeance, la violence, l'agressivité. Et pourtant, il faut bien que nous les considérions. Lorsque nous commençons à explorer notre ombre, c'est l'enfer. Mais ainsi que le disent tous les mythes, c'est le fait d'apprivoiser les démons qui permet aux héros de survivre au monde souterrain et de revenir au monde supérieur. Apprivoiser les démons signifie voir, connaître et accepter ce qui est. Tôt ou tard, chacun de nous devra cartographier son propre monde souterrain pour entreprendre le voyage chamanique du démembrement et de la résurrection. Apprivoiser les démons, c'est être à l'aise avec le fait même qu'ils existent en nous.

Si nous voulons en arriver à des étapes plus élevées de notre vie spirituelle, il nous faut commencer par les bases. Au début, nous devons faire un effort conscient pour simplement ne pas oublier d'accepter ce qui est ; il nous faut fissurer l'armure de l'ego. Mais plus la fissure est large, plus la pratique prend soin d'elle-même.

Ici et maintenant

Un autre élément de la pratique de l'acceptation consiste à accepter ce qui est ici et maintenant. Pas demain, le mois prochain, dans deux ans. Le concept même de chemin implique que l'on se rende d'un point à un autre, mais en fait on ne bouge jamais. On ne fait que réaliser où l'on se trouve déjà.

Pourquoi la notion de « ici et maintenant » s'avère-t-elle si importante dans le processus de l'acceptation de ce qui est ? Nous avons tendance à formuler de grandes généralités, puis à prétendre les appliquer en toutes circonstances.

Souvent, nous allons inconsciemment accepter que nos habitudes sont ce qu'elles sont, comme si, puisqu'il en a toujours été ainsi, cela ne devait jamais changer, au lieu de faire face au moment présent. Par exemple, il se peut que nous soyons régulièrement virés parce que nous arrivons toujours au boulot avec une demi-heure de retard. Puis nous découvrons une voie spirituelle où l'on nous propose d'accepter « ce qui est ». Nous nous tenons donc le raisonnement suivant : « Je vais accepter ce qui est : je suis toujours en retard. » Le problème, en l'occurrence, c'est que notre acceptation n'a rien à voir avec ce qui se produit ici et maintenant et que nous utilisons cette idée de « l'acceptation » pour nous complaire dans une mauvaise habitude du passé. Alors que, consciemment, nous prétendons vouloir changer, inconsciemment nous sommes en train de nous dire : « Je suis comme je suis et je n'ai pas besoin de m'interroger sur mon manque d'intégrité. »

L'« ici et maintenant » dans la formule « accepter ce qui est » élimine le passé comme le futur et nous ramène au moment présent. C'est un point tout à fait crucial, le pivot de cet enseignement sur l'acceptation de ce qui est. « Ici et maintenant » définit la réalité de ce moment comme absolument distincte des schémas chroniques de mécanicité qui trouvent leur source dans le passé et déterminent le futur. « Ce qui est ici et maintenant » est seulement dans le moment présent. Le passé n'a aucun pouvoir sur le moment présent et le futur n'existe pas, à moins que notre inconscient ou nous-mêmes ne fabriquions des influences passées ou futures.

Par conséquent, tout peut arriver dans le moment suivant dès lors qu'il est dégagé de ces influences. Donc, au lieu de nous dire : « Ce qui est, c'est que je suis toujours en retard », nous pouvons reconnaître que, oui, nous sommes en retard maintenant, tout en étant ouverts au moment suivant. Dans le moment présent, il n'y a pas de moment suivant ; c'est seulement lorsque le moment suivant devient le moment présent que ce moment existe.

Lorsque nous disons « Ce qui est est ici et maintenant », cela signifie *uniquement* ici et maintenant. Ce n'est pas : « Ce qui est ici et maintenant *était*... », ou : « Ce qui est ici et maintenant *va être* ». L'acceptation de ce qui est est précise, spécifique, elle relève d'une connaissance spécifique du moment présent. Lorsque nous acceptons ce qui est ici et maintenant, nous disons à la vie : « Je n'ai pas besoin de te manipuler, de te contrôler. Tout est bien tel quel. » Et dans cette liberté, c'est la *vie* qui définit le moment suivant plutôt que notre psychologie.

La vie, en fin de compte, est sage. La sagesse humaine résulte de l'éducation et de l'expérience, mais la sagesse de la vie est fondée sur la réalité essentielle de l'univers entier tel qu'il est ! La vie n'est pas fermée ou névrosée, rétive à l'expérience, blindée comme tendent à l'être les humains du fait de leur psychologie. Lorsque nous nous abandonnons à la sagesse de la vie, « nous » n'avons pas besoin de décider quoi que ce soit. Nous n'avons pas besoin de nous préoccuper de nous-mêmes. La vie va nous montrer le chemin, sachant qu'en tant qu'être humains nous ne pourrions jamais gérer nos existences avec autant de sagesse et d'intelligence que la vie elle-même. L'intelligence individuelle n'est rien comparée à l'intelligence de la vie. Lorsque nous acceptons ce qui est tel quel, ici et maintenant, sans rien exclure, la vie se présente naturellement telle qu'elle est dans l'instant suivant. Et si ce qui est ici et maintenant n'est pas complètement en accord avec la réalité, cela change.

« Accepter que ce qui est soit » sous entend que nous ne sommes pas séparés. Il n'existe pas de moi séparé qui puisse accepter. Notre corps semble indépendant et distinct des autres, mais cela même est une illusion. Au niveau d'énergie le plus grossier, il y a une apparence de séparation, mais aux niveaux plus subtils il n'y en a aucune, même entre les corps apparemment indépendants. La séparation est une illusion, et comment pourrions-nous accepter une illusion sinon telle qu'elle est en tant qu'illusion ? Accepter ce qui est consiste à utiliser tout ce que la vie nous donne de manière à servir le Divin, car ce qui sert le Divin non seulement nous sert, mais sert aussi l'humanité.

L'acceptation objective ici décrite est identique à la conscience lucide. Elle peut écarter instantanément tous les obstacles, ne serait-ce que dans l'instant. Souvent, nous acceptons par étapes ou acceptons intellectuellement mais, qui sait ?, il se peut qu'un jour nous acceptions ce qui est. Peut-être croirons nous n'accepter qu'intellectuellement alors que notre acceptation sera en fait objective et totale. Et par là même, c'est toute notre perspective qui pourrait changer.

Puisque nous ne savons jamais si notre acceptation va s'avérer objective et donc réellement induire un changement, il nous faut continuer à accepter, à accepter, à accepter, autant que cela nous est possible. Et un jour cette acceptation sera objective, parce que ce sera le bon moment et le bon endroit. D'ici là, nous devons persévérer. La pratique est toujours la même, indépendamment de la circonstance à partir de laquelle nous pratiquons.

Quand nous vivons ici et maintenant, quand nous acceptons ce qui est, toute pensée et tout geste deviennent une prière. En ce sens, la prière pourrait être définie comme une forme de vénération, l'expression d'une gratitude, ou une « louange », plutôt qu'une sorte de demande adressée par *moi* pour que *ma* vie, ou même celle des autres, soit meilleure.

Nous prions lorsque nous comprenons que tout ce qui se présente dans l'instant est le cadeau de Dieu. La vie est le cadeau de Dieu, mais nous ne le savons pas, car nous tentons sans relâche de modeler la vie à *notre* image – et même ce fait, il s'agit de l'accepter en tant que tel. Essentiellement, tout ce qui se présente est le cadeau de Dieu et lorsque nous reconnaissons cela, nous en éprouvons une gratitude susceptible de s'exprimer sous forme de louange ou de service. Mais tout est alors prière puisque tout advient dans la perspective de la reconnaissance de ce qui est tel que c'est. Le Divin est absolu, et dans la reconnaissance de cette nature absolue réside la gratitude. Nous n'avons pas besoin de prononcer les mots : « Merci, mon Dieu ». Il nous suffit de vivre la vie ici et maintenant et toute action qui advient ici et maintenant est ce qui est, et par là même est une prière.

Une implacable honnêteté

Nous ne pouvons accepter ce qui est sans voir ce qui est. Faire preuve vis-à-vis de soi-même d'une honnêteté radicale et implacable équivaut à voir ce qui est. Lorsque nous nous engageons sur le chemin, nous prenons un engagement, consciemment ou inconsciemment, celui de nous voir nous-mêmes tels que nous sommes à chaque instant. Afin de nous voir nous-mêmes avec une honnêteté à ce point impitoyable qu'aucun aspect ne demeure dans l'ombre, il nous faut creuser en nous-mêmes, nous regarder et faire preuve d'une lucidité absolue quant à nos manifestations. Si cette fondation n'est pas là, aucun progrès n'est possible sur la voie.

L'honnêteté vis-à-vis de soi-même confère une gigantesque liberté. Pour la plupart, nous avons tendance à résister à cette lucidité et à cet examen de soi. Nous craignons en effet de ne pas aimer ce que nous allons découvrir si nous commençons à creuser. Mais dès que nous sommes libérés du fardeau de notre propre déni, nous découvrons presque toujours que ce déni est en lui-même bien pire que ce que nous ne voulions pas voir.

L'honnêteté à l'égard de nous-mêmes nous aide à dépasser la surface des choses. Aller plus loin que les apparences est nécessaire, non seulement dans la sadhana baul mais dans tout chemin spirituel sérieux. Chacun joue son rôle particulier dans le monde, mais qu'y a-t-il derrière ce rôle ? Un besoin d'être supérieur aux autres ? Ou d'être aimé et désiré à cause de notre goût, de notre style, de notre charisme ? Si nous nous teignons les cheveux, qu'est-ce que cela cache ? Si nous ne nous teignons pas les cheveux, qu'est-ce que cela cache ?

Quoi qu'il en soit, nous devons regarder ce qui réside derrière les apparences. Quelle merveille que de pouvoir se mettre soi-même en cause suffisamment pour voir les zones où nous sommes complètement aveugles, inaptes à percevoir la réalité !

Il nous faut cultiver l'habitude de nous observer nous-mêmes, non seulement avec une honnêteté sans concessions mais aussi sans jugement ni interprétation. La lucidité à l'égard de soi-même implique en effet l'absence de jugement. Si nous qualifions ce que nous sommes en train d'observer en nous-mêmes – « Est-ce bien ou mal, est-ce utile ou non ? » –, nous préjugeons de la réalité alors que ce n'est pas à nous de le faire. Nous devrions au contraire simplement remarquer ce qui est sans questions ni jugements.

Si nous prenons l'habitude de nous observer nous-mêmes sans jugement, attente, préjugé, interprétation ou analyse, l'intelligence innée du corps – la sagesse de la vie – nous dira dans le moment suivant si nous sommes ou non en train de nous égarer. Comme cela a été dit précédemment, quelque part en nous-mêmes nous savons ce qui est vrai. Le mental obscurcit cette sagesse et cette connaissance avec toutes ses questions, ses considérations, tous ses doutes, ses préjugés, etc., mais si nous sommes capables d'être honnêtes vis-à-vis de ce qui est, tel quel, sans nous demander si c'est ou non authentique, la vérité s'imposera. Si ce qui se manifeste dans l'instant s'avère authentique, cela le demeurera. Si ce n'est pas le cas, le corps nous le montrera, le moment venu et à l'endroit approprié sans que nous devions faire quoi que ce soit d'autre que continuer à observer sans jugement. Nous devons porter notre effort sur l'honnêteté radicale à l'égard de nous-mêmes jusqu'à ce que ce travail produise la réalisation de « ce qui est ». À ce point, tout se présente naturellement et sans effort, si bien que l'on cesse d'être mené par les habitudes chroniques.

Il nous faut arriver à être impitoyablement honnêtes vis-à-vis de nous-mêmes, au point de distinguer ce que notre esprit conscient nous dit de ce que l'inconscient manifeste à travers nos actions. Si nous sommes à l'écoute de ce qui est, et que quelque chose est nécessaire dans l'instant, nous nous en occupons aussitôt, même si cela nous amène à rompre avec nos habitudes ou nos préférences personnelles. Par exemple, si nous sommes en train de parler au téléphone dans une pièce où se trouve notre enfant et que ce dernier tombe puis commence à pleurer, raccrocher et s'occuper de l'enfant est ce qui est demandé dans l'instant. Si nous sommes lucides et à l'écoute de « ce qui est », nous n'hésiterons pas à nous occuper de l'enfant même si cela nous embête de devoir nous interrompre. Nous ne le faisons pas parce que le maître spirituel ou l'Église l'a dit, mais parce qu'il s'agit là d'une éthique universelle et naturelle à laquelle nous sommes reliés.

Nous devons être impitoyablement honnêtes envers nous-mêmes afin de contrôler consciemment nos habitudes. Un jour, le mystique russe G. I. Gurdjieff travaillait avec une élève qui fumait beaucoup et il lui dit : « Il faut que vous cessiez de fumer. » Elle prit ses paroles au sérieux, travailla très dur et s'efforça de s'arrêter. Environ un an plus tard, Gurdjieff fumait et il lui offrit une cigarette. Elle en fut choquée, le regarda et lui dit : « Vous ne vous souvenez pas m'avoir demandé d'arrêter ? Cela fait un an que je n'ai pas fumé une seule cigarette. » Gurdjieff lui dit alors : « Vous êtes encore une fumeuse jusqu'à ce que vous puissiez à tout moment fumer une cigarette sans qu'il y ait le moindre attachement émotionnel ou psychologique à cette habitude. »

Il lui dit que si elle ne parvenait pas à contrôler cette habitude, elle demeurerait une fumeuse, même si elle ne fumait plus jamais de toute sa vie.

La plupart d'entre nous n'avons aucun choix en ce qui concerne nos habitudes. Si nous pouvons parler comme ne pas parler, fumer comme ne pas fumer, boire de l'alcool comme ne pas en boire, manger comme ne pas manger du gâteau au chocolat, entamer comme ne pas entamer une relation, alors nous avons le choix.

Cependant, nous ne sommes, pour la plupart, pas prêts à faire preuve de l'honnêteté radicale qui seule permet ce choix. Quand nous avons le choix, quand nous sommes honnêtes vis-à-vis de nous-mêmes au point de voir clairement, ce qui s'impose s'impose naturellement et sans effort. Nul besoin d'activité musculaire ou d'effort pour s'engager dans l'action appropriée.

Souvenez-vous que l'honnêteté et l'acceptation ne font pas nécessairement disparaître toutes les habitudes. Les habitudes qui nuisent à la pleine conscience se modifient bel et bien, mais il existe aussi des habitudes du corps à qui l'on permet de continuer dans la mesure où elles ne font pas obstacle au cheminement. L'honnêteté radicale ne signifie pas que nous cessions nécessairement de nous brosser les dents comme à notre habitude, modifions nos habitudes alimentaires, notre façon de conduire ou notre style vestimentaire. En un sens, tout ce que nous faisons relève de l'habitude, mais quand nous acceptons ce qui est, cela qui en nous et conscient n'est en rien impliqué par notre activité ou notre comportement. Cela signifie que l'habitude se poursuit naturellement mais n'est en rien problématique. Nous la percevons telle qu'elle est. Elle correspond ou non à la nécessité du moment. Chez la personne qui a « accepté ce qui est », ce qui doit être fait est fait, et si rien de particulier ne doit être fait, la « machine » – l'ensemble d'habitudes – continue sur sa lancée. Plus nous nous connaissons et nous sommes vus nous-mêmes, sans manifester nos tendances en action, plus nous sommes aptes à utiliser cette connaissance en tant que stress constructif afin d'établir

dans notre existence une discipline, une persévérance et une compréhension compatissante de la souffrance des autres.

Il est difficile d'évaluer jusqu'à quel point on est honnête avec soi-même. L'honnêteté radicale à l'égard de soi-même est une aptitude qui peut être apprise, mais nous avons besoin au départ d'une mesure extérieure, celle que donne le maître, pour savoir dans quelle mesure nous faisons ou non preuve de cette honnêteté. Il se peut que nous nous disions : « J'ai travaillé dur. Je ne cesse de devenir de plus en plus honnête avec moi-même » ; mais l'honnêteté radicale vis-à-vis de soi-même consiste en une aptitude à voir ce qui est de manière absolue, lucide et sans concessions, puis à l'accepter tel quel. Attention à ne pas nous croire honnêtes simplement parce que nous sommes aptes à bien parler. Il arrive souvent qu'avec l'âge on devienne davantage capable de s'adapter aux circonstances. On interprète alors cela comme la preuve que l'on accepte ce qui est, au lieu de reconnaître que l'on est toujours aussi égaré dans son monde subjectif, avec simplement un peu plus d'adaptabilité. Il ne s'agit pas d'arriver au terme de notre existence en étant devenu un petit peu plus honnête sans que rien n'ait changé.

Tout ceci étant dit, bien que l'honnêteté rigoureuse à l'égard de soi-même soit une nécessité sur la voie, il faut aussi avoir le sens de l'humour. Nous pouvons être rigoureusement honnêtes, mais à ce point dépourvus d'humour que nous en devenons rigides, confits de vertu et commençons à faire la morale à tout le monde. La vie spirituelle est une affaire très sérieuse, mais elle est aussi tellement bizarre qu'il y a parfois, souvent, de quoi en rire aux larmes. On peut rire de beaucoup de choses, y compris de soi-même.

La ténacité de l'ego

Quand nous nous engageons sur le chemin, nous sommes pour la plupart très sincères et engagés, pour autant que nous sachions de quoi il retourne, mais nous sommes aussi très naïfs. La promesse du chemin est merveilleuse : être libre de la tyrannie de l'ego ! Mais c'est un choc de découvrir la ténacité de cet ego.

L'ego est un adversaire très complexe et nous n'avons aucune idée de l'extrémité jusqu'à laquelle il nous faudra aller pour le coincer et le rendre vulnérable. En fait, il est presque impossible d'acculer l'ego sans bénéficier d'une aide extérieure. C'est théoriquement possible et il en existe dans l'histoire quelques rares exemples, mais cela demeure hautement improbable – voir le chapitre 6 consacré au maître.

Pour la plupart, nous sommes face à l'ego, un adversaire très subtil et retors qui fera tout ce qui est en son pouvoir pour nous empêcher de nous transformer.

La manière efficace de travailler avec l'ego ressemble à celle dont on travaille avec l'énergie dans l'art martial nommé aikido. En aikido, lorsque l'adversaire vient vers soi pour attaquer, on utilise son élan et son énergie pour le retourner et gagner la compétition. Il nous faut travailler de la même façon avec l'ego, utiliser son élan pour le retourner contre lui. Tenter une attaque frontale contre l'ego s'avère en général frustrant et vain. C'est pourquoi il nous faut nous regarder nous-mêmes avec lucidité. En effet, si nous ne savons pas ce que fait l'ego, nous ne pouvons en user à notre avantage. Bien sûr, nous souhaitons voir tout ce qu'il a de bon dans notre fonctionnement, mais nous ne tenons pas à regarder ce qui est moins attrayant. Aussi ne nous regardons-nous que partiellement, ce qui nous amène à ne pas voir exactement qui nous sommes. Le déni prend beaucoup d'énergie. Si nous pouvions

utiliser cette énergie à notre profit, nous aurions accès à d'immenses ressources. Mais afin de l'utiliser à notre avantage, il nous faut d'abord voir cette énergie à l'œuvre.

Gurdjieff et la comtesse

G. I. Gurdjieff était renommé pour passer beaucoup de temps dans sa cuisine à préparer de grands repas pour ses élèves et ses visiteurs. Un jour une comtesse vint à l'une de ses soirées. Gurdjieff lui déroula le tapis rouge. Il ne cessa de la complimenter toute la soirée – un petit compliment par-ci, un petit compliment par-là... Il prononçait quelque parole obscure puis ajoutait : « Bien sûr, la comtesse comprend ce que je veux dire. » Au fil de la soirée, elle se rengorgeait de plus en plus du fait des louanges que Gurdjieff déversait sur elle à profusion. À un moment donné, elle lui dit : « Je vous ai apporté quelque chose de spécial », et elle lui présenta une magnifique veste brodée d'or, de toute évidence très coûteuse. Gurdjieff s'en revêtit et s'exclama : « Oh, jamais je n'ai eu une chose pareille ! » Il ne cessa d'en rajouter, répétant à quel point cette veste était magnifique tandis que la comtesse nageait dans la flatterie. Puis il lui dit : « Comtesse, c'est l'heure de préparer le dîner. Voudriez-vous m'aider à la cuisine ? » Prêter assistance à Gurdjieff dans la cuisine était l'honneur suprême. Elle ne se sentait plus de joie, tout en rajoutant dans la fausse humilité. Ils allèrent dans la cuisine et Gurdjieff cuisina une grande marmite de ragoût – pleine d'huile, de tomates et de toutes sortes d'ingrédients. Tandis qu'il y jetait les épices, il dit à la comtesse : « À vous de remuer le ragoût. » Elle prit donc la cuillère et remua très délicatement la sauce, à la manière d'une comtesse. Gurdjieff jeta un œil et dit : « Non, non, comtesse, pas comme ça ! Faites comme ceci... » Et il plongea ses mains dans la sauce, pour la malaxer. Puis il retira les mains, balaya la cuisine du regard et, hop ! il s'essuya tout du long de la veste brodée. La comtesse eut alors l'occasion de voir jusqu'à quel point elle faisait réellement confiance à Gurdjieff.

L'investigation intérieure

Une autre manière de cultiver l'honnêteté vis-à-vis de soi-même repose sur le processus de l'investigation intérieure⁶. Pour la pratiquer, il s'agit, lorsqu'un obstacle donné se présente en nous, de l'observer autant que cela nous est possible avec en arrière plan une question : « D'où cela vient-il ? Quelle en est la source ? » Cette question sert d'irritant, et c'est bien ce que nous voulons, car nous n'en avons pas la réponse. Nous pouvons utiliser cet irritant en restant branché sur la question et en persistant avec une intensité propre à rendre l'absence d'une réponse encore plus irritante. Avec le temps, plus ou moins lentement ou rapidement selon l'intensité que nous mettons dans le processus, nous pénétrerons de plus en plus profondément dans l'irritation jusqu'à en arriver à la source du mécanisme en cause. Ce procédé exige beaucoup d'attention, de sérieux, de cohérence et de persistance, mais sur un fond de détente, en voyant simplement ce qui est.

Ce processus est semblable à ce qui se produit lors des sesshins zen. Les gens s'assoient en méditation huit, dix ou douze heures par jour pendant une, deux ou trois semaines et travaillent sur une question. Cependant, nous avons pour la plupart un travail, une famille, la

⁶ Le processus de l'investigation intérieure est également abordé dans *L'Alchimie du Réel*, Éditions du Relié, 1993.

cuisine et le ménage à faire, sans parler d'autres tâches, si bien que nous ne pouvons consacrer quatorze heures par jour à nous questionner ainsi. À la place, nous sommes en mesure de pratiquer l'investigation intérieure autant que cela nous est possible tout au long de la journée. Lorsque nous remarquons la présence en nous d'une irritation, nous reconnaissons qu'elle est là et lui appliquons la question non formulée : « D'où cela vient-il ? » Si nous persistons à le faire, la vision que nous avons de nos propres mécanismes s'approfondira jusqu'à ce qu'un jour nous en trouvions la source, simplement en regardant. C'est littéralement aussi simple que cela.

La valeur de l'irritation dans la pratique spirituelle

L'irritation qui se lève par l'investigation intérieure et d'autres pratiques est très précieuse. Le maître zen Soen Sa Nim a dit : « Bonne situation, mauvaise situation ; mauvaise situation, bonne situation. » La nature humaine est ainsi faite que quand tout va bien nous ne pratiquons plus. Quand tout se déroule à notre convenance et que rien ne nous dérange, au lieu d'aller plus profond nous cessons de regarder et de voir. Mais quand il y a irritation, quand la vie nous pousse, alors nous pratiquons.

Gurdjieff appelait l'irritation un *facteur de rappel*. C'est le petit diable qui nous arrache à notre état de sommeil parce que nous voulons être soulagés de ce qui nous irrite. Il ne cesse de nous taper sur l'épaule en disant : « Oh ! Réveille toi ! Sois vigilant ! ». Nous avons toutes les réponses, mais elles sont cachées à notre vue et le conflit contribue à faire advenir une conscience de ces réponses.

Certaines voies spirituelles recommandent même aux élèves de se débrouiller pour toujours avoir dans leur vie un facteur d'irritation. Par exemple, on conseille de ne jamais manger jusqu'à satiété, mais de quitter la table en ayant un peu faim, de sorte que le corps lui-même fournisse le dérangement. Carlos Castaneda parle de la valeur du « petit tyran » et de la manière dont nous pouvons intentionnellement tirer parti des irritants, grands ou petits. Par exemple, si notre patron est toujours en train de jouer les chefs et de profiter de sa situation, nous pouvons tirer parti de cette irritation de manière créative, ou au contraire décompresser par la colère ou l'impression d'être victime.

L'irritation intentionnelle ne doit en aucun cas présenter un danger ou impliquer d'autres personnes. Tomber enceinte pourrait être un fabuleux facteur de rappel, car nous aurons ensuite à nous préoccuper d'un enfant pour le restant de nos jours, mais cela implique aussi la vie de l'enfant. Donc, vouloir disposer d'un facteur de rappel pour la pratique n'est pas en soi une raison suffisante pour être enceinte. L'irritation pourrait consister, si nous avons un peu froid, à ne pas mettre immédiatement un pull ou, si nous avons chaud, à ne pas l'enlever de suite.

Bien sûr, la question se pose alors : que faire une fois que l'on est irrité ? La réponse est qu'il s'agit simplement de se regarder lucidement soi-même avec l'intensité que génère le fait de demeurer en contact avec l'irritation plutôt que de tenter de la soulager. Si nous voulions planer dans les hautes sphères, nous pourrions dire : « Si Dieu ne souffrait pas, il n'y aurait pas d'univers, pas de manifestation, pas d'existence, rien. » Car ce qui est en haut est comme ce qui est en bas. Nous avons besoin d'être irrités pour pratiquer et travailler, Dieu aussi, la différence étant que le travail de Dieu est celui de la création. « Oh, on aurait peut-être be-

soin d'un autre système solaire là-bas », ou : « Les hommes et les femmes n'ont pas si bien travaillé. Trop de violence, de guerre. Essayons autre chose ».

« Mauvaise situation, bonne situation » ne signifie pas que nous devrions chercher à nous mettre dans des circonstances dangereuses, mais que nous devrions veiller à ne pas trop nous installer dans un confort préjudiciable à notre aspiration spirituelle et à notre pratique. Nous sommes tellement enclins à devenir des abrutis affalés sur le canapé...

La résistance à la pratique

Les gens ont de grandes résistances à l'égard de la pratique spirituelle. Ils lisent un livre, vont visiter un ashram et entendent parler de la pratique, puis ils s'empressent de l'oublier. Dans les années soixante-dix, il y avait un séminaire très populaire au cours duquel, trois jours durant, les gens étudiaient toutes sortes de techniques parapsychologiques, apprenaient à développer des pouvoirs psychiques et occultes, à utiliser les rêves, etc. Quatre-vingt-quinze pour cent des participants connaissaient des expériences spectaculaires durant ces trois jours : guérisons au sein de leur famille, retournements de situations en leur faveur, opportunités financières... C'était impressionnant. Ils faisaient la preuve de ce qu'ils avaient appris – et se montraient souvent très compétents –, puis quittaient le stage enthousiastes, tout excités. Néanmoins, une semaine après, quatre-vingt-dix pour cent d'entre eux avaient cessé de vivre et pratiquer ce qu'ils avaient appris lors du séminaire.

Les êtres humains fonctionnent ainsi : chaque fois que quelqu'un comprend quelque chose d'important, quand un aspect de la vie spirituelle et de son exigence est réellement perçu, la première chose que fait la psychologie est de s'égarer pour essayer d'une manière ou d'une autre d'empêcher l'intégration de ce qui a été réalisé. Cette résistance est souvent inconsciente, elle se fait jour dans la vie ordinaire au travers de crises et d'humeurs sombres. On la ressent souvent comme intense et difficile, mais son intensité n'est souvent provoquée que par la résistance inconsciente. Cette intensité n'indique pas une réelle difficulté dans la pratique ou le travail spirituel, elle procède purement de la psychologie.

En fait, l'une des tactiques de l'inconscient pour essayer d'éviter les exigences de la pratique est de nier les changements réels qui se sont produits chez la personne en se fixant sur la résistance et sur ce qui n'a pas encore changé.

Les gens disent : « Ça fait quinze ans que je suis là et rien n'a changé. Je suis toujours le même. À quoi bon ? » Et à bien des égards, on est toujours le même, mais d'un autre côté on a aussi radicalement changé sur bien des points.

Quand une personne éprouve des résistances vis-à-vis de la pratique, la première chose à faire est de l'aider à voir que cette expérience est temporaire, et de l'encourager à ne pas être impulsive et à ne pas en tirer de conclusions immédiates et incorrectes. Ce qui aide la personne à traverser la résistance, c'est de persister dans la pratique même qui a fait lever la résistance.

Lorsque des gens en arrivent à un certain niveau et commencent à ressentir des émotions intenses jaillies, disons, de l'enfance, la tendance est d'arrêter de pratiquer et de revenir à la surface, ce qui a pour effet de ne plus faire monter cette intensité de ressenti. Mais il faut continuer à pratiquer ce qui est recommandé sur la voie que l'on suit. Comme le savent ceux qui sont passés par un traitement médical ou un processus de guérison, il arrive souvent que des personnes en proie à de grandes souffrances ne suivent pas le régime susceptible de leur

rendre la santé, y compris lorsque l'enjeu est vital. Pour certains, se maintenir en bonne santé les obligerait à voir des vérités sur elles-mêmes dont la maladie les protège. Ces personnes se laisseront mourir plutôt que d'admettre avoir été gravement maltraitées par leur père ou leur mère. Tout plutôt que de voir le secret bien caché.

Lorsque l'ego commence ne serait-ce qu'à renifler la possibilité qu'il soit transcendé, il devient fou. Mais si les gens continuent à pratiquer, continuent à faire ce qui produit des résultats bénéfiques, bien qu'ils résistent et ressentent des émotions d'une extrême intensité – y compris même la rage et la terreur – ils traverseront tout cela. L'important est de continuer à avancer, même lentement, même petit progrès par petit progrès. Peu importe, pourvu que l'on continue à aller de l'avant. C'est la régression qui est difficile, car elle renforce le mode de l'échec et la tendance à fuir plutôt qu'à traverser.

