

A PROPOS DE L'ÊTRE

*"Du non-être (asat), conduis-moi à l'être (sat),
de l'obscurité conduis-moi à la lumière,
de la mort conduis-moi à l'immortalité !"*

Première formule de la prière transmise par la plus ancienne Upanishads, la Brihadaranyaka.

"Être, ou ne pas être, telle est la question."

Hamlet, W. Shakespeare

CONTEXTE

Dans ce bref récit d'expérience, j'essaye de décrire, à partir de mon vécu, deux emplacements du moi et ses conséquences sur le plan moyen. Dans le premier, l'attention correspond au niveau de veille normal, le moi occupe tout l'espace, c'est le centre, j'appelle cet espace "Le faire" et il correspondrait, me semble-t-il au « non-être » de quelques courants religieux ou philosophiques. L'autre correspond à un niveau attentionnel plus haut, l'intention est d'aller vers un espace plus profond où le moi se déplace et que j'appelle "L'être" (et qui pourrait correspondre à la conscience inspirée). "Le faire" est mon emplacement naturel, c'est ma manière d'être dans le monde, je me reconnais ainsi. Cependant, quelques fois j'ai expérimenté "L'être" et cela a changé complètement les croyances sur moi-même, sur le monde, sur ce qu'est réellement la vie et la possibilité de la transcendance. Ces notes sont une manière d'ordonner, de comprendre et d'intégrer ces expériences.

L'EXPERIENCE

a) Le temps

- 1- Le faire : le temps est une succession d'actions, premièrement une chose, ensuite une autre, plus tard une autre. Dans cet emplacement j'oublie le présent, mes coprésences sont déjà dans ce que je vais faire après, comme si je courrais contre la montre. Tout a un caractère d'urgence, tout est Tout de Suite. Je registre le passé comme un "ça n'existe plus", totalement déconnecté du présent et du futur. Le vide me fait peur, donc je fuis dans de nouvelles activités pour ne pas m'y connecter. Sensation que tout s'accélère, que je manque de temps, climat d'anxiété parce que je n'arrive pas à faire tout ce que je me suis proposé. Ma tête divague : je passe d'une image à une autre, parfois la divagation est telle que je ne me souviens plus de ce que j'étais en train de faire, comme si je m'absentais de moi-même. Le temps est une montre mécanique : les jours passent et une espèce de chose grise s'installe. Une routine qui ne se termine qu'avec la mort.
- 2- L'être : le temps ralentit, s'allonge, parfois j'expérimente une sorte de suspension du temps. Tout ce que je fais est harmonieux, fluide. Le passé, présent et futur ne sont pas différenciés, compartimentés, mais s'entremêlent, se réactualisent avec de nouvelles significations. Des souvenirs oubliés apparaissent et se mettent en relation avec l'expérience du présent pour l'enrichir, des intuitions/compréhensions sur le futur surgissent avec des registres d'un horizon qui s'amplifie. Projeter le futur à partir de là me met en contact avec la transcendance et je sens la mort simplement comme un changement de condition. Sur ce plan, les bruits s'écartent, le mental peu à peu devient silencieux et je peux capter d'autres "intentions".

b) Le corps

- 1- Le faire : je fonctionne par tension/détente selon ce que j'ai pu accomplir ou pas de l'action que je m'étais proposé de réaliser. Je somatise les tensions surtout dans les cervicales et les épaules. Si j'ai beaucoup de choses « importantes » à faire, je dors mal, je suis agitée et je me lève climatique et fatiguée. Quand quelqu'un m'approche, je deviens dure, j'évite le contact physique. Je registre mon corps comme une cuirasse, comme un bouclier avec une attitude de défense contre le monde.
Mon corps vieillit et cela m'attriste. J'ai peur de ne pas pouvoir « faire ».
- 2- L'être : je suis connectée à mon centre de gravité et je me bouge en fonction de ce que je sens comme unitif. Les mouvements sont fluides, détendus, doux, harmonieux. Je dors bien et parfois j'ai des rêves significatifs. Je me lève de bonne humeur et pleine d'énergie. Je me sens accompagnée par mon Guide qui me protège.

c) Le monde

- 1- Le faire : le monde se divise en deux catégories : aimable ou hostile selon que cela me facilite ou m'empêche de développer mes propres intérêts. "Le faire" est tendu, mécanique, déconnecté de tout ce qui m'entoure, comme si le monde et moi étions

deux entités complètement séparées. Tous les intérêts sont sur un même plan et tout se résout pragmatiquement. Je me chosifie de la même manière que je chosifie le monde : les personnes, les êtres vivants, les choses sont une décoration du paysage extérieur. Je n'y prête attention que lorsque j'y ai un intérêt. Si on me sollicite, j'expérimente en général que l'on me dérange.

- 2- L'être : j'expérimente l'Un et le Tout. Registre d'harmonie avec tout ce qui m'entoure. Tout m'inspire, tout a une signification qui se connecte avec le Dessein Majeur. Je sens le Nous comme une seule conscience qui avance, qui évolue. Donner est contribuer à ce que cette conscience avance, s'accélère. L'Unité interne guide mon chemin. Je me sens ouverte, douce, joyeuse. La cuirasse tombe, les autres sont mes frères, ma famille. Je sens les connexions humaines au-delà des paroles, de cet espace-temps. J'expérimente les concomitances du processus. Je perçois le monde et tout ce qu'il y a en lui comme une grande merveille dont il faut prendre soin.

d) La mort

- 1- Le faire : mon paysage de formation athée et pragmatique opère mécaniquement. J'ai peur de la vieillesse, de la dépression, de dépendre des autres par une maladie, de mourir en agonisant, de la solitude. En réalité, j'ai peur de reproduire la vieillesse de mes parents. Tout se termine avec la mort. *"Tu es poussière et à la poussière tu retourneras"* (Génèse 3 : 19).
- 2- L'être : les travaux avec la Force, les Cérémonies de Bien Être et d'Assistance, la Discipline et l'Ascèse ont déstabilisé peu à peu mon paysage de formation sur la mort. Par expérience, je sens chaque fois moins la peur. La certitude qu'il y a "quelque chose", qui vit en moi, qui n'est pas mon corps et qui peut communiquer avec ce "quelque chose" des autres dans un autre espace-temps, cette certitude s'approfondit à mesure que j'avance dans l'Ascèse. Cela m'a ouvert les portes de mondes insoupçonnés remplis de significations sacrées comme les mythes et les mystiques de différentes cultures mais aussi je me rapproche de mes propres racines produisant des réconciliations au-delà de ma propre histoire personnelle.

CONCLUSION

« Etre ou ne pas être, telle est la question », jamais auparavant ces paroles ne m'avaient résonnées avec tant de clarté, tellement pleines de significations.

Avant de fermer les yeux pour la nuit quand je sens que durant le jour il y a eu des moments où je me suis connectée avec « L'Être » ; quand je peux imaginer ma vie rapprochant progressivement l'être et le faire jusqu'à « ne faire qu'un » ; quand je me projette dans l'avenir depuis cette unité, cela me met dans une fréquence hautement inspiratrice et toute ma vie s'illumine d'un sens joyeux.

Gabriela Koval Dieuaide

Parc d'Études et de Réflexions de La Belle Idée