

# MÉDITATIONS PHILOSOPHIQUES

---

Raoul GROSS

---

# Méditations philosophiques

Éditions Mélibée

*À mes enfants*

Éditions Mélibée, 2013  
18 place Roguet – 31300 Toulouse

Confiez-nous votre talent :  
[info@editions-melibee.com](mailto:info@editions-melibee.com) – [www.editions-melibee.com](http://www.editions-melibee.com)

Le Code de la propriété intellectuelle et artistique n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article L.122-5, d'une part, que « les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite » (alinéa 1er de l'article L. 122-4). « Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

*« Le travail constant est la loi de l'art comme celle de la vie ;  
car l'art, c'est la création idéalisée. Aussi les grands artistes, les  
poètes complets n'attendent-ils ni les commandes,  
ni les chalands, ils enfantent aujourd'hui, demain, toujours.  
Il en résulte cette habitude du labeur, cette perpétuelle  
connaissance des difficultés qui les maintient en concubinage  
avec la Muse, avec ses forces créatrices. »*

Honoré de Balzac, « *La cousine Bette* ».

*L'AMOUR POUR MES ENFANTS*

---

*Août 2008*

*À Mikael,  
À Yoann,  
À Clara.*

Il est un mystère dans ma vie qui me comble et me dépasse parmi tous : l'amour que je ressens pour mes enfants. Le bonheur et la joie que j'éprouve en leur présence me **donnent** à penser qu'ils sont ce que j'ai de plus cher en ce monde, en cette vie.

Chacun à sa manière, ils me donnent à éprouver un dépassement de moi-même, dans tout ce que j'ai de limité. À leur contact, mon émotion grandit, à me faire parfois verser des larmes de joie et d'amour.

Ils me donnent, chacun à leur manière, une immense part de moi-même, une part vivante et un bonheur nourri et partagé, lorsque je peux leur témoigner de mon affection et de mon amour ; lorsque je peux leur faire don de ce dont ils ont besoin : un regard, un baiser, un réconfort, une parole douce, ou un geste tendre. À leur tour, par leur confiance, ils me rendent au centuple cet amour que je leur déverse.

Certainement, je souffre souvent de leur absence, mais ce n'est qu'une immense joie retrouvée lorsque je les ai à nouveau en ma présence et que je puis leur parler et les sentir heureux et contents de ma disponibilité à leur égard.

Je leur transmets toute ma confiance et mon sourire, autant que mes gestes d'attention. Je leur donne de l'importance, puisqu'ils en ont tellement à mes yeux et à mon cœur.

De leur côté, ils prennent confiance en la vie en m'ayant ainsi pour père aimant et toujours présent dans leur vie, même dans mes carences, même à distance. Un père n'a pas à être parfait en tout : il se doit d'être grand en amour et en confiance envers ses enfants. Et cela je le suis au maximum de mes forces et de ma pensée, de mon affection et de mes sentiments intimes : j'ai un immense respect pour mes trois enfants.

Je voudrais par-dessus tout qu'ils puissent s'entendre tous les trois dans un grand respect et en parfait amour fraternel. Qu'ils puissent s'aimer et se comprendre, sans jamais laisser la distance les séparer. Je souhaite du plus profond de mon cœur qu'ils soient unis comme une pive, et qu'ils aient conscience de leur fratrie comme d'une unité sacrée, indestructible.

Je pense que la paix que je tente par-dessus tout d'imposer dans les relations, malgré mes luttes difficiles, portera ses fruits parmi mes enfants. Je veux que mon amour pour mes enfants les fortifie dans un sentiment de paix et d'amour qu'ils se porteront réciproquement dans le souvenir de ce que je leur ai témoigné.

Quand je les vois grandir, quand je revois les regards qu'ils m'ont portés et les relations que j'ai avec chacun d'entre eux, mon cœur se gonfle d'un sentiment de grande joie et de parfait bonheur.

L'absence de Clara me fait pour l'instant souffrir. Mais je garde présent à l'esprit tout l'optimisme de notre immense amour commun et de notre destinée qui nous rapprochera. Telle est ma certitude, telle est ma conviction, que je nourris d'un grand feu de joie.

Mikael et Yoann sortent maintenant de l'enfance, et j'ai déjà acquis un immense trésor d'amour en leur compagnie. En les voyant grandir, en suivant leurs premiers pas, je les ai gardés auprès de moi et leur ai instillé toute ma confiance et des quantités innombrables de « je t'aime » comme un capital précieux d'affection. Je veux en faire autant avec Clara : lui donner confiance en elle, l'aimer et l'entourer physiquement, spirituellement, paternellement, de tout mon cœur, de toute mon âme, de toutes mes forces, afin qu'elle grandisse dans un immense capital d'amour paternel, une sûreté d'être aimée de moi.

Tout cela sourd de moi comme une source naturelle, un trop plein d'amour, une sorte de d'émotion : un mouvement naturel qui me pousse vers le cœur et le regard de mes enfants que j'aime. Je veux les élever, les protéger, leur inculquer ma foi, mes valeurs, une bonne éducation, une confiance en eux qui ne peut que découler de l'amour qu'ils auront reçu en abondance autant de leur père que de leur mère.

Quand je dis amour, je dis également normes et discipline. Mais toujours comprises dans la douceur et la tendresse. Même si fermeté il doit y avoir, je serai toujours patient et doux. Car l'amour ne heurte pas, l'amour ne frappe ni ne blesse. L'amour pose des limites. L'amour peut être ferme et strict, mais toujours aimant, toujours pour le plus grand Bien de mes enfants.

\*\*\*

Mikael, Yoann et Clara, vous êtes mon plus beau trésor. Restez toute votre vie des enfants, de cœur et dans le regard. Je vous aime avec toute ma tendresse.

\*\*\*

Votre Papa qui est si fier du cadeau que vous êtes pour lui.

*ESPRIT ET ACTION*

---

*Août 2008*

*« Tu es en droit d'exister, c'est-à-dire,  
de t'incarner jusque dans la réalité matérielle,  
non pas de rester dans tes pensées et tes idéaux,  
mais d'œuvrer dans la vie terrestre.  
Sinon, pourquoi l'incarnation ?  
Que te sert d'être dans un corps  
si tu ne l'utilises pas pour toutes tes expériences ? »*

En sortant de mon adolescence, je pensais que la plus haute importance dans une vie d'homme était la communion avec l'Esprit. Que seule cette union comptait sur cette Terre. J'en dédiai d'ailleurs deux ans de ma vie à mon mémoire de licence pour essayer de m'en convaincre et convaincre mes lecteurs potentiels. J'intitulai cet écrit : *La conscience spirituelle*.

Force est de croire que je vivais alors une expérience de forte désincarnation : mon idéal était puissant de faire fructifier en moi les dons de l'Esprit, que je voyais comme étant principalement la liberté, l'amour

et la paix, conjointement à l'harmonie avec l'Esprit, Principe suprême créateur de l'univers. La réalité spirituelle signifiait pour moi, alors, la ligne de mire par excellence dans laquelle je focalisais toute mon attention et tous mes actes, qui, même insensés, prenaient là toute justification. Souvent je me perdis, et souvent ma raison perdit pied dans le marasme de mes idéaux en proie à la mégalomanie de mon esprit en quête d'abstractions.

En somme, durant plus de vingt ans, j'ai négligé d'étendre ma vie spirituelle à l'acte. Je me suis arrêté à la seule pensée, oubliant qu'une pensée qui ne *s'enracine* pas dans l'action, peut rester suspendue à des idéaux, mais pêche par manque de d'épreuves dans le concret qui la justifient, lui donnant ainsi ses lettres de noblesse. Consultant mon Ange, celui-ci me dit : « Que ta vie spirituelle s'étende à l'acte est une conséquence juste. Donc, ne t'arrête pas en chemin ! ». Je pense en effet qu'il est bon, voire même nécessaire d'expérimenter les effets de son âme sur la matière.

Ainsi, s'il est vrai que j'ai longtemps été polarisé par l'esprit, je constate que la vraie joie monte en moi lorsque l'esprit féconde la matière, qu'il la transforme, dans un acte, dans le geste, dans l'expérience **tout** imbibée de lui-même.

Je veux parler bien évidemment ici de la création artistique, qu'elle soit picturale, musicale, poétique ou littéraire. Pour ma part, j'aime créer des phrases et y distiller des idées, les mettre en forme, les arranger comme je peindrais un tableau. J'aime ainsi manifester mon esprit sur une page qui accueille mes idées, mes images et ma pensée, lieu de mon esprit en expression. Voilà mon activité, voilà mon expérience : l'écriture en germe, en acte, en progression... J'en retire la satisfaction de pouvoir les nourrir par une écriture suivie ou les proposer à d'autres pour plus de développements. Tout s'enrichit ainsi et tout se partage de

la sorte. Les esprits peuvent communiquer par la pensée mise en écriture, dressée en peinture picturale, sur des pages bien concrètes, grâce à notre activité spirituelle.

Le rôle de l'écriture, le rôle de cette activité de l'esprit, dénote d'une descente de l'esprit dans la matière, d'une « affectivité », d'une *efficience spirituelle* dans la matière, je dirais, d'une *incarnation*.

Et cette descente spirituelle, cette incarnation donne pour fruit, l'union de l'esprit avec la matière, qui est à proprement parler *œuvre d'art* lorsque ce fruit apporte avec lui délectation au palais de celui qui le goûte.

La beauté est le signe par lequel le regard sait qu'il est en présence d'un fruit conjoint des épousailles de l'esprit et de la matière. La joie est le résultat que transmet l'œuvre d'art à l'esprit de celui qui la reçoit.

Et c'est pour cela qu'il est si important que l'esprit et l'action se retrouvent. Car l'action brute, sans esprit, n'est pas en harmonie avec la force supérieure. Et l'esprit qui s'arrête aux seuls idéaux et à la pensée, ne peut pas *faire effet* sur la matière, privant quiconque de son expérimentation sublime.

Na pas aller jusqu'à l'action, s'arrêter en chemin, pour celui qui conçoit l'esprit et qui le pense, résulte d'un blocage à éviter. Voilà pourquoi, entre autres choses, j'ai voulu écrire ce texte. Au moins ai-je témoigné de cette idée, de ce rapport, entre l'esprit et l'action, *par l'activité* de l'écriture.

En somme, l'esprit doit être toujours ouvert à l'action, à l'activité qui découle de sa puissance. C'est *dans l'ouverture* que l'on donne à l'esprit de transformer la matière, l'homme et le cœur de tous ses enfants. Et cette ouverture se fait dans un battement de cœur, *dans une incarnation*,



avec des mains argileuses, au bout d'une plume, d'un trait de pinceau, ou avec un violoncelle. En tous les cas, par l'art *consommé*, et non dans les tergiversations d'une pensée arrêtée sur elle-même.

\*\*\*

Que nous soyons placés dans cette *ouverture* et que l'esprit travaille en nous aussi activement que nous puissions être actifs dans notre incarnation d'hommes, et ainsi heureux et comblés.

*L'HOMME ET LA MORT*

---

29 août 2008

La mort m'est toujours apparue comme une porte donnant accès à une autre dimension de la vie. Jamais comme un arrêt. Seulement comme le passage d'un cycle vers un autre cycle, d'un état accompli, vers un autre état, en accomplissement.

De mon adolescence, je me souviens entre autres que je disais me réjouir de mourir: c'est que je me réjouissais de franchir cette porte. Sans doute avais-je hâte de brûler les étapes nécessaires d'une vie que déjà je jugeais difficile et que je traversais dans la souffrance.

Alors je m'évadai vers de grands idéaux et m'arrêtai dans une pensée progressivement coupée de l'activité et de l'incarnation qui me faisait souffrir. Pour moi, la mort n'était autre que le passage vers cet état de Paix absolue qui m'inonderait enfin et qui laisserait tous mes conflits terrestres derrière moi... jusqu'à ce que je comprenne...

... Jusqu'à ce que je comprenne que si je ne résolvais pas maintenant mes conflits, je finirais bien par les retrouver plus tard, jusqu'à ce que la leçon soit apprise. Il me fallait savoir me libérer de tout ce dont j'avais

à me libérer et acquérir la sagesse et la liberté d'aimer **nécessaires** pour passer la porte de la mort en toute quiétude **et** me retrouver en état de Paix et de sérénité spirituelle, pouvant dire, à la fin de ma vie : « J'ai bien œuvré, tout est accompli ».

Chacun doit faire son cheminement propre, car chacun possède son bagage propre d'expérience, son enfance personnelle, ses conditions de vie à **nulles autres** pareilles. C'est tout ceci qui donne à chaque homme, à chaque femme, à chaque enfant, son empreinte de vie et d'existence personnelle et inaliénable qu'il faut avant tout respecter. Il n'y a pas deux vies semblables. Et ainsi, il ne peut y avoir deux morts identiques.

Car chaque mort a pour compagne la vie qu'elle referme.

Je ne crois pas, personnellement, au hasard. Et ainsi je pense que la mort de chaque être vient à point, lorsque sa vie devait s'achever pour lui et pour ceux de son entourage, proches ou lointains. Nous ne connaissons pas, au-delà des souffrances émotionnelles, les raisons profondes de la mort de nos proches : le pourquoi de leur départ de cette Terre. Qu'est-ce qui a causé à cet instant de leur existence l'ouverture de la porte du destin vers une autre vie ? Nous ne pouvons pas le savoir, de notre condition d'hommes mortels et opaques à notre destinée après la mort.

Face à la mort de l'homme, nous pouvons adopter deux attitudes : la révolte ou l'acceptation. Dans la *révolte*, nous refusons notre destinée ainsi que l'Ordre Cosmique, même si celui-ci prend les traits du hasard pour beaucoup. Dans *l'acceptation*, nous baignons dans une lumière de paix et d'amour qui nous fortifie et laisse l'âme et l'esprit de ceux qui partent vers une autre rive, nous quitter sans l'angoisse de nous faire défaut, de nous manquer.

Ainsi, il est vrai qu'aucuns ont dit que vivre, c'était se préparer à mourir ; je pense personnellement, que vivre c'est déjà mourir plusieurs fois. On meurt souvent, tant il est vrai que l'on se prépare, par toutes nos pertes et désillusions successives et *bénéfiques*, à la grande perte et à la grande désillusion finale : celle de ne plus vivre possédant matière et corps, ainsi que toutes les richesses que nous avons pu accumuler ici-bas. Mais à travers la mort, lorsqu'il nous est demandé de tout lâcher, nous libérons et perdons nos richesses terrestres et nos illusions, ainsi nous entrons, pauvres et nus dans une autre dimension, riches de tout ce que nous avons misé d'amour et d'essentiel durant notre vie : en cela consiste notre vraie richesse, en cela nous récoltons après la mort, un capital immatériel insoupçonné.

Je ne suis pas de ceux qui ne croient pas en la fin subite de la matière, et je pense que les âmes peuvent retrouver pour un temps un corps par la réincarnation : mais ceci se fait selon des vertus acquises, vertus de dévouement et de haute spiritualité, d'amour et de paix envers ses proches et La Source Cosmique de L'Univers, Dieu lui-même.