Malheureusement, au sein des communautés d'élèves sur la voie, organisées ou non, il est rare que l'on soit prêt à se mettre au service les uns des autres en s'aidant mutuellement à traverser les résistances, en toute lucidité et en toute générosité. Souvent, lorsque quelqu'un manifeste de manière évidente de la négativité, les autres membres de la communauté veulent éviter la tâche délicate et souvent ingrate consistant à aider son prochain dans une période de crise. Ils n'aident pas la personne mais veulent au contraire que cette manifestation disparaisse là où ils ne la verront plus – loin des yeux, loin du cœur. Il arrive donc que lorsqu'une personne aurait le plus besoin d'être soutenue par la communauté elle se trouve au contraire rejetée parce que ce à quoi elle se confronte en elle-même fait peur à ceux qui ne l'ont pas encore traversé. Ou bien, si on a traversé une crise et que l'on voit l'autre passer par la même expérience, il arrive que l'on manque de compassion et que l'on se dise : « Je m'en suis sorti. Il n'a qu'à faire pareil. » Dans leur prétendue « lucidité », ceux qui se positionnent ainsi manquent en fait de patience et minimisent la crise que traversent les autres. C'est pour cette raison que l'éducation est toujours importante. Apprendre, apprendre, apprendre.

Si une personne traverse une crise et s'en sort en ayant progressé, cela profite à toute la communauté. Cette vérité doit être reconnue à sa juste valeur.

En fait, nous sommes tous la proie d'illusions et nous aspirons tous à la vérité ; il y a incompatibilité entre ces deux états de fait. Nous ne pouvons accéder au réel tant que nous conservons nos illusions et afin de les traverser il nous faut faire un travail auquel, pour la plupart, nous résistons. Et cependant, au lieu d'admettre que nous préférons l'illusion à la vérité, nous habillons nos résistances de justifications puis prétendons ne pas résister. De cette manière, nous passons toute une vie à chercher passionnément la vérité sans jamais faire un pas dans sa direction. La voie toute entière consiste à mettre l'esprit en résonance avec le réel, mais comme l'ego/mental se prend pour Dieu, cela s'avère très difficile. L'ego/mental ne veut pas reconnaître qu'il n'est pas Dieu.

La pratique est la seule solution

Le fondement de tout travail spirituel est la pratique. Une instructrice dans la lignée de Chogyam Trungpa Rinpoché parlait des pratiques demandées aux élèves pour recevoir leur première initiation au sein de cette tradition. Elle expliquait qu'ils devaient faire cent mille prosternations (debout, baissé, couché par terre, puis debout), cent mille répétitions d'un certain mantra, cinq cent mille d'un autre, des prières rituelles, etc. Une élève qui était mère de famille et avait donc une maison à tenir lui demanda : « Comment peut-on accomplir ces

pratiques en ayant une famille et un travail ? Entre le temps passé à gagner sa vie et celui passé à la vivre, il faudrait au moins vingt ans juste pour atteindre la première étape. »

L'institutrice, toute étonnée, regarda cette femme et lui répondit : « Eh bien, il s'agit de savoir où sont nos priorités. » Il nous faut toujours établir des priorités dans nos existences, mais ces priorités doivent être définies selon la sagesse et non selon notre perspective psychologique.

La plupart des gens ont une vision romantique du chemin spirituel. Ils découvrent un maître, lisent quelques bouquins, connaissent des extases en psalmodiant des chants indiens, se font prendre dans les bras par une quelconque Mère Divine et s'imaginent qu'ils vont en retirer un progrès spirituel. Mais tout cela ne changera rien. Le travail spirituel ne fait pas de sentiments. Si l'on est en résonance avec la voie et que l'on pratique selon ce qu'elle nous propose, les bénédictions du Divin s'écouleront librement dans nos vies. Si l'on résiste à la voie où que l'on n'y est pas assez réceptif, on reste fondamentalement seul. Ce qui permet la progression sur le chemin spirituel, c'est la grâce, et c'est le dur labeur de la pratique qui attire la grâce. Comme le savent par expérience la plupart des gens, un effort fourni au bon endroit accomplit beaucoup tandis qu'un effort, même immense, fourni au mauvais endroit, mal orienté, peut n'être qu'une totale perte d'énergie et de temps. Il peut même s'avérer néfaste.

Il existe beaucoup de formes de pratiques spirituelles : formelles, informelles, visibles, internes. Ce chapitre n'en a examiné que quelques-unes. À compter du moment où nous sommes initiés à la pratique, chaque jour passé à pratiquer accumule une énergie qui nous amène à des fondations solides, à la fiabilité et à l'intégrité. Chaque jour passé à ne pas pratiquer accumule une énergie qui nous amène à remettre au lendemain, à la paresse et à la passivité. Il faut que nous voulions pratiquer. Beaucoup d'occasions précieuses sont données à ceux qui suivent une voie spirituelle, mais peu en profitent, car ils ne veulent pas pratiquer.

Le chapitre suivant passe en revue les pratiques bauls associées à la relation de couple et à la sexualité.

La voie de la sexualité et de la relation

Dans la tradition baul, la sexualité est considérée comme un aspect naturel de l'existence et, à ce titre, comme aussi spirituelle que tout le reste⁷. Si nous vivions nos existences de manière naturelle, il y aurait des moments où nous aurions faim et où nous répondrions à cette faim ; des moments où la prière se présenterait naturellement et où nous y répondrions en priant ; et des moments où le désir sexuel pour notre partenaire se présenterait et où nous le suivrions tout naturellement. Pour les bauls, tout ce qui implique de la violence, de la cruauté ou est cause de souffrance pour le ou la partenaire – même si il ou elle le désire – ne relève pas de la sexualité. Ce qui relève de la sexualité, c'est un acte d'intimité empreint de respect, d'honneur, de reconnaissance et d'acceptation de l'autre, voire, avec de la chance, une certaine gravité proche du sacré.

Il est très difficile de parler de la sexualité dans la mesure où chacun se considère secrètement comme expert en la matière. Nous croyons vraiment savoir ce qu'il en est et pensons qu'avec le partenaire approprié, nous pourrions aller très loin. D'où tenons-nous cette croyance ? Mystère...

Ce qui rend également difficile tout discours sur la sexualité, c'est le caractère évident de cette dernière. Werner Erhard passait des heures à préparer la session sur la sexualité, installant un suspense insoutenable. Quand le moment était finalement venu d'aborder le sujet, il se contentait de dire : « Quand vous avez envie, vous avez envie, quand vous n'avez pas envie, vous n'avez pas envie. » L'amour et la sexualité sont deux choses différentes. Parfois, l'amour inclut la sexualité, parfois pas. En général, la sexualité est une démangeaison autour de laquelle nous courons pour essayer de la gratter.

Une discussion sérieuse à propos de la sexualité ne porterait pas sur la sexualité mais sur la psychologie, car lorsque notre psychologie est claire, la sexualité fonctionne très bien ; lorsque notre psychologie est tordue et obscurcie, il en va de même de notre sexualité. Au lieu de répondre de manière naturelle à la sexualité, nous sommes névrotiquement et, en général, inconsciemment, menés par trois forces : le chagrin, la colère et la peur.

L'acte sexuel constitue, pour la plupart d'entre nous, la relation la plus intense et la plus impliquante que nous puissions connaître ; il est normal que notre chagrin, notre colère et notre peur se fassent particulièrement jour à cette occasion. Mais avec du temps, des efforts,

⁷ Sur ce sujet, voir, du même auteur, *L'Alchimie de l'amour et de la sexualité*, Éditions du Relié.

et une réelle intimité, ces choses peuvent commencer à se résoudre. La clef de la sexualité est l'intimité. Plus nous sommes avec quelqu'un – la même personne – dans un contexte d'engagement mutuel, de communication, d'ouverture, d'amitié et d'appréciation l'un de l'autre, plus l'intimité s'approfondit. Plus l'intimité s'approfondit, plus la sexualité s'améliore.

Si notre tendance est de toujours changer de partenaire, il se peut que nous considérions notre vie sexuelle et intime comme magnifique. Il se peut que, selon toute apparence, nous soyons détendus, aptes à entrer très facilement dans la relation intime. Mais si bon que soit le sexe expérimenté en couchant à droite et à gauche, il reste insignifiant comparé à ce qu'il pourrait être si nous construisions un contexte d'intimité profonde avec un ou une partenaire au fil du temps. Car chaque fois que nous changeons de partenaire, il nous faut tout recommencer à zéro. Lorsque nous nous aimons nous-même davantage que quiconque, nous avons l'impression d'aimer quelqu'un, mais cet « amour » procède en fait de notre inaptitude au discernement.

D'un autre côté, il arrive souvent, lorsqu'on vit avec quelqu'un depuis vingt ans, que l'on ait tendance à prendre l'autre pour acquis et que l'on commence à s'ennuyer et à sombrer dans l'apathie. Pourtant, si nous sommes engagés dans une relation à long terme, il est de notre responsabilité d'approfondir l'amitié, l'engagement et la communication.

Il est très important de communiquer clairement. Parfois, nous sommes inconsciemment terrifiés par notre partenaire, à ce point terrifiés que, même si nous l'aimons et vivons avec lui depuis longtemps, nous ne communiquons pas, même dans les petites choses. Parfois, le corps ne trouve pas de plaisir pour une raison ou une autre, mais nous ne permettons pas au corps de le faire savoir à notre partenaire. Parfois, le corps éprouve du plaisir, mais là aussi nous ne lui permettons pas de le faire savoir à l'autre. Si notre intention est d'être naturel et spontané, il nous faut établir une communication claire et constante susceptible d'instaurer clarté et intimité dans la relation.

La sexualité et la machine humaine

Selon Gurdjieff, la personne non éveillée est une machine – pas plus consciente qu'un distributeur automatique de boissons. Il ou elle est complètement mécanique et ne peut aucunement être vivant et spontané. S'il est une chose à éviter dans la sexualité, c'est bien la mécanicité, le caractère prévisible et non spontané. Et pourtant, c'est bien ainsi que la plupart des gens vivent la sexualité, même s'ils croient faire preuve de spontanéité. Ils veulent quelque chose de prévisible et d'anodin, alors que la sexualité est dangereuse. Étant donné la manière dont Charles Bukowski⁸ aborde le sexe dans ses écrits, quel besoin y a-t-il de passer à l'acte ? Il suffit de lire ses textes.

Par les temps qui courent, il est à la mode d'imaginer que si l'on était initié à certaines super-techniques ésotériques de yoga sexuel, la sexualité serait bien meilleure. Mais la sexualité doit essentiellement venir de manière naturelle et, si ce n'est pas le cas, aucune technique ne nous aidera. Tout ce que font les techniques, c'est de nous compliquer encore les choses et de nous donner de nouvelles occasions d'échouer. Au mieux, elles font de nous une machine plus fonctionnelle. Mieux vaut laisser arriver ce qui, dans la sexualité, arrive, sans essayer de le manipuler. Les singes ont-ils des problèmes sexuels ? Non. Pourquoi ? Parce qu'ils ne sont pas névrosés. Avez-vous déjà vu un singe vêtu de cuir noir avec un

⁸ Charles Bukowski : célèbre écrivain américain, auteur notamment de *Contes de la folie ordinaire*. (N.d.T.)

fouet à la main ? Si vous avez un singe domestique, il est probablement aussi névrosé que tout être humain, mais les singes de la jungle ne le sont pas. Si les gens sont naturels, les possibilités naturelles et profondes de la sexualité se présenteront à eux.

Si vous voulez être aux premières loges pour voir en direct la névrose et la mécanicité humaines, procédez ainsi : la prochaine fois que vous faites l'amour, si vous pouvez être assez lucide pour faire un peu attention pendant un instant – vous savez comment ça se passe quand on veut faire l'amour : on devient aveugle, le monde disparaît... – regardez-vous vous-même et demandez-vous : suis-je spontané ? La réponse viendra : non. Comme les hommes aiment faire toujours la même chose alors que les femmes aiment expérimenter un peu, ces dernières se croient plus spontanées. Mais même si vous faites l'amour sur un trapeze, collé au mur, par terre ou sur la table de la cuisine, il vous suffira de vraiment vous regarder et de vous demander si vous êtes spontané pour que la réponse vienne : non. C'est terrible de s'en rendre compte.

Nous croyons être attirés par quelqu'un, excité, mais si nous prêtons réellement attention, nous verrons qu'un mécanisme déclencheur crée le désir sexuel. Si nous trouvons la source de ce mécanisme déclencheur, c'est un progrès réel. Non que, si nous découvrons à quel point notre sexualité est conditionnée, elle en soit à jamais gâchée. Au contraire, nous commençons à jouir pour la première fois de notre vie d'une liberté sexuelle. En effet, entre le fait de fonctionner à partir d'un conditionnement psychologique et celui de fonctionner librement, il y a autant de différence qu'entre le fait de voir une photo d'une mangue bien mûre et juteuse et celui de la manger, miam miam.

La sexualité réelle, contrairement à l'acte qui théâtralise tout ce que la sexualité est censée être, n'est ni mécanique ni prévisible. Bien sûr, ceci sous-entend que pour la plupart nous n'avons jamais eu de vraies relations sexuelles, mais ce n'est tout de même pas cela qui va nous arrêter. Beaucoup de gens réalisent que tout ce qu'ils ont connu procède de la mécanicité. Du coup, ils se sentent très mal, mais n'en continuent pas moins à avoir des relations sexuelles.

Il nous faut parfois travailler très dur pour transformer une relation psychologique mécanique en une relation de spontanéité et d'intimité authentique, mais c'est possible. Et la récompense, c'est que la vie sexuelle s'améliore. Voilà une récompense bien concrète. N'imaginez pas : « Oh mon Dieu ! Dès que l'objet de mon amour deviendra mon compagnon ou ma compagne sur la voie, il n'y aura plus de passion et nous nous contenterons de lire ensemble d'obscurs textes spirituels. » Cela ne se passe pas comme ça, ce serait bien trop facile. La sexualité est un risque. Si on ne fait pas attention, on peut faire tomber la lampe ou infliger une morsure profonde à son partenaire – mieux vaut donc bien se brosser les dents. Ou si vous portez ces chaussures rouges à talons hauts tellement sexy, imaginez que vous bougiez maladroitement la jambe... La chaussure pourrait passer par la vitre, le verre brisé tomber du troisième étage et égratigner quelqu'un... sans parler du risque de vous faire engrosser.

La relation nécessite un travail

Il y avait en Amérique un gourou indien très populaire qui organisait de grandes retraites « tantriques » auxquelles participaient des centaines de personnes. Il enseignait le yoga de la kundalini, qui génère beaucoup de chaleur dans la tête comme dans les parties génitales.

Durant ces retraites de dix jours, les gens faisaient des exercices particuliers du matin jusqu'au soir. Hommes et femmes se regardaient dans les yeux et mettaient leur kundalini en mouvement. À la fin de la semaine, ce gourou organisait un mariage collectif pour tous les couples désireux de se marier. Au bout de dix jours d'abstinence par climat chaud, durant lesquels des femmes sans soutien-gorge et des hommes à la longue et belle chevelure californienne se regardaient dans les yeux, tout le monde était tombé amoureux. Et donc, une vingtaine ou une trentaine de couples se mariaient pour, une semaine plus tard, se réveiller l'un à côté de l'autre et se dire : « Oh merde ! »

La relation n'advient pas d'elle-même. Les gens s'accrochent à l'idée que si seulement ils rencontraient la « bonne » personne, l'amour fleurirait et tout arriverait naturellement. Mais c'est un rêve. En fait, c'est un mensonge. Pour que la relation marche, il faut que nous nous mettions en marche. Il nous faut travailler dur et accepter notre partenaire tel qu'il est, car si chacun essaie de changer l'autre, il n'y a pas de relation. Il est également difficile d'être la personne avec laquelle notre partenaire voudrait être ; mais, pour une grande part, c'est notre tâche.

Pour toute personne étant déjà tombé amoureux et ayant vécu une histoire d'amour, le scénario est familier : au début, c'est très excitant. Tout est frais, nouveau, la passion coule dans nos petites veines chaudes. Au début, lorsque nous voulons « conclure », il y a beaucoup d'aspects de l'autre que nous ignorons. Au bout d'un moment, cependant, on commence à noter chez l'autre des petites choses qui nous dérangent : par exemple, il ferme toujours la fenêtre de la chambre la nuit alors que nous aimons l'air frais ; ou elle met toujours trop de beurre sur sa tartine alors que, de par nos connaissances en matière de diététique, nous savons à quel point c'est mauvais pour son foie et ses artères. Dès que la chimie passe de l'extraordinaire à l'ordinaire, la psychologie reprend le dessus. C'est pourquoi la vigilance, l'observation de soi et la pratique sont si importantes ; il faut veiller à ce que la familiarité n'engendre pas le mépris, mais au contraire davantage de respect et de sainteté dans la relation.

Nous avons tous au départ un physique plus ou moins avantageux, une intelligence plus ou moins grande... mais ce n'est là que la coquille. Nous sommes aussi très égocentriques et notre relation à l'autre consiste presque toujours à essayer de l'amener à renforcer cet égo-centrisme. Nous voulons qu'il ou elle dise : « Je t'aime », « Tu es si beau/belle », « Tu es le meilleur amant/la meilleure amante que j'aie jamais eu(e) ». Évidemment, si la relation sexuelle n'a duré que cinq minutes et que notre partenaire nous dit ça, il y a de quoi avoir des soupçons... ou prendre l'autre en pitié.

Les gens se plaignent parfois du fait que leur partenaire ne soit « pas leur type ». Mais ce que nous considérons en général comme « notre type » procède de la pure projection psychologique. Il existe bien un type d'homme ou de femme qui nous corresponde, mais il nous est très difficile de le reconnaître par nous-mêmes. En Inde, les mariages sont arrangés, sachant que les enfants ne réfléchissent pas quand ils sont amoureux. Un homme voit une fille vêtue d'un beau sari bleu et il se dit : « Ah, qu'est-ce que j'aimerais aller voir ce qu'il y a en dessous ! » Mais cela ne se passe pas ainsi. Les parents étudient le mari ou la femme potentielle pour le compte de leur enfant. Ils font faire un thème astrologique, examinent le type de chaque partenaire selon l'Ayurveda, puis choisissent une personne correspondant à leur enfant.

Être avec quelqu'un qui ne correspond pas à notre type psychologique demande davantage de travail, mais, quelles que puissent être les circonstances, c'est l'amour qui est la ré-

ponse. L'amour est plus fort et plus vaste que l'orgueil, l'arrogance et les peurs. Avec le temps, il absorbe tous ces obstacles, à condition que ce soit sur lui que nous mettions notre attention. Si nous la mettons sur l'orgueil, l'arrogance et l'avidité, ces caractéristiques ne feront que croître.

De nos jours, le couple va très mal. Le couple est une grande chose, mais en tant qu'êtres humains, nous sommes un immense gâchis. Nous sommes une incontrôlable machine à fabriquer des névroses. Nous sommes tellement égocentriques, paresseux, têtus et gâtés que nous ne sommes pas prêts à faire ce qu'il faut pour que le couple réussisse (la réussite étant autre chose que le simple fait de vivre ensemble et de s'en sortir à peu près). Peut-être pouvons nous vraiment nous mettre au service de notre partenaire pendant quelques semaines, un mois, quelques mois, au début de la relation, quand nous sommes amoureux... Mais tôt ou tard, l'égocentrisme revient et nous sommes celui ou celle que nous avons toujours été, en train d'essayer de manipuler l'autre pour quelque motivation égoïste. Cela demande un difficile et important travail pour arriver à ce que le bien-être de l'autre nous intéresse vraiment plus que le renforcement de notre égocentrisme, même si nous sommes amoureux.

Étant donné les faiblesses humaines ordinaires et le fait que personne n'est parfait, la relation de couple est une démarche difficile. Mais si nous nous y donnons vraiment, alors cela peut faire toute la différence, et c'est précisément ce que la plupart des gens se refusent à faire : ils ne veulent pas se donner pour que la relation marche. En fait, la réussite de notre chemin individuel se joue littéralement en cet instant où soit nous entrons en communion avec notre conjoint soit nous nous éloignons de lui. Comme le dit le proverbe : « Chat échaudé craint l'eau froide ». Souvent, quand une relation commence à être difficile, les personnes se ferment psychologiquement.

Les gens ne veulent pas travailler sur eux-mêmes dans le couple parce qu'ils prétendent toujours arriver à ce que l'existence marche. Mais l'existence ne marche pas. Celui qui sait que l'existence ne marche pas est prêt à s'investir profondément dans la relation. Sinon, on ne fait qu'effleurer la surface toute sa vie. Et quand on arrive à soixante ans – ou même trente – on est tellement malheureux... La plupart des gens sont terrifiés à l'idée qu'il leur faille peut-être faire face à la vie telle qu'elle est et non telle qu'ils l'imaginaient. Si nous voulons aimer et continuer à grandir, il faut que nous le voulions vraiment et que cette intention nous amène à construire l'amour, à le garder vivant et à l'entretenir. Nous devons le nourrir, en prendre soin. L'amour n'arrive pas de lui-même. Mieux vaut commencer jeune et être décidé à travailler.

Afin de réellement nous engager dans la relation, construire l'amour et le garder vivant tout au long de la vie, nous devons nous déconstruire, mettre bas notre structure de départ et nous reconstruire à partir d'une perspective complètement nouvelle – une perspective dans laquelle l'autre est honoré et reconnu plutôt qu'une perspective fondée sur l'égocentrisme. Et c'est difficile, très difficile. Peut-être est-ce la chose au monde la plus difficile à accomplir, car en profondeur nous continuons à nous prendre pour celui que nous croyons être. Et nous sommes très attachés à cette croyance. Nous l'alimentons et la protégeons.

Si le couple va mal, ce qu'il lui faut, c'est davantage d'amour. L'amour résout tout. L'amour, et non la compréhension, est la réponse. Une chose que l'on peut dire à propos de l'amour, c'est que ce n'est pas une tractation comme celle que l'on conclut dans les affaires. Il n'y a pas de contrat et peu importe les bénéfices réalisés. L'amour est rayonnant, il se dé-

ploie sans frein. Quand nous aimons vraiment quelqu'un, nous l'aimons tel qu'il est, même s'il n'est pas avec nous, parce que le rayonnement de notre amour nous aveugle aux critiques des gens qui essaient de nous faire changer de comportement et d'influencer nos sentiments par leurs critiques, opinions et commentaires bien intentionnés – du moins à leurs yeux. Quand un oiseau choisit un conjoint pour la vie, il ne regarde pas l'autre en lui disant : « Tes plumes sont un peu fatiguées ».

Une véritable histoire d'amour n'a rien à voir avec l'égalité. Il s'agit de se consacrer si totalement à l'autre que l'on y perd son moi. Oubliez toutes ces inepties selon lesquelles l'important c'est de se répartir les tâches ménagères de manière égale. Bien sûr, celui qui veut vraiment se mettre au service de l'autre fera certaines de ces choses par amour, mais quand à l'égalité... L'égalité n'existe pas. Cette prétendue égalité consiste à perdre tout son temps et son énergie à s'assurer que le principe d'égalité est bien respecté. L'amour, c'est le rayonnement. Si vous recevez quelque chose en retour, c'est parce que votre partenaire vous aime et non parce que cela vous est dû. L'amour n'est pas une loi, c'est un choix.

L'amour, c'est une attention totale à son objet. Si l'on pense à soi lorsqu'on éprouve de l'amour pour son conjoint ou ses enfants, cela montre que cet amour ne relève pas tout à fait de ce que l'on peut appeler l'amour objectif. Dans l'amour objectif en effet, il n'y a rien sinon son objet. Lorsqu'on fait d'un conjoint ou d'un enfant l'objet obsessionnel ou compulsif de ce que l'on nomme amour, on met tout de côté, y compris l'amour lui-même. Autant un tel amour obsessionnel est en surface merveilleux et extatique, autant il nous isole. En revanche, quand c'est Dieu qui devient l'objet de notre amour et que l'amour ne procède plus de rien ni de personne d'autre que Dieu, cette perspective fait tout resplendir. Dieu inclut tout et, de ce fait, l'amour envers Dieu inclut tout. En étant éclairé par l'amour que l'on porte à Dieu, on devient un meilleur conjoint et un meilleur parent.

La différence entre les hommes et les femmes

Bien sûr, en essence, il n'y a aucune différence entre les hommes et les femmes. Toutes les distinctions que l'on peut faire à cet égard sont extrêmement relatives. Mais au niveau auquel nous tentons d'entrer en relation, de vivre l'un avec l'autre, de dénouer les problèmes de l'intimité, de l'amitié, de l'amour et de la passion, il existe des différences assez significatives. L'une de ces différences, c'est que les hommes aiment baiser tandis que les femmes aiment faire l'amour. Donc, si vous êtes une femme et qu'un homme vous dit : « Si on faisait l'amour ? », méfiez vous. D'un autre côté, si vous êtes un homme et qu'une femme vous dit : « Si on baisait ? », estimez vous heureux. Par conséquent, une certaine perception des différences entre hommes et femmes nous aide à comprendre l'autre tel qu'il est et non tel que nous voudrions qu'il soit.

Est-il important que notre conjoint soit aussi sur la voie ?

Les chercheurs spirituels se demandent souvent s'il est nécessaire que leur partenaire de vie soit également engagé sur la voie pour que la relation comme le chemin spirituel soient réussis. Il y a à cet égard différents points à considérer.

Idéalement, un partenariat est total. L'aide principale que peut nous apporter notre conjoint du point de vue de la voie, c'est de comprendre l'immensité de la tâche entreprise et d'être prêt à nous soutenir dans ce processus, quoi qu'il puisse se produire. Du fait de l'intensité propre au processus de déconstruction qui caractérise les débuts de la vie spirituelle, il y aura nécessairement des périodes où l'on sera vulnérable, frustré, et où l'on perdra patience vis à-vis de soi-même. Quand cela se produit, on devient souvent agressif à l'égard de son conjoint. C'est pourquoi le plus grand soutien que puisse nous apporter l'autre consiste à être simplement prêt à nous supporter tel que nous sommes, sans nous critiquer et se fâcher sous prétexte que nous sommes dans un état d'exacerbation émotionnelle.

Les partenaires intimes peuvent aussi se faire l'un à l'autre de précieux renvois, surtout s'ils sont engagés sur la même voie spirituelle. Si nous cherchons quelqu'un pour nous renvoyer des choses, personne ne nous connaît sans doute mieux que notre conjoint. À l'exception, bien sûr, de nos mères, mais attendre un renvoi de nos mères pose souvent problème, car avec elles, c'est donnant donnant. « D'accord, mon chéri, je veux bien être honnête avec toi si tu reviens vivre à la maison. » Aussi notre conjoint peut-il beaucoup nous aider à voir des aspects de nous-mêmes que nous nous dissimulons.

Cependant, se faire des renvois entre conjoints est une affaire très délicate, car ce que notre partenaire va nous renvoyer, c'est ce que nous ne voulons surtout pas entendre. L'autre va aussi nous affirmer son amour, son soutien et autres choses agréables ; mais si nous lui demandons de nous montrer quelque chose en nous-mêmes que nous ne voyons pas, ce quelque chose sera ce à quoi nous n'aurions jamais pensé. Et nous allons résister, nous défendre, souvent jusqu'à nous protéger de l'amour et de l'affection que l'autre nous donne.

Notre conjoint aura toujours des choses vraies à nous dire, mais peut-être ne sera-t-il pas capable de les dire d'une manière complètement objective. Son renvoi sera sans doute juste, mais il se peut qu'il adopte un certain ton de voix, celui de quelqu'un qui se croit meilleur ou supérieur. Mais si nous rejetons tout renvoi sous prétexte qu'il nous menace trop, qu'il n'est pas assez objectif ou formulé sur un certain ton, nous rejetons non seulement la part inexacte, mais aussi l'information même dont nous avons besoin pour avancer. Même si le renvoi mutuel au sein de la relation peut déboucher sur une situation délicate, dans la mesure où les conjoints poursuivent un même but (la lucidité, la conscience), ils devraient être capables de se dire des choses sans que cela les affecte négativement.

Bien que le partage de la voie spirituelle avec le conjoint soit bénéfique à plus d'un titre, il n'est pas nécessaire que notre partenaire soit engagé sur le chemin si il ou elle fait preuve de largesse d'esprit et de tolérance à l'égard de notre propre investissement. Si notre conjoint est capable de dire : « Je me réjouis de voir que ta démarche t'apporte beaucoup, même si je ne la partage pas », et si, de notre côté, nous pouvons l'accepter tel qu'il ou elle est, pauvre chéri trop ignorant pour, comme nous, rechercher la vérité, alors la relation pourra superbement fonctionner.

Nombreux sont ceux qui ressentent : « Il faut que je puisse partager ma vie spirituelle avec mon partenaire, car nous vivons ensemble. Je l'aime, c'est la personne la plus proche de moi. » Voilà un beau sentiment, mais sur tout chemin spirituel authentique, nous avons le maître, l'enseignement et la communauté des disciples avec lesquels entrer en relation ; nous devrions donc pouvoir trouver ce dont nous avons besoin en étant réceptifs à ces trois éléments. Si notre conjoint ne partage pas notre passion de la voie – en général, il s'agit bien d'une sorte de passion –, alors nous partageons avec lui ou elle l'histoire d'amour ordinaire,

notre amour mutuel, nos repas, nos enfants, la vie sexuelle et tout ce qu'il est possible de partager, autant dire à peu près tout.

Dans le cas où l'un s'investit dans la voie spirituelle et l'autre non, si les choses ne vont pas, c'est toujours parce que l'un des deux ne peut accepter les croyances ou le chemin spirituel de l'autre. Les hommes sont à la recherche de leur déesse, laquelle, en général, vit à leurs côtés. Mais ils sont si occupés à se disputer avec elle qu'ils ne peuvent la voir. Il arrive aussi que le conjoint investi dans la vie spirituelle installe un autel dans la chambre conjugale, si bien que l'autre est contraint de l'avoir sans cesse sous les yeux ; ou qu'il choisisse pour méditer le moment exact où l'autre voudrait partager le petit déjeuner pour partir travailler après avoir échangé un baiser et établi un contact. Ce type de comportement relève de la provocation pure et simple.

La relation consiste à faire des compromis, et si notre partenaire n'apprécie pas notre chemin spirituel, d'accord. Il importe alors de faire preuve d'élégance, de ne pas lui jeter sans cesse notre « voie » à la figure par des propos du style : « Je cherche Dieu, c'est un but très noble, alors que toi, tout ce qui t'intéresse, c'est la bouffe et le sexe. » Pas étonnant que l'autre soit en colère si nous lui tenons de langage... Il y a de quoi !

Essentiellement, la relation est inégale. C'est à chacun des conjoints de servir l'autre complètement, sans penser à lui-même. Si l'un et l'autre s'y emploient, ils se rencontrent quelque part à mi-chemin. Si l'un des conjoints sert l'autre qui, lui, se contente de prendre, il arrive en général que celui qui sert commence à se dire : « D'accord, voilà dix ans que je suis à ton service. À mon tour maintenant de prendre. » Mais s'il y a une maturité et une compréhension mutuelle, l'accent est toujours mis sur le service de l'autre, si bien que l'amour se perpétue et se renforce.

