

LA VOIE DU CŒUR ET DE L'ESPRIT

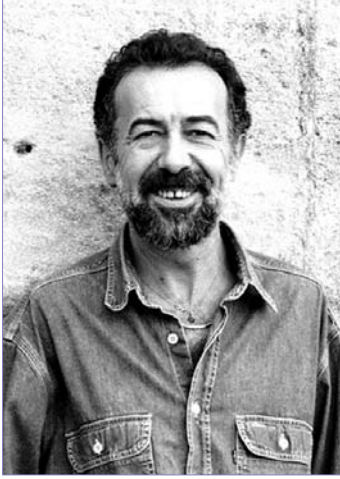
L'éveil spirituel est un élan naturel qui fait partie de l'évolution de l'être humain. Parler de cette expérience vécue et guider le chercheur sans tomber dans un bavardage stérile et absurde n'est pas chose facile.

Les Anciens étaient dans une sorte d'état de confusion qui faisait partager avec toute leur époque la paix et le détachement. En ce temps-là, l'Obscurité et la Lumière s'équilibraient harmonieusement, les êtres ne cherchaient pas à se nuire, personne ne mourait prématurément. Bien que doués d'intelligence, les hommes ne s'en servaient pas. C'était l'époque de l'unité parfaite. Personne n'agissait, tout se déroulait toujours naturellement.

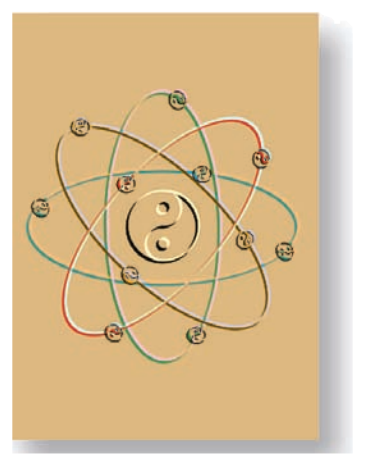
Zhuangzi

Dans ces lignes de Zhuangzi se trouvent la plupart des thèmes inévitablement abordés lors d'une quête spirituelle : confusion, partage, paix, détachement, obscurité, lumière, équilibre, harmonie, intelligence, unité, perfection, non-agir, nature. On pourrait certes allonger cette liste mais il existe un mot qui la résume parfaitement, un mot sans cesse purifié par les larmes et régénéré par le rire, un mot sans commencement et sans fin, un mot simple, un mot d'amour : Vie.

A ce stade, un familier du Tao affirmerait que tout est dit et, sans plus se soucier de philosophie, irait paresser au soleil ou vider un pichet de vin en chantant sous la lune. Nous, habitués que nous sommes à ne nous conformer



Par Jacques E.
Deschamps,
Ecrivain, compositeur,
enseignant l'éveil spirituel
à Paris et à Toulouse.



qu'à ce que nous comprenons, avons besoin de plus que cela pour nourrir notre intellect, cette fameuse boîte à comprenelette qui mobilise environ trois pour cent du dixième de notre cerveau et à laquelle, cependant, nous accordons tant d'importance!

Parler d'éveil spirituel est comme dissenter sur le Tao, un vain bavardage. Parler de ceci ou de cela est considérer que ceci et cela ont des natures différentes alors que s'éveiller spirituellement permet de saisir la nature commune à tout être et toute chose. C'est ce que signifie Zhuangzi quand il emploie le terme de confusion dans son acception originelle, à savoir *cum* (avec) *fundere* (fondre). Les Anciens, nous dit-il, étaient fondus avec.

Avec quoi? Avec le Ciel et la Terre, avec les autres êtres humains, les animaux, le minéral, le végétal, tous les éléments de la Création et la Création elle-même. Ils ne distinguaient pas le chêne du roseau ni le lièvre de la tortue, ils ne se distinguaient pas les uns des autres et, bien que vivant sur Terre, ils n'avaient pas coupé leurs racines célestes. L'état de confusion dans lequel ils évoluaient faisait-il d'eux des crétins qui mangeaient des cailloux,



Photo Frédéric SERRALIA

Mon ego crée des murs qui me séparent de la conscience universelle.