\*\*\*

« Je conçois que ce discours ne puisse se fonder sur aucune démonstration, ni rationnelle, ni logique, ni philosophique, dit le philosophe. Il est néanmoins mon témoignage pour mes enfants, afin qu'ils n'aient jamais peur de la mort, cette magnifique ouverture vers la Lumière. »

## L'HOMME ET SES LIMITES SPIRITUELLES

---

25 août 2008

Le philosophe espagnol Engenio Trias Sagnier caractérise l'homme comme un être frontalier, posé dans sa limite, en situation frontière entre la lumière de ce qu'il sait de lui et l'ombre de son obscure condition, dans tous les domaines de l'éthique, de l'esprit, de la métaphysique, de l'esthétique, etc.

Avant d'avoir pu avoir accès à son œuvre, je m'interroge à mon tour et médite sur cette condition.

Je parlerai ici du rapport de l'homme à l'esprit, mon domaine de prédilection.

Si j'ai pu écrire, dans *La conscience spirituelle*, que l'homme est indéniablement doué d'une dimension spirituelle – autant que matérielle –, je sais qu'il est encore parmi mes contemporains nombre de ceux qui dénieront cette dimension-là. Pourtant, après mûre réflexion, je ne vais pas m'attarder à essayer d'apporter des preuves de l'existence de l'esprit en l'homme, tant il est vrai que l'esprit peut rester dans l'obscurité pour nombre de personnes qui n'en ont pas pris conscience.

De mon côté, j'ai dit combien l'amour, la paix, l'harmonie et l'intelligence étaient des dons de l'esprit en l'homme. Je vois ces dons par leurs effets dans la vie sensible à laquelle nous sommes tous appelés à être mis en contact. Et ceux d'entre nous qui ont des yeux pour voir, qu'ils voient. Ceux d'entre nous qui ont des oreilles pour entendre, qu'ils entendent : les merveilles que peuvent nous proposer toutes les œuvres d'art issues des grands artistes dénotent toujours d'une énigmatique source de beauté.

La beauté reste l'un des signes les plus patents de l'esprit à l'œuvre dans la vie sensible. Et un homme capable de produire une œuvre d'art, un Mozart, ou un Picasso, est un homme dont l'esprit a littéralement conféré à la matière une splendeur.

Ainsi, l'esprit ne se prouve pas. L'esprit se donne à connaître, dans tout son être, à travers la beauté qui est splendeur de son être même, splendeur de cette matière transmutée et imbibée de sa lumière.

L'homme en proie au manque de connexion avec sa dimension spirituelle, ou en tout cas, avec les effets d'une dimension spirituelle à l'œuvre dans sa vie, intellectuelle, esthétique, artistique, religieuse ou éthique, se heurte peut-être parfois à des limites, à des obstacles, dans son écoute, dans sa perception, voire même dans une réalisation matérielle quelconque de l'esprit dans une vie sensible, dans une incarnation, dans une expérience.

C'est que l'esprit ne se donne pas d'emblée dans la vie de tout homme, avec le naturel et la facilité d'un donné-pour-compte.

L'esprit se donne et s'appréhende dans un accouchement, dans une *expérience* qui est – comme le signale mieux le mot allemand *Erfahrung* – une *progression*, une sorte de *voyage*, un *acheminement éprouvé* – et

éprouvant – une sorte de *catarsis* (de purification), dans laquelle l'homme accède, par la traversée de limites – de ses limites – à plus de préhension spirituelle.

L'homme est certes doué d'une dimension spirituelle, mais celle-ci n'est pas seulement limitée en son côté lumineux. Elle est aussi un potentiel obscur qu'il a en lui. Partie de cet esprit est déjà en lumière, de par ce qu'il connaît, de par les œuvres qu'il a accomplies, de par ses facultés spirituelles agissantes et en fonction, de par toute sa capacité qu'il exerce et qu'ainsi il actualise. C'est là son terrain de lumière, son connu, sa base-lumière.

Mais l'homme, nous l'avons dit avec Eugenio Trias Sagnier, est en situation frontière, limite. Son esprit est également une immense part d'ombre qui demande à être mise en lumière, à être exercée, à être explorée, à être actualisée : il doit faire descendre dans la matière, dans son histoire, dans son expérience ; il doit le manifester, lui donner vie, dans son incarnation, sur le cheminement (*l'Erfahrung*) de son expérience.

L'expérience de l'homme **l'appelle à être spirituel**, pour dépasser la limite de son être frontalier, à aller s'aventurer de l'autre côté de la frontière, à aller cheminer plus loin sur le chemin de sa vie, pour augmenter sa part de lumière dans son incarnation, dans son expérimentation, là où **l'appellent** sa destinée et sa **vocation** propre.

C'est ainsi que dans son esprit, l'homme contient en germe, son appel, sa vocation, les dons qui demandent à être exploités, ramenés au pays de la lumière, au pays du Soleil.

L'homme se doit ainsi, dans sa vie, de rendre grâce de sa situation limite, d'être frontalier entre l'ombre et la lumière, pour prendre partie

de la lumière et épouser l'ombre afin que de celle-ci jaillisse une clarté à l'œuvre dans la matière comme dans la vie sensible: que ce soit en musique, sur des pages d'un livre, sur un bloc de marbre, ou sur la toile d'un tableau; ce **peut être** de toutes les autres façons de faire de sa vie une ode à son esprit, ne fût-ce qu'en apaisant son âme et en aimant son prochain. Peu importe au final ce que l'on fait de sa vie, pourvu que ce soit en faisant reculer sa limite, sa frontière spirituelle et en emplissant son existence, son incarnation, de plus de lumière spirituelle.

## L'HOMME ET L'AU-DELÀ

---

2 septembre 2008

Si certains philosophes contemporains comme Heidegger, Jaspers ou Sartre, ont bien traité de la condition métaphysique de l'homme, de son regard de l'être, de l'univers comme de sa place dans l'histoire, peu d'entre eux, me semble-t-il, se sont attardés à parler des contacts que pouvait avoir l'être humain avec les puissances qui le dépassaient dans l'au-delà.

Plusieurs raisons me semblent justifier cette réticence: **p**remièrement, parler d'entités dont on ne peut prouver la présence sensible et communément admise de tous par l'expérience, risque de faire tomber son discours dans le discrédit.

Deuxièmement, se hasarder dans les sphères de l'au-delà, c'est-à-dire dans les sphères de la métaphysique, c'est peut-être en revenir à des spéculations que l'après kantisme a **discréditées** aux yeux de nombre de philosophes rationalistes qui ne peuvent plus asseoir de preuves de ce qui touche à la pure métaphysique.

Troisièmement enfin, en revenir à parler des Anges ou des esprits, de Dieu et des Êtres désincarnés ou invisibles, serait encore une fois se permettre de franchir la limite de la philosophie vers la théologie, ce

que les philosophes contemporains, loin d'un Thomas d'Aquin ou d'un Aristote, ne veulent plus s'autoriser à faire.

Cependant, qu'il me soit permis, ici, de rappeler que la philosophie doit être avant tout recherche de sagesse, amour de sagesse, et exercice thérapeutique de la sagesse dans la propre existence de chacun.

C'est dans ce cadre-là qu'il me semble que la philosophie se doit d'envisager tous les aspects susceptibles d'éclairer la condition de l'être humain en échange avec son milieu, physique autant que métaphysique, dans ce monde terrestre autant qu'avec son au-delà.

À ce propos, il me semble important que si la conviction d'un philosophe le mène à penser, par son expérience propre, que l'au-delà est présent dans sa vie d'homme, qu'il en vient, qu'il est en connexion intime avec lui, qu'il développe des liens avec lui, eh bien, ce même philosophe doit être à même de développer sa propre expérience et tenter de la communiquer à ses semblables.

C'est ainsi que le philosophe, comme le signalait déjà Jean Wahl, écrit à partir de son expérience métaphysique, à lui seule personnelle.

Et il se trouve que mon expérience est celle, justement, de la présence de l'au-delà dans ma vie, ainsi que dans la vie de nombreux hommes et femmes dont je lis les témoignages toujours plus nombreux.

Ainsi j'ai pu parler à travers un canal avec des entités angéliques, qui, de leurs paroles, m'ont éclairé avec une beauté insoupçonnée. Les textes que j'ai retranscrits surpassent de beaucoup les mots et les phrases employés par les hommes, tant par leur simplicité que par leur clarté et leur lumineuse beauté.

De plus, j'ai pu constater combien le pouvoir de la prière pouvait être fort, combien la foi pouvait être puissante lorsqu'elle était placée

dans les Êtres qui nous surpassent dans l'au-delà et qui nous aident à accomplir notre destinée dans le Bien.

Il est clair que je ne peux là que témoigner en croyant.

Qu'il soit dit cependant, que le croyant en moi n'est pas aveugle : c'est mon *expérience* qui m'a affermi, mon *expérimentation* et ma *mise à l'épreuve* qui m'ont fait voir et entendre ces réalités que mon cœur, mes yeux et mes oreilles ont perçues.

C'est ainsi que je peux témoigner ici de la présence de l'au-delà tout comme je perçois le flux de la vie.

Il existe autour de chaque homme, de chaque femme, de chaque enfant, des Êtres de Lumière, prêts à les seconder, à les guider, à leur parler. Il existe une Personne Suprême de Lumière, toute d'Amour, de Force et de Sagesse, qui dispense aux hommes, depuis cet au-delà, la Vie et tous les bienfaits, peines comme joies.

Les peines nous aident à nous dépasser et à prendre conscience de nous-mêmes. Les joies nous remettent du baume au cœur. Le tout nous donne cet équilibre pour avancer, sur Terre, ancrés et appelés à nous enraciner, à faire œuvre, à nous incarner pour expérimenter notre vocation propre, tout en soutien de l'au-delà, de nos guides, de nos aides, de notre Dieu protecteur.

Le plus sûr effet que notre Vie se trouve sur le bon chemin est celui de *notre bonheur* et de *notre paix intérieure*; c'est un état, c'est *l'au-delà présent dans l'en-deçà de notre cœur*. Voici que la Lumière est venue habiter en notre cœur et que nous l'avons accueillie.

Nous avons fait de notre corps, de notre cœur, le temple de l'Esprit.  
Et en cela le bonheur et la paix nous apparaissent.

C'est le signe de l'existence de l'au-delà et du soutien de nos Anges  
et de ces Êtres qui avant nous ont déjà tracé la route vers la Lumière.

### CONSIDÉRATIONS SUR LA PAIX

---

14 septembre 2008

Par expérience, le monde vit dans un état de guerre. Que ce soit une guerre entre nations, que ce soient des guerres entre individus, les conflits font partie de notre quotidien.

La paix est cet état d'harmonie entre les peuples et les individus qui désamorce toute sorte de conflit.

La question principale est de savoir par quel *moyen* la paix peut désamorcer le conflit.

À cette question, certains répondent : *par la raison*, fondement sur lequel les hommes peuvent se mettre d'accord.

D'autres estiment que c'est *la démocratie* qui permet aux individus de faire valoir leurs droits et de tenir leur égalité devant le pouvoir, évitant ainsi au gouvernement de les anéantir sous son joug et de faire ainsi éclater la révolte et la guerre.

La démocratie est vue, depuis Kant, comme un élan vers la paix, à cette exception près que les états libéraux et démocratiques doivent

imposer leur démocratie aux états totalitaires, et ainsi leur faire la guerre.

Le moyen d'assurer la paix que prône le Dalaï-Lama est celui de *la compassion*. C'est ainsi en effet que l'on arrête le cercle infernal de la violence, s'attaquant à l'action mauvaise, mais non à la personne qui l'a commise, que l'on est appelé à comprendre et pour laquelle on doit ressentir la souffrance qu'elle-même ressent dans l'état de conflit qu'elle se trouve si elle est cause de guerre.

Il en est ainsi des terroristes, dont le Dalaï-Lama ne condamne que les actes, mais non les personnes, pour lesquelles il éprouve la plus grande compassion.

Pour ma part, je pense que la paix doit être obtenue à travers *l'amour de ses ennemis*, ainsi que le prônait déjà Jésus en son temps. En effet, ce n'est que par l'amour que l'on peut anéantir la force destructrice de la violence, car l'amour transforme à lui seul le cœur des hommes.

*Sans amour, il n'y a pas de paix qui puisse être établie.*

En effet, l'amour comprend la justice. L'amour comprend le pardon. L'amour comprend le respect. L'amour ne se venge pas. Et l'amour est un don.

Quand je dis que l'amour comprend la justice, je parle de cet équilibre social qui respecte l'intégrité de l'individu. Car l'amour ne peut pas être indifférent.

L'économie de marché laisse souvent dans l'individu dans l'irrespect de sa propre vie misérable, au profit de sommes d'argent et de bénéfices à réaliser au compte des entreprises. Ceci génère la rancœur et la haine,

conduisant des germes de conflits sociaux et donc de privation de paix au sein des cœurs, dans le domaine des relations hiérarchiques.

Quand je dis que l'amour comprend le pardon et qu'il ne cherche pas la vengeance, je pense à tous ces conflits et à ces guerres qui pourraient être évités si les dirigeants autant que les combattants cultivaient un peu plus en leur cœur l'amour de leur ennemi. Car en ceci, ils ne chercheraient pas à se venger, dans un cercle interminable de violence, de tous leurs morts, ni à justifier par la guerre la réparation des offenses, à quelque niveau que ce soit : politique, économique, social ou idéologique.

Et c'est là également que je parle du respect d'autrui que développe l'amour, faisant ainsi fructifier la paix là où il se trouve : on vit, et on laisse autrui développer sa vie et ses croyances, son action et ses certitudes, en respectant ses priorités.

On pourrait dire que cette vision de la paix serait par trop idéaliste tant elle ne pourrait faire à un ennemi destructeur qui bafouerait tout respect, tout pardon et toute velléité de non-violence. C'est ainsi que l'on devrait – diraient les partisans de cette crainte – s'armer et se tenir prêt à faire la guerre. La paix serait ainsi à maintenir par la peur des forces qui se tiendraient en respect mutuel de non-agression.

Je ne vois pas les choses de cette façon. Je n'adhère pas à la maxime latine « *si vis pacem para bellum* », si tu veux la paix, prépare la guerre. Je pense que le meilleur moyen de préparer la paix est de couvrir le monde *d'amour réel*, avec ses armes effectives et non idéalistes : un respect concret, une force certaine de pardon, une action de non-violence, et un amour agissant de ses ennemis, pour finir dans un service *d'autrui désintéressé*.



Cela ne nous restreint pas à demeurer inactifs et passifs devant la violence du conflit. Nous pouvons nous engager pour la paix, par la recherche et le développement en nous ainsi que la diffusion dans nos noyaux familiaux puis sociaux, de *la confiance* et de *l'amour*, plutôt que de *la peur* et de *la haine*. Car confiance comme amour sont germes de paix, tant au niveau individuel que social ou international.

C'est en vivant dans la fraternité, dans l'unité et sans haine, que nous pourrions dépasser les conflits personnels qui dégénèrent en conflits majeurs, claniques, puis nationaux et internationaux.

La paix est au prix d'un travail qui germe de la pensée jusque dans nos vies concrètes, et ce travail commence par l'amour qui contient tout.