Tout ceci étant dit, il faut envisager la relation comme davantage qu'une « occasion de pratiquer ». Un ou une célibataire ne devrait jamais commencer une relation simplement parce que la voie considère le couple comme utile. Les personnes engagées sur la voie se demandent souvent si être en couple serait profitable à leur pratique ; mais la décision d'entamer une relation n'a rien à voir avec la question du profit spirituel, pas plus qu'elle n'indique quoi que ce soit quant à la maturité de l'élève. Dans la tradition baul, on envisage le désir humain non seulement comme une métaphore du désir de Dieu, mais aussi comme la porte ouvrant à des possibilités supérieures. Aussi, attention à ne pas entamer une relation simplement parce que cela paraît une bonne idée. S'il n'y a ni passion, ni engagement, ni amitié, ni amour, les chances d'échec sont très fortes.

Sexualité et humour

Dans une perspective plus légère, la relation sexuelle est une sorte d'émeute. Drôle, sinistre, douloureuse, magnifique, c'est selon. Mais c'est une folie. On dit qu'en amour, les opposés s'attirent. C'est exact, mais quelle idée saugrenue Dieu n'a-t-il pas eu de faire qu'il en soit ainsi ! Les opposés s'attirent, oui, mais le problème est qu'ils ont souvent du mal à se supporter, précisément parce qu'ils s'opposent.

La vie est d'une telle absurdité qu'il ne nous reste de temps à autre qu'à en rire. Nous sommes pris dans cette absurdité totale que nous prenons très au sérieux. Un homme se dit : « Si ma femme ne veut pas faire l'amour comme je veux ce soir, je vais rompre avec elle. »

Et pourtant, ce n'est jamais que du sexe ! Les hommes et les femmes sont à bout ces temps-ci. Serait-ce parce qu'il est très difficile d'avoir des relations sexuelles ? Que non ! C'est l'une des choses au monde les plus faciles à trouver. En effet, les gens sont à ce point aux abois qu'ils se donnent sexuellement sans aucun discernement.

Avez-vous déjà examiné la sexualité de près ? Transpiration, gémissements, halètements... On va à un dîner où l'on se montre élégant et charmant. On tient des conversations raffinées, on rit d'une manière si adorable. Puis on rentre à la maison et ce qui s'y passe est grotesque. Et les positions que l'on prend ! Si on s'arrêtait au beau milieu d'une relation sexuelle pour se regarder – mieux vaut ne pas regarder trop attentivement, car il y a de quoi s'écrouler –, on se dirait que nos corps ne sont pas faits pour prendre de telles postures. C'est un signe de partenariat réussi quand l'un des deux peut se mettre à s'écrouler de rire au beau milieu d'une relation sexuelle et que l'autre se contente de dire : « Eh bien, si tu t'amuses, ça me fait plaisir. »

« Ce qui est en haut est comme ce qui est en bas », disent les Écritures. Mais la contrepartie de ce dicton, c'est que « ce qui est en bas est comme ce qui est en haut ». Au lieu de se demander si la poule préexistait à l'œuf ou inversement, les bauls formulent ainsi la question : « Qui a fait l'amour le premier ? Dieu ou nous ? » Est-ce nous qui avons appris de Dieu ou Dieu qui a appris de nous ? Car Dieu fait bel et bien l'amour. Bien sûr, les relations sexuelles de Dieu ne ressemblent pas aux nôtres car il est à la fois masculin et féminin. Donc, la prochaine fois que quelqu'un vous dit : « Va te faire foutre », prenez-le comme un compliment, comme si la personne vous disait en fait : « Tu me rappelles Dieu. »

L'union sexuelle comme porte d'entrée du Divin

Dans la tradition baul, l'union sexuelle est considérée comme le symbole de l'union à Dieu. La personne que nous aimons est notre partenaire sur le chemin. Peut-être pensons-nous qu'il ou elle est magnifique, a la plus fantastique des personnalités, que nous adorons ses yeux et son sens de l'humour... Mais ce que chacun d'entre nous aime en fait chez l'autre de manière impersonnelle, c'est qu'il ou elle est notre porte d'entrée vers le Divin.

Par conséquent, même si le maître est ultimement le point de rencontre avec le Divin – voir au chapitre 6 –, la personne qui nous aide concrètement à y arriver – quoi que signifie « y arriver » –, c'est notre conjoint. Nos proches, nos amis, nos enfants nous aident aussi puisque nous les aimons, mais sans la dimension sexuelle. Précisons que ceci ne s'applique pas à la relation amoureuse que nous pouvons avoir avec notre perroquet, même s'il sait parler. Il se peut que nous tombions amoureux de quelqu'un pour des raisons psychologiques – l'autre nous rappelle inconsciemment notre père ou notre mère –, mais si nous prenons la voie au sérieux et que nous nous consacrons vraiment à l'autre, l'amour que nous partageons ne procède pas d'une attirance névrotique, mais de notre partenariat sur le chemin. Aussi notre relation intérieure à notre conjoint devrait-elle consister à l'accueillir indépendamment de ses attributs psychologiques, de sa personnalité et des difficultés qu'il ou elle traverse.

Lorsque les bauls ont une relation sexuelle, ils vénèrent leur partenaire comme si il ou elle était littéralement de nature divine. L'homme et la femme se considèrent mutuellement comme la porte d'entrée du Divin et voient la sexualité comme un moyen d'intensifier l'énergie et l'extase qui permettra l'ouverture de cette porte de l'union. Ils s'engagent finale-

ment dans des formes avancées de yoga sexuel pour établir la dynamique de l'union avec Dieu⁹.

La création du désir est l'un des éléments sur lesquels les bauls s'appuient. Les relations commencent avec le désir physique pur et simple – rien de spirituel là-dedans –, puis, au fur et à mesure que l'on en vient à se connaître plus profondément, on commence à pénétrer en un degré plus profond de la sexualité dans lequel les partenaires se voient l'un l'autre en tant que possibilité d'union avec le Divin. Le secret du désir consiste à lâcher le désir dès l'instant où l'on s'aperçoit que l'on désire quelque chose.

Donc, si l'on désire une relation stable et que l'on se trouve engagé dans une histoire où tout va bien, si l'on continue à s'y accrocher au moment même où l'on est en train de le réaliser, ce désir tend à corrompre et polluer ce qu'on a accompli.

Bien que, sur la voie baul, la sadhana sexuelle ouvre la porte du Divin, la porte ne conduit pas toujours là où nous l'imaginons. Quand vous passez cette porte, ce que vous trouvez, c'est *rien*. Vous cessez d'être quelqu'un, vous devenez personne. L'union avec Dieu ne justifie ni ne renforce notre originalité dans ce qu'elle a d'égoцентриque. Malheureusement, la plupart des séminaires « tantriques » ou « nouvel âge » font croire que ces pratiques non seulement vont renforcer cette « originalité », mais encore lui conférer une dimension surhumaine, pour ainsi dire surégoïque. Si nous passons vraiment la porte du Divin, ce que nous allons trouver de l'autre côté, c'est ce que les soufis nomment « annihilation » ou « ruine », mais entre les bras du Bien-Aimé. Il importe que nous soyons conscients de ce fait de l'annihilation ; en effet, voir en notre conjoint Dieu ou la Déesse n'équivaut pas à le considérer ainsi à partir d'une perspective égoцентриque. En vérité, voir l'autre comme Dieu ou la Déesse consiste à accepter complètement son aspect humain ; il ou elle a l'allure qu'il ou elle a, sa manière de s'habiller. Si les toilettes sentent mauvais quand il ou elle en sort, c'est qu'il ou elle est humain. L'autre est manipulateur, névrosé et impatient, en même temps que fort, brillant, etc. Il nous faut tout voir au lieu de penser : « La Déesse ne me parlerait jamais sur ce ton », ou : « Jamais la Déesse ne me demanderait de sortir les poubelles ou de mettre mes sous-vêtements ailleurs que sur la table de la cuisine. » Nous avons tendance à penser : « La Déesse serait rayonnante, tendre et ferait l'amour exactement comme je le veux », mais il ne s'agirait pas alors de la Déesse ; simplement de notre femme-objet, du rêve de notre ego.

Il nous faut sortir de ce schéma mental qui nous amène à voir le divin de manière psychologique. Quand on commet l'erreur qui consiste à voir Dieu ou la Déesse de manière psychologique, on devient très critique et on commence à se dire : « Ma partenaire n'est pas la Déesse que je croyais. Mais peut-être est-ce la voisine ou la sœur cadette de ma femme. »

Quand les bauls disent que le conjoint est la porte du Divin, ils ne se font pas d'illusions quant à une quelconque perfection que l'autre devrait avoir atteinte sur le plan psychologique. Passer la porte de l'union équivaut à se perdre ; cela n'a rien à voir avec un équilibre psychologique.

Essentiellement, cette idée de la sexualité en tant que symbole de l'union avec Dieu est l'un des tours que nous jouons à l'ego pour qu'il relâche son emprise sur nous. La sexualité est censée faire plaisir, aussi utilisons-nous nos désirs pour finalement transcender le désir lui-même – en d'autres termes : transcender le désir en tant qu'émotion névrotique destinée à

⁹ Il existe également des techniques yogiques destinées aux célibataires ou à ceux qui ne sont pas en couple, mais la plupart des aspirants sur la voie baul feront leur possible pour être avec quelqu'un.

satisfaire nos besoins psychologiques. Le désir pur est très sain, mais il devient très malsain dès lors qu'on l'utilise pour maintenir sa vision du monde psychologique ou afin de manipuler et dominer les autres.

L'utilisation créative de l'énergie sexuelle

L'énergie sexuelle est une porte d'entrée vers des formes d'énergie extraordinairement raffinées, subtiles et élevées, mais il s'agit de l'utiliser correctement. Il y a en Orient comme en Occident beaucoup de personnes qui, vivant dans le célibat, s'avèrent incroyablement créatives et pleines de vie. Cela vient du fait qu'elles utilisent efficacement l'énergie sexuelle. Pour puiser dans les possibilités supérieures de l'énergie sexuelle, il nous faut apprendre à l'utiliser de manière créative.

Il y a une grande différence entre la relation sexuelle – laquelle est simplement ce que deux corps peuvent faire ensemble – et l'usage intelligent de l'énergie sexuelle. Le point de départ pourra en être une relation sexuelle, mais pas nécessairement. Pour la plupart, la relation sexuelle est simplement considérée comme une forme de plaisir ; mais elle peut être beaucoup plus que cela si nous ne nous laissons pas manipuler psychologiquement par notre rapport à la sexualité – par notre peur, notre chagrin, notre colère. Il y a, concentrée autour de la sexualité, une incroyable quantité d'énergie. Si l'on fait exploser cette bombe et qu'on la canalise de manière efficace, on peut l'utiliser pour d'autres démarches créatrices.

Pour la majorité d'entre nous, l'énergie investie dans l'acte sexuel est dépensée dans l'acte lui-même. Parfois, cette dépense d'énergie nous revitalise et nous nous sentons bien. Cependant, si toute cette énergie pouvait être contenue et utilisée de manière productive au lieu d'être évacuée au dehors, même si cela aboutit à un plaisir, d'immenses possibilités s'ouvriraient du point de vue de la créativité. Beaucoup de gens croient que pour utiliser l'énergie sexuelle de manière créatrice, il faut vivre dans l'abstinence. Il est généralement vrai que, quand on a une relation sexuelle, on évacue toute l'énergie, si bien qu'il n'y en a plus de disponible jusqu'à ce qu'elle se soit reconstituée. L'abstinence permet donc effectivement d'utiliser autrement l'énergie présente. Or, du point de vue des bauls, la relation sexuelle abordée dans une perspective appropriée permet d'avoir non seulement une vie sexuelle, mais une vie sexuelle d'une qualité qui dépasse nos rêves les plus fous, tout en utilisant l'énergie de manière productive.

Les êtres humains peuvent remplir beaucoup de fonctions sur la terre. Nos petits moi peuvent déjà, à eux seuls, contribuer à créer un monde plus paisible, plus sain, harmonieux et équilibré. En effet, plus nous avons d'énergie, plus nous en conservons. Et plus nous pouvons générer de l'énergie, plus nous sommes personnellement aptes à servir la guérison et l'évolution du monde. La morale va nous enjoindre d'agir avec bonté et générosité envers notre prochain ; or, plus nous avons d'énergie en tant qu'individus, plus nos gestes de bonté et de générosité s'avéreront contagieux. C'est une loi de la physique. Par conséquent, la sexualité étant l'un des plus puissants générateurs d'énergie, elle devient un élément crucial de la formule. Si un nombre suffisant de personnes utilisaient leur énergie sexuelle de manière créative, cela pourrait finalement aboutir à la paix mondiale. Et, sans aller jusque-là, même si dans notre cercle d'amis on faisait bon usage de l'énergie sexuelle, cela aboutirait à davantage de santé, d'harmonie et d'équilibre. Y parvenir ne serait-ce que dans un cercle restreint ne serait pas en soi un petit accomplissement.

L'acte sexuel est mystérieux et magique, si profond que, quelle que puisse être notre expérience et notre intelligence, nous ne parviendrons jamais à complètement le comprendre. Et Dieu merci ! Si l'on prend l'acte sexuel pour acquis, si à cet égard on se sent blasé ou dans l'ennui, on passera complètement à côté de ce qu'il pourrait nous offrir. Car dès l'instant où l'on perçoit vraiment, où l'on ressent et apprécie vraiment la dimension mystérieuse et merveilleuse de l'acte sexuel, on en éprouve un sentiment de révérence et de grandeur, et certainement pas de l'ennui ou de l'irritation.

Ce qu'une femme porte en elle

Pour le meilleur ou pour le pire, c'est à l'homme qu'incombe la responsabilité de faire jaillir la véritable féminité ; en effet, depuis trois ou quatre mille ans, les femmes ont partout appris, à l'exception de quelques rares oasis de culture, à en faire un secret bien gardé. Le féminin authentique fait tellement peur au faible masculin que les sociétés patriarcales ont tenté de le détruire.

Le trésor que la femme recèle en elle n'est pas psychologique. Il est primal, essentiel et sacré. Les femmes ont en elles quelque chose qu'elles protègent, quelque chose de très saint, de précieux et de rare. Ce quelque chose, c'est le point d'intersection entre le divin et l'humain présent chez la femme. Donc, lorsque cet élément en elle est ouvert, confiant et disponible, la porte du Divin est grande ouverte. Pas d'obstacles. Il nous suffit de passer cette porte pour accéder au paradis. Et l'on passe cette porte en étant en communion avec cette dimension en elle.

Afin d'obtenir ce trésor, l'homme doit l'invoquer. Il peut être invoqué en toute femme. Selon E. J. Gold, la vraie femme, la femme objective, doit être invoquée par la vraie masculinité – entendons par là celle de l'homme et non l'aspect masculin présent chez la femme. De nos jours en effet, nombre de femmes tentent d'invoquer leur féminité à travers leur propre masculinité, ce qui donne des résultats non seulement désastreux mais très laids. Il incombe à l'homme d'invoquer chez la femme suffisamment de confiance et de passion pour qu'elle ouvre en elle cet endroit. Le dévoilement de la vraie féminité doit être accueilli par la vraie virilité.

Cependant, c'est avec férocité que les femmes protègent ce trésor, et c'est là que tout devient confus et complexe. C'est à ce point que l'on rencontre la confusion engendrée par les protections psychologiques infantiles. Elles se mettent en place quand, du fait d'une maltraitance physique, émotionnelle, psychologique ou sexuelle, une petite fille en est arrivée à prendre sa part la plus profonde, totalement confiante, pour l'emmurer dans une forteresse afin de la protéger de son père, de ses frères et de son vieux dégueulasse d'oncle. Cette protection psychologique se mélange à la protection instinctive du féminin profond, protection qui a même une part génétique, du fait de millénaires d'agression. Aussi l'homme qui s'emploie à permettre chez sa partenaire le dévoilement de la vraie féminité rencontrera-t-il des couches et des couches de blessures et de protections.

L'être de la femme est semblable à un labyrinthe – bien plus complexe que l'être de l'homme. Le chemin qui mène à la virilité est très direct, alors que le chemin vers la féminité est extrêmement complexe. Aussi nous faut-il être profondément patients, diligents, disciplinés et gentils, car au moindre signe de violence chez l'homme le couvercle se ferme de

nouveau. Les hommes doivent donc être résolus à faire naître chez l'autre, avec le temps, une confiance qui sort de l'ordinaire.

La femme est terrifiée à l'idée d'ouvrir ce lieu en elle, et c'est compréhensible du fait qu'il s'agit du cœur même de la vie. La femme fait très attention lorsqu'il s'agit de le révéler, car si cette zone est blessée, c'est la fin. C'est comme une chirurgie très délicate, qui s'opère au niveau le plus subtil. Il s'agit pour l'homme de pénétrer assez profond dans le psychisme de la femme pour que celle-ci accepte de lui confier cet incroyable trésor. Et cela demande du temps ; de l'énergie, de l'endurance, une profonde compréhension, un profond accueil et une immense délicatesse.

D'un autre côté, lorsque cette part de la femme est fermée et inactive, cela engendre en elle une insatisfaction. Les femmes veulent que cette part d'elles-mêmes soit ouverte, aimée, touchée, honorée, et sont donc d'accord pour aider.

La sexualité peut soit faire baisser la garde soit renforcer encore les défenses. Si dans la sexualité le compagnon se montre respectueux et attentif, les défenses se détendront avec le temps. Si au contraire il se montre irrespectueux et inattentif, les défenses non seulement demeureront mais ne feront que se lever davantage. Quand on commence à approcher la communion sexuelle avec son conjoint, c'est une situation de vie ou de mort pour l'ego. Chacune de nos facultés critiques va être réveillée et se tenir prête. Notre ego va dire : « Il faut que tu gardes le contrôle, que tu domines la situation. » Et nous allons devoir entendre cette voix et lui répondre : « Pas maintenant. Plus tard. Demain matin. » Si nous voulons découvrir le secret de la féminité comme de la virilité par la porte de la sexualité, il nous faut être prêts à mettre de côté, pendant un temps, le regard que notre psychologie porte sur le monde. En approchant cette vulnérabilité essentielle, nous devons évacuer de l'espace tout ce qui n'est pas essentiel – nos attentes, nos opinions, nos préjugés et le « moi » qui critique.

L'intention est l'un des éléments qui nous permet de pénétrer plus avant dans l'espace de communion. Il est nécessaire que nous *voulions* voir s'ouvrir la porte qui mène au Divin. Nous devons le vouloir plus que toute autre chose et même davantage. Il nous faut établir une intention claire et forte puis, lorsque nous nous trouvons dans un espace de vulnérabilité, nous souvenir de cette intention. Notre psychologie va hurler à nos oreilles afin de nous convaincre de maintenir nos habitudes névrotiques – et de quelque manière que notre psychologie s'y prenne, nous savons tous ce qui catalyse la résistance ou la négativité. Si notre intention de rencontrer ce lieu de vulnérabilité essentielle chez l'autre dans un esprit de communion est suffisamment forte, nous ne laisserons pas notre ego interférer. Nous garderons nos récriminations en réserve pour le lendemain matin et les laisserons en dehors de l'espace de communion.

Nous sommes des êtres humains ; nous n'allons pas réussir à chaque fois. Le principe est que plus nous connaissons des moments de communion avec notre conjoint, au lieu de vivre des moments de frustration, plus nous construisons une dynamique de communion.

Un partenariat est un partenariat. Approcher toute cette question de la féminité et de la virilité demande du respect, de la sensibilité et de la compréhension des deux côtés. Mais ce qui est vraiment important, c'est la profondeur de notre être à laquelle nous sommes capables d'entrer en communion avec l'autre à ce niveau. Là réside la véritable satisfaction d'une relation qui s'approfondit avec les années. Si nous voulons continuer à nous aimer pour le reste de la vie, il nous faut rechercher la communion à un niveau plus profond. C'est quelque chose de rare, mais c'est ce dont nous avons besoin pour être satisfaits.

L'adoration

La relation inclut la sexualité, mais elle ne tourne pas autour de la sexualité. On peut même dire que la sexualité n'a pas grand-chose à voir avec l'amour. Il y a l'attirance personnelle entre hommes et femmes qui peut être spectaculaire et même profonde. Mais au sein de cette attirance, si nous sommes capables d'éliminer les obstacles personnels qui empêchent d'accepter, de respecter, d'honorer et d'aimer notre conjoint tel qu'il est, l'amour que nous éprouvons pour l'autre peut s'approfondir au-delà de ce qu'on peut imaginer.

L'ultime résultat de cet approfondissement est ce que l'on nomme adoration. Si vous appréciez l'amour, essayez donc l'adoration. Malheureusement, « vous » tel que vous vous connaissez ne peut adorer qui que ce soit. L'adoration ne procède pas de la volonté, elle résulte d'une alchimie humaine entre un homme et une femme.

Si l'on pratique la sexualité de manière juste sur la voie baul, elle conduit à l'union avec Dieu. On dit souvent que Krishna et son adoratrice féminine, Radha, s'unissent en tant qu'amant et bien-aimée, mais nous sommes finalement appelés à découvrir que la déité comme l'adorateur résident en nous et que, par conséquent, leur union se produit en nous-même. Quand cela arrive, nous avons manifestement atteint le but de cette voie et nous continuons alors à tout simplement vivre comme nous avons toujours vécu, puisqu'il n'est pas nécessaire de changer quoi que ce soit. Nous cherchons l'extraordinaire, et lorsque nous le découvrons, tout redevient ordinaire – voir au chapitre dix, « La dualité illuminée ».

6

Le maître

Le maître spirituel, ou gourou, ou instructeur, est nécessaire pour l'élève à la recherche de la possibilité ultime offerte par la voie baul comme par toutes les autres voies spirituelles sérieuses. Les êtres humains ont tellement tendance à voir leur expérience de manière subjective que, sans la force clarifiante du maître, il leur sera non seulement difficile mais peu probable de parvenir à une perception juste du réel. Afin de vraiment comprendre ce que signifie être sur le chemin spirituel, et pour avancer sur le chemin, on a besoin d'un guide : qu'on l'appelle « maître », « gourou » ou simplement « ami sur le chemin » n'est pas si important au départ.

La présence du maître augmente considérablement la possibilité de voir ses efforts couronnés de succès. En fait, on dit en Inde que l'une des plus grandes bénédictions que l'on puisse recevoir dans sa vie est de jeter ne serait-ce qu'un regard sur un vrai maître, sans parler du fait de lui parler ou de passer du temps en sa compagnie. Le Darshan ou vision du maître est considéré comme plus puissant que toute connaissance apprise intellectuellement, car le fait de voir le maître constitue une perception directe de la réalité. Compte tenu de l'importance du maître spirituel pour l'évolution réelle sur le chemin, ce chapitre examine la nature du maître, le besoin du maître et ce que le maître peut donner à l'élève sérieux.

Il n'y a dans l'univers rien qui remplace le regard et la puissance de bénédiction d'un authentique maître spirituel. La qualité de grâce qu'il ou elle transmet est totalement mystérieuse, irrationnelle, inexplicable, intangible, et elle se voit pourtant clairement dans la vie de ceux qui sont engagés sur le chemin. Dans la relation au maître, on trouve une qualité d'aide qu'on ne pourra trouver nulle part ailleurs – que ce soit chez un thérapeute, auprès de sa famille, de la personne qu'on aime, etc. Cette qualité ajoute à toute situation qui se présente dans l'existence une possibilité divine. Dieu, quand il travaille seul, a une certaine puissance et les êtres humains livrés à eux-mêmes ont une certaine force, mais lorsqu'ils travaillent ensemble, les possibilités s'élargissent de manière exponentielle.

Le vrai maître est le seul véritable atout que nous ayons dans l'existence ; un atout plus important que la santé, la richesse, l'intelligence ou la beauté physique. Un maître spirituel authentique est non seulement un être rare mais quelqu'un à qui nous devrions consentir à tout donner, pour qui nous devrions être prêts à tout faire. Sans un maître spirituel, nous pouvons vivre une existence saine, heureuse, faire beaucoup de progrès sur la voie et, si

nous sommes quelqu'un d'exceptionnel, vivre des relations de grande qualité, mais la réalisation ultime dépend d'un maître digne de ce nom...

Si l'on n'avait pas tellement abusé du mot « amour », on pourrait dire que l'amour est ce sentiment objectif que le Divin abstrait transmet et traduit sous forme d'existence humaine au travers du maître ou gourou. Bien sûr, l'amour a plusieurs facettes et le gourou possède donc bien des qualités. Les musulmans disent que Dieu ou Allah a quatre-vingt-dix-neuf noms. Dieu est majesté, Dieu est gloire, Dieu est grand, Dieu est colère, Dieu est bienveillance, etc.

Bien que les termes « gourou », « maître spirituel » et « instructeur » soient utilisés de manière interchangeable tout au long du présent livre, il y a une distinction à établir entre celui qui joue le rôle de maître ou gourou et celui qui sert simplement d'instructeur ou de guide, même si les deux formes d'accompagnement peuvent s'avérer des aides précieuses et utiles sur la voie spirituelle. Un « maître » ou « gourou » est quelqu'un qui est complètement abandonné à et mû par le Divin lui-même, quelqu'un au travers duquel la Grâce se transmet, alors qu'un « instructeur » est quelqu'un qui a progressé, est passé par des prises de conscience tout à fait réelles, est fiable sur la voie et fait preuve d'intégrité par rapport à l'argent (lequel inclut le pouvoir), à la nourriture (qui inclut toutes choses matérielles) et à la sexualité. Il doit aussi posséder certaines aptitudes à la communication. Une personne brillante, mais qui ne fait pas preuve d'intégrité dans les domaines de l'argent, de la nourriture et de la sexualité ne devrait pas être tenue pour un instructeur digne de confiance. Être un génie de l'enseignement ou posséder un fort charisme ne suffit pas. Le maître comme l'instructeur poursuivent leur évolution, mais dans le cas du maître ou gourou, l'illusion de la séparation n'est plus là – il n'y a plus « personne » pour profiter de l'évolution et de l'apprentissage – alors que l'instructeur peut toujours être soumis à cette référence à un moi.

Le besoin du maître ou instructeur

Nous connaissons déjà la vérité à un niveau profond et essentiel, au niveau de la pure conscience ; aussi le maître ou l'instructeur ne peuvent-ils ajouter quoi que ce soit à cette connaissance. Ce qu'il ou elle peut faire, en revanche, c'est dégager le chemin qui conduit à cette connaissance, balayer certaines des ordures qui bloquent la voie et passer le relais de la réalisation. En fait, un bon maître est semblable à un bon employé de la voirie. Ses élèves ne cessent de jeter des détritits sur leur passage et lui ne cesse de les ramasser et de les évacuer.

Plusieurs métaphores peuvent être utilisées pour expliquer la valeur du maître spirituel. On peut comparer le chemin à un terrain miné. Si nous voulions traverser un champ bourré de mines prêtes à exploser, peut-être pourrions-nous y arriver avec de la chance et beaucoup d'attention ; mais si nous avions une carte nous indiquant l'emplacement des mines, nous serions certains de pouvoir traverser le terrain sans sauter. Le maître ou instructeur est semblable à cette carte. Tous les grands maîtres spirituels du temps jadis sont aussi des cartes – le Bouddha, le Christ, Mahomet, etc. Mais il se peut que le déchiffrement de la carte s'avère difficile ou que l'on y trouve des incohérences. À ce moment-là, impossible d'aller trouver ces maîtres du passé pour vérifier que nous sommes bien orientés. Ils ont montré un chemin, mais le chemin en question n'est plus aussi accessible aujourd'hui. En fait, ces maîtres du temps passé sont tout à fait inaccessibles pour la quasi-totalité des gens, en tout cas en tant

que cartes. Sans doute sont-ils accessibles en tant qu'inspirations, exemples, voire objets de vénération ; mais pas en tant que cartes.

Un maître vivant est semblable à une carte contemporaine. On peut aller le trouver et lui dire : « Il me semble qu'il y a une erreur ici à propos de cette autoroute », ou bien : « Je ne suis pas certain que cette route soit la meilleure. »

D'un point de vue ultime, tout est « le Divin », y compris le maître qui est simplement un canal de l'énergie divine. Néanmoins, il est souvent plus facile et plus bénéfique pour l'élève de se centrer sur le Divin et de s'y référer sous la forme du maître que de s'appuyer sur une réalité impersonnelle et dénuée de forme. Par exemple, si nous avons besoin d'effectuer une formalité, telle qu'un papier à faire signer ou tamponner au siège d'une administration où il y a vingt étages, quatre cents bureaux et deux mille employés, et que nous nous contentons de pénétrer dans le bâtiment et d'y chercher le bureau approprié, une personne va nous dire d'aller au bureau suivant, l'autre nous dira d'aller à l'étage supérieur, la personne à l'étage supérieur nous dira de nous rendre au vingtième étage, etc.

Voilà à peu près à quoi ressemble la tentative de trouver directement le Divin sans l'aide d'un maître. Si nous avons un maître, c'est comme si nous nous rendions dans un bâtiment où se trouve une personne responsable de toute l'organisation et disions à cette dernière : « Voilà ce dont j'ai besoin. » Le responsable nous dira exactement où aller et comment nous y prendre de la manière la plus efficace.

On pourrait recourir à une autre métaphore pour faire sentir la valeur du maître : si nous voulons devenir architecte, nous pouvons toujours apprendre les techniques par nous-même sans suivre de formation précise. Mais si le bâtiment que nous avons construit s'effondre alors que des tas de gens s'y trouvent, ce sera un désastre. Tenter de réaliser Dieu sans maître, c'est comme essayer de devenir architecte sans suivre les études appropriées. Les erreurs que nous ferons peuvent s'avérer très, dangereuses, surtout si nous commençons à impliquer d'autres personnes. Si nous commettons une erreur qui ne concerne que nous-même, nous pouvons toujours nous reprendre et continuer... Après tout, si nous gaspillons une existence à tenter de réaliser Dieu pour finalement constater que cela ne marche pas, ça n'est jamais qu'une existence, autant dire pas grand-chose. Mais si nous commençons à surestimer notre propre accomplissement et entreprenons de guider d'autres personnes, c'est un vrai problème. Un peu comme si nous prétendions faire de la chirurgie sans avoir été formé.

L'apprentissage de toute technique – artistique, artisanale, musicale requiert une formation approfondie et il en va de même dans le domaine spirituel. N'importe qui peut jeter des couleurs sur une toile, puis la regarder, la trouver belle et se déclarer artiste ; mais il ne suffit pas de se croire artiste ou de se proclamer tel pour l'être réellement. N'importe qui peut aller dans un champ, placer un morceau de caoutchouc sur un tronc d'arbre et frapper très fort pour, au bout de deux semaines, se proclamer expert en arts martiaux ; mais il ne suffit pas de se proclamer expert en art martiaux pour l'être réellement.