buvaient du sable et forniquaient avec des cactus ! Zhuangzi n'a pas l'air de le croire. La confusion à laquelle il se réfère est celle d'un Jésus, d'un Bouddha, de tout être qui, s'éveillant à sa propre conscience, réalise qu'elle est fondue à cette conscience unique qu'est l'univers, Dieu, la vie, autant de mots qui, encore une fois, expriment cette même et unique chose décidément trop vaste et trop simple pour être emprisonnée dans cette prison

compliquée qu'est notre intellect. Eh bien, l'éveil spirituel, c'est cela : admettre que la conscience que j'ai de moi-même - mon ego - crée des murs qui me séparent de la conscience universelle. Séparé de cette conscience universelle, j'oublie ma nature réelle, le monde me semble hostile, je prends peur et, de ce fait, j'ai besoin de me rassurer. Comment faire ! La compréhension des choses ouvre la porte à leur domination. Ainsi, comprendre le principe du courant permet de détourner la rivière pour faire tourner la roue du moulin. Ce que je comprends, comme ce que je domine, ne me fait plus peur. La conscience que nous avons de nous-mêmes ayant entraîné la perte de notre unité avec la conscience universelle, la perte de l'unité ayant provoqué la peur, nous nous sommes enfermés tous seuls dans le baignoire de l'intellect et, tels des bagnards, nous passons notre vie à casser des cailloux pour faire des routes qui ne mènent jamais ailleurs qu'à nous-mêmes, sans voir que nous-mêmes, nous y sommes déjà !

*S'éveiller
spirituellement,
c'est quitter la route
de la compréhension
pour voler librement
dans le ciel de la
Connaissance.*



La mère comprend-elle pourquoi elle aime son enfant ? L'enfant comprend-il pourquoi il aime sa mère ? L'amoureux comprend-il pourquoi il aime l'amoureuse ? La mère, l'enfant et l'amoureux n'ont cure de comprendre pourquoi ils aiment : ils savent qu'ils aiment et ce savoir est

de naître ! Il ne s'agit pas de comprendre en gavant notre mental avec des concepts métaphysiques complexes mais, au contraire, de désapprendre, de se défaire de toutes ces couches de vêtements synthétiques - âge, sexe, statut social, culture, peurs, ambitions, etc. - qui privent la peau de notre âme des rayons émis par le soleil de notre cœur.

quand je tiens un objet dans la main, j'écarte les doigts et il tombe. Un enfant de deux ans sait faire ça. On n'a même pas besoin d'y penser, il n'y a rien à comprendre, aucun effort à faire... A condition d'être conscient que cet objet n'est pas nous-mêmes, que nous resterons entiers en ne le tenant plus et que, mieux encore, la main qui



“ Tout se meut, vibre et se transforme perpétuellement selon un principe qui, lui, est immuable. ”

Photo Frédéric SERRALTA

d'ailleurs sans importance. Ce qui compte, c'est l'amour qu'ils éprouvent et tout ce qui en découle naturellement sans qu'ils n'aient besoin de travailler ou d'agir pour que leur amour exulte. Aimer sincèrement un être permet de le comprendre sans effort alors que comprendre quelqu'un n'implique pas qu'on en tombe amoureux, n'est-ce pas ?

Nous sommes si naturellement compliqués que, lorsqu'un maître nous introduit à la nature de notre esprit, nous la trouvons parfois trop simple pour y croire.

Sogyal Rinpoché

L'éveil spirituel n'a pas de but autre qu'être soi-même, ce que nous sommes déjà en naissant, voire longtemps avant

Tout cela est très simple. Dans le bouddhisme par exemple, il est souvent question de lâcher-prise. De quoi s'agit-il ? Deux amis sont en désaccord, chacun étant persuadé d'avoir raison, et les voici qui se perdent dans d'interminables disputes qui les affligent l'un et l'autre. Le bon sens serait de lâcher prise, c'est-à-dire de ne plus s'investir émotionnellement dans ce jeu de " qui a raison - qui a tort ? ", en clair, de faire taire son ego pour laisser parler l'amitié. Certes... Mais plus facile à dire qu'à faire ! Comment lâcher prise ? Quel est le mystérieux secret qui nous donne accès à cet art réservé aux grands sages ? Y a-t-il une recette ? Une technique de yoga ? Une magie shamanique ? Bien sûr ! Et moi qui suis un grand sage (!), je vais vous livrer la solution finale :

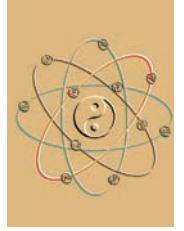
le tenait se retrouve libre, donc prête à recevoir ! L'important n'est pas de savoir qui a raison ou tort, l'important est d'aimer sans mesurer l'amour.

Avec le temps, l'herbe devient du lait.

Proverbe chinois

Tout se meut, vibre et se transforme perpétuellement selon un principe qui, lui, est immuable. Les astrophysiciens, dont le problème (et c'en est un vaste !) est d'expliquer l'univers, avancent que ce dernier n'est rien d'autre qu'un présent immobile. L'idée n'est pas si mauvaise, surtout émise par des gens qui s'intitulent eux-mêmes des savants !

Un présent immobile, ce n'est pas une mince affaire à comprendre !