*SE GUÉRIR DE SON PASSÉ  
LA FORCE DU PARDON*

---

*6 septembre 2008*

Dans notre condition d'êtres d'expérience, nous autres êtres humains, accumulons échecs et réussites, succès et erreurs. De nos erreurs, dans nos tentatives personnelles comme dans nos relations familiales ou sociales, nous pouvons engranger de la culpabilité, des remords, voire de la honte. Cette culpabilité, le monde ou la société alentour, avec ses normes et les habitudes morales codifiées dans la loi ou le code moral, nous la fait ressentir comme un poids qui nous alourdit et nous fait courber l'échine au long de notre vie, à mesure que nous avançons en âge.

C'est ainsi que progressivement, nous perdons de notre spontanéité, de notre joie de vivre, de notre élan et notre courage à nous lancer dans les entreprises de l'existence.

Nous avons peur de l'erreur, car nous oublions souvent une loi essentielle de la vie spirituelle: le pardon.

Pardonnez n'est pas chose aisée. Ni à autrui, ni au demeurant à soi-même.

Se pardonner à soi-même est très difficile tant qu'on ressent le poids du regard culpabilisant de l'autre pour les actes blessants que nous avons commis dans notre passé.

Se pardonner à soi-même, c'est d'abord accepter de se débarrasser du fardeau de son passé en le confiant à un autre, qui ne nous jugera pas, qui acceptera de nous voir dans nos erreurs et à son tour de nous pardonner.

Pour ce faire, nous devons oser ce pas de nous pardonner nous-mêmes en premier, c'est-à-dire de nous libérer de notre fardeau en demandant pardon à celui que l'on a blessé. Il faut pour cela un repentir sincère, c'est-à-dire cette reconnaissance douloureuse du mal que l'on a pu commettre envers l'autre. Il faut également cette humilité face à lui, cette douleur ressentie du mal commis chez autrui. Car on prend conscience ainsi que blesser un autre homme c'est aussi se blesser soi-même, car l'amour souffre des blessures que l'on inflige à l'autre.

Alors on demande le pardon, on essaie de rétablir la confiance, on reconnaît son tort pour finalement *expulser sa culpabilité* dans une humilité qui doit se consumer d'abord dans la douleur que l'on ressent d'être séparé, puis dans la joie des retrouvailles et de la réconciliation.

Car c'est dans la séparation que l'on souffre. C'est dans le manque d'amour que l'on est sans joie et dans la charge de sa blessure : celle que l'on a infligée à l'autre ou que l'on s'est vue **infliger**.

Le pardon soude ce qui était en division, rétablit ce qui était séparé, en nouvelle harmonie, et finalement redonne vie là où la mort de l'âme s'était progressivement installée.

L'homme qui a commis l'injustice envers son frère se doit d'évacuer de son passé cette injustice. Il doit s'en purifier l'âme et le corps, laver son souvenir et se défaire de cette gangrène qui le torture insidieusement jusqu'à la mort. Pour cela, il faut obtenir le pardon dans l'amour, dans la joie, dans l'évacuation de ce mal qui le ronge.

Il doit exercer sa conscience et admettre en vérité avec lucidité et clarté le mal qu'il a commis, la profondeur de la blessure qu'il a entaillée dans le cœur de son frère, et ensuite se réconcilier, dans une attitude de respect, d'humilité vraie, de repentir.

Il n'est sans doute pas vain de demander pardon à Dieu pour le tort commis jusqu'au plus petit d'entre nos frères, car c'est Dieu qui nous lave et nous donne la Conscience de Lumière pour faire toute la clarté en nous-mêmes. C'est là un acte d'humanité et d'humilité encore plus grand.

Et si notre frère ne nous accorde pas son pardon, alors nous devons prier pour qu'il retrouve la paix que nous lui avons enlevée, et qu'il guérisse des blessures que nous lui avons causées. Nous devons l'aimer, lui qui par notre faute est devenu notre ennemi.

Nous avons à l'aimer, à le respecter, même si par notre faute il est devenu notre ennemi.

C'est ainsi que nous pourrions nous affranchir des liens de notre culpabilité. En œuvrant pour le pardon, le respect, l'amour et la paix entre les hommes et les femmes de cette Terre.

Et ainsi, lorsque nous serons vidés de nos imperfections, de notre manque d'amour ou de nos impuretés, nous pourrions nous remplir de joie et de paix, même s'il faut encore agir et mener des combats, non pour blesser ni causer de la souffrance, mais pour apporter du bonheur

ici-bas dans le service et le Bien. Du moins en faisant de notre mieux, chaque jour qu'il nous est donné de vivre.

Car il ne s'agit pas de se raidir dans le sérieux de ce qui doit être fait, dans une norme ou loi à suivre aveuglément et strictement.

L'esprit de l'enfance est là pour nous rappeler que nous sommes avant tout des enfants et comme tels promis à *l'innocence* et à la *joie*.

Pour ne pas gâter ces deux vertus, que le pardon nous guérisse toujours de nos liens avec notre passé sclérosant, et que demeure la flamme vive de notre sourire ouvert au présent.

*L'ESTIME DE SOI*

---

*15 septembre 2008*

Lorsqu'un homme a rencontré des échecs dans sa vie, les insuccès peuvent venir ternir son élan et l'essor qu'il se donne à **lui-même** pour avancer.

Un tel homme peut ressentir alors le découragement si le poids de ses échecs lui semble devenir trop lourd et ainsi freiner son avancée vers d'autres succès auxquels il ne croit plus.

Il peut s'enfermer dans ses idéaux, dans ses rêves, dans des pensées, voire peut-être dans des prières qu'il adressera au Ciel, mais il restera bloqué dans son avancée, par peur de s'engager dans une action qui le ferait commettre d'autres erreurs qu'il craindrait de se voir répéter.

Un tel homme, en effet, vivrait dans la peur de son passé.

Il souffrirait d'une dévalorisation de lui-même, du poids de son passé et de ses insuccès.

Pour gagner progressivement l'estime de soi, nécessaire à la remise en marche de l'activité, l'homme qui est lourd d'erreurs, doit se reverser dans l'action, muni d'une confiance nouvelle.

Et la confiance, comme nous l'avons dit ailleurs, se gagne par le pardon, de soi à soi, de ses fautes, de ses erreurs, de ses chutes. On doit savoir que tous nous sommes faillibles, certes, mais que tous nous sommes aimés. Aimés au-delà de nos erreurs, dans un potentiel de vie que nous avons encore à accomplir, de matière à transformer, de projets à entreprendre et à réaliser, d'un travail possible à faire.

Car c'est par nos œuvres, à chacun personnelles, que finalement on pourra nous reconnaître notre valeur.

L'homme qui manque d'estime de soi court le risque de paralyser son action et de stopper toute activité ultérieure, au détriment d'autres œuvres qu'il pourrait accomplir et qui auraient pu le sauver, le faire émerger dans d'autres surfaces.

C'est ainsi que, lorsque notre passé erroné nous a coulés pour un temps par la conscience négative du jugement que nous nous sommes porté nous-mêmes ou que les autres nous ont porté, nous avons, pour nous en sortir, à nous remettre à l'activité, à nous replonger dans l'action, ceci afin de transformer la matière de nos dons.

Car ce n'est qu'en voyant que nous sommes capables de transformer la matière par notre force propre, que nous acquerrons progressivement l'estime qui nous faisait défaut.

Nous nous serons ainsi épanouis, diffusés, répandus, dans la matière, pour l'imbiber de notre esprit, de notre âme, de notre capacité spirituelle de transformation : car en définitive, l'estime de soi vient de la conscience de l'homme de son pouvoir à transformer le monde, suivant ses qualités spirituelles.

Et quand je parle de transformation du monde, ce peut être en commençant par soi-même : que l'on commence à transformer son cœur : de peureux en courageux.

Puis son lieu de vie : de sombre ou sale en lumineux et propre, en continuant par ses enfants, si on en a : de tristes en bienheureux, puis ainsi de suite de tout ce que l'on touche, suivant sa vocation.

Ainsi, si on aime peindre, on transformera une toile blanche en un tableau émanant la beauté, si on aime écrire, on traduira à partir d'une feuille des idées mettant en forme des idées lumineuses, si on aime tailler la pierre, on créera de belles sculptures, et ainsi de suite.

Un tel homme, transformant le monde suivant la mesure de ses dons, gagnera l'estime de soi, en récoltant la satisfaction et le bonheur du travail bien accompli, en voyant son esprit épouser la matière et la transformer, *donnant naissance à l'harmonie en acte, palpable et visible.*

C'est ainsi que le maître mot de l'estime de soi, réside dans *la confiance* que confère *le travail* que l'on produit *par amour* de ce que l'on fait, par amour du résultat.

On pourra ainsi persévérer dans le travail et remplir son rôle, sa mission, sa vocation, à la recherche, finalement de ses œuvres. Ce qui revient à dire : à la recherche de soi-même. Car qui se trouve dans ses œuvres, se trouve soi-même. En effet, on reconnaît l'arbre à ses fruits.

Et porter de bons fruits, nous donne tout le bénéfice d'une immense estime de soi.

## *LA SANTÉ MENTALE*

---

*9 octobre 2008*

La parole de nombreux adolescents interrogés lors de deux journées consacrées à la santé mentale dans un établissement scolaire, montre que pour ces jeunes, la santé mentale c'est, suivant leurs termes, « être bien dans sa tête », « être en paix avec soi-même », savoir faire « le point avec ses idées ».

Autant de réponses qui dénotent intuitions et bon sens qu'il convient ici d'élargir et de creuser pour voir quelle vérité profonde se cache derrière.

« Être bien dans sa tête », cela dénote de prime abord, un certain contrôle et une paix intérieure, psychique et intellectuelle, un accord avec ses pensées et sa vie, telle qu'on la mène.

C'est pouvoir jouir d'un confort et d'une estime de soi, d'une estime de ce que l'on est, sous tout rapport, en rapport avec la société qui nous entoure et qui est garante de notre bien-être.

En effet, si nous ne nous accordons pas à la société qui nous sustente, qui nous apporte famille, amis, connaissances, structure de vie, d'éduca-

tion, morale, intellectuelle, possibilité de travail ou simplement source de bien-être et d'amour, en bref, si nous dérangeons l'ordre social dans lequel nous nous trouvons par notre comportement et notre état mental, cette même société aura tôt fait de nous exclure et de nous ôter son estime.

Or, pour survivre, nous avons tous besoin de l'estime et de l'acceptation de la société, ainsi, qu'en premier recours, de l'acceptation et de l'estime de nous-mêmes pour nous-mêmes.

*La santé mentale est cette **paix** que nous acquérons, que nous trouvons dans la satisfaction qu'offrent cette acceptation et cette estime propre et sociale.*

Il se trouve que pour se faire admettre par nous-mêmes et par la société, deux éléments sont indispensables, comme le notait déjà Sigmund Freud: *l'amour et le travail*.

Par le travail, nous récoltons les fruits de ce que nous semons, nous voyons en miroir ce que nous valons puisque nous pouvons produire et créer des résultats valables et somme toute satisfaisants de notre effort.

Et ces résultats nous valorisent, nous satisfont dans la mesure où ils élargissent notre diffusion personnelle et notre estime de soi. Nous sentons que nous sommes utiles par et à travers ce que nous accomplissons, et cette satisfaction, notre amour de soi et notre reconnaissance personnelle, grandit.

Par l'amour, c'est toujours une diffusion de soi qui s'exerce, un don de soi-même à ceux que nous aimons. L'amour est essentiel à celui qui veut conserver sa santé mentale: en effet, l'amour est respect, et l'amour est don de soi.

Ainsi on diffuse de sa personne, on élargit, on se tend vers autrui avec ce sens de la gratuité qui nous laisse dans la plus grande paix et la reconnaissance la plus créatrice.

Aimer, c'est créer vers autrui.

La santé mentale est donc cet état de calme profond, cet état de paix, où nous pouvons considérer sereinement notre amour et notre travail à l'œuvre, même si notre travail et notre amour croisent avec des difficultés.

Toutes les difficultés nous font grandir, car ce sont autant d'obstacles qui nous font prendre conscience de quelque effort à accomplir pour les surmonter.

Chaque difficulté que nous rencontrons sur notre chemin est une occasion de progresser et d'enrichir **notre** expérience, de **nous** assouplir, de **nous** surpasser, et d'apprendre, de travailler et d'aimer plus et mieux.

Mais au fond de nous, si nous gardons la santé mentale, il y a un lieu de paix, un lac calme et profond, une cime, depuis lesquels nous pouvons aller contempler notre vie, même quand elle se trouve en remous. C'est cela être en **bonne** santé mentale. C'est cela que les jeunes, pauvres en mots mais riches encore en intuition, expriment par la phrase « être bien dans sa tête ».

Car il est vrai que cet état de paix et de sérénité depuis lequel on peut méditer et penser les difficultés de sa vie est un état de bien-être. C'est le siège de notre esprit, c'est notre âme profonde en harmonie avec ce que j'appelle justement l'harmonie de la paix.

On peut trouver cet état dans le présent qui coule, dans le silence de la méditation exercée avec la détente et le rythme de la respiration lente.

Certes on doit nourrir et respecter, rechercher et être attentif à notre santé mentale, ne pas endommager notre esprit par trop de pollutions diverses, mais purifier et nettoyer « sa tête » est extrêmement bénéfique pour *aimer* et *travailler* avec grandeur.

### L'AIDE SPIRITUELLE

---

3 octobre 2008

Les traditions religieuses les plus reculées des diverses civilisations connues parlent toutes de l'aide spirituelle octroyée aux hommes au cours de leur vie.

La plus ancienne de celles-ci, si on en croit ses propres écrits, serait à situer dans le berceau de l'Inde, au cœur même des écrits védiques, que l'on appelle aujourd'hui encore les Védas et les Upanishads, écrits en sanscrit. Un texte s'en détache, notamment, qui n'en fait pas partie, c'est la Bhagavad-Gita.

La Bhagavad-Gita recense les paroles de **Krishna** délivrées voici plusieurs millions d'années. Ce serait donc le plus ancien texte de l'histoire. Bien évidemment, ce chiffre ne peut qu'être pris en considération que par la seule foi, car aucune preuve matérielle ou proprement scientifique ne peut venir corroborer un temps dont la science ne peut rien savoir puisqu'elle-même se perd dans l'obscurité de quelques dizaines de milliers d'années d'homme seulement.

Dans ce texte, il est déjà fait référence à l'intervention de la Personne Divine dans la vie de l'homme, intervention sous forme *d'aide spirituelle* dans le cheminement de l'homme vers Dieu, sa plus haute tâche, sa plus haute mission, son but le plus élevé dans sa destinée humaine.

Les explications révélées sont données de sorte que celui qui lit ces textes peut approcher la compréhension de la nature humaine et de la nature divine en lien avec elle. L'homme comprend ce lien comme *un lien de dévotion* appuyé par l'aide spirituelle qui lui est prodiguée par Celui qui veut le guider à accomplir sa destinée suprême, qui se résume à servir dans le don de soi, pour sa joie et son bonheur.

Les différents textes des religions apparues dans le monde à des époques et dans des lieux différents parlent tous de cette *aide* spirituelle qui est, finalement, *guidance spirituelle* pour nous, être humains en mal de connaissance de notre nature et de notre but.