On pourrait ajouter qu'implorer Dieu de nous aider, c'est un peu comme essayer d'entrer dans un club privé. On ne peut entrer que si on connaît quelqu'un qui en fait déjà partie. De même, pour entrer dans le club de Dieu, il nous faut être appuyé par un membre, et c'est là qu'intervient le maître spirituel. Nous avons besoin de quelqu'un pour soit nous pousser dehors du dehors, soit nous attirer à l'intérieur du dedans. Si l'ego n'a pas déjà été considérablement mis en cause – et en dépit de ce que l'on se plaît à croire, il n'a en général pas du tout été mis en cause lorsque l'on commence le chemin –, nous n'aurons pas l'inspiration

nécessaire pour travailler et pratiquer quotidiennement de manière à attirer l'attention de Dieu. Pour cela, il nous faut l'aide du maître.

L'ego se bat continuellement pour tenter de nous contrôler et afin de réussir notre vie spirituelle il nous faut d'une manière ou d'une autre mettre l'ego dans notre poche. Malheureusement, jamais l'ego ne nous suivra de son plein gré dans notre démarche spirituelle. Il va donc falloir lui jouer un tour. Pour berner notre ego et créer de sérieuses fissures dans notre absence de conscience, nous avons besoin d'un maître spirituel vivant. Le travail du maître consiste à mettre en cause nos pseudo-certitudes – la plus importante étant celle de la dualité ou de la séparation.

Sans l'aide d'un maître, nous pourrions certes nous construire une vie spirituelle confortable, mais qui ne nous donnera pas forcément ce dont nous avons besoin. Souvent, ce qui est bon pour nous ne correspond pas exactement à ce que nous désirons. Nous désirons le confort et la satisfaction de nos désirs, mais pas nécessairement ce qui s'avérera bon pour nous à long terme. Ce qui s'avérera bon pour notre évolution ne sera pas forcément ce que notre psychologie imagine comme bon, et le maître authentique, lui, sera à même de discerner. La grâce transmise au travers du maître est une force qui, lorsque nous l'invoquons dans nos existences, commence à les orienter de façon à ce que nous recevions ce dont nous avons besoin, mais pas nécessairement ce que nous voulons.

La fonction du maître est de créer une énergie particulière que l'on pourrait appeler « bénédiction », « transformation », quelque chose qui génère une alchimie divine dans nos vies. Aucune vie n'est exempte d'une certaine chimie : il arrive à chacun de tomber amoureux ou d'être transporté par un concert. Le maître peut prendre notre chimie et notre psychologie ordinaires pour nous amener à l'alchimie, laquelle est proprement transformante.

Une idée impopulaire

L'idée même du gourou ou maître spirituel n'est pas très populaire par les temps qui courent. Un maître contemporain dont la force et la maîtrise sont incontestables raconte avoir reçu une lettre de vingt pages d'un psychiatre venu à l'un de ses enseignements. Ce psychiatre, ayant observé le comportement du maître, lui expliquait ce qui n'allait pas chez lui du point de vue psychologique. Selon lui, tout l'enseignement spirituel transmis par le maître n'était que l'expression de sa névrose et il lui fallait donc suivre une thérapie.

Si nous ne faisons pas confiance au maître spirituel, c'est parce que l'existence nous a appris que les figures d'autorité ne sont en général pas dignes de confiance. Nous avons appris que nos père et mère ne méritaient pas notre confiance : ils nous faisaient honte, nous battaient, abusaient de nous sexuellement ou nous ignoraient. Et si cela ne s'est pas passé avec nos parents, c'est arrivé avec notre tante, ou notre grand-mère ou notre tout premier maître d'école. Et puis il y a eu les hommes politiques : nous attendions d'eux des conditions de vie permettant une existence honnête vécue dans un climat de sécurité et ils nous ont trompé. Aussi avons nous développé une sorte de préjugé contre toute forme d'autorité, y compris l'autorité spirituelle.

On parle beaucoup ces temps-ci du gourou intérieur et de la vérité nue : il paraît que nous pouvons tout accomplir par nous-mêmes et n'avons donc pas besoin de maître. Un certain discours affirme : « Réalisez tout simplement que le Divin est partout et c'en sera terminé. » C'est une façon de voir quelque peu extrême. La question, en effet, n'est pas si simple. Les

gens se disent : « À quoi bon un maître spirituel ? Pour me provoquer et me pousser à pratiquer ? Une quelconque figure d'autorité devant laquelle il me faudrait m'incliner ? » Ne vous en remettez à rien ni à personne hormis votre propre individualité, tel est le credo nouveau en vogue ; mais c'est le summum de l'égarement et de l'égoïsme. Ce n'est pas parce s'en remettre à un maître comporte des pièges – de nombreux pièges, en fait – que l'on doit pour autant nier la valeur ou la nécessité du maître. La maîtrise de l'esprit, la maîtrise de soi, est la forme d'art la plus complexe et la plus délicate au monde ; et cependant, on s' imagine pouvoir maîtriser cet art sans recevoir aucune aide. Les gens rêvent. Néanmoins, à ceux qui persistent à y croire, je dirais : « Bonne chance ! La Force soit avec vous ! »

Le maître en tant qu'être soumis à la volonté de Dieu

Quand on cherche à recevoir l'enseignement d'un maître baul ou de tout maître spirituel authentique, il importe de comprendre que le maître ne contrôle pas personnellement ses propres manifestations.

Il est complètement soumis à la volonté de Dieu, soumis au besoin du Divin ou de la voie dans l'instant. Les maîtres spirituels ont renoncé non seulement à leurs illusions mais aussi à ce qui pourrait les motiver à agir en fonction de ces illusions. Un maître authentique vit dans cet état de soumission et le disciple devrait aspirer à cet état plus intensément qu'à l'illumination ou à la libération – voir à ce sujet le chapitre 9.

Le maître authentique est soumis à son propre maître, lequel est soumis à son propre maître, et ainsi de suite jusqu'à la source de la lignée qui est le Divin sous sa forme ultime. Tant que le maître est soumis à son maître, la bénédiction de Dieu se transmet indéfiniment au travers de la lignée qui se réfère toujours à la source divine.

Le maître soumis utilise la puissance de bénédiction de son propre maître à la manière dont les plantes utilisent la lumière du soleil. Le rayonnement du maître se répand partout et le degré de réceptivité du disciple soumis – lequel peut aussi être un maître – à ce rayonnement détermine le degré auquel lui-même va transmettre cette lumière.

Une personne à ce point soumise peut ne rien avoir à faire de particulier (ni techniques respiratoires, ni exercices destinés à développer le etc.) sinon mettre son attention sur son maître. La seule condition est qu'il ou elle soit réellement soumis, abandonné au maître. Or cela n'est pas aussi facile qu'on pourrait le croire.

Le fait que le maître soit « soumis à la volonté de Dieu » sous-entend qu'il sait ce qu'il a besoin de savoir. Par exemple, mon propre maître, Yogi Ramsuratkumar, sait beaucoup de choses à propos des gens. Non parce qu'il est voyant, ou parce qu'il est d'exceptionnelles aptitudes en matière de psychologie ou d'évaluation de la personnalité, pas plus qu'il n'est astrologue capable de deviner le signe des gens rien qu'en les regardant. S'il sait des choses sur ceux qui viennent à lui, c'est parce que quand le Divin a besoin, pour être bien servi, qu'il connaisse certaines choses, il les lui fait connaître. Le Divin lui fournit toute information utile à l'accomplissement d'un travail avec une personne donnée. Ce que le Divin veut, il l'obtient et le service du Divin ne souffre aucun délai.

En général, le maître ne sait pas tout sur chacun dans les détails d'ordre personnel, car ce n'est pas nécessaire. Le maître n'est pas au service de la personnalité du disciple, mais de ce qui est universel et transcendant. En fait, le maître ne s'intéresse qu'à la voie ou à la volonté de Dieu telle qu'elle se manifeste dans la vie des gens. Il se peut que le maître entre en sym-

pathie avec la personnalité du disciple ; mais l'aide qu'il apporte à ce dernier n'est en rien déterminée par la relation qu'il peut avoir à sa personnalité.

Lorsque les gens commencent à aller rendre visite à des gourous célèbres et voient des centaines de gens assis à leurs pieds en adoration, beaucoup se disent :

«Tiens, ce n'est pas mal. J'aimerais bien moi aussi avoir le pouvoir, la gloire, être adulé. » Mais souvent nous ne pensons pas au prix qu'il faut payer pour se retrouver dans cette position. Si quelqu'un est dans cette position de maître ou gourou parce qu'il l'a gagnée, cela signifie qu'il est soumis à la volonté de Dieu. Cela veut dire qu'il n'a plus de vie, plus de vie privée, plus de temps pour lui, plus de libre arbitre pour décider de ce qu'il veut faire ou de l'endroit où il veut aller. Un maître authentique n'enseigne pas parce qu'il s'estime prêt à enseigner ou parce que cela lui plaît, mais parce qu'il n'a absolument pas le choix.

Un point mérite d'être noté : il arrive que, suite à ce que l'on pourrait appeler une erreur, quelqu'un se trouve soumis à la volonté de Dieu et devienne ainsi un canal relativement clair de la puissance de bénédiction du Divin sans avoir encore accompli la purification psychologique nécessaire pour jouer son rôle avec intégrité.

De plus, bien qu'un disciple ou instructeur puisse être complètement soumis à son maître, cela ne signifie pas pour autant qu'il ou elle en ait terminé avec le travail spirituel. Même les maîtres démarrent en tant que bébés. Ils commencent comme bébés maîtres, grandissent un peu, en arrivent au point où ils sont des maîtres adolescents – et, comme presque toutes les adolescences, c'est une période folle et pénible – puis ils finissent par arriver à l'âge mûr. Même si le maître se montre très respectueux du disciple qu'il a formé pour qu'il devienne un maître, maître et disciple n'en sont pas pour autant au même point.

Le maître continue à affiner le disciple au fil du temps, y compris celui qui est devenu un maître à part entière. Ma propre relation de disciple à mon maître Yogi Ramsuratkumar peut à cet égard le démontrer concrètement.

La transmission

Tout repose sur la transmission, la transmission est tout. Voilà le grand secret de la vie spirituelle. La transmission est au cœur du chemin. La source ultime de la bénédiction transformante est le Divin – on pourrait aussi employer les expressions « la Vie », « la Réalité », « la Vérité », etc.) et ce rayonnement est capté et magnifié dans le monde humain au travers des personnes qui ont elles-mêmes réalisé le Divin, de manière ultime et complète.

En fait, le degré d'efficacité de tout enseignant spirituel dépend entièrement du degré auquel il ou elle est soumis à la transmission qui passe par son propre maître ou directement par le Divin. C'est une question de transparence. Un bon disciple et son maître sont comme un vieux couple : au bout de trente ans, les conjoints finissent par se ressembler. Ils commencent à tellement se comprendre en profondeur que même leurs traits physiques peuvent changer. Le degré de transparence d'un disciple à son maître est le degré auquel il témoigne du *darshan* – bénédiction – de ce dernier.

Le maître indien contemporain Yogi Ramsuratkumar, mon propre maître, ne parle de lui-même qu'à la troisième personne. Il se nomme « ce mendiant » ou « ce fou ». Lorsque les gens lui attribuent l'aide qu'ils ont reçue, il dit souvent : « Ce mendiant n'existe pas. Il n'y a que mon Père dans les Cieux. Tout est la grâce de mon Père. » Il est parfaitement transpa-

rent à son maître, Papa Ramdas et, à travers lui, à Dieu lui-même. Un vrai disciple se reconnaît au fait qu'il reconnaît toujours la primauté du maître, s'y réfère en tant que source et point d'ancrage. Or, seul un vrai disciple peut faire un vrai maître.

On peut tout faire pour que la transmission soit possible ; mais il n'existe pas de technique fiable permettant de la garantir. La pratique peut se comparer à la préparation de la viande : certains rendent la viande plus tendre, d'autres y ajoutent des herbes, d'autres la découpent d'une certaine manière, mais c'est la transmission elle-même qui constitue le contexte ou le climat sous-jacent indispensable à l'émergence de la conscience.

En fin de compte, la conscience qui jaillit de la transmission est la seule chose qui aide vraiment le disciple, car aucune pratique ne garantit l'accès à la conscience. Tout le dharma ou enseignement spirituel, tout le travail accompli, tous les efforts que font les élèves, les pratiques qu'ils observent, toutes les relations personnelles qu'ils peuvent avoir avec le maître... tout cela est du théâtre pour les occuper jusqu'à ce que la transmission se soit opérée en même temps qu'une tentative de créer un climat de réceptivité qui leur permettra d'être vulnérables, ouverts à la transmission, et d'en tirer le maximum lorsqu'elle se fera. Lorsqu'elle se fait effectivement, il est de la responsabilité de l'élève de laisser la transmission et les bénédictions produire leurs effets, quels que soient ces effets, de ne pas réduire la transmission en essayant de la définir intellectuellement, et enfin de ne pas en refouler les effets par peur ou pour retrouver un confort immédiat.

En Inde, on dit que la meilleure chose que l'on puisse faire en termes de pratique spirituelle est de passer du temps en compagnie de saints. L'état d'être du saint « déteint » sur le disciple par la transmission, et le disciple prend ce que le saint a à offrir simplement en se trouvant dans sa proximité. Néanmoins, il importe de comprendre qu'être en « compagnie des saints » ne signifie pas nécessairement être physiquement proche d'eux ; c'est plutôt une question d'attention et d'intention (voir « Rechercher l'attention du gourou et de Dieu » au chapitre suivant). L'élève travaille et travaille, et peu à peu la vérité que le maître *est* commence à lui apparaître. Comment cela arrive-t-il ? C'est un miracle à jamais mystérieux, mais il est certain que cela se produit. L'histoire nous l'a indéniablement montré.

Alors que le Dieu non dual n'a qu'un langage, l'être humain a trois langages : le langage de la pensée, le langage émotionnel ou affectif et le langage instinctif. (Voir au chapitre 4, « les trois centres selon G. I. Gurdjieff »). Le maître parle une variété de langues – dans ce cas, celle du Divin pur, non dual, comme celle de la dualité et du monde des mortels. Il ou elle est miraculeusement capable de prendre la réalité non duelle abstraite et indescriptible pour la partager en des termes concrets compréhensibles, éventuellement, par ceux qui vivent dans la dualité. Si un être humain ne dispose pas d'un interprète, peut-être sentira-t-il qu'il se passe quelque chose, mais il ne saura pas du tout quoi. Si quelques rares individus exceptionnels peuvent s'enseigner à eux-mêmes le langage du Divin, la plupart des gens ne le voudront et ne le pourront pas. Le prix est trop élevé, le travail trop dur, le labyrinthe trop inextricable.

Le maître traduit pour le disciple et il y a aussi transmission dans le processus de traduction, car le gourou traduit non seulement le sens mais confère aussi l'expérience de ce dont il est question. Car le maître n'est pas un manipulateur ; la relation du maître authentique à chacun de ses disciples est toujours fondée sur la transmission. Quand le maître met son attention sur le disciple, il ouvre un canal de communication dans lequel la transmission de la bénédiction s'écoule et bénit l'élève.

Le maître connaît le destin du disciple

Le maître spirituel connaît toujours notre destin et il va aider, de manière douce ou – parfois – pas si douce que cela, à nous propulser vers lui. Notre destin n'est pas quelque chose de temporaire – comme un boulot particulier, être un guérisseur ou un artiste. C'est quelque chose de durable. Notre destin peut être extraordinaire comme il peut s'avérer très ordinaire, malheureusement pour ceux d'entre nous qui adoreraient être sur le devant de la scène, mais dont le destin est de se ranger dans l'anonymat.

Bien que les choses semblent arriver par hasard, le maître sait où nous allons, ce qu'est notre chemin et notre karma. Le maître travaille d'une manière très mystérieuse pour l'esprit humain linéaire, car ce dernier ne peut saisir des concepts abstraits que jusqu'à un certain point. Il les saisit abstraitement, pourrait-on dire, alors que le Divin ne connaît pas ces limites. Pour le Divin, tout est clair et évident. Les physiciens parlent de la « loi du chaos » – voulant dire par là que l'univers est par nature chaotique, mais que ce chaos obéit à des lois. Pour Dieu, l'univers n'est pas chaotique. Aux yeux de Dieu, tout est parfaitement en place. Une étoile naît. Une étoile explose. Une galaxie naît, etc.

Comme le maître connaît notre destin, si nous prenons au sérieux notre engagement auprès de lui, son influence va nous permettre de régler les dettes karmiques en peu de temps. Il est de notre intérêt de payer nos dettes karmiques rapidement afin que les ressources restantes soient à notre disposition au lieu d'être gelées par la « banque karmique ». Bien sûr, l'accélération de la dette karmique rend la relation au maître spirituel très intense sur le moment, mais cela nous facilite beaucoup la route par la suite. De plus, dans cette situation, nous pouvons régler du vieux karma sans en contracter de nouveau. Il ne s'agit pas de régler une dette à la banque pour aussitôt contracter un prêt dans une autre banque. Il faut tout rembourser, et c'est ce qui peut se produire sous la direction d'un authentique maître spirituel.

On trouve une extraordinaire illustration de ce qu'est le destin dans le cas d'un saint indien du XVI^e siècle nommé Vallabhacharya, grand dévot du seigneur Krishna. À la demande de Krishna lui-même, Vallabhacharya écrivait un commentaire détaillé de la Srimad Bhagavatam, une longue histoire à propos de Krishna. Il consacrait aussi beaucoup de temps à ses exercices spirituels – vénération de Krishna, chant, prière pour implorer une visite de Krishna, demander l'union à lui. Un jour Krishna vint le voir et lui dit : « Ta dévotion m'a plu. Tes prières ont gagné mon cœur. Viens avec moi. Nous irons au paradis et y vivrons éternellement. » Vallabhacharya lui répondit : « Non. »

Imaginez que Dieu vous rende visite demain matin et vous dise : « J'aimerais que tu me suives dans un monde de bonheur éternel, de plaisir, de perfection, sans souffrance ni douleur. » Mais Vallabhacharya a dit « non ». Quand Krishna lui a demandé pourquoi, il lui a répondu : « Vous m'avez confié un travail, la rédaction de ce commentaire pour vous et les générations futures, et je ne l'ai pas encore terminé. Je ne partirai pas, même pour vous suivre, tant que je n'aurai pas achevé le travail que vous m'avez confié. » Plusieurs années après, il termina le commentaire, se leva, sortit de chez lui, entra dans le Gange et on ne le revit jamais. Voilà ce qu'est le destin.

Le paradoxe du maître spirituel

Le maître spirituel ou gourou est un paradoxe que la voie spirituelle exige que l'on résolve. En Inde, il est dit que « le gourou est Dieu ». Même si cela n'est pas faux, il est également vrai que le gourou est humain. Si l'élève ne résout pas ce paradoxe, il se sentira trahi et cette impression d'avoir été trahi sera probablement comme une négation de la sagesse reçue à travers la relation au gourou¹⁰. Il importe de faire preuve de discernement : ce n'est pas parce que le maître se montre quelque peu excentrique qu'il s'agit de nier la totalité de l'enseignement, du fait de quelques caractéristiques comportementales.

Il est très important de distinguer le style du maître de son essence. L'essence du maître est la volonté du Divin exprimée à travers une forme humaine, tandis que son style procède souvent d'une recherche de moyens habiles, de la personnalité, de la formation reçue, des habitudes, etc. Pour que l'élève reçoive les bénédictions qui ne cessent de jaillir du maître, il faut qu'il y ait un échange énergétique, une réciprocité ; pour que le maître puisse catalyser cette réciprocité, il est nécessaire que l'élève porte son attention sur lui. Par conséquent, le style du maître est comme une pantomime. Le maître descend dans une rue symbolique (celle où se trouvent les disciples potentiels), il sort son équipement (l'enseignement), fait son numéro (son style) et, s'il est bon, attire un public d'élèves sérieux ; s'il ne l'est pas, personne ne s'arrête. Le chapeau pour les donations est là, afin que le disciple y mette tout ce qui l'empêche de suivre la voie avec clarté.

Cependant, comme on le verra au chapitre 8, tous les paradoxes du maître ne peuvent être attribués à son seul style. Tous ceux qui se prétendent « gourou » ou « maître spirituel » ne sont pas forcément ce qu'ils disent être. L'enseignement est pur, il est la vérité elle-même, inaliénable. Le dharma spirituel essentiel est parfait. Mais au niveau humain, on trouve de tout parmi les enseignants spirituels, depuis l'instructeur très fiable à celui en qui on ne peut avoir aucune confiance. Ce n'est pas parce qu'un enseignant se montre brillant dans sa manière d'exposer le dharma qu'il sera forcément brillant dans d'autres domaines, comme par exemple la gestion. L'élève doit donc opérer une distinction entre l'Enseignement, éternel, pur, immaculé, parfait... et le maître qui peut être complètement normal, poli, respectueux, réfléchi, ou au contraire insensé, impoli, distrait, peu amène. Il se peut même qu'en plus il sente mauvais.

En outre, on ne peut résoudre superficiellement le paradoxe du gourou, comme va l'illustrer le propos qui suit. Ce qui peut par moments apparaître comme un comportement provocant de la part du maître relève souvent, bien au contraire, d'un choix tout à fait conscient de sa part et ne procède en rien de son « humanité ». C'est particulièrement vrai dans le cas des traditions dites de « folle sagesse », où le chemin repose sur le paradoxe et la provocation. Cette provocation n'est pas gratuite et arbitraire ; elle est scientifique et procède d'une intention. On peut en trouver des exemples tels que Drupa Kunley dans le bouddhisme tibétain, Ikkyu Cin dans le zen japonais, G. I. Gurdjieff dans la « quatrième voie » ainsi que d'innombrables maîtres de la tradition yogique indienne.

¹⁰ Du point de vue linéaire et dualiste, le maître trahira effectivement l'élève, tôt ou tard. Le maître ne peut que trahir l'élève puisque, quelle que puisse être l'aide que le disciple puise dans la présence physique du maître, ce dernier va mourir et laisser l'élève seul, privé de sa présence incarnée.

La folle sagesse

Le but des enseignements de folle sagesse peut être perçu par une analogie : l'ingénieur qui étudie les différents niveaux de résistance des métaux sous pression constatera que jusqu'à un certain point le métal résiste, puis, au-delà, s'affaiblit et se brise. Il en va de même des êtres humains. L'ego va se maintenir jusqu'à un certain point, au-delà duquel il commencera à s'effondrer et à se disloquer. Cet effondrement est très désirable dans le travail spirituel, car bien que l'ego en lui-même ne *soit pas* une illusion – il est neutre et remplit la fonction qu'on lui demande de remplir –, ses opinions, ses points de vue, sa prétention à l'autonomie et ses attentes sont effectivement illusoires. Par conséquent, quand l'ego craque, ce qui reste intact au bout du processus de désintégration, c'est la vérité. La folle sagesse est une tradition fondée sur la provocation, mais l'intention de cette provocation est de faire se révéler la vérité à travers les fissures de l'ego.

Les gens se demandent souvent pourquoi, après avoir atteint l'éveil, un maître aurait « besoin » d'agir de manière choquante et provocante. En vérité, le maître n'en a aucun besoin, ce sont les élèves qui ont besoin qu'il agisse de la sorte. Le mental ordinaire fonctionne de manière si étroite, il est tellement bouffi de fausse vertu que les élèves doivent lâcher du lest quant à leurs attentes et projections.

C'est pourquoi le maître agit de manière « folle » pour le bien de ses élèves. Dans le cas de Trungpa Rinpoché, par exemple, sa consommation d'alcool était un sacrifice qu'il accomplissait pour ses élèves. Il était même prêt à se tuer pour eux et tout maître digne de ce nom ne reculera devant rien pour que les disciples reçoivent la transmission. Bien sûr, il y a beaucoup de charlatans qui boivent et prennent des drogues du fait de leurs faiblesses humaines, mais il y a aussi de vrais maîtres qui ont certains comportements dérangeants pour servir leurs élèves, afin que la transmission s'effectue.

Il arrive que dans leur désir de ressembler à leur maître – qu'il s'agisse d'un désir authentique ou d'un désir inconscient de l'ego – des élèves imitent le comportement du maître. Dans le cas de feu Chogyam Trungpa Rinpoché, les élèves se sont peut-être dit : « Puisque mon maître boit, je vais boire encore plus que lui. Ainsi, je l'impressionnerai. » Mais, comme nous l'avons dit plus haut, la plupart des gens n'avaient pas la moindre idée de la raison qui le faisait boire. Aussi ces tentatives d'imitation n'étaient-elles pas nécessairement des signes de pratique, mais souvent la manifestation d'une confusion. De même, mon propre maître, Yogi Ramsuratkumar, prend rarement des bains – un petit bain une fois par an ou tous les deux ans, peut-être. Il garde les mêmes vêtements pendant des mois, voire des années. Puis des élèves viennent à lui et pensent : « Si je veux montrer ma dévotion au maître, il faut que je mène le même genre de vie que lui. » Il se peut alors qu'ils essaient de le copier. Seulement, voilà, même s'il ne prend pas de bain, il sent la rose, alors que lorsque les disciples ne se lavent pas, ils dégagent une odeur proche de celle de cadavres d'animaux laissés à rôtir dans la chaleur de l'Inde des jours durant.

En un sens, la tradition de la folle sagesse, comme tous les chemins fondés sur le gourou, est très dangereuse, car elle vous brise littéralement le cœur. Une fois que l'ego est fissuré et le cœur brisé, la seule façon de redevenir entier est de réaliser le Divin, de réaliser Dieu dans sa vie. Quand un élève découvre vraiment la voie, quand il se relie avec le maître spirituel, le lien de cœur est si fort que lorsque le maître agit de manière choquante ou provocante, cela provoque chez l'élève une très forte intention inconsciente de comprendre le comportement du maître, comportement qui ne saurait être compris superficiellement. Afin de ré-

soudre cette énigme, le disciple doit arriver à une vision de plus en plus réelle de sa propre essence. Tant que cette vision n'est pas advenue, l'élève doit faire confiance au maître, souvent face à des comportements qui pour lui n'ont pas de sens et heurtent sa rigidité, ses doutes et ses croyances.

Dans la tradition de la folle sagesse, le comportement du maître ne sert qu'à provoquer l'élève pour qu'il s'investisse davantage et lâche les illusions de la dualité. Même si la voie, en fin de compte, est compatissante et se préoccupe du bien-être de ceux qui la suivent, ces derniers se sentiront inévitablement blessés. Mais ces blessures sont insignifiantes comparées à la souffrance qui se produirait au cas où l'élève n'en ferait qu'à sa tête et continuerait à manipuler et dominer les autres pour nourrir son égocentrisme. Le maître spirituel fait ce qu'il fait dans un but bien précis, et se faire aimer de tous ne participe pas de son projet. À ce propos, Gurdjieff disait : « Quand les gens viennent me trouver au début pour devenir mes élèves, ils me vénèrent. Ils commencent ensuite à douter de moi, puis à me critiquer, et finissent par me haïr. » La voie est impersonnelle. Elle attire qui elle veut, en dépit des préférences personnelles du maître, et elle se protège. Aussi la voie se débarrasse-t-elle de tout ce qui s'avère toxique dans un espace donné où le chemin s'accomplit, y compris s'il s'agit d'élèves ou de chercheurs potentiels. La voie obtient tout ce qui lui est nécessaire. S'il lui faut du charme, elle en obtient ; s'il lui faut de la grossièreté, elle en obtient également.

Gurdjieff et la folle sagesse

Dans la tradition orale de la voie selon Gurdjieff, on dit que lorsque ce dernier voyageait, il descendait toujours dans les meilleurs hôtels et y commandait abondance de mets et de boissons. Un jour, au cours d'un voyage, il fit étape dans un hôtel en France, sur la côte. Il avait des monceaux de bagages et demanda à l'un de ses élèves de trouver un bagagiste pour porter le tout dans les chambres. Il ordonna aussi à l'élève de donner un généreux pourboire. L'élève dit à Gurdjieff qu'il n'avait pas d'argent. Pour toute réponse, Gurdjieff sortit de sa poche une main pleine de bonbons qu'il donna à l'élève. Ce dernier était très gêné et se demandait comment il pourrait soutenir le regard du bagagiste qui, s'attendant à un bon pourboire, se retrouverait avec des bonbons.

Gurdjieff s'en alla, laissant son élève dans cette situation. L'élève courut de droite et de gauche pour se faire prêter de l'argent par ses compagnons de voyage. Quand le bagagiste eut terminé, l'élève lui donna un bon pourboire et se sentit très fier d'avoir réussi à trouver une solution à ce qui lui apparaissait comme un problème, convaincu qu'il avait sauvé la situation. Ils logèrent à l'hôtel pendant trois ou quatre jours et tout le personnel traitait Gurdjieff comme s'il avait été le roi de France. Son élève l'observa attentivement et remarqua une chose : chaque fois que quelqu'un lui rendait un service, Gurdjieff plongeait la main dans sa poche et donnait au membre du personnel un ou deux bonbons.

Il fallut des années à l'élève pour comprendre pourquoi tous ces gens se mettaient en quatre au service de Gurdjieff alors qu'il ne leur donnait que quelques sucreries. Lorsqu'il finit par comprendre, ce fut une grande révélation. Il s'agissait de la manière dont Gurdjieff traitait le personnel de l'hôtel, laquelle n'avait rien à voir avec l'argent. Il leur témoignait un vrai respect, une réelle bonté et leur conférait une dignité.

Le présent chapitre a fourni une vision générale du rôle et de la fonction du maître ou gourou. Le chapitre suivant examine les qualités nécessaires à l'élève ou disciple afin de cultiver la relation au maître comme à l'enseignement que ce dernier transmet.

La relation entre le maître et le disciple

Même un grand maître ne sera que d'une utilité limitée à l'élève si ce dernier n'est pas apte à profiter correctement de ce que le maître lui propose. Le maître français Arnaud Desjardins dit que si les maîtres authentiques ne sont pas très nombreux, il en va de même des vrais disciples. Selon lui, plutôt que de se contenter d'évaluer le maître, il faudrait aussi réfléchir à nos propres qualifications en tant que disciple. Ce chapitre examine les qualités de l'élève ou disciple nécessaires à l'utilisation d'un vrai maître – si l'on a la chance d'en trouver un.

Un seul maître

Avant tout, si nous voulons réaliser ce qui nous est finalement possible en tant qu'êtres humains, nous devons n'avoir qu'*un seul maître*. Si nous voulons que notre maître nous prenne au sérieux, nous ne devons pas nous disperser. C'est très à la mode d'aller voir de nombreux maîtres, de prendre un peu ici, un peu là pour se bricoler une sorte de pratique spirituelle. Les gens s'enflamment pour tel gourou, puis pour tel autre gourou, puis encore pour un autre et disent : « Tous les maîtres sont Un. » Ils envoient des lettres d'amour à un maître pour, six mois plus tard, en écrire à un autre, parfois la même lettre mot pour mot. Chaque fois qu'on entend parler par la bande d'un tout nouvel « éveillé » – une mère de famille éveillée, un scientifique éveillé –, on se rue sur lui, tel un poulet qui court la tête coupée, comme disait ma mère. Il nous faut absolument aller à son séminaire. En allant trouver tous ces maîtres, les gens ont peut-être l'illusion de progresser, mais ils ne font en réalité que saper le chemin qu'ils suivent auprès de leur propre maître.