Alors, à défaut de comprendre, essayons d'imaginer... Nous avons des mains. Nous avons aussi, par exemple, une chemise.

Il est facile d'admettre que l'on peut quitter sa chemise et que l'on ne peut pas quitter ses mains. Nos mains ne sont pas un objet que l'on possède mais une partie de nous-mêmes. Nos mains sont nous et nous sommes nos mains. Mais nous ne sommes pas que nos mains. Nous sommes aussi nos pieds, nos estomacs et tout le reste, sentiments compris. Ainsi, nous pouvons dire que nous avons une conscience (extrêmement difficile à localiser !) mais il n'est pas si sot de dire que nous sommes une conscience. Cette conscience que nous sommes traverse divers états, revêt des formes variées, s'exprime de multiples façons. Pour évoluer aisément dans notre petit jeu, appelons-la : l'esprit. Les astrophysiciens affirment que la matière (donc, entre autres, le corps humain) est de l'énergie en refroidissement ou encore, pour les amateurs de Tao, de l'énergie qui se yinise.

De quoi l'énergie est-elle la yinisation ? Qu'est-ce qui se "refroidit" pour devenir de l'énergie ?

*Et si c'était l'esprit,
cette chose très yang,
totalement impalpable
et, par définition,
non-manifestée ?*

Nous avons fait un pas. Les astrophysiciens s'accordent sur le fait qu'il n'y a qu'un seul modèle dans l'univers, les textes sacrés (tels que la Bible) nous apprennent que Dieu a fait l'homme à Son image. Dieu, entre nous, est un mot d'origine indo-européenne et qui signifie : " Ce qui est lumineux ". Quelle peut donc être l'image de Dieu ? On n'en sait rien ! Si nous sommes à Son image, alors c'est un petit bonhomme avec des poils aux jambes ou une petite dame à la forte poitrine ! Si tel n'est pas le cas, l'image de Dieu est une conscience née d'elle-même et qui, juste

pour voir la tête qu'elle avait, a d'abord inventé un principe en béton, principe selon lequel elle s'est manifestée par un savant mélange de lumière et d'obscurité, la matière naissant de ces complémentaires. La matière, ce furent des étoiles, des planètes qui tournaient autour et tout ce qu'on trouve sur ces dernières, dont les êtres humains, c'était fatal !

Dieu, c'est du vide qui s'est pensé lui-même et s'est lui-même donné un corps : l'univers. Si nous sommes à Son image, alors nous aussi, nous sommes du vide qui, pensé par le *Vide qui s'est pensé lui même*, devient une conscience et se donne un corps, le nôtre. Nous voici donc tels que nous sommes vraiment : une conscience immobile fondue dans la conscience universelle, conscience qui se manifeste de temps en temps par un corps et de temps en temps sans ce corps. Lorsqu'elle prend un corps, assez bizarrement, elle oublie qu'elle est naturellement fondue à la conscience universelle. Elle se met à appréhender l'univers et s'appréhender elle-même à l'aide de ses sens physiques et de son intellect étriqué. Tout se passe comme si elle dormait tout au long d'une existence humaine ou comme si, sachant d'instinct que son corps est périssable et qu'il va mourir un jour, elle s'anesthésiait elle-même pour ne pas avoir peur ou mal, exactement comme ces personnes déprimées qui se réfugient dans le sommeil pour oublier le monde extérieur, croyant que, lorsqu'elles se réveilleront, tous leurs problèmes auront disparu.

Voici une autre définition de l'éveil spirituel : éveiller son esprit ! Cet esprit que nous sommes, qui dort, et dont le sommeil engendre parfois des rêves agréables et souvent des cauchemars. Cet esprit qui, vêtu d'un corps impermanent, mobile et sexué, oublie qu'il est, par nature, dans la permanence de la conscience universelle, immobile et neutre.

Quand le Ciel veut sauver un homme, il lui envoie l'amour.

Lao Zi

L'attitude spirituelle est celle du quêteur d'amour. Il cherche celui qui est en lui et, de ce fait, perçoit celui qui est en ses semblables. Réalisant qu'il s'agit du même amour, il s'aperçoit que la rupture entre lui et les autres, entre lui et lui-même, entre le Ciel et la Terre, entre le spirituel et le matériel n'existait que dans son seul regard. Pour lui qui a uni la Cime et l'Abîme (son esprit et son cœur) il n'y a plus qu'un monde et il est lui-même ce monde !

Dès lors, ses lunettes tombent toutes seules, il balaie les frontières d'un revers de la main, cesse de philosopher et, comme il fut dit plus haut, va paresser au soleil ou vider un pichet de vin en chantant sous la lune. ■

J.E.D.



Pour tous renseignements sur les cycles d'éveil spirituel de Jacques E. Deschamps, reportez-vous au carnet d'adresses