Puisque nous naissons dans l'ombre et la nuit de nos origines, puisque nous ne savons rien des temps et du lieu d'où nous venons; puisqu'en outre nous ignorons tout de notre destinée, du but de notre vie, des lieux **obligés** par **lesquels** il nous faut passer, s'il existe ou non un chemin tracé d'avance, si sur notre tête il est ou non une prophétie ou ce que l'on appelle un *karma*, il nous faut cette guidance, ce conseil, cette aide divine, cet appui de ceux qui dans cet univers qui est le nôtre et qui nous dépasse infiniment, en savent plus que nous, connaissent les lois de la vie, et nous voient évoluer, tout en sondant nos cœurs et nos consciences.

Ainsi toutes ces traditions nous apprennent comment nous pouvons nous ouvrir à ces êtres de Lumière. Ceux-ci ont cette possibilité de nous aider, de communiquer avec nous, de nous guider, de nous donner certaines pistes, signes ou dons que souvent nous attribuons nous-mêmes au hasard.

Ces textes sacrés disent du hasard qu'il n'est que le nom du divin passant incognito.

Ces aides divins prennent le nom de messagers, d'AnGES, de Maîtres ascensionnés, de Dévas, suivant les traditions dans **lesquelles** on parle d'eux.

Ils nous aident pour autant que nous ouvrons notre esprit à leur présence, pour autant que notre foi en eux soit grande et disponible. Mais qui que nous soyons, ils étendent sur nous leur service et leur amour, car il n'est jamais dit que l'homme est délaissé ni abandonné.

Simplement, l'homme peut rechercher activement la présence de la Lumière, la présence de Dieu, la Personne Suprême dans sa vie, et pour cela chercher à dévouer sa vie, par le travail et la prière, à l'amour de soi et de ses frères les hommes, comme à l'amour et au service de Dieu.

Les textes de la tradition biblique parlent assurément des dons de la prière. Ce que l'on demande avec foi nous est accordé, ce que l'on recherche, on finit par le trouver, et si l'on frappe, on finit par nous ouvrir. De plus, n'est-il pas dit que nous sommes des enfants du Créateur?

À ce titre-là, je pense que Celui qui nous a créés nous aidera toujours à nous épanouir dans la plus grande somme d'amour et de bonté possible. Mais de même que Lui aussi se veut libre, Il nous veut libres.

Ainsi Dieu nous donne cette liberté de pouvoir *seulement si nous le voulons* demander l'aide, demander l'amour plein, rechercher librement la Paix, le Bien, la Justice, le Repos et le travail dans la Beauté de l'Être lumineux, en un mot: le Royaume.



Car servir, c'est donner la pleine mesure de ce que nous valons, dans notre vocation d'être accomplis d'amour et de bonté, de service envers l'amour et de service envers la paix et la bonté, à l'écoute de qui nous sommes et de tous ceux qui, spirituellement, peuvent nous aider.

Car ceux qui nous aident, nous révèlent qui nous sommes. C'est la plus grande aide spirituelle. C'est le « connais-toi toi-même ».

C'est ainsi que ces pensées spirituelles, comme en témoignent toutes les traditions religieuses du monde, sont une aide précieuse dans notre accomplissement.

Les ignorer, c'est nous ignorer nous-mêmes.

*L'HARMONIE*

---

*30 septembre 2008*

Les images nous révèlent souvent des enseignements riches en connaissance. J'ai eu, dans un rêve, l'image de deux lettres d'or s'agencant dans un mouvement perpétuel, où chacune d'elles trouvait une configuration particulière dynamique par rapport à l'autre.

Cet agencement, cette consonance, cette harmonie entre les deux lettres, était toute de mouvement périodique de l'une des lettres par rapport à l'autre. C'était comme une danse ou, pour en parler en d'autres termes, comme un combat harmonieux, jamais achevé, d'arts martiaux, où chaque lettre se transformait, tour à tour, pour s'harmoniser avec la configuration que prenait son homologue.

Ce rêve m'a enseigné les qualités profondes de l'harmonie. Tout d'abord, que les lettres, et donc les choses, tout comme les individus, sont toujours en mouvement perpétuel, en flux constant, l'un par rapport à l'autre.

Ils se font face, en disposant leur visage et alternant leurs facettes, de sorte à présenter toujours des positions et des postures différentes. On doit donc s'adapter, se positionner de façon juste et correcte pour s'accorder parfaitement à l'autre, en sorte qu'on puisse comprendre son partenaire, et lui communiquer son être.

Ensuite, ces lettres sont différentes, à l'instar de tout ce qui est, de toutes les choses et les êtres qui possèdent une individualité : tout est déterminé et possède des qualités propres et un être irrésistiblement distinct et mouvant.

Nous sommes aussi pourvus de ces particularismes. Ainsi avons-nous à respecter l'autre dans son individualité : d'où l'importance essentielle de pouvoir nous *adapter dans ce devenir* des face-à-face, dans ce changement constant et harmonieux, face au changement de l'autre, de celui qui nous fait face.

Le *respect* que nous avons à témoigner à ce rapport est dénoté par le sacré de l'or dont sont constituées les lettres de ma vision. Étincelantes, brillantes, comme la lumière de nos âmes qui brillent d'une lumière vive, la splendeur de notre Vie sacrée.

Il convient de se rendre compte que pour maîtriser cet art de l'harmonie entre êtres humains, c'est-à-dire cet état *dynamique* de pouvoir s'adapter à l'autre dans l'infinité de tous ses changements et de tous ses aspects possibles, il nous faut donc un grand *pouvoir d'adaptation*, une grande *souplesse*, et une infinie *rapidité de mouvement*.

Cela doit s'acquérir, car cela n'est pas donné à la naissance. Et cette acquisition se fait par le travail. Acharné. Assidu. Long et complexe. Il convient dès lors d'être patient et de vouloir fortement gagner cette harmonie.

On peut comparer ce travail à l'exercice des arts martiaux.

En effet l'essence des arts martiaux peut être vue comme cette recherche de la disparition de toute tension, vers une dynamique de la Paix, qui est aussi cette réussite des rapports humains dans l'accord parfait, dynamique des relations de tous les mouvements dans un équilibre et une harmonie engagée vers le respect des individus.

L'essence du karaté, disait Funakoshi Gishin, son Maître fondateur, est la non-violence.

Il avait compris en cela que cet art martial recherchait la plénitude du mouvement dans l'harmonisation parfaite de tous les hommes se faisant face.

Ces deux lettres d'or qui se transforment tour à tour dans ma vision sont pour moi l'image de cette plénitude du respect humain qui de toutes les situations de vie peut faire une entente harmonieuse. Il y a ainsi réponse adéquate à chaque changement, et il peut y avoir autant de changements que possible, il y aura toujours un alter ego pour lui répondre. Tout se contrebalancera, tout s'équilibrera dans un rapport et un devenir *justes*.

On peut parler ici d'un principe mélodieux, de progrès et d'avenir dans le temps *où* tout le devenir devient musical.

Pour gagner cette harmonisation il faudra à l'homme beaucoup de travail, d'assouplissement et d'expérience. Il ne pourra jamais se raidir dans ses positions, il aura à se délester de ses *a priori* et à se défaire de ses carcans et de ses idées toutes faites.

En quelque sorte, il aura à rester *toujours jeune*, en cela qu'il aura à rester *toujours ouvert au changement et à l'imprévu*.

Voilà pourquoi peut-être les plus anciens textes religieux de l'Histoire nous présentent Dieu Lui-même comme un homme *éternellement jeune*.

N'est-Il pas Principe même de toute harmonie, Yin Yang absolu, Début et Fin ?

Et si le mouvement peut souvent exister à cause de certaines tensions qui conduisent les antagonistes vers la résolution de la dysharmonie,

les poussant ainsi à quitter toute statique dans leur vie, il peut, je crois, exister un mouvement sans tensions, qui ne relève que de la pure Beauté, par simple devenir des choses et des gens dans leur changement naturel et leur dialogue continu.

C'est en tout cas le sens de ma vision qui me révélait un enchaînement de postures et de mouvements toujours harmonieux dans l'étincelante gamme des agencements des lettres qui, unies mais distinctes, se faisaient face pour dialoguer et finalement s'aimer, ce qui est, somme toute, se respecter.

VIVRE EN PLÉNITUDE

---

8 octobre 2008

Ce n'est qu'à l'orée de sa mort que l'homme peut dire si sa vie a été pour lui réussite ou échec. Il est en effet son seul juge, sa seule conscience, son seul arbitre, lucide à ce moment-là, seul face à lui-même.

Et je crois que la vie se façonne quotidiennement, dans ce jour, fait de tous ces instants que nous pouvons, chacun pour notre compte, prendre de nos mains et en nos cœurs, pour en faire ou non quelque chose de valable, de précieux ou non.

Vivre en plénitude, c'est vivre en ne laissant pas s'écouler le don que la vie nous a fait : tous ces instants qu'elle nous apporte sont en effet autant de moments délivrés à notre expérience pour que nous puissions en faire quelque chose. Passer sa vie à arroser son intention est chose merveilleuse si cette intention est dirigée vers quelque Bien. Passer sa vie à dilapider son eau pour ne rien arroser est chose désastreuse si aucune intention bénéfique n'est poursuivie.

En effet tout se récolte, et tout se paie un jour ou l'autre. C'est ainsi que l'on parle du fruit de nos actions.

Le simple fait d'avoir un cœur pur et de croiser le monde avec ce cœur pur, engendrera des perspectives et des retours de pureté dans notre environnement. Le simple fait d'émaner la paix de soi, fera revenir la paix autour de soi, mais amplifiée par cette loi universelle de l'attraction. Et ainsi de suite pour la justice, la vérité, et toutes les autres vertus qui émanent du Bien.

C'est en ce sens que le discours des Béatitudes, ou Sermon sur la Montagne, nous enseigne les fruits de ceux qui cherchent le « Royaume des Cieux » et la justice.

Il faut cependant expliquer ici ce que signifient ce Royaume, cette recherche, cette vie pleine et cette justice.

Pour ma part, je comprends que mener pleinement sa vie, c'est faire l'expérience de sa vocation intime, sans se détourner de ses traits de caractères propres, de sa personnalité, de sa vocation, de ce que l'on pourrait appeler « sa marque de naissance ».

Je crois en effet que nous naissons chacun d'entre nous avec nos spécificités, notre empreinte, et notre valeur unique, un plan peut-être établi d'avance, nos planètes et nos étoiles de prédilection. Également avec la liberté de nous conformer ou non à telle ou telle destinée, à suivre ou non les lignes majeures de cette vocation, de cet appel forgé pour nous, suivant nos actes passés, suivant notre destinée. À nous de pourvoir à notre bonheur par le choix, librement consenti, de tourner notre cœur vers ce « Royaume des Cieux » et sa justice, c'est-à-dire en un mot, vers la seule chose qui vaille la peine de savourer en cette vie, l'amour de ce que nous ferons, de ce que nous accomplirons, de ce que nous dirons ou de ce que nous penserons.

En effet, là réside le centre, le mystère du bonheur humain, c'est dans l'amour de ce qu'il accomplit, quelle que soit sa tâche, que l'homme parvient au bonheur suprême.

*Car en aimant, l'homme trouve le chemin pour lequel il était destiné*

En effet, son amour le conduit à se trouver lui-même : il fait ce dont il était lui-même fait pour créer, pour travailler, pour dire, pour penser, pour agir, pour s'occuper, et ce, en n'importe quel domaine.

Comme le pensait déjà Saint Augustin, l'amour est le pilier de la liberté. Car avec l'amour on peut tout se permettre. En effet, l'amour ne peut pas se tromper, puisqu'il aime, pardonne, est humble, et ne tue point.

« Aime et fais ce qu'il te plaît ». Voici la clé de voûte d'une vie pleine et accomplie, d'une rivière qui peut prendre n'importe quel chemin, d'une mer qui peut accueillir tous les poissons, d'un soleil qui réchauffe tout le monde.

Celui qui dans sa vie a beaucoup aimé, celui-là aura récolté beaucoup de joie dans son cœur, mais peut-être également beaucoup de tristesse, car l'amour reçoit également les épines de la rose. Mais que de récompense l'amour donne-t-il à l'heure de la mort, lorsqu'une vie pleine d'un cœur débordant compte le nombre d'actions et de gestes que l'on a faits par lui ?

C'est dans l'amour que l'on place au plus sûr son trésor, car là il ne peut périr : l'amour en effet se multiplie, il reste dans les cœurs, dans les vies des gens, dans les générations. L'amour crée des tendresses, de la douceur, de la beauté, et tout cela demeure sur terre, et tout cela est compté à l'heure de mourir comme faisant partie d'une vie pleine.

Le Royaume que l'homme recherche, sa vie de plénitude, peuvent se traduire d'autant de façons qu'il y a d'hommes, de femmes, d'enfants sur cette si belle Terre. Autant d'hommes, autant de possibilités de

créer des vies de plénitude. Ce qui est vrai, en tout cas, c'est qu'une vie pleine ne peut être telle si elle n'a été pétrie par cette recherche ardue, constante, intentionnelle et mouvante de l'amour.

On ne peut pas dire que nous naissions tous avec une capacité infinie d'aimer. Nous sommes limités dans notre amour. Ainsi avons-nous à apprendre, à nous dépasser nous-mêmes au cours de notre vie, à trouver notre chemin pour apprendre à aimer ce que cette vie – qui nous est offerte, avec toutes ses opportunités – nous apporte. Nous avons à aimer joies comme peines car celles-ci arrivent comme les faces d'une même médaille. Et ainsi, *lorsque nous avons accepté cette médaille de notre vie personnelle, dans un amour pour ce que nous aurons reçu, et dans l'amour de ce que nous aurons donné, nous pourrions dire combien pleine aura été notre vie.*

Car finalement la mesure est toujours celle de l'amour. En tout.

## IDÉES SUR LA PAIX

---

13 octobre 2008

En état de guerre, l'homme, par des dégradations de tout type et les immenses souffrances que **celles-ci provoquent**, se met à aspirer ardemment à la paix.

La guerre est destructrice, la paix permet le développement et le bien-être, la sécurité matérielle et mentale, sociale et psychologique.

La guerre est une cause immense de souffrance et elle ne fait que détruire le patrimoine et l'héritage des générations passées. La paix au contraire préserve le patrimoine, en prend soin, et construit pour les générations à venir plus de bien-être matériel, social et spirituel.

Ainsi, lorsque les hommes souffrent d'un manque de bien-être dû à la guerre, à la déstabilisation de **leur contrée**, de **leur région**, de **leur nation**, et de **leur noyau familial**, en bref lorsque la cellule humaine éclate par le conflit armé et la menace guerrière, les hommes en appellent aux bienfaits de la paix.

Ceux-ci sont caractérisés, notamment, par la garantie des droits fondamentaux des individus ainsi que par **leur liberté inaliénable**.

La paix permet également le plein épanouissement de tout un chacun dans le champ de travail qui lui convient, dans la structure et les buts sociaux et les intérêts qui l'attirent. La paix neutralise cette vision suffocante de la survie et de la lutte de tous contre tous, au profit de la solidarité sociale et de l'entraide humaine où le respect des droits et de la liberté individuelle est sacré autant que mis en pratique.