Même si ces élèves s'imaginent aimer ces différents maîtres, ce n'est pas d'amour qu'il s'agit. En fait, ce n'est qu'une fascination inconsidérée, ainsi qu'un besoin d'être constamment distrait par une stimulation nouvelle. La plupart des élèves novices aiment à se croire capables d'amour universel et impersonnel, mais ils en sont tout bonnement incapables. L'amour universel commence par l'amour personnel, et on ne peut que démarrer doucement par le début, en ressentant de l'amour personnel envers *un* maître, ce qui nous amènera finalement à l'amour universel.

Si on est divisé dans sa dévotion en prétendant servir plusieurs maîtres, chaque maître ne récolte qu'un peu de nous-même et tout le monde est lésé. Si vous mélangez de la peinture rouge, de la jaune et de la verte, vous obtenez de la merde ; quand vous mélangez des pratiques issues de différentes voies, idem. On doit avoir une relation exclusive et concentrée avec un seul maître. Cela ne veut pas dire que l'on ne puisse aller en voir d'autres, lire leurs livres, etc. L'aide reçue de notre maître peut venir sous bien des formes, y compris celle d'autres maîtres, mais il est absurde de considérer l'aide que ces derniers nous apportent comme identique à celle reçue de notre propre maître. Aucune aide n'est comparable à celle reçue de son maître. Quelle que puisse être la voie que l'on suit, elle comprend certaines pratiques. Quand nous allons voir d'autres maîtres, leur présence va renforcer en nous la pratique transmise par notre maître ; par contre, si l'on commence à adopter les pratiques transmises par les autres maîtres ou qu'on laisse de faux maîtres nous diviser énergétiquement – et, compte tenu de l'absence totale de discernement dont souffrent la plupart des gens, c'est un scénario plus que probable –, alors la pratique transmise par notre maître s'en ressent. Il se peut même qu'elle ne s'en remette pas, même si la pratique transmise par l'autre maître est parfaite pour ses élèves à lui.

Lorsqu'on constate que l'on passe d'une voie à une autre, d'un maître à un autre, il importe de réfléchir en profondeur : nous sentons-nous réellement attirés par une autre voie ou sommes-nous simplement fascinés en surface ? Quelle que puisse être la force des émotions éprouvées à l'égard de tel ou tel maître, nous devons examiner notre histoire personnelle avec lucidité, pour voir si nous sommes susceptibles de nous égarer dans notre approche du maître spirituel.

Par exemple, comme il existe de nombreuses voies et que le même maître ne conviendra pas à chacun, il est possible qu'après quelques investigations nous découvriions que le maître avec lequel nous cheminons n'est pas notre vrai maître racine. Si c'est bel et bien le cas, cela ne pose pas de problème. Il se peut en revanche qu'en passant beaucoup de temps au « supermarché spirituel », on s'égare au point de ne plus se sentir attiré par la clarté et la simplicité de la voie que l'on suit, et d'être fasciné par des maîtres plus charismatiques ou exotiques. Il se peut aussi qu'on ne soit pas allé assez loin avec notre maître d'origine pour découvrir si il ou elle est effectivement notre maître.

Bien sûr, tout a son revers. Si nous nous engageons auprès d'un maître, nous risquons de devenir dépendant de ce maître au point de perdre notre identité et de n'être plus apte à gérer notre existence de manière responsable. Mais tout ce qui vaut la peine implique certains risques, et un maître authentique ne nous laissera pas nous enfoncer dans une direction erronée jusqu'au point de non retour. Il nous faut toujours regarder profondément en nous-même pour voir si ce qui nous apparaît comme un message venu du cœur ne serait pas en fait une réaction émotionnelle superficielle, une impulsion sans doute agréable, mais qui ne jaillit pas de la profondeur du corps. À partir de là, nous n'avons plus qu'à suivre notre intuition et notre instinct du mieux que nous le pouvons. Une fois qu'on s'est engagé dans la relation au maître, il se peut que l'on se débâte dans des difficultés, mais il ne faut en aucun cas envisager de quitter le gourou. Même quand le disciple se « libère » et devient pleinement réalisé, rien ne peut briser sa relation au maître du moment qu'elle est réelle. Rien. Ni la mort, ni le déshonneur, ni l'illumination, ni l'éveil.

Devenir fiable pour recevoir ce que le gourou a à donner

Même si nous nous sommes fixé et engagé auprès d'un maître, il ne suffit pas de se dire son disciple pour recevoir ce qu'il a à donner. Si nous voulons ce qu'a le maître, il nous faut trouver un moyen de l'obliger à nous le donner. Il nous faut trouver comment servir le maître de la manière dont il souhaite être servi ; en effet, si nous le servons comme il le veut, il nous donnera ce que nous voulons. À nous de trouver ce que signifie être un disciple fiable, à nous de le devenir, car le maître utilisera toujours toutes les occasions d'affiner la pratique d'un disciple fiable et le fera de manière impeccable. Toute l'idée de responsabilité, de fiabilité, de confiance est un élément clef du chemin spirituel et touche non seulement l'individu mais tout le réseau de l'influence du maître. Le maître est responsable de ses élèves, les élèves peuvent se fier à lui et il revient toujours, vie après vie, pour les servir.

Les élèves croient souvent que le seul fait de s'enflammer pour un maître ou un enseignement va faire d'eux un bon disciple. Néanmoins, les êtres humains ont en général tendance à être très incohérents et peu fiables, surtout lorsqu'il s'agit de vivre de manière disciplinée. Beaucoup d'élèves sur le chemin n'en peuvent plus de joie lorsqu'ils découvrent la voie. Ils ont cherché quelque chose toute leur vie (même si la moitié du temps ils ne savaient pas ce qu'ils cherchaient), et quand enfin ils le découvrent ils réalisent ce qu'ils ont manqué et sont prêts à tout promettre au maître. Le nouveau venu sur la voie est impulsif, fait de grandes déclarations, mais il n'est pas fiable. On ne peut s'attendre à ce qu'il tienne ses folles promesses.

Comme l'élève novice est indiscipliné et manque de discernement, avec le temps il commence à se laisser fasciner par un ailleurs. Mettons qu'il se soit engagé auprès d'un maître en Inde : soudain, un Tibétain à la mode s'installe en ville et il commence à se dire : « Oh, je ne rencontre mon maître que trois jours par an, ce Tibétain est là en permanence, peut-être que je devrais suivre son enseignement. Après tout, la vérité est une. » Les promesses que l'élève fait au maître spirituel et à la voie ne valent qu'en fonction de son aptitude à les tenir et de sa volonté de *mériter* l'enseignement auquel il aspire.

Une fois que l'élève s'est engagé, du moins en lui-même, à suivre un maître et une voie précise, c'est en prouvant au maître sa fiabilité en tant que disciple qu'il va obtenir de ce dernier qu'il lui transmette ses secrets. En fait, c'est une loi spirituelle : si le disciple se rend fiable et responsable envers l'enseignement, le maître est obligé de lui transmettre l'enseignement. Le degré de la transmission sera le degré de fiabilité du disciple.

Le maître ne brade pas. Bien sûr, il délivre un enseignement général qui peut paraître très profond, mais qui n'en reste pas moins général et accessible à tous. Quant à l'enseignement vraiment sérieux du maître, le disciple doit le gagner en faisant la preuve de sa fiabilité.

Tout maître cherche chez l'élève cette qualité de fiabilité, car le disciple fiable à la fois gagne, mérite la transmission et s'acquitte de sa dette par sa fiabilité même. (Le sujet du « paiement » est abordé au chapitre 10.)

Si les élèves demandent souvent : « Comment puis-je recevoir ce que le gourou a à donner ? », ils demandent rarement : « Quelle est ma responsabilité envers le gourou ? »

La responsabilité des élèves envers le gourou ou maître est de vivre leur existence avec intégrité, une intégrité absolue et impeccable – non seulement par rapport aux enseignements spécifiques, mais aussi dans leur vie ordinaire. Que veut dire vivre avec une impeccable intégrité ? Vivre chaque instant abandonné, consacré au service de la voie, quelle que

soit la manière dont la voie se manifeste ; et jouer son rôle dans la sphère professionnelle et sociale au quotidien, aborder les relations avec honnêteté, bonté, générosité, que la relation soit professionnelle ou personnelle, familière ou formelle.

La voie peut se manifester dans un contexte non théiste, tel que le bouddhisme ; dans un système théiste, tel que l'hindouisme, la tradition baul, le christianisme ; ou dans un système non dualiste tel que l'advaita vedanta. La voie peut se manifester sous bien des formes, mais le but final est de servir le maître dans le contexte de notre existence ordinaire, de quelque manière qu'elle se déroule.

Un aspect de la vie spirituelle consiste simplement à en arriver à une perception claire des choses telles qu'elles sont. Il s'agit d'entrer en relation avec les gens tels qu'ils sont plutôt que selon nos parti pris sociaux ou psychologiques. On encourage la personne qui s'engage dans une pratique spirituelle à développer des qualités de discipline, de discernement, la lucidité et l'aptitude à prendre des décisions ainsi qu'une manière de communiquer avec douceur, paix et compassion. La tâche du pratiquant est simplement de vivre avec intégrité et impeccabilité.

Jouer le jeu selon les règles fixées par le maître

Il n'est pas toujours facile de recevoir ce que le maître a à donner. Mon propre maître, par exemple, n'explique jamais rien. Il agit et si vous recevez l'enseignement, vous le recevez ; et sinon, tant pis. Il ne donne jamais deux fois la même leçon. Un jour où je lui rendais visite en compagnie de plusieurs élèves, il a dit : « Ce mendiant a faim. Allons manger. » J'étais très excité à l'idée que mon maître nous amène au restaurant. C'est un vieil homme, mais quand il décide de bouger, il peut bouger comme une fusée ! Il est parti et nous avons dû courir pour le suivre. Dans sa ville, les rues sont encombrées de gens, de vaches, de bus, de taxis à trois roues, de voitures. Il traversait la rue sans paraître ne serait-ce que remarquer la circulation et nous le suivions en évitant de justesse d'être renversés par des voitures ou d'entrer en collision avec des vélos ou des vaches. Jamais il ne s'est retourné pour regarder où nous étions. La leçon était la suivante : suivez le maître, restez avec lui quoi qu'il arrive. Si vous voulez être en compagnie du maître, il faut apprendre à jouer le jeu selon ses règles et à se déplacer à sa vitesse à lui.

Saï Baba de Shirdi donne une leçon de fiabilité

On trouve une remarquable illustration du principe de fiabilité – ou, dans le cas présent, du manque de fiabilité – dans une histoire concernant Saï Baba de Shirdi et l'une de ses disciples. Il y avait dans la ville de Shirdi une femme qui n'arrêtait pas de demander à Saï Baba : « Pourquoi ne venez vous pas chez moi ? Vous allez chez tous les autres dévots, ils vous font la cuisine, s'occupent de vous, mais vous ne venez pas chez moi. »

Un jour, il lui dit : « D'accord, je viendrai chez vous demain. » Très contente, elle se réveilla tôt le lendemain et passa beaucoup de temps à cuisiner des plats élaborés et toutes sortes de desserts. Pendant qu'elle préparait le repas, un chien entra dans son jardin et se mit à aboyer et aboyer sans vouloir s'arrêter. L'aboiement la dérangeait, aussi sortit-elle pour chasser le chien, mais il ne voulait pas partir. Finalement, elle prit un bâton et lui tapa sur le

dos. Il s'enfuit. Puis elle attendit toute la journée Saï Baba, qui ne vint pas. Elle en fut très en colère et finit par se précipiter à la mosquée où vivait Saï Baba, faisant irruption au milieu d'une assemblée pour lui exprimer son mécontentement.

« Vous m'avez dit que vous viendriez et j'ai passé la journée à faire la cuisine pour vous, hurla-t-elle. J'avais beaucoup de nourriture que j'ai gardé au chaud pour vous, mais vous n'êtes pas venu.

– Je suis venu, lui dit-il.

– Ce n'est pas vrai ! »

Il insista sur le fait qu'il était bel et bien venu tandis qu'elle répétait le contraire. Finalement, il souleva sa chemise et lui montra des écorchures qu'il avait dans le dos exactement à l'endroit où elle avait frappé le chien.

Pour être fiable, nous devons servir le divin *sous toutes ses formes*. À nous de faire attention : qui renvoyons-nous ? Il se peut que ce soit le divin sous une forme à laquelle nous ne nous attendons pas.

L'obéissance

L'obéissance est l'une des manières dont le maître éprouve la fiabilité du disciple. De nos jours, l'obéissance est une idée peu en vogue. Les gens ne veulent obéir qu'à eux-mêmes. Et cependant, il est intéressant de noter que ceux-là mêmes qui rejettent l'autorité spirituelle vont aller trouver un maître de musique, un maître artisan pour travailler le bois ou un maître d'arts martiaux, comprenant parfaitement qu'il leur faut obéir au maître afin de lui faire la preuve de leur sérieux et, ce faisant, recevoir ce qu'il a à leur transmettre.

Être obéissant, c'est recevoir, être ouvert, accepter. C'est faire ce que le maître demande sans mettre en cause sa logique ou ses raisons. L'obéissance ne pose pas de questions, elle se contente d'accueillir, de recevoir. Elle suppose que l'on renonce à ses préférences personnelles pour servir celles du maître ou répondre à ce que demandent les circonstances.

L'obéissance signifie aussi que le disciple fasse ce que le maître lui demande de faire. Quelle que puisse être l'instruction, il la suit. Si le maître dit : « Soyez un avec la vie », le disciple doit, pour faire preuve d'obéissance, être un avec la vie. Si le maître dit : « Mon chien a besoin d'un bain », il s'agit de laver le chien. Si le chien revient sale, le maître constate : « Voilà un disciple auquel je ne peux pas encore faire confiance. » Pour un maître, le temps n'entre pas en ligne de compte, donc : « Lave le chien » signifie qu'il faut le laver tout de suite. Si le maître conseille au disciple de réfléchir précisément à son existence avant de prendre des décisions importantes, cela signifie que jusqu'à ce que le maître lui donne une autre directive, c'est ce qu'il a à faire pour le restant de sa vie. Une véritable école spirituelle n'est en aucun cas une démocratie.

Il y a une belle histoire à propos de l'obéissance qui s'est produite entre un maître spirituel français bien connu et l'un de ses disciples, lui-même devenu ensuite un instructeur. Ce disciple avait une relation très turbulente et problématique avec son maître. Il discutait toujours ses directives et mettait en cause son jugement. Un jour, le maître décida qu'il allait intervertir les rôles, prendre la place du disciple tandis que le disciple prendrait la place du maître. Ce n'était que pour une journée, mais ce disciple décida qu'il en tirerait le maximum ! Il envoya son maître – qui, ce jour-là, était son disciple – travailler dans le jardin.

C'était au milieu de l'été et le soleil tapait. Le maître travailla très dur dans le jardin et à l'heure du déjeuner suggéra gentiment : « On pourrait peut-être aller déjeuner. »

Son maître d'un jour lui répondit : « Non, pas de déjeuner, vous allez travailler ! » Il travailla donc et le maître d'un jour y prit un grand plaisir. Peu de temps après cette expérience où il avait joué le rôle du maître l'espace d'une journée, le disciple sembla faire une crise cardiaque. Il s'avéra que c'était une fausse attaque, mais les symptômes paraissaient bien réels. Il fut envoyé en urgence à l'hôpital et tout le monde se faisait du souci pour lui. Il était furieux envers son maître, pensant : « Ce salaud ! Voilà ce qu'il m'a fait. Je l'ai fait bosser trop dur, il ne l'a pas supporté et il a provoqué ça maintenant ! » Dans son lit d'hôpital, il reçut un appel téléphonique de son maître et pensa : « Ah, il m'appelle pour s'excuser, me dire qu'il a compris son erreur. Il était temps ! » Il répondit d'une voix très douce, s'attendant à recevoir des excuses, au lieu de quoi son maître lui dit : « Ne vous installez pas dans la maladie ! » avant de raccrocher. Le disciple devint si furieux qu'il vit l'absurdité de sa colère et la traversa. Tout se détendit, si bien que sa relation à son maître franchit une étape décisive en direction de la confiance et du service pour ne plus jamais revenir en arrière.

L'obéissance n'est pas facile et la question ne se pose pas toujours de manière limpide. Lorsque l'idée que l'élève se fait de ce dont il a besoin va dans un sens différent de celle du maître, cela montre soit que le maître ne dispose pas de toutes les informations à propos de la situation soit que sa réponse s'adresse à un niveau avec lequel l'élève n'est pas consciemment en contact. Pour certaines personnes, à certains moments, il pourra être utile de suivre leur intuition même si elle ne va pas dans le sens des indications données par le maître, ne serait-ce que pour voir ce qui arrive. D'un autre côté, il arrive souvent que lorsqu'un disciple persiste dans l'obéissance aux directives du maître, en dépit de ses difficultés, il en arrive finalement à une compréhension plus profonde. Parfois, pour en arriver à une compréhension plus profonde, il nous faut être soumis à une forte pression, laquelle, généralement, découle du conflit et de l'intensité.

Si l'obéissance est recommandée en relation au maître spirituel, elle n'est jamais exigée. Si elle était exigée, le maître spirituel serait face à une salle vide chaque fois qu'il voudrait s'adresser à ses élèves. De plus, la plupart des maîtres spirituels ne vont pas se promener en tapant du pied et en disant : « Obéissez moi, obéissez moi ! » Aussi l'élève se trouve-t-il confronté à une question : « À quelles instructions dois-je obéir ? À quoi obéir si le maître ne dit rien ? »

Mon propre maître ne m'a quasiment rien dit – une ou deux choses par-ci par-là. Il n'a jamais écrit de livre, n'a rien publié : son dharma passe par des conversations apparemment anodines et aussi par des gestes extérieurs. En parlant avec suffisamment de gens, on peut en arriver à une définition cohérente de ce qu'il veut et savoir ainsi à quoi obéir. C'est le boulot de l'élève que de trouver à quoi il lui faut obéir ; s'il est vraiment décidé à prêter attention, l'enseignement devient toujours très clair.

L'obéissance devient problématique dès lors que les élèves la manipulent pour servir leurs propres buts égoïstes. Quand ils veulent que quelqu'un fasse quelque chose pour eux, ils disent : « Le maître a dit », alors qu'il serait en fait plus exact de dire : « Si j'étais le maître, j'aurais dit... » Ils utilisent le nom du maître comme un levier bon marché pour manipuler les autres et obtenir ce qu'ils veulent, sachant qu'ainsi ils ont des chances de l'obtenir de ceux qui souhaitent obéir au maître.

Idéalement, le maître n'a besoin de rien pour lui même, bien qu'il semble souvent que ce soit le cas puisqu'il demande qu'on lui obéisse, qu'on serve la communauté, etc. On a sou-

vent l'impression que le maître est un être humain qui désire certaines choses, comme tout autre individu égocentrique, alors qu'en fait il ne désire et n'a besoin de rien pour lui-même. Le maître ne veut que ce qui sert la voie. S'il s'agit d'un maître-gentleman, il fait des suggestions ; s'il est plus rude, il exige.

Yogi Ramsuratkumar : « L'obéissance, c'est maintenant »

Mon propre maître, le saint indien Yogi Ramsuratkumar, vit dans le moment présent. Il n'a aucune idée du temps. Par conséquent, quand il veut que quelque chose soit fait, cela veut dire *tout de suite*. Une année où je lui rendais visite, il avait reçu un châte par l'intermédiaire d'une autre personne de la part du grand saint indien Chandra Swami. Il m'a dit : « Ce mendiant [c'est ainsi qu'il se réfère à lui-même] veut que tu écrives une lettre à Chandra Swami pour lui dire que ce mendiant a bien reçu le châte. » C'est arrivé vers onze heures quarante-cinq du matin, juste avant que je ne le quitte jusqu'à notre prochaine rencontre prévue l'après-midi même à seize heures.

Son instruction semblait ne rien avoir d'urgent, comme si cela avait pu attendre jusqu'à ce que je quitte l'Inde deux semaines plus tard ; heureusement, je n'étais pas dupe. Sitôt après l'avoir quitté, j'ai écrit la lettre. À quatre heures, à peine étions-nous arrivés qu'il me dit : « Où est la lettre ? » Je la lui donnai et il dit : « Ce mendiant veut que cette lettre soit envoyée dès que possible. L'un de tes élèves pourrait-il aller tout de suite la poster ? » J'ai répondu que oui, nous avons trouvé une enveloppe, plié la lettre, mis la lettre dans l'enveloppe, rédigé l'adresse et l'élève est parti la poster. La poste locale étant fermée, il lui a fallu aller à la poste centrale, à au moins quinze minutes de là en taxi. Il est donc allé à la station de taxis, en a trouvé un, est allé dans le centre-ville, a fait le nécessaire à la poste – et en Inde, rien que cela, c'est toute une histoire – puis est revenu.

Pendant ce temps, à peine l'élève avait-il quitté la pièce que mon maître commençait à garder un œil sur la porte. Deux minutes après son départ, il demanda : « Est-ce que la lettre est bien en train d'être postée ? – Cet élève est très fiable. Il va faire le nécessaire », lui ai-je répondu. Mon maître n'arrêtait pas de fixer la porte. Plus le temps passait, plus mon maître regardait fixement la porte, dans l'attente du retour de l'élève, parce qu'il voulait s'assurer que la lettre avait bien été portée à la poste et envoyée. Que cela prenne quinze minutes aller puis quinze minutes retour pour aller à la poste ne signifiait rien pour lui. Il voulait savoir que la lettre avait été postée.

Finalement, l'élève est revenu. Une demi-heure s'était écoulée, et on peut dire qu'en fin de compte cela avait été rapide. Mon maître me regarda et dit : « La lettre a-t-elle été postée ? » J'ai regardé mon élève qui m'a fait signe que oui et ai répondu à mon maître : « Oui, elle a été postée. » C'est seulement à ce moment-là qu'il a eu l'air satisfait.

Apprendre de ses erreurs

On devient fiable et digne des dons du maître en apprenant de ses propres erreurs. Un jour, mon maître m'a offert une cigarette. Je n'avais jamais fumé de ma vie et, tout en me tendant le paquet, il m'a demandé : « Est-ce que tu fumes ? » Je n'ai pas réfléchi et lui ai donc répondu que non. À ces mots, il a cessé de me tendre le paquet et a dit avec un grand

sourire : « Oh, c'est très bien, de toute façon, c'est une sale habitude. » Aussitôt, je me suis dit : « Oh merde ! Le maître m'a offert une cigarette et je l'ai refusée. Qui sait quelle bénédiction j'ai ainsi perdue ! » Voulant faire preuve de diplomatie et réparer mon erreur, je lui ai donc dit : « Je commencerais volontiers à fumer si vous souhaitiez que je le fasse. » Mon maître a vraiment un grand sens de l'humour et il n'avait rien entendu d'aussi drôle de la journée.

Quand on fait une erreur et qu'on essaie de la réparer, on a l'air de l'idiot numéro un. Donc, j'étais là à danser comme le singe savant au son de l'orgue de Barbarie pendant qu'il riait de bon cœur. Bref, quelques années plus tard, il m'a laissé lui allumer ses cigarettes. On se rapproche. La prochaine fois je serai prêt. La prochaine fois qu'il m'offrira une cigarette et me demandera si je fume, je lui répondrai : « Maintenant, oui. »

Nous allons tous, tôt ou tard, faire des erreurs. Si nous apprenons de nos erreurs, nous commençons à prouver notre fiabilité ; si nous n'apprenons pas, nous commençons à prouver que nous ne sommes pas fiables. Sans doute est-ce une évidence, mais pour la plupart, nous n'apprenons pas de nos erreurs. Idéalement, on ne devrait se tromper qu'une seule fois, puis, l'erreur ayant été corrigée et la leçon entendue, ne plus jamais faire cette erreur-là. Cependant, il est fréquent que l'on fasse sans arrêt les mêmes erreurs, et que le maître nous donne une nouvelle chance, une nouvelle chance, et encore une nouvelle chance.

Si le maître nous donne chance après chance, ce n'est pas parce qu'il est patient ou compatissant. Bien qu'il puisse se trouver l'être, s'il nous donne une nouvelle chance, c'est parce que sa seule raison d'être est de transmettre l'enseignement. Il n'existe pas seulement pour être un grand sage éveillé, ou pour s'amuser ou récolter des disciples et du pouvoir. Il n'existe que pour transmettre l'enseignement : dès l'instant où il sent qu'il pourrait y avoir ne serait-ce qu'une petite chance que l'enseignement puisse être transmis à un disciple, il ne cessera de donner à chacun sa chance.

Rechercher l'attention du gourou et de Dieu

Si nous persévérons dans notre relation à notre maître spirituel, nous découvrons que le fait d'obtenir ce que le maître a à donner et celui de capter son attention personnelle sont deux choses bien différentes. Il est courant de vouloir attirer l'attention du gourou ou de Dieu et c'est bien légitime ; mais c'est une question plus subtile qu'il n'y paraît.

Il est très courant que le disciple cherche l'attention du maître de la même manière que l'enfant cherche l'attention des parents. Si nous ne sommes pas conscients de ce mécanisme, nous n'avons d'autre choix, lorsque nous sommes en compagnie du maître, que d'adopter un comportement visant à implorer son attention. Mais si nous voyons l'enfant en nous lorsque nous sommes en présence du maître, nous pouvons nous dire : « Je veux avoir une relation adulte avec le maître. » L'adulte peut voir en lui-même l'enfant qui mendie l'attention ; ceci étant vu, c'est l'adulte qui mène le jeu. Mais si nous ne voyons pas l'enfant en nous, c'est lui qui nous contrôle.

De manière générale, nous avons tendance à confondre l'attention extérieure et superficielle du maître avec l'attention réelle, celle du Divin. Si le maître plaisante à propos d'une femme sexy, loue la pratique de quelqu'un ou ses aptitudes, nous pensons : « Comment pourra-t-il jamais m'aimer autant que l'autre ? » Ce type de pensées est l'un des péchés capitaux – non pas au sens chrétien du terme mais du point de vue de la non-dualité et de la ré-

alisation. On regarde les apparences et on en tire des conclusions, comme s'il ne se passait pas tout autre chose sous la surface.

À l'époque où un maître spirituel bien connu ouvrit son premier ashram il y a vingt ans, chaque élève passait une à deux heures en tête à tête avec lui chaque jour. Il n'y avait qu'une dizaine d'élèves. Puis il y en eut cinquante, cent, de plus en plus, et il devint impossible qu'il donne à chacun une ou deux heures de son temps. Le maître doit manger de temps à autre, dormir de temps à autre, aller de temps en temps seul aux toilettes. En vérité, la plupart des maîtres spirituels apprécient beaucoup le temps qu'ils passent aux toilettes, car c'est le seul endroit au monde où ils sont tranquilles.

En tant qu'élèves sur la voie et en tant qu'êtres humains, nous interprétons souvent l'attention qu'on nous donne – qu'il s'agisse de l'attention de notre maître, de celle de notre enfant ou de notre compagnon ou compagne – selon des critères très grossiers. On se dit : « Si le maître me parle tous les jours et quotidiennement à faire avec moi, j'obtiens son attention. » Ou encore : « Si mon compagnon ou ma compagne passe son temps à me toucher et à me dire qu'il ou elle m'aime, j'obtiens de l'attention ; si ce n'est pas le cas, j'en suis privé. »

Les élèves ont une perspective totalement dualiste et personnelle : il y a le maître et moi et j'espère que le maître m'aime, *moi*. Le maître, pour sa part, a une vision tout à fait impersonnelle. La voie est la voie et il lui appartient de fournir à la voie ce dont elle a besoin. Ces deux perspectives sont irréconciliables et cela peut troubler certains élèves sur le chemin. Notre transfert sur le maître peut nous amener à penser : « Le maître m'aime ! », ou : « Le maître m'ignore », tandis que le maître, lui, se dit : « J'aurais besoin de cette vis, de ce carburateur, ou de cette courroie pour ma voiture. » L'élève se dit : Oh, le maître spirituel me préfère *moi* ! », tandis que le maître, lui, se dit : « Voyons. Puis-je brancher cet appareil sur cette prise ? » Il cherche ce dont il a besoin pour *travailler*. Il s'agit d'un processus tout à fait impersonnel.

Donc, lorsque le maître fait toute une histoire à propos de telle ou telle personne, ce n'est en fait qu'une « histoire », du théâtre pour ainsi dire. Sans doute remarquera-t-on que le maître ne traite pas chacun de la même façon, mais c'est parce que les êtres sont différents et n'ont pas tous besoin de la même chose. Aussi nous faut-il faire attention à ne pas juger le maître ou nous juger nous-même en fonction de l'attention que nous avons l'impression d'obtenir ou de ne pas obtenir. Il arrive que quelqu'un semble obtenir une attention que nous n'obtenons pas, mais il se peut que cette personne en ait particulièrement besoin ; il se peut même qu'en réalité nous obtenions davantage d'attention réelle.

Nous avons tendance à interpréter les actes du maître comme nous interpréterions ceux de n'importe quel être humain, mais le maître ne fonctionne justement pas comme un être humain ordinaire. Ce qui le motive, c'est le bien de l'élève et non ses désirs personnels, ses préjugés ou parti pris. Il est au service de l'élève, et c'est cela qui motive ses comportements. Même s'il noue une relation amicale avec l'un et pas avec l'autre, cela n'a rien à voir avec ce qui nous a amené sur la voie ; aucun rapport avec ce qui nous pousse à consacrer notre existence au chemin et au maître spirituel. Si nous sommes sur la voie, ce n'est pas pour obtenir l'attention d'une personnalité puissante et charismatique.

Le chemin spirituel est une voie d'accès sale et mal entretenue. Ce chemin est poussiéreux, boueux quand il pleut. C'est un chemin de terre et non une autoroute immaculée, chef-d'œuvre de technologie. La vie spirituelle authentique est bien trop farouche, bien trop radicale et trop pleine de bosses pour que l'on s'y engage seulement dans l'intention de faire une petite promenade en bonne compagnie. Si les gens sont attirés par un vrai chemin spirituel,

c'est parce qu'ils en pressentent la dimension divine. Ensuite, les êtres humains étant déterminés par leur psychologie, il est compréhensible qu'ils se laissent prendre au jeu consistant à réclamer l'attention du maître spirituel de manière infantile. Mais ce n'est pas cette attention-là qu'ils désirent réellement. De toute façon, ils ne l'obtiendront pas. Ce qu'ils désirent vraiment, c'est l'attention du Divin, laquelle est parfaitement accessible.

Le maître spirituel ou instructeur enseigne à bien des niveaux. Si nous portons une attention mûre sur le maître, son attention se portera automatiquement sur nous. Il ne peut en être autrement, car c'est une loi de l'existence, de la création. Si l'attention physique du maître est limitée sur le plan personnel, son attention est illimitée sur le plan impersonnel. Elle ne connaît pas de frontières et n'est bornée par aucun enjeu personnel.

L'attention réelle du maître est déclenchée par la confiance tranquille qu'il porte en la pratique fiable du disciple ; cette attention-là est bien plus importante et profonde que son attention extérieure, si charmante et agréable que cette dernière puisse être. L'attention réelle du maître est le canal non obstrué de la bénédiction produite par l'adhésion du disciple au chemin spirituel. Voilà ce que nous devrions rechercher beaucoup plus intensément que toute sorte de pompe ou de circonstance valorisante – un amour qui se déploie de manière discrète mais fiable, un amour durable qui ne saurait être brisé.

Pour trouver un exemple de ce niveau d'attention plus profond, nous pouvons regarder certains vieux couples mariés depuis quarante ou cinquante ans. Parfois, des jeunes gens amoureux se disent : « Je ne peux pas vivre sans toi. » Il arrive que ce soit vrai. Même si ces couples de très longue date semblent vivre dans un certain éloignement – il se peut qu'ils ne dorment plus ensemble ou ne paraissent plus guère se prêter mutuellement attention –, quand l'un des deux meurt, l'autre meurt souvent dans l'année. Ils sont tellement unis qu'ils ne peuvent plus vivre l'un sans l'autre ou estiment que cela n'en vaut pas la peine.

En vérité, l'attention que ces personnes se portent mutuellement ne dépend plus du fait d'être toujours ensemble et de se dire à quel point elles s'aiment. Il y a entre elles une qualité d'attention silencieuse, un lien silencieux si profond qu'elles en arrivent à littéralement avoir besoin de l'autre pour vivre. Telle est l'attention que nous devrions vouloir partager avec le maître spirituel, tout autre que l'attention extérieure. Ainsi que l'a dit Shakespeare : « La vie est un conte plein de bruit et de fureur, dit par un idiot et qui ne signifie rien. » C'est bien la citation exacte, non ? Il faudrait que je vérifie auprès de mon prof de français de troisième.

Dieu, ou le Divin, est une demande d'attention insatiable et constante. Lorsque nous prêtons attention à Dieu, Dieu nous prête attention. Lorsque notre attention se laisse distraire de Dieu, Dieu dit : « Va au diable. Je vais trouver un autre gentil petit adorateur. » Dieu exige une attention exclusive et totale. En fait, ce que l'on nomme « illumination », c'est précisément cela : l'attention totale et exclusive de Dieu sur nous. L'illumination procédant du Divin et non de l'humain, il est impossible de « s'illuminer ». En vérité, nous ne pouvons rien faire pour y parvenir. C'est entièrement l'affaire du Divin. L'illumination advient lorsque, notre attention étant totalement et exclusivement portée sur le Divin, elle attire la réciproque de la part de Dieu, qui nous prête alors son attention totale et exclusive, à ceci près qu'il n'y a plus de « nous », plus personne qui soit l'objet de cette attention. Sacrée surprise, non ?

Il s'ensuit que c'est en devenant l'esclave du maître que nous faisons de lui – ou de Dieu lui-même – notre esclave. L'« illumination », c'est cela. Krishna a dit : « Je suis l'esclave de tout dévot qui me donne une feuille, une fleur, un grain de riz avec une dévotion pure. » Il

n'a pas dit : « Il n'y a de place que pour douze. Les feuilles, les fleurs ou le riz, je n'en veux pas, donnez moi de l'argent, de l'or et des bijoux. » Il y a place pour un nombre infini d'esclaves de Dieu, car Dieu ne fixe aucune limite à son propre esclavage.

Le maître spirituel transpose ce principe dans la réalité ordinaire. Les gens s'éprennent du maître, éprouvent de la dévotion, s'engagent à lui obéir ; si cet amour, cette dévotion, cette obéissance produisent la maturation et la transformation visées, le maître spirituel peut être littéralement disponible à cent pour cent, totalement accessible, que ce soit avec dix, cinquante, cent, mille personnes en même temps. Le nombre ne change absolument rien, car le maître spirituel, même dans sa forme personnelle, n'est en rien séparé de l'aspect illimité du Divin. Bien entendu, si votre amour et votre dévotion ne sont qu'une forme de protection, de transfert ou de transaction, vous demeureriez insatisfait même si toute l'attention personnelle du maître était exclusivement centrée sur vous.

Si vous êtes vraiment abandonné à Dieu sous la forme du maître, votre besoin de recevoir l'attention extérieure du maître diminue au point que vous ne vous préoccupez plus du tout de qui vous prête ou ne vous prête pas attention. Même si Jésus venait à vous – vraiment –, vous lui diriez : « Désolé, j'ai la vaisselle à faire, le linge à étendre. Si vous n'avez pas l'intention de donner un coup de main, allez voir ailleurs si j'y suis. »

Confondre le maître avec son corps

Les disciples disent souvent : « Je veux me rapprocher du maître, en faire davantage pour lui, etc. » Ils sont sincères, mais cette pensée se traduit souvent par : « Le maître est son corps. Se rapprocher de lui, c'est servir ce corps. » Notre besoin d'être reconnu pervertit notre aspiration sincère et nous finissons par complètement confondre le maître avec son corps. Si nous confondons le corps du maître avec son essence, nous commençons à vouloir obtenir de ce corps ce que seule l'influence divine pourra nous donner. Nos efforts pour servir le maître ne peuvent alors que tomber à côté, voire même le gêner. Une chose devrait être évidente : la possibilité d'être physiquement proche du maître est limitée. Certaines personnes ont pour fonction d'être physiquement proches du maître – c'est une question de destin, de karma ou de malchance, comme on voudra ; mais il nous faut nous habituer à voir que ce qui nous attire auprès du maître relève d'une tout autre réalité que celle de son corps physique. Cela ne signifie pas que l'on ne puisse s'attacher au maître sous la forme de son corps physique. C'est souvent le cas et il n'y a aucun mal à considérer le corps du maître comme sacré, pourvu qu'il soit clair et évident que le maître n'est pas seulement son corps.

Le corps n'est que le symbole accessible aux sens de ce qui se passe en réalité. C'est le corps du maître qui capte l'attention sensorielle, mais ce n'est pas le corps qui est responsable des expériences de vérité ou de réalité qui se produisent en sa présence.

C'est l'influence divine, le cœur de Dieu, qui nous attire sur le chemin, nous y maintient et finalement consume l'illusion de la séparation. Si nous confondons le corps du gourou avec l'influence divine, nous allons littéralement au désastre. Il nous faut être proche du maître au point de n'être plus séparé de lui, mais il importe que nous distinguions clairement le corps de ce que le corps représente et transmet, de façon à ne pas attendre de la forme physique ce que seul le souffle de Dieu peut donner. Si nous croyons que c'est le corps du maître qui nous accordera ce qui nous a dès le départ attiré vers lui, nous serons frustrés, découragés, et nous finirons par partir.

Libre à nous d'être ou non attachés à la forme physique du maître, tant que nous nous souvenons que notre engagement envers lui n'a rien à voir avec sa forme ou la nôtre dans cette existence. Nous sommes attirés dans la proximité du maître pour des raisons qui se situent bien au-delà de cette existence et de ce corps.

La jalousie

Du fait des croyances illusoires créées par l'ego au sujet de l'attention du maître et de sa forme physique, les élèves passeront souvent par divers degrés de jalousie dans leur relation au gourou. Il y a deux types de jalousie : la jalousie objective et la jalousie subjective ou mondaine.

La jalousie objective, se manifestant par des pensées telles que : « Je veux tout ce que le maître a à offrir et ne reculerai devant rien pour l'obtenir », est une manière licite d'entrer en relation avec le gourou. Elle doit cependant être replacée dans le contexte d'une compréhension directe, organique, de la véritable nature de cette relation, fondée sur la soumission à la lignée et à l'influence transmise par le maître.

La jalousie mondaine – le fait d'être jaloux de l'attention extérieure accordée à d'autres par le maître – cause de grandes souffrances chez le disciple non transformé. Mais même la jalousie mondaine possède une force susceptible de s'avérer précieuse pour le travail spirituel de l'élève, puisqu'elle crée une relation au maître extrêmement animée.

Le processus par lequel la jalousie mondaine va se transmuier en jalousie objective amènera bien des chagrins, car le maître spirituel prêterait de toute façon attention à d'autres personnes, même si l'élève a l'impression d'être le seul à en être digne. Néanmoins, avec l'aide du maître, l'élève pourra récupérer cette énergie pour la mettre au service de sa transformation. La jalousie, de même que la fureur, l'avidité, l'orgueil, la haine de soi, la honte et l'envie peuvent être converties en sources objectives de carburant pour la vie spirituelle si on les utilise correctement, car ces émotions s'alimentent toutes à une même source où réside une extraordinaire énergie.

Quelle que puisse être la profondeur de notre relation au maître, il n'en reste pas moins que ce dernier n'est plus qu'un *contexte*. Il marche, il parle et peut même se manifester de manière très humaine, mais il est tout à fait exact de dire que le maître n'existe plus en tant qu'être humain. Dès l'instant où l'être humain a été absorbé par la voie ou abandonné à la volonté de Dieu, ainsi que nous en avons parlé précédemment, l'être humain en tant qu'individu séparé a cessé d'exister. À ce stade, il est devenu un contexte. Il nous parle, nous touche, nous embrasse, il ravit et charme ses disciples, mais paradoxalement il n'existe pas. Le comprendre peut aider à dissiper des malentendus par rapport au maître, car même si ce dernier est notre recours, notre point de contact avec Dieu, d'un point de vue pratique ceux qui nous aident à parvenir là où nous devons aller afin d'être en mesure d'utiliser pleinement le maître ne sont autres que notre conjoint, nos amis, nos enfants et nos proches. Le maître est un contexte, tandis que le travail nécessaire se fait au sein de notre environnement immédiat.

La Ras Lila

On trouvera un enseignement très utile à propos de la jalousie et de l'attention réelle du maître dans la *Ras Lila*, célèbre histoire indienne qui met en scène le dieu Krishna, un dieu beau, joueur et érotique. Krishna était un gardien de vaches et toutes les femmes des environs étaient amoureuses de lui. Tel le joueur de flûte exerçant son sortilège sur les rats et les enfants, Krishna, en jouant de la flûte, charmait ses amis, ses dévots et ses amoureuses, connues sous le nom de *gopis* et de *gopas*.

Par une magnifique soirée de printemps, Krishna joua si parfaitement de la flûte que toutes les femmes du village, jeunes et vieilles, mariées ou célibataires, grosses ou maigres, quittèrent leurs occupations, s'arrêtèrent au milieu de la préparation du repas, laissèrent leurs bébés et coururent dans les bois, leur sari à moitié attaché et leur chevelure dénouée pour être auprès de Krishna. Là, elles passèrent toute la nuit à danser une ronde avec lui sous la pleine lune. Chacune était en proie à une extase qui lui faisait croire que Krishna était parti avec elle seule pour batifoler derrière un buisson, au bord de la rivière ou sous un arbre. En fait, chacune des 16 108 *gopis* était persuadée s'être trouvée seule avec Krishna.

Le lendemain matin, lorsqu'elles s'éveillèrent d'une nuit de ravissement, leur premier acte fut de chercher Krishna. Mais il n'était pas là. Chaque *gopi* crut qu'une autre était venue lui voler Krishna ; dans son souvenir, son union avec Krishna avait été si complète, si extatique, qu'en revenant à la réalité ordinaire chacune avait l'impression d'avoir été seule à passer la nuit avec l'individu Krishna. Elles se précipitèrent donc dans la prairie pour s'accuser les unes les autres : « Tu m'a volé Krishna ! » Elles étaient vraiment furieuses les unes contre les autres, car elles étaient certaines que l'une d'entre elles était la cause du départ de Krishna.

Mais Krishna était parti, il avait littéralement disparu. Il avait quitté non seulement la prairie, mais aussi la ville, et laissé aux *gopis* le soin de faire la part entre leur relation réelle avec le gourou et leurs projections personnelles. Il y avait entre elles une incroyable jalousie. « Qui est la préférée de Krishna ? » Mais comme elles vivaient toutes dans une petite ville, elles n'avaient d'autre choix que de s'entendre. Elles réalisèrent que chacune d'entre elles avait exactement la même expérience d'union totale avec Krishna et qu'elles étaient toutes aimées et appréciées de la même manière. Unies dans leur amour commun envers Krishna, elles furent forcées d'arriver à une connaissance plus profonde de leur relation réelle avec lui. Chaque disciple a une relation particulière avec son maître et c'est une affaire très personnelle.

Il nous faut sans cesse fixer des priorités à notre existence, et si nous voulons que notre vie ait finalement un sens, c'est la vérité qui doit être notre priorité constante. Mais la question se pose alors : « Qu'est-ce que la vérité ? » Si nous considérons comme une vérité la nécessité d'être sans cesse dans la présence physique de notre maître et, ce faisant, négligeons nos enfants, notre famille, notre travail, quelque chose nous échappe. Nous sommes nombreux à suivre un chemin qui, selon toute apparence, ne serait pas considéré comme une voie de dévotion. Cependant, si nous sommes portés à la dévotion – et c'est le cas de beaucoup d'entre nous – nous pouvons trouver une relation dévotionnelle à notre maître, à condition de la chercher au sein des formes qu'il propose, en tenant compte de son style d'enseignement et de ce qu'il nous demande.

Nous croyons souvent devoir manifester notre dévotion et cela donne lieu à des excès. Tout cela relève de l'illusion. La dévotion ne consiste pas à se jeter par terre en pleurant des

larmes abondantes face à la beauté du maître chaque fois qu'il entre dans la pièce. Il ne s'agit pas de pousser de grands soupirs durant les enseignements, de se pâmer sous l'effet de visions du maître émanant de la lumière dorée et dansant sur des arcs en ciel. Cela peut être merveilleux de nous jeter aux pieds du maître, d'embrasser la poussière de ses pieds etc., mais ce n'est pas nécessaire. L'ego a souvent besoin de tels gestes qui satisfont son besoin d'être vu, mais la vraie dévotion ne se passe pas d'ego à ego, mais d'être à être. Nous devrions être situés de telle manière que si le maître nous demandait de ne plus jamais le rencontrer personnellement, cela ne nous poserait pas de problème : nous continuerions à pratiquer, sachant que nous ne pouvons jamais être séparés du vrai maître, de l'influence divine.

Quand il s'agit de notre relation au maître spirituel, l'amour ne suffit pas, surtout s'il s'agit d'un amour conventionnel, relevant de l'émotion. Ce que, dans notre ignorance, nous prenons pour de l'amour n'est souvent qu'une forme de manifestation totalement égocentrique. C'est merveilleux d'être « amoureux » de la sorte, mais ce n'est pas parce que notre fils de deux ans nous « aime » qu'il ne va pas, en notre absence, badigeonner le mur de merde quand il a envie de jouer avec ce qui sort de son corps. Beaucoup de pères sont « amoureux » de leurs filles, mais ça ne les empêche pas d'abuser d'elles sexuellement quand elles ont trois, quatre ou cinq ans. Le fait d'être « amoureux » de notre entreprise ne va pas nous aider à prendre des décisions justes et intelligentes. Il en va de même dans la relation avec le maître spirituel.

C'est merveilleux d'être « amoureux » du maître spirituel. Dans la tradition de la dévotion, le « cœur tâché d'amour » est l'une des caractéristiques auxquelles on reconnaît un bon disciple. Mais le maître a-t-il du souci à se faire si nous sommes ainsi « amoureux » de lui ? Allons-nous, dans notre naïveté, brandir notre cœur tâché d'amour – ou ce que nous prenons pour tel – sur la place du marché et prêcher, tel Jésus sur la montagne ? Ce cœur soi-disant tâché d'amour va-t-il nous amener à faire quelque chose de bizarre, voire de dangereux ? Allons-nous commettre un acte héroïque, mais très risqué, pour montrer au maître à quel point nous l'aimons ? Il est arrivé que des gens soient si pleins de ce qu'ils appellent « amour » qu'ils aillent faire quelque chose de vraiment stupide compromettant toute la communauté, mettant même leur vie ou celle de leur famille en danger. En plus de l'amour, il faut qu'il y ait une maturité, de l'intelligence, de la sensibilité, de la conscience, de la lucidité, de la bonté, de la générosité, de la compassion, du respect, de l'honneur, de l'humilité, du discernement, de l'élégance dans le comportement, de la dignité, etc. Par conséquent, quiconque éprouve de la dévotion envers son maître ou ressent avoir foi en lui doit se poser une question très importante : suis-je fiable dans ma manière d'entrer en relation avec le maître ? Se pourrait-il que cette impression d'être submergé d'amour m'aveugle aux exigences du contexte et de la situation ?

« L'amour » ne mène pas bien loin. Voilà une terrible vérité. En fait, l'amour conquiert tout, mais d'un point de vue pratique la plupart d'entre nous n'atteindront jamais ce degré-là d'amour. C'est tout simplement trop grand pour nous. Si pour nous l'alcool compte plus... si pour nous le sucre compte plus que Dieu... si pour nous la mode compte plus... Si pour nous notre névrose compte plus que Dieu... tôt ou tard, Dieu va abandonner et se dire : « D'accord, j'aurai essayé avec celui-là. Passons au suivant. »

Il nous faut constamment nous interroger : comment se fait-il que je fonctionne d'une certaine manière par rapport au gourou ? S'agit-il d'abandon à la bénédiction... ou d'un besoin d'être reconnu, d'être vu, d'obtenir le pouvoir, l'attention, de dominer et de manipuler les

autres ? Qu'est-ce qui se cache derrière ma grosse donation à l'ashram ? Est-ce que c'est un vrai don sans que j'en attende rien, ou est-ce que j'espère voir mon nom apposé sur une petite plaque dans la bibliothèque ? Ma dévotion est-elle devenue un gagne-pain, grâce à mes livres ou aux événements que j'organise ? Toutes ces choses sont plus courantes qu'on ne le croit. Non qu'il faille nécessairement être pauvre si l'on s'abandonne à la bénédiction – ce serait ridicule. Mais nous devons enquêter, creuser, ne pas prendre les choses au premier degré et toujours chercher ce qui réside au-delà des apparences.

L'influence du maître est si puissante qu'elle exige davantage qu'un engagement superficiel. Il nous faut voir le maître comme un appel à la vérité plutôt que comme un être humain doté d'une personnalité et de tout ce qui s'ensuit. Plus nous entrons en relation avec le maître d'une manière impersonnelle, plus nous allons voir des choses sur nous-même, plus nous avancerons sur le chemin, car le maître voit tout sur lui-même. Par conséquent, plus, avec le temps, nous découvrons le maître en nous-même, plus nous dissipons les illusions que nous nous faisons à notre propre sujet. Ce faisant, nous agissons avec de plus en plus d'intégrité.

La dévotion envers le gourou

L'une des plus belles histoires à propos de la dévotion se passe au XV^e siècle et a pour héroïne la grande sainte indienne Mirabai.

Lorsqu'elle avait quatre ans, une grande procession passa devant chez elle. Elle regarda par la fenêtre et fut fascinée par les lumières, les chants et tous les beaux costumes. « Que se passe-t-il ? », demanda-t-elle à sa mère, et celle-ci lui répondit qu'il s'agissait d'un cortège nuptial et lui expliqua ce qu'était un fiancé, une fiancée et un mariage.

« Qui sera mon époux ? demanda-t-elle encore.

– Oh, c'est Krishna qui sera ton mari », lui dit sa mère sans réfléchir et sur le ton de la plaisanterie.

Mais il arrive que les enfants prennent les choses les plus inhabituelles de manière très sérieuse. Mirabai y réfléchit et le destin voulut que le lendemain même – à ce propos, ne nous trompons pas : le destin triomphera toujours, c'est un amant très exigeant – un ascète errant frappe à leur porte pour mendier de la nourriture. Ce fut Mirabai qui lui ouvrit. Sans doute tout simplement parce qu'elle lui était sympathique, l'ascète sortit une petite statuette de Krishna et la lui donna. « Ah, mon mari », pensa-t-elle. L'histoire nous dit qu'elle garda cette statuette toute sa vie. Elle commença à la vénérer et à lui chanter des chansons comme s'il s'agissait bien de son futur époux – elle savait bien qu'elle n'était pas encore en âge de se marier. Ayant grandi, Mirabai était devenue une très belle jeune fille. Sa famille était plutôt aisée et, au sein de telles familles, les belles filles sont considérées comme une précieuse valeur marchande pour gravir l'échelle sociale. Si une famille voulait s'allier avec une autre pour éviter d'être conquise par eux ou afin de conclure un marché financier, la fille était offerte en guise de récompense. Ce fut ce qui arriva à Mirabai. Elle fut mariée au prince d'une très puissante famille qui régnait sur la campagne. Il y eut une grande cérémonie, mais lorsque le prince tenta de consommer son mariage avec Mirabai, elle lui dit : « Je ne peux être votre épouse car je suis déjà mariée à Krishna. Je ne puis être infidèle à mon véritable époux. » Le prince fut très en colère. Sans doute avait-il quinze maîtresses et une douzaine de concubines, comme il était d'usage pour les princes en ce temps-là, mais peu lui importait

car cette femme-là se refusait à lui. La première personne qu'il alla voir pour lui faire part de son problème fut sa mère. Il se lamenta : « Maman, elle ne veut pas coucher avec moi. »

La mère réagit comme toute mère-poule : « Pas de problème. Nous allons la tuer et tu pourras en épouser une autre. » Ils essayèrent donc de l'assassiner. Ils commencèrent par lui envoyer une corbeille de fruits dans lequel se trouvait un cobra noir venimeux. Ils pensaient qu'elle allait plonger la main dans la corbeille pour goûter un fruit, se faire mordre par le cobra et c'en serait fini. Mais à en croire la légende, elle plongea la main dans la corbeille et n'en retira qu'une magnifique écharpe noire.

Ils lui offrirent ensuite un vin mêlé à un poison très puissant. Elle prit le verre de vin, regarda droit dans les yeux la personne qui le lui offrait, car elle savait qu'il était empoisonné, et, avec un grand sourire, le but jusqu'à la dernière goutte. Plus tard, elle écrivit : « Ils m'ont donné du vin et Krishna a transformé le poison en nectar pour sa petite dévote Mirabai. »

Après l'échec d'une ou deux autres tentatives de meurtre, ils se dirent : « D'accord, nous aurions sans doute intérêt à la laisser faire à son idée. » Et elle s'empressa de parcourir toute l'Inde en extase, écrivant spontanément des poèmes dédiés à Krishna. Elle finit par s'établir dans une autre partie du pays, étant devenue entre-temps très célèbre pour sa sainteté.

Il se trouve que sitôt qu'elle eut quitté le territoire du prince, il connut un revers de fortune. Il commença à perdre tout son argent et à être vaincu dans toutes les guerres. Tout allait mal. L'ayant remarqué, les conseillers du prince lui suggérèrent de faire revenir Mirabai. Il réagit en homme – les hommes ne changent jamais, il n'y a rien à en tirer –, il envoya ses ministres à sa recherche accompagnés d'une garde armée avec l'instruction d'essayer de convaincre Mirabai de revenir, de gré ou de force.

Ils la trouvèrent facilement, car elle était si célèbre que chacun savait où elle était. Ils lui dirent que le prince souhaitait son retour, qu'il lui offrirait un temple et tout ce qu'elle désirait. Elle savait que si elle refusait, ils l'enchaîneraient et la ramèneraient de force, aussi leur répondit-elle : « D'accord, bien sûr je vais retourner auprès de lui. Ma seule requête est de passer encore une nuit dans le temple auprès de Krishna et demain matin je partirai avec vous. » Les gardes jugèrent cette requête raisonnable. Elle se rendit donc dans le temple tandis que le ministre du prince postait des gardes à la porte. Les temples indiens comportent d'innombrables temples à l'intérieur du temple. Elle alla dans le sanctuaire, une petite pièce située au cœur même du temple et qui ne comportait qu'une seule porte. Là, elle se mit à prier Krishna.

Le lendemain matin, quand ils ouvrirent la porte pour faire sortir Mirabai, le sanctuaire était vide. Il n'y avait que ses vêtements et ses cheveux.

8

Le bon gourou Comment savoir que vous l'avez trouvé (e) ?

Il y a beaucoup de pseudo-gourous de par le monde, des gens qui n'ont ni la capacité ni l'intention réelle de guider les autres, et dont la seule motivation est d'exercer un pouvoir. Il y a aussi des maîtres intègres dont les aptitudes ne sont peut-être pas très grandes, mais dont la puissance de bénédiction est forte. Enfin, il existe des maîtres très habiles à tous les niveaux et qui jouissent d'une telle relation d'intimité avec Dieu qu'ils peuvent réellement intercéder auprès de lui pour le disciple. Il n'est pas toujours facile de faire la différence entre ces différents types de gourous : faux, à moitié qualifiés, accomplis.

Il est clair qu'il ne suffit pas d'avoir pour maître spirituel quelqu'un qui n'en a que le titre. N'importe qui peut poser sa plaque de « maître » ou de « gourou », puis attendre les clients. Nous avons besoin de quelqu'un capable de nous aider et de nous guider de manière fiable et efficace sur le chemin spirituel, et nous devons savoir comment le reconnaître. Il y a mille ans, lorsqu'on voulait trouver un maître spirituel, il fallait passer par de grandes épreuves et difficultés pour entrer en relation avec lui. Si on voulait voyager en Inde, par exemple, il fallait partout se colleter à des voleurs, des assassins, des conditions insalubres, la peste, les animaux sauvages... On devait se confronter à des dangers et des difficultés inimaginables pour seulement parvenir jusqu'au maître. De nos jours, il suffit de se faire vacciner contre la typhoïde, le choléra et la diphtérie pour être en sécurité, de se munir de pilules pour filtrer l'eau et de sauter dans un avion moyennant un peu d'argent. En fait, nombre de maîtres ne font même plus venir les chercheurs jusqu'en Inde ou ailleurs ; ils viennent à eux. Sur leur carte, on peut lire : « Gourou cherche chercheurs de gourou », avec numéros de fax, de téléphone et adresse e-mail dûment mentionnés.

Cet accès facile ne constitue pas nécessairement un avantage pour le chercheur spirituel, car très peu de gens ont assez de discernement pour faire la différence entre un faux et un vrai maître. Les faux maîtres se vendent à la douzaine. Il suffit de quelques années d'étude un peu suivies pour être à même de faire chanter des chants dévotionnels, d'amener les gens à expérimenter des extases... et en moins de temps qu'il n'en faut pour le dire, ces gourous vont accéder au statut de « maître spirituel reconnu ». Leurs élèves vont leur faire don d'un ashram en Allemagne, d'un ashram en France, d'un ashram à Tahiti ou Hawaï et ils auront réussi ! Ils vont d'un ashram à l'autre, mangent de plus en plus, deviennent de plus en plus

gras... pendant que leurs disciples disent : « Vous savez, en Inde, nourrir le gourou est considéré comme un grand honneur. Plus le gourou est gras, plus il est saint ! »

De plus, les gens entendent souvent parler de maîtres subtils s'exprimant par l'intermédiaire de médiums et croient qu'ils équivalent à un maître de chair et d'os. Mais c'est tout à fait différent. Les êtres qui s'expriment par l'intermédiaire de médiums peuvent n'être que de capricieux petits galopins d'une autre dimension qui s'amuse à jouer des tours aux êtres humains naïfs. Les gens qui vivent dans les fermes savent que l'on peut hypnotiser un poulet, et il en va de même des humains. La terre n'est qu'une vaste cour de ferme. Un quelconque être désincarné décide d'hypnotiser un humain, et voilà que tout d'un coup la personne proclame : « Tout n'est que paix, amour. Une lumière violette imprègne mon âme. Ainsi m'a parlé mon maître dans l'astral. » Nous sommes tous des poulets, aussi devons-nous faire attention à ce que nous croyons.

Un véritable maître ou instructeur doit être quelqu'un qui a traversé et maîtrisé ce sur quoi l'élève travaille. Si, en se fondant sur ce critère, on cherche à dénombrer la quantité de maîtres dans le monde, la simple loi des probabilités devrait nous montrer que tous ne peuvent être authentiques. Il y a quelques vrais maîtres, beaucoup d'instructeurs qui s'acheminent vers le statut de maître authentique et, bien entendu, un grand nombre de charlatans purs et durs.

Ceci étant bien clair, on peut encore voir les choses d'une autre manière, comme l'illustre le récit de la formation suivie par un Occidental contemporain devenu un maître zen tout à fait respecté. Dans les débuts de son initiation au zen, il étudiait avec un roshi japonais qui n'était pas tout à fait à la hauteur. Lorsqu'il comprit qu'il y avait un autre roshi plus fort et rigoureux, il quitta son instructeur pour rejoindre l'autre. Sa décision fut très critiquée par les Japonais, car au Japon on attend d'un élève qu'il sacrifie jusqu'à la possibilité de sa propre progression pour le bien de l'ensemble. Ils lui dirent qu'étant un pratiquant zélé, il aurait dû demeurer avec le maître le plus faible afin de le renforcer. C'est un exemple valable, mais qui ne s'applique qu'au cas où l'on a affaire à un maître authentique, fût-il un peu faible, et non lorsqu'on se trouve avec un charlatan.

Les critères

Comment distinguer un vrai maître de celui qui s'octroie ce titre sans avoir accompli le travail nécessaire pour en être digne ? Il faut reconnaître d'emblée qu'il est bien difficile de formuler des critères concrets, car toute règle a ses exceptions. À la question d'un journaliste français qui lui demandait s'il pouvait être parfois légitime de se mettre en colère, le Dalai-Lama, exemple entre tous de la compassion, de la dignité et de la sérénité, a répondu que même si en général, ce n'était pas le cas, il pouvait y avoir des circonstances bien particulières où, pour les besoins de l'enseignement, la colère s'avérerait non seulement légitime mais nécessaire. Il en va de même de tous les critères à partir desquels on pourrait évaluer les maîtres spirituels. En outre, il arrive qu'une expérience malheureuse auprès d'un maître s'avère finalement positive en ceci qu'elle nous aura appris à faire preuve de discernement. Cependant, malgré les inévitables ambiguïtés, les critères suivants peuvent être utiles afin de distinguer un maître authentique d'un faux maître, du moins de manière très générale.

Examinez le « palmarès du maître »

Il convient d'abord de prendre connaissance du « palmarès » du maître.

Quand on parie sur un cheval, il est sage de commencer par s'informer du nombre de courses qu'il a remportées, de savoir quand ces victoires ont eu lieu, si le cheval est en bonne santé, etc. De même, on peut choisir un maître en s'informant avant de prendre une décision. Combien de procès lui a-t-on intentés et pour quel motif ? Combien a-t-il de disciples qui se sont retournés contre lui, et pour quelles raisons ? Dans combien de scandales a-t-il été impliqué ? Ces scandales étaient-ils fondés ? Avant d'accepter un maître, on devrait l'observer de près pour juger de sa fiabilité et de son intégrité. On devrait étudier son comportement. Surtout s'il s'agit de coucher avec lui, mieux vaudrait lui faire faire une prise de sang et évaluer son degré de perversité. Cela pourrait être dangereux de coucher avec la mauvaise personne¹¹ ! Au fait, il s'agissait d'une métaphore !