Rousseau parlait ainsi de contrat que passaient les individus de cette *société de la paix*, de ce fameux *Contrat Social*, leur permettant d'accéder, tous ensemble, à la garantie de leur souveraineté, pour ne pas être dirigés par un Roi-Tyran qui les enverrait à la guerre.

Pour ma part, je parlerais ici de cet état de paix intérieure, plus proche de la non-violence active, ou de l'amour de ses ennemis, qui *neutraliserait* le conflit lorsqu'il surgirait à son encounter.

Pour cela, il faut évidemment avoir vécu *ces* conflits. Il faut être passé par *ces* guerres, en connaître les ressorts, savoir comment elles se résolvent, comment elles se dépassent. C'est ainsi que, progressivement, l'âge aidant, on devient un homme de paix, un homme de sagesse, un homme de réflexion et de non-violence.

Il ne convient pas à un tel homme de se nourrir de rancœur, de désir de vengeance, de soif de pouvoir : tous ces motifs, en effet, augmentent la vitesse du cercle de la violence en ce qu'ils oppriment à leur tour quelqu'un.

Le sage qui cherche la paix, ou bien celui qui cherche à neutraliser le conflit, cherchera toujours à rendre le bien pour le mal, et le bien pour le bien. Un tel homme n'écrasera pas ni n'opprimera : en effet, ces actes causent révoltes et guerres, par réaction.

Celui qui cherche la paix recherchera également la plus grande humilité : il se fera petit et permettra que l'on puisse l'offenser sans qu'il cherche à venger son honneur.

Car la Sagesse est si grande qu'aucune insulte ne peut jamais l'atteindre et l'homme de paix, qui la cherche, se doit de le savoir.

La paix vaut tous les sacrifices, car « sacrifice » signifie *faire sacré*. Et si on doit faire de sa vie un *acte sacré*, parce que sa vie est devenue une *recherche de la paix*, alors ce sacrifice est grandement mérité.

La paix laisse place au développement de l'homme pour ce qu'il a de meilleur.

C'est ainsi que dans la paix, l'homme peut épanouir ses forces spirituelles et ses forces d'amour, ses forces et ses dons de travail, dépassant les conflits destructeurs et traumatisants des temps de guerre.

En temps de paix, l'homme peut diffuser son énergie pour aimer et pour créer, pour que le monde intérieur et extérieur fleurisse de joie et de beauté et que les individus et les cellules humaines de la planète connaissent santé et bonheur.

L'aide peut être mieux distribuée et *l'effort de guerre* devenir *effort de paix*.

Ainsi je pense que l'homme doit impérativement rechercher la paix en lui-même pour la diffuser autour de lui, en cercles concentriques. Il doit se nourrir de cette paix que nous *procurer* l'harmonie de l'univers et la beauté de la terre.

Par l'amour, cette merveilleuse force de diffusion, nous pouvons donner la paix à ceux qui nous entourent, à condition que nous ayons cultivé notre propre amour et notre propre paix intérieure.

Ce sont deux trésors capitaux.

Ce sont des responsabilités immenses que nous avons à entreprendre au cours de notre vie et dont nous pouvons ensemer le monde.

## PRÉSENCE ET SOLITUDE

---

17 octobre 2008

Lorsque la solitude nous plonge dans l'angoisse d'un abîme, nous recherchons souvent le contact des autres.

Souvent, le fait de nous retrouver face à notre propre personne, seule face à nous-mêmes, peut nous sembler lassant, fastidieux, ennuyeux, douloureux même. Nous recherchons alors le divertissement et la compagnie d'autrui pour, en quelque sorte, fuir notre propre *moi* intérieur, notre propre responsabilité, ce que nous sommes au **tréfonds** de nous-mêmes, lorsque nous sommes seuls.

Il est cependant utile de se rappeler que les grands Maîtres spirituels de l'humanité, autant que les grands penseurs, bien qu'ils aient tous frayé avec les hommes et femmes de leur temps, aimaient, de temps à autre, se retirer dans la solitude.

Après certaines périodes de grande compagnie, je remarque, pour ma part, que la solitude devient pour moi un besoin essentiel, comme une fenêtre qui doit s'ouvrir pour me donner un oxygène nouveau.

Et je constate qu'en la solitude il y a au moins une présence. Il peut y en avoir deux.

En effet, dans la solitude, il y a d'abord notre propre présence: nous sommes d'abord présents à nous-mêmes.

Nous avons pour compagne *notre mémoire* qui nous représente à nous-mêmes. Nous avons cette possibilité de nous revoir, de nous façonner à nouveau dans notre passé. Avec *notre conscience* nous pouvons également nous regarder dans notre présent, et à l'aide de *notre imagination*, nous projeter dans notre futur, honnêtement, avec sincérité et sans masque.

Dans la solitude, nous pouvons faire la paix avec nous-mêmes. Et si nous n'y arrivons pas, et c'est là que je parlais de la deuxième présence, nous pouvons avoir recours à plus que nous.

Notre intimité la plus profonde nous donne toujours accès, avec le trésor de la foi, au mystère insoluble de notre donateur: notre Créateur, qui en notre Cœur habite et en notre silence nous rejoint.

Lorsque l'homme quitte la surface turbulente et écumante des rencontres diverses pour s'immerger dans la solitude, il y retrouve toujours d'abord lui-même, avec sa mémoire, sa conscience et son imagination. Avec son passé et son futur, il peut tisser son monde intérieur et construire sa personnalité. Mais un tel homme peut sombrer dans l'angoisse de sa solitude dans un univers sans attaches s'il ne découvre pas la deuxième Présence, celle de son Donateur, celle de Celui qui lui a donné son être, celle de son Dieu, de son Créateur, qui l'accompagne dans son silence et dans cette solitude.

Car quand l'homme se croit seul, il y a là, en lui une Présence.

La question est de savoir comment se manifeste cette Présence.

Pour ma part, je dirais qu'elle vit par et à travers une certaine *paix* que l'on acquiert dans ce *travail* que l'on peut accomplir dans la solitude, ou dans une réflexion porteuse d'amour, ou dans la *conscience de soi* ou de sa vie et de ses actes passés, tout comme dans ses projections futures, exprimées alors à la Présence sous forme de *prières*.

Car lorsque l'on sait que dans *notre* solitude il y a une Présence à nos côtés, nous agissons, nous pensons et nous prions de façon différente.

Nous sommes en effet à ce moment-là *tournés vers* cet au-delà, *polarisés* et pleins de paix et d'assurance, agissant pour nous en même temps que pour notre Créateur. Nous faisons ainsi offrande de notre solitude et nous nous ressourçons d'une énergie que nous vivons librement sans devoir partager notre jardin secret. Notre jardin tout entier est vivant de cette présence même de Dieu...

C'est la prière qui ainsi se déroule dans un acte de création spontané, que ce soit en écrivant un texte, en peignant un tableau, en exécutant un dessin, en méditant, en se promenant au bord d'un lac ou en contemplant un coucher de soleil...

La solitude, si elle n'est rencontrée avec soi-même ou avec son Dieu, peut devenir face à face avec le vide, et en cela tant de gens ne peuvent la supporter.

Aussi, lorsqu'elle devient rencontrée avec soi, elle est ce moyen de s'enrichir, car elle est occasion de travailler avec soi-même en propulsion de ce que l'on aime faire, ou simplement de se reposer en méditant sur sa vie ou ses actes, paroles ou pensées.



Quoi qu'il en soit, elle est toujours régénératrice puisqu'elle puise à la source de nos deux présences possibles...

La compagnie et la présence d'autrui sont à rechercher lorsque la solitude nous a fourni assez de présence pour pouvoir donner suffisamment de richesse de nous-mêmes.

Car entre *compagnie* et *solitude*, il y a un équilibre à savoir préserver. L'une nourrit l'autre, et les deux peuvent former une harmonie et un *Yin-Yang* merveilleux.

## DE LA CONFIANCE

---

27 octobre 2008

La confiance se joue sur le sens de la respiration. Ce que je veux dire par là, c'est que pour pouvoir faire confiance à quelqu'un, on doit pouvoir lui donner quelque chose qui sortirait de nous-mêmes, quelque chose qui viendrait du cœur même de notre cœur : notre propre *expiration*, en quelque sorte.

Ensuite, ce que cette personne pourrait faire de notre intimité ainsi livrée, nous le recevons sous forme d'une *inspiration* qui s'en retourne à notre cœur, de sorte que cela peut tout à la fois, soit nous réjouir soit nous blesser. En effet, dans la confiance, dans cette expiration primordiale, nous nous sommes livrés, et ainsi, nous avons osé mettre notre cœur, notre âme, notre esprit, notre *souffle* en partage.

Autrui reçoit ce souffle et à son tour peut nous offrir le sien, sa propre expiration que nous inspirerons alors à notre tour.

C'est dans cet échange, dans cette respiration de l'esprit, que nous pouvons ainsi nous enrichir *au risque* d'être blessés de l'autre, de ses paroles, du souffle qu'il peut nous donner à inspirer dans l'échange.

La confiance représente ainsi, pour moi, un risque. Mais ce risque est à tenter. C'est un risque souhaitable dans la mesure où il ouvre l'homme à son autre, lui faisant ainsi se partager et se donner dans ses émotions et ses centres d'intérêts. Sans cette confiance, sans l'échange qu'elle suscite alors, l'enrichissement des deux partenaires du dialogue, des deux alternants de l'échange, ne pourrait apporter de fruits.

Ces fruits sont non seulement ceux d'un enrichissement par la connaissance plus grande des partenaires de l'échange et de la confiance, mais surtout une *joie* dans l'ouverture de leur être propre qui par là se répand dans le cœur de chacun par l'échange des émotions et des points de vue.

On peut décider de ne pas prendre le risque de l'échange par la peur du jugement d'autrui et de la manipulation physique ou psychologique de son interlocuteur. À ce moment-là, on reste dans la situation leibnizienne de cette « monade sans portes ni fenêtres », de cette île sans communication avec son extérieur. Un tel homme, une telle femme, un tel enfant, court le risque de vivre, dans un tel isolement, une situation d'arrêt sur soi-même et de non-progression sur le chemin de la connaissance par manque de confrontation de points de vue ni de sentiments et d'émotions contradictoires aux siens.

On peut, dans le cas contraire, celui où on s'ouvre à cette respiration de la confiance, décider de donner son cœur, son âme et son esprit à des personnes choisies pour en recevoir en retour une ouverture et donc cet échange respiratoire dont je parlais plus haut.

Mais en quoi, justement, cet échange, cette respiration sont-ils des apports de joie et donc de vie ?

Je pense précisément que lorsque l'homme met sa foi dans son expiration, et qu'il l'effectue par cet exercice de mise en confiance, il se tient

prêt à recevoir, comme dans une inspiration qui va suivre, un apport de richesse, d'oxygène dira-t-on, qui lui apportera la vie et second souffle.

Lorsqu'il se sentira coincé dans ses murs ou étroit dans une seule perspective de vie, l'autre, auquel il se sera livré, pourra l'enrichir d'une autre perspective et d'une ouverture de cadre, d'un espace plus large.

C'est ainsi que la confiance élargit les cœurs et les cadres de vie intime. Elle diffuse ainsi ce merveilleux sentiment de trouver en l'autre un soutien, un relais à ses peines, à ses doutes, à son fardeau qui parfois peuvent peser trop lourd, enfin un élargissement et une ouverture à sa vie.

Notons ici que cette confiance, ainsi comprise, requiert donc deux conditions : le *respect* et l'*humilité*.

En effet le respect est la condition première d'un partenaire de confiance si on veut éviter que celui-ci n'utilise notre confiance contre nous. On connaît l'avertissement de Jésus : « Ne jetez pas vos perles aux cochons de peur qu'ils ne les piétinent et qu'en se retournant ils ne cherchent à vous dévorer ». C'est ainsi que l'on doit choisir les personnes de confiance et celles-ci seront les personnes qui auront du respect pour notre intégrité et celle de nos confidences.

La deuxième condition qui me vient à l'esprit est bien l'humilité : en effet, celui qui se croirait le plus haut des hommes, invulnérable, fort en toutes choses et en dehors de toute atteinte, celui-ci n'aurait nul besoin de se confier pour décharger sa peine, ses soucis ou son mal, pour trouver aide ou appui, ouverture ou joie auprès d'un pair.

Un tel homme, trop imbu de sa supériorité et de son orgueil, ne pourrait mesurer l'avantage qu'il aurait à reconnaître le besoin d'écoute et de confiance dont il gagnerait à être le sujet.

Seule l'humilité permet à l'homme de s'ouvrir à l'autre. En effet, quand on se confie, on ouvre son cœur et son âme en connaissance de cause. Et l'on sait que nous sommes tous des êtres *imparfaits*, pour peu que nous ayons un peu ouvert les yeux de notre conscience sur nous-mêmes.

La joie vient donc du fait de pouvoir, au-delà de ce partage – je dirais : *du fait* de ce partage – en *respect* et en *humilité*, pu trouver, dans le partenaire de notre confiance, un ami.

Et l'amitié n'est-elle pas la clé de la joie ?

*DIRECTIVES ANTICIPÉES  
ET PRÉVENTION DE LA RECHUTE*

---

*Par Eugène GRAND (Dr. en philosophie), octobre 2008*

En l'espace d'une quinzaine *d'années*, mes crises se sont *succédé* à grande cadence avec toujours le même diagnostic : trouble bipolaire atypique. *Atypique*, en effet, puisque mes épisodes de crise n'étaient vécus qu'en phase d'euphorie ou « maniaque ». Jamais de dépression.

Lors de ces épisodes maniaques, le désordre qui s'emparait de ma vie était si vaste et si inquiétant pour mon entourage et pour la société dans laquelle je (dys)fonctionnais que je devais être hospitalisé *de force* et traité *sous contention*.

Le refus catégorique de ces traitements que je jugeais répressifs, puisqu'ils allaient contre ma liberté et me privaient de mon autonomie, m'amena à devenir au sein de l'institution hospitalière un rebelle et un patient rétif aux méthodes et aux soins proposés.

Les risques de rechutes sont grands dans le trouble bipolaire. Mon parcours en révèle un grand nombre, près de trente-cinq. Pour en expliquer les causes à partir de la violence originelle qui marqua mes hospi-

talisations, il convient d'avoir à l'esprit au moins trois éléments majeurs. Ceux-ci nous permettront ensuite de comprendre mieux pourquoi les *directives anticipées* jouent le rôle d'encourager la prévention de la rechute.

Le premier élément consiste à savoir qu'on ne peut forcer quiconque à se traiter contre son gré sans en assumer les conséquences qui en découlent. Bien sûr, on est parfois obligé de prendre des mesures de soin lorsqu'il y a urgence. Mais je pense que d'imposer un traitement et un placement dans une institution par la force aura pour effet inévitable un *renfermement psychologique*, une méfiance, une certaine colère, une défense voire une peur, un antagonisme en **tout** cas, de la part du patient vis-à-vis de l'institution quand celle-ci lui ôte sa liberté et le contraint *sans lui proposer ni dialogue ni collaboration*. Ce fut en tout cas le cas pour moi.