Observez les élèves du maître

C'est pour une part à travers ses disciples que l'on reconnaît un maître. On devrait observer attentivement les disciples du maître et se demander : « Ces gens savent-ils ce qu'être conscient signifie ? Sont-ils intègres ? Font-ils preuve de force et de lucidité ? » Si la réponse est non, rayez le nom de ce maître de votre liste. Si la réponse est oui, continuez à mener l'enquête.

Le maître est-il au service de ses élèves ?

Le maître est-il au service de ses élèves ou, au contraire, est-ce qu'il se fait servir par eux ? Un maître peut avoir besoin d'une voiture, d'une bonne montre, de vêtements, mais c'est une question de quantité : de combien de voitures, de montres, de vêtements, a-t-il vraiment besoin ? Observez la manière de vivre du maître et celle de ses élèves. Comment le maître vit-il ? Habite-t-il dans un château pendant que les élèves vivent sous la tente dans un marécage ? Le maître mange-t-il de la viande et boit-il du vin tandis que les élèves mangent de l'herbe et de l'orge ? Observez comment le maître se comporte avec ses élèves. Le maître véritable ne désire rien tant que de voir ses élèves se soumettre au Divin, à la vie, à l'univers.

Le maître abuse-t-il de ses élèves ?

Le maître exploite-t-il ses élèves sexuellement, financièrement, physiquement ? Chacun doit être à même de distinguer ce qui relève de l'exploitation de ce qui participe d'une relation saine. Néanmoins, ainsi qu'il en a été question au chapitre six (à propos de la « folle sagesse »), un vrai maître peut parfois émettre des demandes qui paraissent tout à fait insensées sans pour autant exploiter ou maltraiter l'élève.

¹¹ Dans un certain ashram occidentalisé et fort célèbre, situé en Inde, il est impossible de passer la porte sans s'être fait faire le test du sida . Tarif : 70 roupies si l'on est prêt à patienter quelques jours, 150 si l'on veut le résultat dès le lendemain. Ensuite, si le test est négatif, vous pouvez pénétrer dans l'ashram, “club med” de la méditation.

Prenez votre temps

L'élève potentiel devrait entrer lentement en relation avec le maître, observer ce dernier ainsi que ses élèves et poser beaucoup de questions. Lorsque des nouveaux venus n'ont pas l'intégrité nécessaire pour prendre le temps de tester le maître et d'observer ses élèves, souvent le maître le fera à leur place. Il se testera lui-même pour le nouveau venu. L'élève doit observer le maître dans la durée. Si ce dernier usurpe son statut, le vernis finira par craquer de manière évidente quand la cruauté, le sadisme et la soif de pouvoir commenceront à remonter à la surface. Mais s'il est authentique, il se comportera de manière cohérente, même si cette cohérence inclut un comportement un peu particulier. Comme l'a dit Rita Mae Brown, un auteur américain : « Être honnête, c'est pratique, parce qu'on n'est pas obligé de se souvenir de ce que l'on a dit. » Tout maître qui s'efforce de se composer un personnage va forcément tomber le masque à un moment ou un autre si l'élève se montre suffisamment attentif. Cela vaut la peine de choisir un maître lentement et de manière très réfléchie, car une fois qu'on l'a choisi, il va falloir lui faire confiance, accorder foi à ce qu'il nous renvoie et à la manière dont il nous guide, même si ce qu'il nous dit ne nous plaît pas. Si le maître nous dit : « Je vois en toi un véritable artiste et tu devrais aller dans ce sens », cela nous plaît. Mais si le maître nous dit : « Il y a deux minutes, tu as parlé à ta femme sur un ton méprisant qui ne pouvait que la rabaisser », nous n'avons pas envie de le croire et de l'écouter. Une fois qu'on a choisi un maître, on n'a plus du tout intérêt à opérer une sélection parmi ses propos et ses suggestions. Il nous faut nous confier à lui sans toujours comprendre, et souvent à l'encontre de notre rigidité.

Attention au transfert

Même quand le maître est authentique, le phénomène du transfert et des projections se produit. Le maître représente le bon papa, la bonne maman, le bon amoureux, le sauveur, l'ami fidèle. Le vrai maître en est conscient et ne prend rien de tout cela au sérieux. Il est bien au fait des aspects psychologiques de la relation maître-disciple et travaille dur pour que les gens ne tombent pas dans le piège de la dépendance. Ce n'est pas facile, car les élèves veulent être dépendants. Ils vont même jusqu'à se débattre et à supplier qu'on les maintienne dans la dépendance. C'est un point très délicat, mais l'une des choses auxquelles on reconnaît un vrai maître, c'est qu'il ne profite pas du fait que les gens soient dépendants de lui.

Comprenez qu'il existe plusieurs degrés d'éveil

L'illumination (ou éveil, ou réalisation) est un champ d'étude très intéressant, car elle se manifeste à différents degrés. Ce n'est pas parce que quelqu'un se considère éveillé et est considéré comme tel par d'autres que cela le met sur le même plan que Jésus ou le Bouddha. Il y a beaucoup de maîtres remarquables que nous considérerions *a priori* comme éveillés et qui en fait ne le sont pas pleinement. Tout comme bien des personnes demeurent coincées à un certain stade de maturation, les « éveillés » peuvent aussi ne pas dépasser un certain

point. L'éveil est comme une seconde naissance suivie d'un processus de croissance, de l'enfance à la maturité. Certains restent coincés au stade infantile de l'éveil.

Sachez que tous les maîtres n'ont pas le même rôle

Une autre clef pour exercer son discernement en tant que chercheur spirituel consiste à savoir que tous les maîtres et toutes les écoles spirituelles authentiques n'ont pas le même rôle à jouer. Le corps est à l'image de l'univers : tout comme le cœur ne peut faire le travail de la vessie, chaque voie spirituelle existante a une fonction qui lui est propre. Le christianisme, le bouddhisme et l'hindouisme sont probablement toutes des religions et des pratiques ayant une valeur objective. Mais chacune de ces religions a son rôle. Elles sont différentes les unes des autres et ne se ressemblent pas. Cette différence de rôle convient parfaitement à la libre expression de la conscience dans l'univers. En fait, c'est ainsi, un point c'est tout. Se demander si c'est ou non approprié relève de la pure spéculation intellectuelle. Peu importe le rôle propre à chaque religion. Le fait est qu'il y a des différences et qu'il y en aura toujours, au niveau de la forme et des apparences, même si la sagesse se transmet de manière tout aussi évidente au sein de l'une ou l'autre tradition, à travers l'un ou l'autre maître.

Il n'y a pas de garanties

Même si l'on est auprès d'un maître depuis un certain temps, il se peut que des doutes se lèvent et que l'on se retrouve en train de s'interroger quant à son authenticité. S'il est si difficile de distinguer le bon grain de l'ivraie, c'est que l'ego participe toujours à nos tentatives de discernement. Cela ne peut être autrement. Lorsqu'un élève qui a déjà passé un certain temps auprès du maître commence à mettre ce dernier en cause, à se révolter voire même à envisager de le quitter, c'est en général pour l'une des trois causes suivantes :

1. Le maître est un faux maître et l'élève a fini par se réveiller et le voir. Les élèves des pires charlatans aiment autant leur maître que ceux du maître le plus intègre. La révolte peut procéder d'un réveil de la conscience qui dit : « Il est temps de partir et de trouver quelqu'un de plus fiable. Arrêtons les dégâts avant qu'il ne soit trop tard. »

2. La révolte peut provenir de la suffocation de l'ego. L'une des activités du maître consiste à séparer l'élève de son identification à l'ego, et ce dernier n'accepte pas cela sans combattre. Il arrive que cette résistance prenne la forme d'une révolte envers le maître. Cette révolte peut être passive, se manifester par un retrait, ou s'exprimer par la formulation de violentes critiques envers le maître, qu'elles soient verbalisées directement dans une confrontation avec ce dernier ou avec d'autres personnes. Plus la victoire du maître est proche, plus l'ego se révolte.

3. L'élève s'accroche au maître au-delà de la période où ce type de relation était profitable. Le seul moyen pour que l'élève atteigne une nécessaire indépendance consiste à ce que le maître, par son influence et sa grâce, fomenté en lui une révolte. Si, au début, un certain attachement au maître peut s'avérer non seulement utile, mais parfois même indispensable, vient un moment où une forme de dépendance psychologique envers le maître devient étouffante et stérile.

Il n'y a pas de test infallible. On prétend que l'éveil est objectif; que si l'on était éveillé, il n'y aurait ni doutes ni ambiguïté. Cependant, tous les maîtres censés l'être ne présentent pas un front uni et cohérent. Des différences sont bel et bien perceptibles. Si l'on prenait une liste de cent maîtres, j'en estimerais peut-être en tout cinq effectivement éveillés, mais d'autres maîtres feraient sans doute une sélection différente. Nous sommes en pleine subjectivité. C'est à chacun d'entre nous de trouver des circonstances avec lesquelles nous nous sentons instinctivement en phase, puis de faire la part entre le transfert psychologique opéré sur le maître et ce qui relève d'une réponse consciente à ce qu'il est. De fait, nombreux sont ceux qui découvrent que s'ils se départissent de leur attirance psychologique envers le maître, il ne reste rien. Ils sont alors prêts pour une autre voie, un autre maître... à moins qu'ils n'acquièrent un animal domestique.

Le maître zen et celui qui aurait bien voulu l'être

Il y a une histoire vraie à propos d'un grand maître zen qui ne parlait que très rarement. Il avait un grand temple, des milliers de disciples et était très riche. Chaque fois que quelqu'un lui posait une question, il se contentait de pointer un doigt vers le ciel, ce qui passait pour une réponse très sage et profonde.

Un jour, l'un de ses disciples se dit : « Je pourrais en faire autant... » Il fit donc ses adieux au maître, s'en alla en un lieu suffisamment reculé pour qu'on n'y connaisse pas ce dernier, puis s'assit sous un arbre dans la jungle et demeura en silence. Peu à peu, les villageois vinrent ramasser du bois dans la forêt et le virent ainsi assis en silence. Ils pensèrent : « Ce doit être un homme sage. Un saint homme est arrivé dans notre village. » Finalement, les gens commencèrent à lui poser des questions, et chaque fois que quelqu'un l'interrogeait, il se contentait de pointer un doigt vers le ciel, tout comme son maître.

Au bout d'un moment, les gens se dirent : « Oh, quelle profondeur extraordinaire ! » Et il devint très célèbre. Au bout de plusieurs années, il avait de nombreux disciples, un grand temple, beaucoup de richesses, tout comme que son maître. Mais ce dernier commença à lui manquer et, ainsi que nous le faisons tous avec nos pères, il voulut être gratifié de son respect et de sa reconnaissance. « Je vais aller rendre visite à mon maître et lui montrer combien j'ai réussi, comme je m'en suis bien tiré, et il sera fier de moi », décida-t-il.

Il rassembla ses plus beaux chevaux, des coffres pleins de belles soies et d'objets luxueux, et, accompagné d'un groupe de disciples en adoration, s'en alla voir son maître. Lorsque leurs trompettes sonnèrent pour annoncer son arrivée, le maître sortit et vit que son ancien disciple était de retour. Bien qu'il ne lui eût jamais parlé auparavant, lorsqu'il vit son ancien disciple au bout de tant d'années, il lui dit : « Oh mon ami ! Bienvenue. C'est si merveilleux de vous revoir. Dites-moi, comment allez-vous ? » Le disciple avait tellement l'habitude de répondre à toute question dans le style de son maître qu'il se contenta de pointer un doigt vers le ciel. Le maître sortit immédiatement un couteau et lui trancha le doigt.

Cette histoire a deux fins : dans l'une, le disciple regarda sa main amputée du doigt et connut l'éveil sur-le-champ. Les histoires zen disent toujours : « Et le disciple réalisa immédiatement sa vraie nature. » Selon l'autre version, lorsque le maître eut coupé le doigt du disciple, ce dernier devint enragé. En sang et fou de douleur, il dit au maître : « Vous êtes fou ! Pourquoi diable avez-vous fait ça ? » Ce à quoi le maître répondit en pointant un doigt

vers le ciel, et ce fut à cet instant que le disciple connut l'éveil. (Par les temps qui courent, si un maître tranchait le doigt d'un disciple, on appellerait la police, cela ferait tout un scandale et il se retrouverait au tribunal la semaine suivante où on lui réclamerait des milliards de dollars en réparation de la souffrance infligée à la pauvre victime.)

Le cœur brisé

S'il est une chose que je sais aujourd'hui de toute cette affaire que l'on nomme la vie, c'est bien celle-ci : on n'ouvre pas son cœur sans ressentir de la douleur. Le choix d'ouvrir ou de fermer son cœur est un choix important que l'on fait chaque jour, à chaque instant. Si nous avançons sur le chemin spirituel auprès d'un maître qualifié, cela nous conduira finalement à avoir un cœur brisé.

Il est plus facile de supporter la souffrance du cœur brisé lorsque nous connaissons la vérité et pouvons vivre selon cette vérité. Une fois que nous avons trouvé la vérité, la souffrance est notre amie, ou du moins certaines formes de souffrance. Mais tant que nous n'avons pas trouvé la vérité, la souffrance est notre ennemie. En effet, qui souhaite souffrir ? Certes, c'est le cas des masochistes comme de beaucoup d'élèves sur la voie ; de belles femmes, de beaux hommes, tous intelligents, ayant réussi dans l'existence, et qui néanmoins clament partout : Je suis moche... mon corps est comme ci, comme ça... Oh mon Dieu, je suis un incapable... J'ai tout raté... Personne ne m'aime. »

Aucune personne saine ne désire souffrir. Et cependant, la cruauté de l'homme envers ses semblables – cruauté inimaginable dans son ampleur et sa perversité – n'est pas la seule cause de souffrance possible. Il existe aussi une immense souffrance dans le monde causée par des événements – catastrophes naturelles, tremblements de terre, ouragans, etc. En fait, il est impossible d'échapper à la souffrance à moins d'être à ce point égocentrique et égoïste que l'on ne puisse plus aimer un autre être humain.

La voie baul occidentale est la voie du cœur brisé, mais la souffrance que l'on y rencontre sur la route qui mène à ce cœur brisé est d'une nature toute particulière : il s'agit d'une souffrance objective. Il existe bien des niveaux de souffrance. Sur le plan individuel, il y a la douleur physique, qui, en principe, ne se présente qu'en certaines circonstances ; et puis il y a la torture émotionnelle et la souffrance personnelle née des désirs insatisfaits, lesquelles procèdent toutes deux de notre dynamique psychologique. Il s'agit là d'une souffrance qui résulte d'une fixation sur nous-même. Lorsque nous rendons quelqu'un d'autre responsable de notre propre colère, de notre propre frustration, etc., nous lui reprochons quelque chose qui est en fait le résultat de notre absence de lucidité, de notre aveuglement. Toute la souffrance générée autour du problème est alors fabriquée et inutile. Entrent aussi en jeu tous les prolongements de notre souffrance personnelle, incluant la souffrance éprouvée pour ceux

que nous ressentons comme notre territoire ou propriété : nos proches, parents, enfants, conjoints, amis. Nous croyons posséder une part de ces personnes et souffrons donc lorsqu'ils souffrent.

À l'autre extrémité, il y a la souffrance objective ou universelle qui provient d'une empathie avec les autres, ou d'une résonance énergétique à ce qu'ils éprouvent. Il ne s'agit pas d'une souffrance romantique, mais d'une forme de douleur qui nous submerge par son caractère radicalement insoluble. En effet, c'est de la souffrance de l'humanité que l'on souffre. C'est la souffrance des saints. Ceux qui connaissent la souffrance universelle souffrent chaque fois que souffre un autre être humain, car ils en ont l'expérience et sont en empathie avec leur semblable. Ils ne jugent pas les êtres humains d'après leurs actes, mais au contraire distinguent ce qu'ils sont de ce qu'ils font. La compassion qu'ils éprouvent envers autrui ne relève pas de la pitié ou de la sympathie ordinaire ; elle procède du fait qu'ils ressentent ce que l'autre ressent.

Souvent, la motivation inconsciente de ceux qui s'intéressent à la vie spirituelle est de se libérer de la souffrance. Néanmoins, on découvre que si l'on peut se libérer de sa propre souffrance, on ne saurait échapper à la souffrance. Les saints qui semblent être heureux et paisibles le sont parce qu'ils acceptent la réalité telle qu'elle est et non parce qu'ils ne souffrent pas. Ils ne résistent pas à ce qui se présente dans le réel.

La souffrance est un fait de la vie. Nous abordons la voie spirituelle en souffrant, nous y mûrissons en souffrant et nous nous y accomplissons en souffrant, mais la souffrance initialement ressentie se transforme en une forme toute différente de souffrance, inconcevable dans les débuts. On laisse derrière soi sa souffrance personnelle pour se consacrer à participer de toutes les manières possibles au soulagement de la souffrance universelle. C'est à cela que l'on se réfère quand on parle de cœur brisé – la blessure que Dieu seul peut guérir.

Le cœur brisé

La compassion qui jaillit d'un cœur ainsi brisé est en fait la seule chose qui puisse en fin de compte motiver un être humain à accomplir tout son potentiel de transformation. Les gens aiment leurs enfants mais ne sont pas prêts à faire le travail nécessaire pour cesser de les maltraiter. Les gens se vautrent dans la campagne verdoyante et luxuriante, mais ne veulent pas vivre de manière à stopper la pollution et la destruction de l'écosystème. Malheureusement, ce n'est pas l'aspiration à la santé, à l'équilibre, à la beauté et au bonheur qui inspire les gens à véritablement s'engager dans une voie de transformation ; c'est la douleur qui, la plupart du temps, nous met sur le chemin et nous pousse à continuer.

Ce n'est pas parce que les gens aiment Dieu qu'ils changent. Ils changent parce qu'ils souffrent. Ils ne vont pas vers Dieu pour sa beauté mais parce qu'ils désirent être soulagés de l'incohérence. Un petit conseil : si vous allez vers Dieu sous prétexte qu'il est beau, retournez-vous, trouvez-vous un ou une partenaire exceptionnel(le) qui sache cuisiner comme un chef et fasse de l'amour physique une cascade de merveilles, une magie de délices et de satisfactions, vivez, buvez, amusez-vous. Car si vous approchez Dieu en lui proposant vos services sous prétexte qu'il est beau, et si Dieu vous accepte, vous serez jeté dans le hachoir à viande. Vous finirez au bout du compte par être un avec Dieu, donc tout est bien qui finit bien, mais dans l'intervalle vous insulterez Dieu : « Toi, enfoiré de salaud. Pourquoi m'as-tu fait ça ? » Si vous avez choisi de vous engager sur la voie par quelque illusion romantique,

sous prétexte que Dieu vous paraît beau, quittez le chemin. Seul le cœur brisé – la reconnaissance du fait que le monde est submergé de souffrance et de douleur, et le désir de contribuer à changer cela à grande ou à petite échelle, inspire les gens à se transformer.

Dans cette perspective, même le « cœur brisé » plus subjectif qui résulte d'une relation amoureuse peut s'avérer utile, car cela nous ouvre comme peu d'autres choses peuvent le faire. Il arrive que le chemin de la vérité soit pavé de douleur, pour la simple raison que nous sommes parfois si durs que seule la souffrance est apte à nous ouvrir. Certaines personnes sont si cérébrales qu'elles se tirent de tout en pensant. Mais même les plus coriaces d'entre nous ne peuvent refermer un cœur brisé en y pensant.

Quand on a le cœur brisé, chaque jour est différent. Certain jour, la personne au cœur brisé voit les choses dans une lumière universelle : « Tout ceci se produit, c'est tout. Rien de ce qui se produit n'est moi. Je demeure intouché par les phénomènes changeants. » D'autres jours, l'existence est vécue comme profondément personnelle. Vous marchez dans la rue, voyez une personne couchée sur le trottoir et en êtes si labouré de douleur que vous commencez à pleurer sans pouvoir vous arrêter. L'empathie que la personne dont le cœur est brisé éprouve pour la souffrance d'autrui n'est pas stratégique : cette personne ne se contente pas d'être compatissante quand elle en a le temps pour ensuite cesser de l'être quand les conditions ne sont pas réunies. C'est une compassion vraie, profonde, tissée de désespoir et d'impuissance.

Le cœur brisé se compose de deux éléments : un, la certitude que chacun éprouve la même chose, qu'il soit handicapé, noir, blanc, jaune, laid, attirant, stupide ou intelligent ; deux la réalisation que la seule issue à la souffrance réside dans la sagesse, laquelle ne sera jamais quelque chose de courant dans l'existence humaine.

On a le cœur brisé en sachant que cette sagesse ne dominera jamais le réel mais ne fera que se manifester ici et là de manière rare. Et bien qu'on le sache, il n'en reste pas moins qu'il n'y a rien à faire sinon s'efforcer d'aller vers cette sagesse. Rien d'autre ne mérite les efforts de créatures aussi merveilleuses et miraculeuses que les êtres humains. Les êtres humains sont des créatures d'une capacité si extraordinaire que seul l'effort vers la sagesse est digne de leur aptitude. Après tout, voit-on des grenouilles s'efforcer d'atteindre l'union avec le Bien-Aimé ? Certes non. Seules des créatures extraordinaires et d'une incroyable subtilité sont capables de suivre semblable chemin.

La reconnaissance de la souffrance et de l'impossibilité d'une sagesse collective crée un manque et une aspiration qui ne pourront jamais être apaisés. Certains disent que ce manque est comblé par l'union avec le Bien-Aimé ; or, au contraire, ce manque ne crée que davantage de souffrance dans le corps, car à ce stade, non seulement l'on est en empathie avec la souffrance d'autrui, mais on en vient à souffrir pour les autres. L'amour ne guérit pas le cœur brisé mais le brise encore plus, comme si l'on jetait du sel sur une plaie. Pour celui dont le cœur est brisé, les expériences cosmiques n'ont aucun sens. À quoi bon de fichues révélations cosmiques quand les gens souffrent ?

Ce qui compte pour celui dont le cœur est brisé, c'est la bonté, la tendresse et l'attention que les êtres humains peuvent se porter les uns aux autres. On peut trouver une expression de cette brisure du cœur dans la pratique bouddhiste mahâyâna du *bodhisattva*. Le *bodhisattva* est celui qui fait le vœu de renoncer à entrer au paradis tant que chaque créature sensible n'y sera pas d'abord entrée.

La vie spirituelle véritable au sein de quelque tradition que ce soit est dangereuse. En effet, une fois notre cœur brisé, le seul moyen de redevenir complet est de réaliser le Divin, de

réaliser la Vérité dans cette existence. Si l'on est sur une voie spirituelle sans être arrivé au stade du cœur brisé, on peut toujours partir si le maître a un comportement ou un autre que nous estimons trop provocant. On partira avec un peu de peine, sans doute, du fait de ce que l'on a investi dans cette tradition, mais on partira entier. Une fois le cœur brisé, on ne peut plus partir. Même si l'on quitte la voie et le maître, on ne peut quitter la brisure du cœur.

On peut formuler la même chose en disant que le seul remède au cœur brisé réside dans la réalisation de l'amour objectif. Non pas l'amour nouvel âge du style : « Oh toi, grand cristal, tu veux coucher avec moi ? », pas plus que l'amour sentimental qui nous fait dire chaque fois que l'on voit un chaton ou un chiot : « Oh, comme il est mimi ! » Notre cœur brisé doit nous amener à la réalisation de l'amour objectif, et il faut un remède très fort pour provoquer cette guérison.

La brisure dont il est ici question ne vient pas aisément. Il est des élèves sérieusement engagés depuis dix ans sur la voie, dont le cœur n'est toujours pas brisé parce qu'ils ne s'autorisent pas à ressentir assez profondément. Il arrive aussi que pour certaines personnes, cela se fasse en un mois. De toute façon, il ne suffit pas d'une rencontre avec le maître pour que le cœur se brise. La première rencontre ressemble à celle de deux chiens qui se reniflent l'un l'autre en remuant la queue. D'abord ils reniflent et si ce qu'ils sentent leur plaît, ils passent aux choses sérieuses. Si ce qu'ils sentent ne leur plaît pas, ils vont chercher un autre chien ou une jambe humaine disponible.

On ne peut le faire à la place de l'autre

Il est très cruel de voir des gens censés être sur la voie se traiter les uns les autres avec amertume et mesquinerie. Malheureusement, c'est ainsi que bien trop de personnes se comportent. Notre travail consiste à persévérer sur le chemin de la transformation et à rendre la voie accessible à quiconque tente de la trouver. Nous devons traiter chacun avec bonté et générosité, faire de notre mieux pour nous montrer hospitalier et prêt à partager ce que nous avons appris. Ceci s'applique tout particulièrement à nos proches puisque, comme le dit le christianisme, « la charité commence chez soi ». La sagesse populaire ne dit pas autre chose en conseillant de ne pas « cracher dans la soupe ». Les gens ne peuvent voir le sac d'or tant que le moment n'est pas venu pour eux de le reconnaître. C'est très douloureux et frustrant, mais nous ne pouvons vivre à la place des autres. Comme dit le proverbe : « On peut amener le cheval à l'eau, mais on ne peut le forcer à boire. » Il nous appartient de continuer à indiquer l'eau, sachant que les gens ne boiront que quand ils le voudront. S'ils ne le veulent pas, il n'est rien que nous puissions faire. Peut-être allons-nous souffrir de leur refus de boire, mais nous ne devrions en aucun cas les punir de ce refus. De plus, lorsqu'une personne membre d'une *sangha* – communauté spirituelle – sert les autres, les bénédictions qu'il ou elle en retire ne lui sont pas accordées à titre personnel mais pleuvent sur toute la *sangha*. Et lorsque la *sangha* est servie, il en va de même de toute la société – ceux qui ne sont pas sur la voie, mais avec lesquels nous sommes en contact au quotidien, ne serait-ce qu'à l'épicerie ou au péage de l'autoroute.

La soumission

Si nous avons beaucoup de chance, notre cœur brisé nous amènera à la soumission. Si notre désir de Dieu est assez fort et que son désir de nous l'est aussi, Dieu nous prend en lui par ce que l'on nomme la reddition ou la soumission à la volonté de Dieu.

Ainsi que nous l'avons suggéré au chapitre 6, de même que le maître spirituel est soumis à son propre maître, l'élève sur la voie se soumet aussi à son maître et, ce faisant, se soumet à la volonté divine. Dans le cas du maître ou gourou authentique, on peut dire que se soumettre au maître équivaut à s'en remettre à la volonté de Dieu puisque le gourou authentique est une bénédiction. Le Divin, ou Dieu, est la puissance de bénédiction que le vrai maître rend accessible ou disponible. Par le biais du gourou, nous avons accès à une lignée qui remonte jusqu'au gourou racine et, à travers lui, à la source de toute bénédiction, le Divin lui-même. La soumission, dans ce cas, ne signifie pas que l'on soumet sa volonté à la psychologie du maître ; on s'en remet à la puissance de bénédiction que le maître représente, laquelle n'est autre que la force de vie universelle, la dynamique de l'évolution.

La soumission ou lâcher-prise est un espace où l'on respire un air rare. C'est un espace clair et merveilleux, mais aussi tout à fait inconnu, car nul ne peut concevoir le Divin. On peut être un grand esprit comme Einstein ou Nietzsche – mais même un tel esprit est insignifiant comparé à l'esprit du Divin. Non que Dieu cache quoi que ce soit aux êtres humains ; mais son esprit est si grand qu'il ne peut être saisi ou englobé par l'esprit humain ordinaire. Les baults le savent, et c'est pourquoi ils s'efforcent de se soumettre afin de pouvoir être absorbés par l'intelligence de Dieu au lieu de se soumettre à l'intelligence tellement plus petite de leur ego.

Être « soumis » ou « abandonné » à la volonté de Dieu signifie que notre volonté personnelle est abandonnée et soumise à l'influence du Divin telle qu'elle se meut. Quand on s'est rendu à cette influence divine, on renonce à ses préférences personnelles afin de servir celles du maître et du Divin ; on est alors animé par une sorte d'instinct du service en toute circonstance. Tous les désirs personnels, de pouvoir, de succès, d'argent ou d'opulence deviennent secondaires et passent après ce que commande la bénédiction divine.

Quand on est soumis à la Volonté de Dieu, on est animé par Lui jour après jour, instant après instant. Chaque jour on reçoit ses ordres : « Va à tel endroit aujourd'hui. Fais ceci. Écris ceci. Fais en sorte que ceci se fasse. Mange ceci. Ne mange pas ça. Pratique telle discipline. »

Tout ce l'on fait obéit à ces « ordres » divins, lesquels, cependant, ne se présentent pas sous la forme de voix que l'on entendrait ou de signes que l'on percevrait, mais s'imposent naturellement. L'avenir demeure inconnu. Dans la soumission, on se donne entièrement au Divin ou à la Vie, ou encore à l'Univers, et l'on dit : « Dieu, je ne te résiste plus... La Vie, je ne te résiste plus... Univers, je ne te résiste plus... Fais de moi ce que tu veux ! »

L'essentiel est que l'on ne contrôle plus. C'est le Divin qui est aux commandes et nul ne sait ce que le Divin va vouloir pour chaque individu. Va-t-il le vouloir riche ou le vouloir pauvre, en bonne ou en mauvaise santé, satisfait ou insatisfait, lucide ou pas... Quand on décide de son destin en usant du libre arbitre et des talents dont on dispose, on prend bien garde à certaines choses : on veille à avoir assez d'argent pour sa retraite, une bonne complémentaire santé, on assure l'avenir de ses enfants. On planifie les choses de manière intelligente. Mais si l'on s'abandonne à la bénédiction, ces choses peuvent être faites ou tout aus-

si bien ne pas l'être. Quand on est soumis, c'est le Divin qui décide de notre destin et non nos efforts personnels. Le Divin s'en occupe comme il lui plaît. Par conséquent, ne serait-ce qu'envisager une telle soumission à la bénédiction a de quoi faire peur, car tant qu'on n'est pas transporté dans cet espace, on ne sait pas du tout ce que cela pourra concrètement signifier.

La question du libre arbitre constitue l'un des paradoxes apparents de l'existence humaine. Elle mérite réflexion si l'on examine la notion de lâcher-prise. D'un côté, l'univers est absolument déterministe.

Certes, les êtres humains peuvent jouir d'un degré de libre arbitre dans une certaine mesure. Ils disposent d'une marge de manœuvre dans certains choix : « On mange chinois ou italien ce soir, chérie ? »

D'un autre côté, le libre arbitre dans un contexte plus vaste est l'un des éléments susceptible d'interférer avec l'ultime possibilité de l'intelligence divine telle qu'elle tend à s'exprimer naturellement chez l'être humain. Certains prétendent que Dieu crée sans se soucier le moins du monde des suites de sa création. Comme s'il se disait : « Ouh la la, l'univers n'a encore jamais connu le libre arbitre. Créons-le et voyons ce qui se passe... Aïe, quelle complication ! » Mais Dieu a une fonction importante qui ne se conçoit pas sans responsabilité.