Face à la force, le patient va opposer un autre type de force : ce sera son mutisme, sa révolte intérieure (puisque physiquement elle aura été maîtrisée), une volonté farouche de non-collaboration et de déni face à toute proposition thérapeutique, à tout traitement instauré *sous contrainte* par la clinique.

Au fur et à mesure des diverses hospitalisations d'office, mon refus de compliance se fit grandissant face à une institution qui ne faisait que vouloir me traiter sans paraître comprendre mes élans de liberté ni souhaiter connaître mes *desiderata*, de sorte que mon rejet de l'hôpital me fit mettre les pieds au mur lors de chaque tentative de traitement forcé, que je jugeais de toute façon subjectivement irrespectueuse de mes droits les plus fondamentaux.

Cette situation de perte de dignité, de perte de liberté fréquente, puisqu'elle se répète à intervalles réguliers, m'amène à parler d'un deuxième élément qui se produit souvent lors des rechutes.

Il s'agit là d'une peur qui se forme à l'égard autant de l'entourage qui vous dénonce ou de la police qui vous conduit en clinique, qu'envers cette même clinique ou institution qui vous traite *en ne prenant pas vos droits et votre liberté d'expression en considération* lorsque vous vous trouvez en phase maniaque ou en perte de discernement.

*Le manque de dialogue* que je constatai lors de ces quinze ans et de ces trente-quatre hospitalisations me fit craindre le moindre faux pas de comportement que je pusse avoir, me considérant à la merci de la volonté toute puissante du corps médical, et donc de l'institution.

Dans mon parcours, il m'est arrivé d'être hospitalisé sur dénonciation d'un médecin, suspicieux de mon état à la seule vue de mon habilement en ville. Ce n'est qu'après avoir passé deux jours en section fermée à l'hôpital que je pus repartir chez moi, le médecin chef ayant constaté que je n'étais pas, cette fois-ci, en phase maniaque.

Cet épisode est symptomatique du manque de confiance qui peut s'instaurer entre le patient et la clinique, surtout dans les cas lourds, et de la méfiance, voire de la peur qu'une prise en charge classique peut valoir à la psyché du patient, qui désormais ne pourra plus compter sur « l'aide » proposée par des médecins qu'il voit de plus en plus comme des « incompetents » et des « ignorants », comme je les méjugeais alors moi-même.

Enfin, accumulant non compliance et méfiance, l'écart se creusant entre l'institution et le patient, lorsque la crise survient, il semble donc difficile de trouver remède.

En effet, et c'est là un troisième élément à envisager dans le mécanisme de la contrainte policière et hospitalière, le meilleur moyen de l'aide commence par l'aide à soi-même. Le dicton dit bien : « Aide-toi,

et le Ciel t'aidera ». Ici, le « Ciel » se met à l'œuvre dans tous les événements externes, en commençant par le simple hasard, en finissant par les infirmiers spécialisés, sans oublier, dans le cas d'une décompensation, par les médecins avertis.

Mais le dicton commence par le « Aide-toi ». S'aider, c'est peut-être commencer à reconnaître que *nul n'est une île* et que seuls nous ne sommes voués qu'à la distorsion de toute notre personne, par manque d'échanges, d'idées, de confrontations, d'enrichissements, et également de soutien lorsque, plus faibles, nous avons besoin d'une épaule pour nous soutenir.

Tant que par la contrainte je m'étais enfermé en moi-même, tant que la contrainte, la colère, la méfiance et la peur avaient fait de moi une île, lorsque la crise survenait, je n'avais que moi-même sur qui me rabattre, ou d'autres îles tout aussi secouées par les flots que moi. Je trouvais refuge dans le cannabis, dans l'alcool, je connaissais les nuits blanches, et mon rythme nyctéméral s'en trouva affecté.

Puisque la crise était vécue dans une île, la rechute se faisant inmanquablement, il ne restait à la société qu'à me re-marginaliser en institution, me traiter et me relaisser succomber en insulaire que j'étais devenu dans ce cercle vicieux. Crises et rechutes se faisaient donc *sans accompagnement et sans volonté exprimée de ma part*.

Il fallut donc rompre le cercle. Il fallut arriver à cette idée, à ce concept *des directives anticipées* pour oser *construire une passerelle*, pour détruire méfiance, colère, peur et silence, pour comprendre le mécanisme de tant de rechutes à répétitions.

C'était un pari, il fallait le tenter car la situation était désormais devenue trop lourde en pertes vitales, d'énergie, de carrière (la mienne), de sécurité (de mes enfants, au sein de l'hôpital, etc.) et de sens à ma propre vie.

L'enjeu également était grand car le sens de la pratique psychiatrique était mis en cause : mon cas, comme nombre d'autres cas de **troubles bipolaires sévères**, mettait la pratique de l'hôpital en particulier, et de la psychiatrie en général, en échec.

Ainsi, après quinze ans de crises et de rechutes multiples, toujours jugulées par la violence et dans le cercle vicieux brièvement analysé plus haut, un nouvel outil thérapeutique me fut proposé : je devais, si je voulais, *mettre par écrit mes volontés en cas de prochaine perte de discernement psychiatrique*. On m'assurait enfin que je pouvais me faire entendre par l'institution, et que ma volonté pourrait être prise en considération.

Je pensai tout d'abord que l'élaboration de directives anticipées ne serait qu'un exercice sans importance. J'étais loin de la vérité.

En effet, quatre ans après de premier exercice, je n'ai plus connu une seule crise. Je n'ai plus jamais été hospitalisé. Je n'ai plus eu recours aux stupéfiants ni à l'alcool.

Ce qui caractérise l'élaboration de directives anticipées est en effet *une collaboration, un dialogue, un partenariat avec l'institution*, clinique ou hôpital, où le patient se trouve.

Cette collaboration va donc rompre la solitude dans laquelle se trouve le patient et lui permettre de *refaire confiance* en chaque moyen que la science aura la possibilité et la lumière de lui proposer. Par ailleurs elle lui donne *la parole*, l'expression, et donc la dignité. Ceci le responsabilise et le réinsère dans l'existence et la normalité.

C'est également une mise en confiance, de la part de la loi, du législateur, entre le clinicien et le patient.

Une fois ce pont mis en place, une confiance s'instaure. Je pourrais dire, au-delà de ce que l'article de Bruno Quément exprime déjà, que c'est cette *coordination qui sauve tout*: c'est la *conjonction* de deux aides précieuses: celle que le patient se voue à lui-même par la connaissance qu'il va accroître de sa personne et des causes de ses rechutes par l'élaboration de ses directives, et celle du thérapeute qui va l'éclairer et qui, comme un miroir, va lui renvoyer sa propre image autant que lui apporter toutes ses connaissances médicales dans un rapport de confiance.

Pour se rappeler de cette « *conjonction de coordination* », je rappellerai que les directives se façonnent mieux à deux: c'est le travail entre partenaires, le patient *et* le soignant.

En élaborant ses directives, le patient va donner la main à cette institution spécialisée qui lui tend la sienne. C'est de cette précieuse *collaboration*, quand on la pratique, que naissent les fruits les meilleurs.

## L'INSPIRATION

31 octobre 2008

Il est des moments où l'artiste, écrivain, poète, peintre ou sculpteur, réalise une œuvre sans trop de difficulté. Il émane de lui un mouvement, une source créatrice qui lui permettent de donner prolifération à son tableau, à son texte, à son poème, sans que cela lui pose d'obstacle apparent.

D'autres circonstances, néanmoins, voient l'artiste en proie au silence créateur, à l'assèchement de cette source intérieure qui lui donne le mouvement de son œuvre. Il semble comme paralysé, aux limites de l'inaction, comme prostré devant une matière qu'il n'est plus capable de transformer par un esprit qui ne s'exprime plus. C'est le mal du *manque d'inspiration*.

Ces aléas, ces vagues de flux et de reflux, sont souvent **fréquents** chez les grands artistes. Picasso connaissait des périodes de grande production artistique suivies de ces silences de l'âme, où le manque d'inspiration se faisait notable.

L'esprit, si prolifique en certains moments, semble prendre la pause et devoir reculer pour mieux sauter par la suite. Il y a là comme ce

*mouvement de respiration* que le corps exerce dans toute sa densité: il nous faut inspirer pour expirer. Et c'est ainsi, que dans la création artistique, une fois que l'on a expiré, s'entend, une fois que l'on a passé une époque de création intense, on doit souvent s'arrêter pour inspirer à nouveau.

Cet inspir, je crois, est significatif d'une expérience qui nous est à la fois demandée et requise. L'artiste en effet se doit de remplir son cœur et son esprit d'un nouvel oxygène, d'un nouvel air. Et ceux-ci ne sont autres que des nouvelles forces issues de nouvelles expériences qui iront s'enraciner dans le cœur de l'artiste afin qu'il puisse ensuite les exprimer dans l'œuvre.

En effet, en période de production, l'artiste est en expression, en essorage de lui-même, en don de sa propre expérience de vie, de son propre cœur tel que marqué par la vie. Mais il ne peut continuellement se presser comme un citron jusqu'à l'épuisement.

L'artiste a également besoin d se ressourcer, de se gonfler de sucres bienfaiteurs, de cette vie qu'il devra emmagasiner, recueillir en **lui-même** pour la contenir avant de lui donner vie à son tour dans une œuvre.

Et c'est ainsi qu'il devra prendre le temps de *l'inspiration de la Vie*.

Car sans elle, il ne pourra créer à son tour, ni dévoiler les vérités que son cœur, riche de ces beautés spirituelles, aura emmagasinées par l'expérience et contemplation.

## TROUBLE BIPOLAIRE ET EXPÉRIENCE MYSTIQUE

---

23 octobre 2008

Le corps médical s'accorde pour constater que 2 % de la population mondiale serait atteint de trouble bipolaire.

Je suis moi-même diagnostiqué depuis vingt ans de ce même trouble, et ce que je peux en dire découle non seulement de mes connaissances théoriques en la matière mais d'une expérience approfondie, d'un vécu que j'ai eu tout le loisir d'analyser et dont je voudrais ici livrer quelques éléments que la science, me semble-t-il, ne propose pas dans ses théories au niveau de la recherche.

Si l'intitulé de mes propos fait référence à l'expérience mystique, c'est que j'ai pu constater chez moi la présence permanente d'apparition *d'idées* et *d'intérêt* pour le monde mystique dans la *totalité* de toutes mes crises *euphoriques*, ou plus communément appelées « *maniaques* ».

Le terme « maniaque » vient du mot grec « mania », la joie, l'emportement, l'ivresse, ou *l'enthousiasme*.

Il s'agit bien ici de remonter à l'étymologie du mot « enthousiasme », pour comprendre mon propos et ce que je voudrais ici mettre en lumière pour décrire ma pensée.

Le mot « enthousiasme » est en effet formé du mot grec « *entheos* », qui signifie : « animé d'un transport divin ». Lorsqu'un homme est *enthousiasmé*, c'est qu'il est « transporté par quelque joie qui a trait au divin » : et c'est justement là le caractère propre de ce que je ressentais à chacune de mes phases dites *maniaques*.

En effet, cette manie, cette ivresse, cet *enthousiasme* – décrypté : ce transport divin –, ne sont pas de simples joies communes (elles ne seraient pas diagnostiquées comme trouble, ni comme délire mystique) ; ce sont des emportements qui nous arrachent en quelque sorte au quotidien, à une certaine normalité humaine, seulement humaine, pour nous transporter dans la sphère du divin.

Je dois m'expliquer.

Mes crises, diagnostiquées comme épisodes du trouble bipolaire, étaient toujours spontanées, subites, et accompagnées de circonstances externes particulières. Celles-ci avaient toujours trait à la fréquentation ou à la rencontre, dans mon existence du moment, de quelque élément déclencheur qui appartenait au champ de la spiritualité. Il pouvait s'agir d'une fête religieuse, comme la venue de Pâques, de la préparation solennelle d'un baptême, de la lecture approfondie de l'Apocalypse, ou de tout autre texte à connotation mystique, voire du visionnement d'un film à caractère gnostique ou religieux.

Ces éléments extérieurs pouvaient jouer le rôle de catalyseur de ce « transport divin » qui alors, sans raison apparente, s'emparait de mon esprit et m'emportait dans les plus hautes sphères de *l'ivresse*, au sens de la *mania* grecque. Mes actes devenaient alors inconsistants pour ce que

le monde appelle justement la normalité, et je ne pouvais être alors que jugulé pour être considéré comme un individu troublé par la maladie.

Quant à mes interprétations et à mon rêve mystique, la science ne pouvait voir en eux qu'un « délire » qu'elle cataloguait de « mystique ». Ce furent d'ailleurs ces deux mots qui me firent perdre toute confiance à l'heure de parler de mon monde intérieur aux *scientifiques*, médecins psychiatres qui me traitaient inclus.

Certainement il peut paraître intéressant de remarquer que le trouble bipolaire est très souvent accompagné de ce que les médecins appellent le *délire mystique* chez les patients. Sur cette remarquable coïncidence, je voudrais ici formuler une hypothèse.

Si je dis que j'exclus du champ de ma confiance le monde des scientifiques à l'heure de parler de mon intérêt et de mes inclinaisons mystiques qui survenaient en phase maniaque, c'est justement parce que la science, depuis la révolution copernicienne, a exclu Dieu de son domaine d'étude pour ne s'intéresser qu'à la matière.

Je ne peux en vouloir aux médecins de ne pas pouvoir entendre mes idées ni mes explications sur le bien-fondé d'un hypothétique appel divin qui serait à l'origine de ce *transport maniaque*, comme l'enseignaient dans l'Antiquité les sages et les philosophes les plus avertis qui s'occupaient de la psyché humaine. Parménide, Platon et Plotin pour ne citer qu'eux, parlaient déjà en leurs termes de ce transport décrit plus haut.

Le vingt et unième siècle scientifique, quant à lui, ne traite plus la psyché comme l'Antiquité et le transport divin n'appartient plus qu'à un âge où Dieu faisait encore partie des considérations des savants et des médecins de l'âme.



Je ne peux donc que constater la séparation des domaines et en prendre acte pour mon compte.

Reste, cependant, que l'homme n'est pas séparé, pas plus que l'Univers dans lequel il se trouve inséré ni la réalité de vie dans laquelle il perçoit et ressent la somme de chacune de ses expériences.

Comme je l'ai fait remarquer, mon constat, mon expérience, m'ont fait voir que mes joies en phases maniaques *étaient toutes accompagnées d'expériences mystiques*.

Et si j'ai parlé d'intérêt et d'idées mystiques surgissant juste avant la crise, ceux-ci se développaient également pendant, allant jusqu'à *modifier mon entendement de la réalité*: je pouvais avoir des compréhensions profondes de ce que je voyais, entendais en fonction de certaines interprétations qui m'étaient alors délivrées naturellement sans que je fisse d'effort pour en forcer la serrure. Je pouvais comprendre certaines réalités mystiques et les décrypter: notons que « mystique » signifie *caché*.

Avec ce transport divin, cette manie, il s'opère une ouverture spirituelle de la réalité, pour un temps. Tout se passe comme si une porte venait de s'ouvrir, nous révélant le sens nouveau du monde.

Mais seulement, la Tradition présente dans *les écrits qui parlent de cet enthousiasme* prévient les néophytes que ces portes sont des portes de feu, et que l'homme qui les traverse peut se brûler les ailes: il ne peut s'élancer dans ce transport divin *sans la connaissance et la prudence, sans le respect des hommes, et sans la sagesse des dieux*.

Ce chemin de connaissance, comment, en effet, les scientifiques, les médecins, non avertis de philosophie ou non versés dans l'intérêt pour les questions de spiritualité ou les questions métaphysiques pourraient-ils le taxer autrement que par les deux simples mots méprisants de « délire mystique » ?

Il est facile de méjuger des réalités oubliées ou auxquelles on ne porte pas soi-même d'intérêt. Des réalités que la grande majorité de l'humanité elle-même s'est lentement efforcée de laisser de côté au profit d'une science qui ne tire sa connaissance que de la biologie, de la chimie, les compendiums et par le tâtonnement.

Mais cette science matérialiste qui dénigre ses lettres de noblesse à l'esprit se trouve dépourvue lorsque la majorité des crises maniaques accusent des délires mystiques, parlent de ce que les patients appellent des réalités spirituelles comme « Dieu », les « Anges », « Marie » ou « Allah ».

Il y a certes beaucoup d'erreurs dans ces messages et ces idées mystiques. Et c'est que ces patients n'ont justement pas la *connaissance*, point requis à celui qui veut, avec la *mania*, traverser les portes de l'interprétation spirituelle.

Il y a certes beaucoup d'agressivité dans ces cas maniaques qui se déchaînent devant la contention. Mais c'est qu'il y a manque de *respect* dans cette voie de l'enthousiasme, respect requis par la sagesse ancienne lorsqu'elle reconnaît l'existence et la possibilité de ce transport divin.

*Mon hypothèse* est donc de formuler l'existence, en croyant non aveugle mais expérimenté de ces *réalités mystiques* en lien avec la manie du trouble bipolaire. Pour les avoir vécues dans mes sens et dans mon esprit, ces manies, au sens de la *mania* grecque, sont effectivement un transport divin, un enthousiasme tel que l'avaient déjà découvert il y a des milliers d'années les plus grands initiés, les plus grands sages et connaisseurs de l'esprit humain.

Je dirais ensuite que ce transport se déclenche spontanément et peut être catalysé par des éléments externes de type ou d'attrait *divins*,

mais concrets, matériels; ce sont des supports sensibles: livres, images, musiques, films, cérémonies ou approches de fêtes culturelles et religieuses.

Ensuite cette *mania* affecte les sens et l'esprit du patient qui subit *ledit transport* et qui, par ce fait même, doit impérativement savoir tenir les brides de son destrier divin, comme nous le suggère déjà Platon dans son image du coursier qui sinon est amené à tomber dans le précipice (ici, de la folie).

Lorsque par la *connaissance de soi*, la *sagesse*, le *respect* de soi, des autres et donc de la société, le coursier suit ce transport divin, alors l'enthousiasme le mène vers la vision, *l'interprétation de l'être*: les portes de la connaissance s'ouvrent.

C'est dire que le mystique se dévoile, qu'une partie du voile se découvre et que la vérité se fait jour sur le divin du monde: il se peut que cette lumière aveugle celui que la mania transporte: mais s'il ne commet pas d'erreurs de respect de soi (drogues, alcool) ou des autres (violence, agressivité), voire de la société (troubles sociaux, déprédation, etc.), il sera ramené du Soleil des dieux sur la Terre, chez lui, et retrouvera ses pénates et la vision voilée de tout homme.

Ce point de vue est bien sûr non matérialiste et rejoindrait la tradition spirituelle et philosophique de la Grèce antique, ainsi que d'autres traditions et pensées métaphysiques encore en vigueur actuellement qui *acceptent la présence de l'esprit humain comme pont vers un Esprit Universel et cosmique*, ce divin attelage qui transporte l'homme au comble de la manie.

## TROUBLE BIPOLAIRE ET EXPÉRIENCE MYSTIQUE

*Réponse de l'infirmier clinicien Bruno Quément*

Raoul,

Merci tout d'abord de m'offrir la primeur de votre réflexion...

Il s'agit, comme vous le précisez en conclusion, d'un texte qui évoque la tradition spirituelle et philosophique de la Grèce antique; il est donc, à ce titre, tout à fait exemplaire et fort enrichissant pour moi qui suis un profane en la matière.

D'un point de vue plus personnel, au risque de vous décevoir, je dirai tout d'abord que le « délire mystique » (terme aussi barbare soit-il) n'est pas très fréquent lors d'un épisode maniaque ou schizo-affectif bipolaire.

Votre témoignage m'évoque ce que vivent les personnes qui sont sous l'effet d'un psychodysléptique (substance qui perturbe l'activité du cerveau), que ce soit une drogue comme les extasies, le LSD et autres

cannabis, etc. et pourquoi pas une substance qui serait libérée lors d'un épisode maniaque (la sérotonine?) ?

En effet, le sentiment de toucher au calice, de ressentir des sensations jamais vécues de plaisir, de clairvoyance, de vérité est fréquent et m'a beaucoup fait **penser** aux expériences que vous avez vécu lors de ces épisodes maniaques. Ce qui m'a toujours étonné chez les personnes qui consomment des drogues, je l'avoue, c'est de rechercher des effets qui perturbent l'activité cérébrale (de manière identique à un épisode psychotique) alors que d'autres font tout pour les éviter et sortir de la psychose. Le lien entre les deux (effets des drogues et psychose) est probablement le fait que la drogue est un « détonateur puissant » de la psychose, voire la « cause » de psychose dans certains cas avérés aujourd'hui. Voici pour les effets négatifs selon moi...

Effets positifs, toujours selon moi... Il se trouve toutefois que certaines études ont **montré** qu'entre trois catégories d'adolescents :

- Ceux qui n'ont jamais consommé de drogue (cannabis).
- Ceux qui ont consommé du cannabis et arrêté.
- Ceux qui ont consommé du cannabis et jamais arrêté.

Ceux qui ont consommé du cannabis et arrêté ont des scores de créativité et de réussite ou d'intelligence plus élevés que les deux autres... Je pense, tout comme le dit Arthur Rimbaud dans sa lettre à Izambard qu'« il faut se rendre voyant » par le « dérèglement des sens » car « je est un autre » (chacun ses références). Ce que je suppose par là, c'est que les épisodes maniaques comme la consommation de drogue sont un puissant psychodysleptique qui entrouvre des portes fugaces et fuyantes dont la lumière est éblouissante et charmeuse aux poètes et que nombre d'entre eux ont **succombé** aux charmes des sirènes et ramené peu de **poissons**.

D'autres, les plus chanceux, ont compris la nocivité du voyage et, bien que sédentarisés aujourd'hui, ils ont réussi à capter dans leur filet des poissons multicolores dont ils vont éclairer leur vie.

Appliqué à la manie, je **dirais** que le voyage est risqué, parfois violent voire mortel, mais que ce voyage est aussi une expérience humaine qui de part l'hyperactivité cérébrale qui l'accompagne (même si elle est souvent désordonnée et peu fructueuse) **peut** parfois être canalisée et une source de créativité, d'associations mentales fines, voire de clairvoyance.

Mais pourquoi **mystique** alors ?

Selon moi, c'est assez normal dans la mesure où la religion, la théologie, est une préoccupation forte dans votre vie, vous n'auriez pas fait une thèse sur Jacques Maritain si ce n'était pas le cas... Je connais nombre de personnes qui ont le même sentiment que vous et cherchent d'ailleurs à retrouver cet état pour vivre à nouveau ces expériences de ce que je **nommerais** la « transcendance », certains au travers la peinture, d'autres la musique, le sport, voire l'écriture.

J'ai tâché de répondre à la lueur de mes poissons multicolores (ou ce qu'il en reste) mais peut-être n'étaient-ils que des leurres en plastique...

Bruno

## DE LA DIVERSITÉ DES RELIGIONS

---

12 novembre 2008

S'il est juste de dire que *la* religion à proprement parler *relie* l'homme à Dieu, il est vrai également que les diverses religions séparent les hommes entre eux.

Alors même que les religions qui prônent un Dieu unique s'accordent pour clamer l'amour du prochain, cette séparation provoquée par la diversité elle-même des religions m'apparaît comme une pierre d'achoppement, à proprement parler quelque chose qui fait trébucher, un véritable « *scandale* » en soi, pris au sens étymologique du terme.

En parlant des religions, il est étonnant de constater qu'après que soient érigées leurs bases fondatrices, leur étincelle jaillissante, leur source première, qui toujours se trouve dans le cœur d'un homme inspiré, la tradition, puis les morales et enfin tous les dogmes viennent la pétrir pour en faire un édifice aux frontières souvent imperméables à toute autre religion qui ne se réclame pas du même fondateur.

Et ce sont ces frontières, cette imperméabilité, ces disparités qui en un premier temps peuvent me navrer. En effet elles sont cause de dissen-

sions entre les religions, bien que par ailleurs elles confessent pour la plupart un Dieu unique: Islam, Christianisme, Judaïsme, etc.

Seulement les dogmes, les traditions des unes et des autres les empêchent de fondre leurs cœurs dans un esprit d'unité. La différence surgit au cœur de Babel.

Cependant, puisque justement on est différent, je pense qu'on peut surpasser la différence. On peut surpasser l'inimitié et le conflit, le conflit et les jugements, les frontières et les dissensions, et tenter de se rejoindre, au-delà des différences.

Cette tentative d'ouverture, les hommes des différences peuvent la tenter, tout d'abord en transformant la méfiance en *acceptation* et en cultivant *l'amour de la différence*: il convient de regarder sa religion comme une relation à la différence de l'autre justement dans le *respect* que l'autre doit nous évoquer.

Le respect est justement la base de l'amour que nous inculquent toutes et chacune de ces religions prises séparément: respect de l'autre *au sein de sa propre religion*, mais respect de l'autre même et surtout s'il est *d'une autre confession que la nôtre*.

En effet, respect, veut dire regard. Et regard implique d'aller plus loin, jusqu'à l'égard. Respect est égard pour l'autre, jusqu'à pouvoir lui signifier notre amour. C'est ainsi que ce Dieu que nous adorons si nous sommes religieux, ou que nous ignorons si nous sommes athées, nous regarde: avec amour, avec égard, sans distinction de race, de couleur, de sexe, de religion ou de nationalité. Nous sommes tous ses enfants bien-aimés.

Aussi sommes-nous tous frères entre nous, quelles que soient les demeures auxquelles nous appartenons.

Ensuite de ce respect doit venir entre nous la *parole* pour tisser des liens entre différentes confessions et religions. La parole comme *espace de relation*, espace de rencontre, de respect, d'écoute et d'amour.

C'est le lieu du *dialogue interreligieux*.

Il convient de s'accorder sur le libre choix de chacun d'opter pour sa forme personnelle de servir son amour pour autrui et pour Dieu. En parole, en pensée, par action, voire même par omission lorsqu'il décide de se déclarer athée, ou agnostique, comme certains bouddhistes par exemple.

La liberté doit être rendue possible pour tout homme, femme ou enfant de cette planète. Mais il convient qu'elle soit éclairée, par *ce dialogue qui peut venir éclairer les consciences* des quatre coins de toutes les religions existantes, sans discrimination, pourvu que l'amour soit présent.

Dans le dialogue interreligieux, qui à mon sens devrait être le lieu de l'éducation religieuse des enfants, nous devons avoir une grande conscience de la *non-violence*. L'amour ne suffit pas, s'il n'est éclairé par la non-violence, le respect et la douceur. Aussi, le bouddhisme se révèle être une aide précieuse dans cet éclairage.

Les religions peuvent garder leurs racines historiques, leurs centres de développement fondamentaux si elles le souhaitent, mais elles ne peuvent plus les imposer. Elles doivent simplement les partager, les communiquer, en sachant intégrer d'autres lumières, d'autres couleurs d'autres religions à celles qu'elles ont faites déjà *leurs* par le passé.

Car au final, ne devons-nous pas être conscients que le contenu suprême de nos religions planétaires nous a été *légué*, comme *transmis* et révélé, par beaucoup plus pur que nous-mêmes, par beaucoup plus

élevé que nous, et que c'est à l'Esprit divin que revient en droit de nous guider dans l'Amour et dans la Voie?

Ainsi, à l'heure de vouloir dicter à nos frères nos règles apprises et des dogmes qui finalement ne servent pas à grand-chose qu'à intellectualiser ce qui ne peut pas l'être, demandons-nous si nous ne ferions pas mieux d'entrer dans l'humble attitude d'un cœur simple et aimant de celui qui admet que l'autre aussi est riche de sa différence, et qu'à ce titre d'ailleurs il mérite aussi d'être aimé.

L'ORDRE DIVIN

---

5 novembre 2008

Certains considèrent l'Univers, et donc le monde, comme le fruit du chaos. Le nombre de guerres, de victimes de la faim, de misères multiples et d'injustice, fait penser à ces hommes tout le désespoir pour qui une pensée qui verrait en ce monde un quelconque ordre sur ce mal serait illusoire.

La paix n'est que trop transitoire et la mort trop dominante dans l'apparence du premier regard. Cette vision, prostrée dans l'angoisse d'une condition trop humaine, laisse un goût amer pour ce que l'homme *désormais angoissé* par un sentiment d'être jeté dans un monde absurde va caractériser d'existence sans Dieu, ou existentialisme.

Pour ma part, je voudrais défendre une autre vision des choses, ancrée déjà dans les plus anciennes traditions de l'Antiquité, notamment de la Grèce: c'est une vision qui présente le cosmos et le monde où nous vivons comme animé par un Ordre supérieur, auquel rien n'échappe.

Les Présocratiques appelaient le Principe de cet ordre: le *Logos*, Norme, Parole, Verbe ou Dieu. Les Chrétiens l'ont appelé le Verbe ou

Dieu. C'est, quel **que** soit le nom qu'on lui attribue, le Principe qui donne *Ordre* et norme à tout ce qui en ce monde s'anime, se meut, interagit, entre en contact avec ce « hasard » qui, finalement, parce que l'Ordre existe, n'existe plus lui-même.

En effet, si d'aucuns pensent que le monde est géré par les caprices de la Fortune et du hasard, que les rôles de chacun sont distribués à l'aveugle suivant des chances données à la naissance, ou des dons distribués arbitrairement suivant des conditions de vie inégales, on aurait fort à croire que *l'injustice mène le monde*: pourquoi, devrait-on alors s'interroger, certains naissent-ils dans des maisons et des familles luxueuses, bénéficiant de conditions d'éducation excellentes et de prospérité comme de sécurité idoines, alors que d'autres naissent exclus, défavorisés, pauvres, faméliques, ou destinés à ne recevoir aucune éducation? Certains naissent en bonne santé, d'autres dans des conditions précaires. Certains dans des lieux du monde fabuleux, d'autres dans des pays opprimés par la guerre ou des génocides...

Si toutes ces différences n'étaient dues qu'à une question de chance ou de malchance, l'injustice serait frappante parmi les êtres humains.