Le libre arbitre peut jouer en faveur de notre évolution spirituelle ou à son détriment. Dans son autoritarisme, l'ego annexe en général le libre arbitre, en use à ses propres fins et ne permet jamais qu'il soit utilisé au service de Dieu. Mais le libre arbitre peut aussi être utile à Dieu, un peu comme si un patron déléguait une responsabilité à un employé compétent. On pourrait par conséquent dire que le but du lâcher-prise n'est pas d'abandonner son libre arbitre, mais de le mettre en conformité avec la volonté divine afin que l'un ne travaille pas contre l'autre.

Le processus de lâcher-prise ici décrit est totalement dénué de sentiment : si l'on est en conformité avec la voie, si on la pratique, les bénédictions divines se déverseront librement en nous et dans nos existences. Si l'on résiste ou si l'on n'est pas situé en conformité avec la voie, on est seul. Dans un cas comme dans l'autre, cela n'a rien de personnel.

Rien n'est entre nos mains

En fin de compte, la question du lâcher-prise nous échappe. Nous ne pouvons nous abandonner à la bénédiction par un acte de volonté. Nous pouvons demander le lâcher-prise, nous efforcer de nous soumettre. Nous pouvons prier, chanter les louanges de Dieu, pratiquer, nous offrir au Divin et poser bien des actes en ce sens, mais nous ne pouvons nous soumettre à la bénédiction. Cette soumission procède d'une grâce par laquelle le Divin s'empare de nous. Tout au plus pouvons-nous demander que cette soumission se produise pour nous. Si le Divin entend notre prière, il se peut que cet état advienne.

Tout est une question de moment. Si nous sommes prêts pour quelque chose, cela vient. Si nous ne sommes pas prêts, rien de ce que nous pourrions faire ne le fera advenir. Paradoxalement, il nous faut travailler très dur et faire *comme si* cela reposait en partie sur nos efforts. Jusqu'à ce que nous soyons soumis à la volonté divine, en admettant que cela se produise un jour, notre attitude intérieure est très importante. Cette attitude intérieure repose sur le constant souvenir du maître. Il s'agit de se dire : « Tout est entre ses mains. Tout pro-

cède de sa bénédiction. Je vais faire ce que je peux. Je vais travailler avec intégrité. Mais finalement, tout est entre ses mains. »

Rien n'arrive avant que le temps ne soit venu : l'histoire de Shiva et Parvati

Dans les écritures indiennes, on raconte qu'un jour, alors que le Seigneur Shiva méditait, sa femme, la déesse Parvati, fut soudain titillée par une question. Elle donna un coup de coude à Shiva : « Réveille toi ! » Shiva se réveilla : « Quoi, quoi ? Ça ne fait que deux millions d'années qu'on a fait l'amour. Tu ne peux pas attendre ? Un peu de patience !

– Non, non, dit-elle, ce n'est pas ça. C'est juste que tout le monde dit de toi que tu es un grand Dieu dévotionnel. On dit que tu aimes tes dévots, que tu passes ton temps à les servir, mais tu es si absorbé en toi-même en méditation qu'en fait tu ne fais rien du tout. Pourquoi ne descends-tu pas rendre service à quelques personnes ? »

Shiva décida de donner une petite leçon à Parvati. Il l'aurait bien prise sur ses genoux pour lui donner la fessée, mais elle l'aurait tiré de méditation trois fois par semaine. Aussi décida-t-il de lui donner une leçon plus objective.

Il prit un grand sac d'or – assez d'or pour faire de n'importe qui un roi à vie – et le laissa sur terre au beau milieu d'une route, de sorte que des veinards puissent le trouver. Pendant ce temps, un dévot infirme d'une jambe marchait sur la route en se plaignant : « Pourquoi Dieu m'a-t-il donné cette jambe ? Quand je vois tous ces gens en bonne santé ! Pourquoi n'est-ce pas mon cas ? Si j'étais en pleine santé, je serais heureux, ma vie serait heureuse. Tout serait différent, je serais riche. Alors que maintenant, je ne peux même pas trouver un travail. »

Il ne cessait de se plaindre, maudissant Shiva en disant : « Shiva, je t'ai vénéré toute ma vie et qu'as-tu fait pour moi ? Rien ! » Tout à coup, il pensa : « Cela pourrait être pire. Je pourrais être aveugle. Ça, ce serait terrible. Voyons ce que cela donnerait. » L'homme ferma les yeux et fit comme s'il était aveugle, si bien qu'il passa devant le sac d'or sans le voir. Ayant dépassé le sac, il ouvrit les yeux et se dit : « Oui. Je devrais être reconnaissant. Au moins je ne suis pas aveugle. »

Shiva se tourna vers Parvati et lui dit : « Là, tu as compris ?

– Oui, Seigneur », répondit elle. Puis elle retourna à la cuisine¹².

Libération, responsabilité et humanité

Si les gens savaient ce qu'être libéré ou illuminé veut dire, ils s'enfuiraient en courant très vite dans la direction opposée. Ils se soûlèrent, baiseraient et deviendraient outrageusement riches. Car la libération relève de la responsabilité. Et combien sont-ils, ceux qui veulent vraiment être responsables ? Beaucoup de gens sont relativement responsables, uniquement parce qu'ils doivent l'être pour nourrir leur famille et conserver leur travail. Toute la culture occidentale ne veut pas être responsable. On veut baiser où et quand on veut, se réveiller et s'endormir à n'importe quelle heure et manger ce dont on a envie. Et si tout cela leur est donné, les gens sont contents. Mais la libération, c'est être responsable du monde

¹² C'est là que se font entendre les cris indignés des humanistes, féministes, adeptes sensibles du Nouvel Âge et autres élèves du gourou intérieur.

entier. Ne vous occupez pas de la libération. La libération, c'est dégueulasse. Il n'y a aucune dignité dans la libération. Elle fait de vous un animal sauvage qui ne peut plus ni choisir ni espérer. La libération ne vous donne rien sinon un sentiment de responsabilité envers la folie de la race humaine. On ne peut pas dire que ce soit un bon plan.

Essayons plutôt d'être humains – d'avoir ne serait-ce qu'un minimum de sensibilité les uns envers les autres, ne serait-ce qu'un peu de dignité. La dignité et la bonté, la capacité de se traiter les uns les autres avec respect me paraissent maintenant plus importantes que la libération. En fait, si je pouvais définir la libération là où j'en suis aujourd'hui et où que je puisse en être d'ailleurs, je dirais qu'elle est « l'humanité ultime. » Voilà qui n'a rien à voir avec la fuite du monde. Personne n'a envie de souffrir et notre désir de libération cache souvent l'envie de fuir nos responsabilités et le désir de ne pas souffrir, physiquement, émotionnellement et mentalement. Un souhait en lui-même légitime, pourrais-je ajouter, et d'ailleurs, je viens de le faire.

Même si nos existences sont parfaites, même si nous sommes en sécurité, en bonne santé, mûrs émotionnellement, nous ne pouvons avoir la moindre intégrité sans souffrir pour les familles de ceux qui ont perdu la vie dans l'un des nombreux tremblements de terre qui se produisent en ce moment sur la planète, dans les accidents nucléaires, les guerres. La souffrance est un aspect incontournable de la vie, et plus nous sommes libérés, plus nous souffrons.

La liberté est une illusion. Nous sommes esclaves de la souffrance ou esclaves de notre responsabilité envers l'humanité souffrante ; esclaves, dans un cas comme dans l'autre. La libération nous rend en définitive responsable envers tout et envers tous. Mieux vaut se contenter d'être humain ; mener sa vie professionnelle avec intégrité, traiter tous ceux que l'on rencontre avec bonté, faire preuve à leur égard de gentillesse et de patience... Ce ne serait pas rien !

Par les temps qui courent, un disciple responsable et fiable est peut-être plus précieux qu'un disciple illuminé. Car qu'est-ce que l'illumination ? L'illumination, comme l'amour, signifie tout ce que l'on veut... Pour les uns, l'amour est un sacrifice, pour les autres une soumission, pour d'autres encore, on sait qu'on est aimé à partir du moment où l'autre se souvient de notre date d'anniversaire... Chacun a sa vision de l'amour, et il en va de même de l'illumination. Mais pour ce qui est de la dignité, de la bonté... Chacun connaît ces qualités, tout le monde s'entend sur ce qu'elles sont. Chacun reconnaît la gentillesse, la responsabilité ou la générosité. Les rencontrer procure la même expérience à tout le monde.

Afin de suivre le chemin divin pour devenir humain, nous devons suivre le chemin humain pour devenir divin. C'est la manière dont nous vivons qui nous rend ou non divins. Ensuite, du point de vue du Divin, nous pouvons enfin devenir humains.

Le prix à payer et la récompense

Le coeur brisé, le lâcher-prise et tous les fruits du chemin spirituel portent une étiquette sur laquelle est marqué un prix. L'un des principes du chemin spirituel est que nous devons pouvoir payer à tous les niveaux. Tout a un prix, même l'accomplissement des désirs : une fois un désir accompli, il faut en assumer les fruits, ce qui, souvent, ne va pas sans tensions. Sur la voie, il y a des lois. L'une d'elles est très simple : la vie regorge d'opportunités pour apprendre, grandir et se transformer. Chaque journée nous offre des occasions à l'infini. Si nous les saisissons, la vie nous donne ses trésors. Si nous ne les saisissons pas, la vie garde ses trésors.

Dans notre naïveté spirituelle, nous voudrions croire que le seul fait d'être engagé sur la voie, d'avoir trouvé son maître et de savoir à quel point tout cela est précieux nous obtiendra automatiquement les récompenses de la voie. Et pendant ce temps, nous continuons à nous débattre dans des relations qui tournent court et créent de la souffrance plutôt que de l'affection. Nous croyons ne pas avoir à payer. Et pendant ce temps, le maître spirituel a toutes sortes de connaissances et de techniques mystiques qu'il souhaite enseigner aux gens, mais en tout état de cause il ne peut le faire tant que les élèves n'ont pas payé le prix requis.

La seule différence entre l'élève qui, ayant trouvé son maître, chemine guidé par lui et quelqu'un d'autre est que le premier a la possibilité de s'ouvrir à la puissance de bénédiction du gourou pour en être transformé alors que pour l'autre, ce n'est pas possible. Quant à savoir si l'élève fait ou non usage de cette possibilité, c'est une tout autre question. Cela dépend de sa disposition : est-il ou non prêt à payer pour ce qu'il reçoit ? Et je ne parle pas d'argent, encore que je ne m'abstienne pas non plus d'en parler. La question est toujours la même : « Que voulons-nous et jusqu'où sommes-nous prêts à aller ? »

Tous les élèves sur la voie utilisent plus ou moins et dans une certaine mesure la possibilité que leur offre le maître spirituel. Mais rare est l'élève prêt à payer le prix total. Le maître contemporain E. J. Gold qualifie d'« extraterrestres » les personnes investies dans la voie au point d'en être radicalement transformées. En effet, l'élève véritablement prêt à payer le prix et à pleinement répondre à l'invitation du maître devient si différent d'une personne ordinaire qu'il ne fait littéralement plus partie de la même espèce. Ceux qui ne prennent qu'un peu de ce que le maître a à offrir et en paient le prix semblent être différents dans certains aspects ; mais ils demeurent fondamentalement identiques aux autres.

Puisqu'il est nécessaire de payer pour la connaissance et les cadeaux que nous recevons sur le chemin spirituel, nous devons, si nous sommes sérieux en tant qu'élèves, nous poser deux questions :

1. Suis-je en mesure de payer le prix ?
2. Suis-je d'accord pour le payer ?

Il s'agit là de deux questions très différentes. Parfois nous pouvons payer facilement, mais ne le voulons pas, d'autres fois nous voudrions beaucoup, mais ne le pouvons pas. Chacun doit, pour lui-même, se demander s'il peut ou non payer le prix et s'il est d'accord pour le payer. Ce prix est celui requis pour ce que nous demandons lorsque nous nous engageons dans la vie spirituelle : l'attention du divin.

À titre d'exemple de paiement : si nous admettons que l'usage intelligent du *prana* ou force de vie peut rééquilibrer des dysharmonies dans certains aspects de notre existence, et si nous sommes suffisamment motivés pour apprendre à faire usage de cette énergie, alors nous sommes prêts à payer le prix de cet apprentissage. Étant prêts à payer, nous nous renseignons quant au montant du prix et trouvons les fonds pour nous en acquitter. Bien entendu, la notion de prix à payer est, dans ce cas, une métaphore, même si cela ne fait pas de mal d'avoir de quoi payer un café si le maître nous emmène au bistrot.

Un autre exemple de paiement : si nous rendons visite à un maître dans son ashram et que l'emploi du temps quotidien inclut la méditation, les repas pris à certaines heures, etc., nous payons pour ce que nous recevons en respectant les règles et le protocole de l'ashram. Si nous nous réveillons le matin et décidons : « Je suis trop fatigué pour aller à la méditation », et nous rendormons, nous forçons le maître à payer pour nous de manière inappropriée. Si nous ne payons pas nous-même, c'est le maître qui doit payer pour nous.

Il est courant qu'un maître paie pour un élève nouveau ou le « porte », au début, lui donnant ainsi une chance d'avoir un peu d'expérience, d'apprendre les principes du chemin spirituel et d'acquérir de bonnes bases. C'est un peu comme une mère et un père qui portent leur enfant jusqu'à ce qu'il soit capable de marcher seul. Si le parent, sitôt l'enfant né, le mettait à terre et lui disait : « Marche ! », l'enfant n'en serait évidemment pas capable. De même, le maître spirituel porte l'élève jusqu'à ce qu'il commence à ramper et finalement à marcher.

Souvent, ce n'est pas grand-chose, car la plupart des maîtres sont spirituellement riches et ont donc les moyens de porter des élèves lorsque c'est nécessaire. En même temps, si nous voulons continuer à grandir en tant qu'élèves et en tant qu'êtres humains, nous devons commencer à comprendre les lois de la vie et de la voie spirituelle pour les appliquer dans nos existences. Et l'une de ces lois n'est autre que le principe de réciprocité.

De manière générale, plus nous sommes abandonnés et soumis à Cela que le maître spirituel représente, moins ce dernier doit payer pour nous. Et moins le maître paie pour nous, plus nous devenons précieux pour le chemin. De plus, le fait de recevoir un cadeau spirituel et de ne pas l'honorer en l'ignorant ou en ne l'utilisant pas crée une mauvaise habitude sur le chemin. Le maître finira par ne plus rien nous offrir. Bien sûr, on peut toujours aller de maître en maître, recevoir de plus en plus de cadeaux, mais si l'on n'a pas fait usage du cadeau reçu d'un premier maître, on ne pourra faire usage du cadeau reçu d'un second.

Il arrive qu'un élève doive payer son passage et il arrive aussi qu'il soit approprié de laisser quelqu'un d'autre payer. Il y a aussi une façon de trop payer. Nous connaissons tous ces situations où quelqu'un essaie de nous aider : en dépit de sa sincérité et de ses bonnes intentions, la personne ne finit par interférer. Il est nécessaire d'apprendre à payer son passage,

mais aussi d'apprendre à quel moment payer le juste prix, même quand il s'avère approprié de laisser quelqu'un d'autre payer pour nous, ou encore de laisser quelqu'un payer son passage même si l'on aurait envie de payer pour lui.

Le bénéfice : vénérer la vie telle qu'elle est

Sur la voie baul, il faut payer le prix, mais le bénéfice est extraordinaire. Pour les bauls, la libération n'est pas la récompense du travail spirituel ; en fait, la liberté n'est pas la question. Bien que la libération, l'éveil ou même l'illumination soient les conséquences naturelles de la pratique dans la tradition baul, elles n'en constituent pas le but. *La vénération de la vie telle qu'elle est*, sous ses multiples facettes, est le but. Et dans leur vénération de la vie telle qu'elle est, les bauls ne rejettent rien. Tout est divin.

Dans toutes les traditions du monde, on tend vers un but qui est soit l'illumination ou libération, soit l'adoration de Dieu en tant que Bien-Aimé. Pour aimer Dieu, il faut être libéré ; mais pour être libéré, on n'a pas besoin d'avoir la moindre appréciation de Dieu. Aussi les voies visant la libération ont-elles tendance à considérer celles visant à l'adoration comme romantiques et sentimentales, tandis que les voies visant à la vénération du Bien-Aimé (parmi lesquelles toutes les voies tantriques) comprennent que la plupart des autres chemins s'arrêtent avant que la plénitude du potentiel humain ait été atteinte.

L'adoration est la source de la vie. Dieu s'est adoré lui-même et a vénéré son aptitude à créer indéfiniment ; c'est de là que le monde a jailli. Dieu a vénéré son aptitude à se manifester dans la dualité et c'est de là que sont venues les polarités – homme/femme, positif/négatif, lumière/ombre, masculin/féminin, yin/yang, etc.

L'adoration se manifeste de bien des manières dans les différentes traditions. Dans nombre de traditions soufies, on donne au Divin la forme d'un être humain d'une beauté parfaite, puis l'on cherche à s'unir à son « bien-aimé personnel ». Dans la tradition hindoue, Krishna est représenté comme celui qui vole les cœurs. Il était si beau, captivant et charmant que quiconque le voyait tombait immédiatement sous son charme. Radha fut l'amante ultime de Krishna, car lui aussi succomba à son charme. Le but de la pratique baul est de devenir empli d'amour envers son bien-aimé au point de ne plus en être séparé – on ne peut plus alors établir de distinction entre l'un et l'autre. L'énergie de l'amour objectif inclut une relation de vénération et d'adoration de la réalité, plutôt que de violence et d'appropriation. En fait, la réalité est par nature adoration, laquelle participe d'une dynamique d'expression et d'expansion plutôt que de repli sur soi, d'agressivité, de protection et d'insécurité. Adorer n'a rien à voir avec s'enticher de. L'adoration procède de la reconnaissance ultime du féminin dans son mystère, sa sainteté, sa merveille et sa majesté. Tous, hommes et femmes, sont féminins en relation à Dieu.

La dualité illuminée

La tradition baul met tant d'attention sur l'Autre, le maître, l'abandon, la vénération et la vie telle qu'elle est sous toutes ses formes qu'elle peut apparaître comme dualiste ; en fait, c'est une tradition qui relève de ce que je nomme la dualité illuminée. Alors que nombre de voies s'arrêtent à la réalisation de la non-dualité, les bauls, eux, considèrent qu'une fois cette

réalisation accomplie, il faut l'intégrer dans un monde par nature dualiste. Pour les bauls, on ne saurait obtenir un diplôme. Après l'illumination, on retourne au jardin d'enfants.

La dualité illuminée reconnaît le caractère complètement impersonnel de l'univers dans son essence, sa source et son être. En même temps, elle reconnaît aussi l'existence de toute la création. La création ne peut être expliquée de manière impersonnelle, car elle est personnelle. Par conséquent, alors même que rien n'existe, tout existe, paradoxalement. Tout ce que l'on peut voir est réel et n'est pas une illusion, mais au coeur de tout cela, il y a la vacuité.

La voie spirituelle distingue très clairement deux choses : l'impersonnel, ou vacuité, et le personnel, la forme. Selon les bouddhistes, « la vacuité est forme et la forme est vacuité » ; pour les bauls, c'est l'inverse. Le premier objectif de la voie baul est de réaliser Dieu ; c'est la part qui correspond à l'affirmation selon laquelle « la forme est vacuité » ; le deuxième objectif est de servir Dieu par sa manière de vivre, ce qui correspond à l'affirmation selon laquelle la vacuité est forme. Les êtres humains étant en proie à l'illusion qui les fait prendre la forme pour ce qu'elle paraît être, la première découverte sur la voie baul est la réalisation de la forme en tant que vacuité. Mais s'arrêter à ce stade, c'est n'avoir parcouru que la moitié du chemin. Le chemin spirituel ultime inclut à la fois la forme et la vacuité, car exclure l'une ou l'autre équivaut à exclure la moitié de la réalité ou de la vérité.

Alors que dans certaines formes de tantrisme, tout est mécanique, méthodique, technique et impersonnel, le tantrisme de la voie baul occidentale est en fin de compte personnel. Sur cette voie, le disciple réalisé s'est à ce point immergé dans l'impersonnel qu'il est pour ainsi dire ressorti de l'autre côté pour redevenir personnel, mais d'une manière objective. Pour les bauls, Dieu est à la fois immanent et transcendant. Ils pratiquent de manière satisfaisante la vénération d'un Dieu transcendant, mais sont également comblés par la vénération d'un Dieu immanent sous la forme des êtres humains, de la nature et de la vie telle qu'elle est. Le Dieu transcendant est la réalité de l'existence à chaque instant, mais quand nous perdons notre boulot et n'avons pas assez d'argent pour payer le loyer et que notre compagne ou compagnon part avec quelqu'un d'autre, c'est le Dieu immanent qui est notre Dieu.

La vie spirituelle est ordinaire

Vient un stade où notre adhésion à la voie va tellement de soi que l'on n'a plus à chercher. Nos illusions ont été sinon mises en pièce, du moins réduites au silence et on s'est installé dans ce qui ressemble à une existence ordinaire. La vie comporte toujours ses aventures excitantes et ses expériences spectaculaires qui peuvent survenir de temps à autre : on peut avoir une vision de la texture de l'univers ou des instants où, regardant son conjoint ou son enfant, on se sent complètement un avec eux. Mais dans l'ensemble, que l'on ait ou non réalisé Dieu, la vie continue dans ses cycles et ses schémas ordinaires.

Servir Dieu ou trouver la Vérité n'implique pas que l'on soit mis sur un piédestal ou dans une tour d'ivoire. La plupart du temps, cela se fait de manière tout à fait ordinaire. Une fois de temps en temps, on brille un peu, mais le reste du temps on se fraie péniblement un chemin dans la boue. Pour certaines personnes, le maître désire un feu d'artifice : il leur demande de voyager dans le monde entier, d'écrire des livres, de faire de grosses éclaboussures et tout et tout ; à d'autres, il demande seulement de s'occuper de leur famille et de vivre une existence ordinaire dans la bonté, la générosité et la compassion. L'ennui face à l'exis-

tence ordinaire est l'un des obstacles que les disciples rencontrent fréquemment sur la voie spirituelle.

Le but de la vie spirituelle est de servir le processus continu de la vie et non de vivre dans quelque bulle mystique. Et dans cette réalisation, l'existence devient ordinaire, et même ennuyeuse. Car, parfois, servir le processus de la vie elle-même consiste simplement à être davantage en relation avec son conjoint, ses enfants, etc. Lorsqu'on a compris que la vie spirituelle consiste à servir – et en dernier ressort à partager la souffrance de Dieu –, c'est là que se porte notre attention : sur le service.

Beaucoup de ceux qui sont engagés sur la voie croient qu'ils progressent tant que prend place un travail intérieur intense et spectaculaire. Mais l'intensité peut devenir une drogue, car on associe de manière inconsciente l'intensité et le spectaculaire à la progression. Si rien de spectaculaire n'arrive, on croit ne plus être sur la voie. Or, le fait est que notre progression sur la voie nous a amené à une maturité qui fait que ces « signes » et cette intensité ne sont plus aussi nécessaires. Vient un stade où l'intensité dramatique passe et où l'on a géré ses crises. Et puis ? Et puis rien ! On a eu un aperçu du Bien-Aimé... et puis ? Rien. Le Bien-Aimé n'est plus obligé de nous donner des coups sur la tête. On l'aime tel qu'Il est, pour Lui-même.

Quand on arrive à la demeure du Bien-Aimé, les signes sont si subtils qu'il nous faut réorienter notre attention, non seulement pour ne pas passer à côté d'eux, mais aussi pour ne pas penser que nous avons échoué sur la voie et n'avons pas progressé. La demeure du Bien-Aimé est si fine, si délicate, si sensible qu'elle ne comporte aucun feu d'artifice. Le Bien-Aimé est si subtil... C'est un peu comme la différence entre se faire sauter dessus par un tigre et se faire effleurer par les ailes d'un papillon. Le Bien-Aimé ne vous botte pas le cul ; il vous souffle une brise légère sur le visage, si subtile que vous n'êtes même pas certain que cela se soit vraiment produit.

Les disciples de longue date se plaignent souvent du fait que leur existence sur le chemin est devenue ennuyeuse. Ils passent complètement à côté de la vérité. Ce qui se passe vraiment, c'est qu'avec le temps notre attention et notre intérêt s'absorbent de plus en plus dans le Divin, et que la vie extérieure devient à peu près sans importance. Nous prétendons faire chaque jour l'ascension de l'Everest alors que nous sommes déjà assis aux pieds de Dieu. Ce mont Everest n'est que du spectacle, il relève encore de l'ego.

Notre vieux fantasme de progrès spirituel, c'est : « Je vais être éveillé. » Mais au fur et à mesure que le Divin nous absorbe, nous réalisons que cela n'a rien à voir avec nous personnellement. Il ne s'agit pas de devenir un grand maître spirituel ou la nouvelle Mère Teresa. Quand on finit par réaliser cela, les années de conditionnement font que l'on a peine à le croire, à prendre sa propre expérience au sérieux. L'ego ne peut tout simplement pas comprendre que la voie spirituelle, c'est l'annihilation, le rien, l'oblitération. Il croit toujours que la voie consiste à devenir quelque chose, quelqu'un ; un ego spiritualisé plutôt qu'un ego névrotique.

Si nous nous investissons sérieusement dans les pratiques qui nous ont été transmises, avec le temps, on finit par être absorbé par un ailleurs, mais un ailleurs si lointain qu'il laisse à peine une trace. Si l'on pratique ainsi que l'envisage une tradition authentique, ce que l'on découvre, c'est que la vie extérieure continue simplement comme d'habitude. On a ses conflits, ses bons jours, ses mauvais jours. Bien sûr, plus on mûrit, plus l'extérieur devient placide, mais l'existence demeure essentiellement inchangée.

L'une des composantes de la vie spirituelle est d'être satisfait du rôle que l'on a à jouer, quel qu'il soit. Parfois, on l'aime, parfois on ne l'aime pas. Même le plus grand des saints consacre beaucoup de temps à se lever le matin, à manger, à dormir, à parler aux gens et à s'asseoir en attendant la suite. Même si, après l'illumination, on n'a plus de face que l'on pourrait perdre, on continue néanmoins à perdre la face, et même si l'on n'a plus d'amour-propre, on n'en subit pas moins une blessure d'amour-propre. Bien sûr, il y a des histoires spectaculaires à propos de saints qui ne dorment jamais, ne mangent jamais, passent des jours voire des semaines dans des états d'extase ou de transe, mais de manière générale, la réalisation de Dieu, c'est simplement l'existence ordinaire : autrement dit, on fait face à l'existence telle qu'elle se déroule et se déploie.

L'illumination, ou soumission, n'est pas mûre tant qu'elle n'a pas été mise à l'épreuve sur la place publique. Dans la tradition zen, quand quelqu'un était censé avoir réalisé le satori, son maître l'envoyait sur la route pour qu'il teste sa réalisation, non seulement auprès d'autres maîtres zen, mais au contact de l'existence même. Il nous faut prouver notre maturité spirituelle sur la place publique – en mangeant, en dormant, à travers nos relations, en allant travailler, en étant dans la circulation... surtout, en conduisant dans la circulation. On se retrouve coincé dans un embouteillage, sans nulle part où s'échapper, avec tous ces moteurs diesel qui vomissent de la fumée et nous polluent les poumons et en regardant sa montre, on se rend compte qu'on est en retard à un rendez-vous important... Voilà une mise à l'épreuve de l'illumination !

Beaucoup de gens croient que dans la vie spirituelle, on ne devrait pas avoir à s'occuper de choses telles que l'assurance auto. Ils s'imaginent qu'ils devraient pouvoir méditer toute la journée, écrire des poèmes à Dieu pendant que quelqu'un d'autre s'occuperait des détails de l'existence. Mais cela ne se passe pas ainsi. Si l'on a un penchant mystique, on doit vivre comme les soufis : aller travailler le matin, s'occuper des clients et gagner sa vie pour pouvoir payer le prix à tous les niveaux et chaque fois que nécessaire. Puis, quand la boutique est fermée et la journée finie, alors seulement vient le temps d'entrer en union mystique avec le Divin et de prier toute la nuit... si on le doit. Et si on ne le doit pas, accordons-nous une bonne nuit de sommeil et ne nous soucions pas de notre progression spirituelle.

Jusqu'à quel point le voulez-vous ?

Nombre de gens expliquent avec passion qu'ils veulent vivre pour Dieu, dans la vigilance, le service, etc., et chacun est sincère, mais on finit toujours par en revenir à deux questions :

- Jusqu'à quel point le voulons-nous ?
- Que sommes-nous prêts à sacrifier ?

La plupart des gens sont prêts, pour la vie spirituelle, à faire le sacrifice de choses matérielles telles que le temps et l'argent. On peut toujours trouver du temps et de l'argent. Mais quand on commence à approfondir sa pratique spirituelle, on est appelé à sacrifier des choses immatérielles, les choses subtiles qui se confondent avec la texture même de notre identité. Nous savons que nous ne sommes pas notre argent, mais nous ignorons que nous ne sommes pas notre vanité. Nous ignorons que nous ne sommes pas nos espérances pour

l'avenir. Nous sommes totalement identifiés à ces choses. Sommes-nous prêts à sacrifier l'envie, la vanité, l'arrogance, la concupiscence, la culpabilité, la haine de soi ?

La plupart des gens répondent oui sur le plan intellectuel lorsqu'on leur demande s'ils sont prêts à sacrifier ces choses. Ils disent : « Bien sûr. C'est affreux de se détester soi-même, cela n'apporte que de la souffrance. » Mais quand le maître se tient en face de nous et exige que nous lui donnions ces choses, nous les protégeons comme si elles étaient sacrées. La haine de soi, l'orgueil, la vanité sont confortables, et nous ne savons pas ce que nous deviendrions sans elles. Mais tôt ou tard, ce sont bien là les choses que nous sommes appelés à sacrifier si nous sommes attirés plus loin sur la voie spirituelle ; et si nous ne voulons pas suffisamment ce que nous avons prétendu vouloir, nous ne le ferons pas.

La vraie question n'est même pas : « Que voulez-vous ? », mais : « Jusqu'à quel point le voulez-vous ? » Si nous ne le voulons pas suffisamment, nous ne ferons pas le travail nécessaire. Nous demeurerons des philosophes. Même si nous avons notre vie durant une grande passion philosophique pour la voie, tôt ou tard il nous faudra bien risquer quelque chose. Si nous le voulons vraiment, réellement, la tradition baul, de même que toute autre tradition sérieuse et sans compromis, peut nous convenir. Et sinon, ma foi...