Pour ma part, je considère que tout vient suivant une *harmonie*, suivant un *Ordre divin*, suivant une *Justice* de ce Verbe, de ce *Logos*, de ce Dieu, auquel j'adhère par ma foi. Et si, en toute logique, ce Principe de tout Ordre établit l'Harmonie et la Justice, si tout est bien sous son regard, alors c'est que chaque destinée a et doit avoir *sa raison d'être*. Oui, sa pleine raison d'être.

C'est ainsi, que je crois avec la tradition hindoue à la légitimité de la loi de l'action, qui se dit également *karma* en sanscrit. Car toute action, mais également toute pensée, toute parole, tout désir, déclenche des conséquences. Et celui qui a eu des actions vertueuses récoltera des fruits, et des fruits en conséquence de ses actions.

**Je ne connais pas certes les** mystères que prodigue la Vie en retour des actions que nous accomplissons. Mais je donnerais fort à parier que celui qui a donné en abondance, celui-là recevra en abondance. Et à celui qui a volé, à celui-là on retirera. Je suis certain que celui qui a cherché à s'instruire, à celui-là il sera donné de comprendre, et à celui qui a enseigné, à celui-là il sera enseigné.

C'est ainsi. Cette loi du karma le précise. Donne et tu recevras, appelle et tu seras entendu, frappe et on t'ouvrira. Jésus le rappelait déjà en son temps.

Puisque selon le modèle du monde et de l'univers avec lequel je m'exprime, Dieu est à l'origine de l'Ordre divin qui gère la Vie, puisqu'il est Lui-même la Vie, et que sans Lui nous ne sommes rien; puisque tout est permis par Lui, même notre liberté de **Le** confronter, de **Le** nier, de **Le** discuter et d'en nier le Lois; puisque tout est polarisé par le Bien, comme déjà le pressentait Platon, et que ce Bien vers Lequel tout ce dirige est cet Ordre par excellence vers Qui tout se dirige, bon gré, mal gré, je pense que nous devons vivre en paix en nous dévouant à donner notre être en retour à notre Donateur, et à nous placer nous-mêmes dans notre vocation, qui est inscrite de toute façon *dans l'Ordre divin depuis notre naissance*.

Car notre *vocation*, comme le nom l'indique, est en effet un *appel*, une destinée. Mais elle n'est pas fatale: elle est libre, comme un appel est libre d'être répondu ou non. Notre vocation, c'est le lieu de notre amour, c'est l'état de notre joie; c'est là où nous nous sentons bien, en harmonie avec notre Ordre intérieur, personnel et propre.

On peut avoir vocation de maçon, d'artisan forgeron, de financier, d'écrivain, de médecin, de berger ou de montagnard. La vocation s'exprime et s'exerce dans un lieu, et dans un lieu où le corps et le cœur

sont remplis de joie, là où l'être entre en harmonie avec l'Être divin, avec cet **O**rdre supérieur qui l'amène à se connaître et donc à connaître son pourquoi et son comment, ses modalités de fonctionnement, sa manière de s'exprimer : avec l'*Ordre divin* c'est *l'inspiration* qui lui est donnée, et dans sa manière de faire, c'est *l'expiration* qu'il effectue en propre.

Ainsi l'homme qui se confie à Dieu va pouvoir *respirer* au rythme de la confiance, en Dieu, en ses forces et en celles du monde, sans rien critiquer ni juger, mais simplement en accomplissant jour à jour sa respiration parfaite, puisqu'elle sera échange entre lui et Dieu.

LE DÉPART

---

2 janvier 2009

Si notre existence commence par une *arrivée*, sur Terre, au sein d'une famille, d'une ville et d'une nation qui nous accueillent, nous connaissons tôt ou tard, comme inscrite dans notre condition, la réalité du *départ*, de l'arrachement à la famille, à la nation, à la **T**erre qui nous a accueillis.

Le départ ne se fait pas sans mal, mais il est souvent salvateur.

Dans *L'Égypte intérieure*, Annyck de Souzennelle montre comment tout homme est appelé à découvrir ses terres intérieures, ses anciennes sagesses, ses divinités profondes, pour ensuite les quitter et poursuivre sans relâche son pèlerinage vers la divinisation de lui-même. Il s'agit de comprendre ici, sans vouloir forcément se référer à une notion par trop abstraite de Dieu, que nous avons tous à vivre une vie qui *s'écoule toujours*, une vie qui ne peut permettre l'arrêt ni des actions, ni des idées sur nous-mêmes ou sur le monde qui nous accueille.

Le départ est donc ainsi comme une marque d'autant de situations de vie que nous devons prendre lorsque nos anciennes structures sont devenues désuètes, trop étroites pour accueillir de nouvelles expériences.



*Accueillir ses terres intérieures*, selon l'expression d'Annyck de Souzennelle, c'est bien vivre tout l'espace de son expérience d'un temps, avec son vécu psychologique, toutes ses charges émotionnelles et les richesses et obstacles que nous rencontrons avec les personnes que la vie place sur notre chemin quotidien.

Accueillir et connaître ses terres intérieures, c'est également connaître pour un temps l'étape de vie qu'il nous est donné de vivre avec notre lot de joies et de peines, avec notre lot de travail à effectuer et de fruits à récolter. Quand cette terre a été labourée, ensemencée et que les fruits en ont été tous récoltés, quand nous avons épuisé les ressources de ce temps, de cette étape, par exemple le temps des études, ou de l'enfance, ou d'une relation particulière, voire d'une période de tristesse ou **une** grossesse, un départ se fait sentir dans notre vie, qui nous demande de quitter cette terre qui pourtant fut bonne à de nombreux égards, peut-être aussi dure.

Le départ s'annonce parfois par la dépression, lorsque l'âme et le corps deviennent malheureux de la situation de vie dans laquelle pourtant ils fonctionnaient auparavant. Le départ s'annonce également parfois par une crise subite, d'angoisse, de mélancolie, d'euphorie, suivant les cas, de ruptures émotionnelles suivant d'autres. Nous sommes alors tous poussés à réagir. Et si nous ne le faisons pas, la Vie se charge, par des coups du sort, par ce hasard qui n'en est pas un, à remuer nos existences et nous faire prendre un autre chemin, celui d'autres terres, d'autres expériences personnelles, par des changements qui surviennent dans le concret de nos existences.

Et si le départ est tout aussi nécessaire que la vie elle-même, il n'est cependant jamais aisé.

Il demande en effet le face à face avec l'inconnu d'une vie dont nous ne savons encore rien : alors qu'auparavant nous connaissions la

routine, que nous demeurions rassurés par l'enchaînement de nos habitudes et de la sécurité dans laquelle notre vie s'était installée, il nous est maintenant demandé de rompre ces liens rassurants. Un départ se joue toujours dans l'inconfort de l'âme.

Il nous faut quitter parfois un toit, un salaire, des liens familiaux, des êtres chers, même si les relations étaient devenues tendues. Il nous faut quitter un pays dans lequel nous avons pris nos marques, des postes de travail, des entreprises, des écoles, des fermes, des ateliers... *des expériences*, en un mot, avec tout leur tissu de relations, pour repartir *à nu, dépouillé*, et la peur de ne pas savoir comment désormais faire face au nouveau, qui parfois peut s'avérer prédateur.

C'est à ce moment-là qu'il est demandé à l'homme qui doit se quitter pour l'inconnu, de se munir de l'arme la plus précieuse dont il puisse disposer s'il ne veut sombrer dans la folie, la misère et le désespoir : cette arme, c'est la foi que sa nouvelle terre sera encore plus lumineuse et meilleure que la précédente. Cette arme, c'est la foi qu'il est guidé dans son voyage, par sa confiance et son courage, en « rendant son cœur fort », et en appuyant sa destinée non pas sur ses propres forces, mais sur l'incommensurable mystère d'Amour qui déjà le fit venir sur terre et lui fit passer toutes les différentes étapes, tous les départs traversés jusqu'alors.

Un départ sans le recours au cœur fortifié dans l'amour et l'espérance, sans le soutien de la foi en la force vive de la Vie qui nous mène comme ses enfants bien-aimés vers nos meilleures terres pour notre meilleur Bien, comme le percevait Platon, et qu'Aristote, avant la tradition chrétienne visualisait comme une tension vers le bonheur humain, un flux inexorable de toutes choses vers le bonheur, peut nous mener dans un tourbillon de désespoir. Vécu en Dieu, il est source de courage et de Lumière.

Enfin, le dernier et plus important départ, celui dont aucun de nous ne pourra se soustraire, sera la mort elle-même. C'est le départ de la Terre qui au début de notre existence nous avait accueillis. Il faudra dire adieu à notre lieu d'accueil, quitter tout ce que nous avons bâti, délaissé nos structures, tous nos biens, toutes nos connaissances, ce que nous avons expérimenté pendant toute une vie.

Forts de nos expériences des autres départs, qui ne furent somme toute que des préliminaires, nous savons que maintenant nous pouvons nous abandonner dans les bras de la Vie qui ici nous accueille avec notre foi en elle si nous considérons que derrière le mur de la Mort se trouve, étincelante, la Lumière de tout l'Amour que nous aurons espéré.

LA JOIE

---

3 janvier 2009

Lorsque l'homme donne ce qu'il a pu recevoir en retour, il émane de son être un transport, un don de tout son être qui le porte vers les autres. Autant la nature s'offre en beauté, avec ses couleurs inimitables, autant chacun d'entre nous peut offrir, lorsque son cœur rayonne d'amour, le meilleur de lui-même à ceux qui l'entourent.

Pour donner de la joie, il faut d'abord avoir été comblé de beauté. Ivre de beauté, l'homme traduit lui-même par le sourire et le don en générosité, non pas tant de son avoir mais de son être tout entier.

S'il est artiste, c'est sa créativité qui va se transformer pour s'ouvrir en plénitude de personnalité lumineuse, en sourire plein et en confiance envers la vie. S'il est paysan, c'est par un respect décuplé envers la nature qu'il verra comme plus mystérieuse encore et forçant son amour et son respect, le couvrant de sa bienheureuse protection et de sa prodigalité. S'il est financier ou chef d'entreprise, c'est par le don de ses connaissances dans les rouages de son métier et le respect des hommes qui travaillent en collaboration avec lui, qu'il pourra exercer et faire fructifier l'argent qu'il ne verra plus comme un but en soi mais comme

un moyen de fructification de l'entreprise et de la société dont le but deviendra la joie et le bonheur humain...

L'homme qui perçoit la beauté du monde vit dans la joie que cette beauté provoque. En effet, l'être qui l'entoure, lorsqu'il se manifeste dans ses formes et ses couleurs éclatantes, le place instinctivement dans un présent qui lui interdit tout regret ou tout projet : la beauté s'écoule *dans l'instant* et c'est bien là le lieu de la joie.

C'est ainsi que subitement s'élève la folie propre de l'enthousiasme tranquille, de ce transport de l'âme qui mène l'homme qui voit la beauté le prendre et la joie l'enflammer, se mettre à son tour à vouloir *donner, offrir à son tour* le meilleur de **lui-même**.

Un enfant vous donnera la présence inoubliable de son sourire, même dépouillé de tout bien, alors qu'il aura vu le don de la vie le combler de sa splendeur. Et la rose, pour autant que vous vous y arrêtez, vous offrira son parfum et son éclat. À votre tour vous serez don de vous-même, en déversant dans les gorges déployées de ceux et celles qui ont soif, vos meilleurs nectars, ceux de votre être *en expression*.

Car la joie a ceci de particulier qu'elle met l'être de celui qui la ressent « en expression ». Elle est le moteur du don de chacun, en liberté d'offrande à autrui. Elle est expression et sourire, moteur et ivresse, pure force et énergie, mue à son tour par la beauté que l'on reçoit d'abord.

Notre joie n'est pas originaire, première : elle est comme *une réponse* que nous donnons à la beauté qui nous est *d'abord* généreusement offerte par la nature.

Plus encore, si l'on conçoit que la beauté est un acte d'Amour venant de la nature, on peut se risquer à penser que la joie est la réponse à l'Amour, à la beauté que nous prodigue l'Amour.

À chaque fois que nous rencontrons une parole, un geste, une pensée d'amour ou une parole, une pensée, un geste de beauté, nous éprouvons de la *joie*.

C'est de l'Amour que découle la beauté, car de l'Amour découle tout ce qui est : de l'Amour découle l'être, et l'être, lorsqu'il se manifeste dans son éclat, est beau, comme le suggéraient déjà Saint-Thomas ou Jacques Maritain.

La joie que l'on éprouve *après l'Amour et la beauté* est notre façon de répondre au don de notre Créateur. Au don, pourrait-on dire également, de notre *Donateur*, pour nous faire ressentir à notre tour l'immense privilège de pouvoir *exprimer* à notre tour, grâce à ce sentiment, la joie, qui est un moteur extraordinaire, le plus puissant et le plus merveilleux de tous les moteurs humains : celui qui vient en réponse à l'Amour et à la beauté.

Notre Donateur qui est Dieu, de qui nous viennent notre être autant que la beauté qui nous surprend, nous confère le privilège de devenir à notre tour donateurs, de nous-mêmes, de tout notre être, par l'expression de ce que nous sommes, de nos dons et nos qualités propres, lorsque, éblouis de beauté et jetés dans l'instant par la joie procurée, nous nous lançons dans le mouvement créateur indicible de *l'expression* qui est sourire de l'être.

## *LE SERVICE*

---

*8 janvier 2009*

Avant de se pencher sur la question du « service », il peut être intéressant de regarder l'étymologie du mot proprement dit. La racine est indo-européenne et se compose de deux termes, *sert* et *wer*, qui, accouplés, signifient : « faire attention ».

Ainsi, s'il est vrai tout d'abord que celui qui est au service d'autrui est avant tout celui qui doit « faire attention » aux biens de son maître, celui qui de manière volontaire se met au service d'un autre, devient également une personne *qui fait attention à l'autre*, et donc attentive, regardante, observante.

C'est ainsi que si le terme de serviteur a pu être employé parfois de façon péjorative au sens d'esclave, je voudrais ici relever le côté hautement positif de celui qui se met au service de ses proches en humanité, de la nature qui l'entoure, voire du monde dans lequel il est venu à naître.

L'attitude du service comprend en effet une valeur essentielle *d'observation*, de « regard sur » et donc de *respect* qu'il faut avoir alentour pour savoir comment veiller sur le monde qui nous environne.

Celui que cette attitude n'atteint pas, manquerait de regard, et son manque de lucidité le ferait trébucher : il causerait dans son entourage les blessures que causent les pierres qui s'abattent aveuglément de la montagne sur les passants en contrebas. Il détruirait la sensibilité de ses proches par son manque de discernement, comme un fleuve en crue, non concerné par la digue qui entraverait son passage.

Puisque le service, nous l'avons vu, demande avant tout de faire attention à autrui, il requiert également d'être attentif aux paroles que l'on profère, aux gestes que l'on accomplit, aux pensées même que l'on envoie. Car lorsque l'on est au service d'autrui, on est *observateur d'autrui*. C'est dire qu'on le *respecte*.

Celui qui observe autrui, *donne ensuite de son temps* – car le service est également un don de temps, où toute la personne est engagée pour l'autre –, ne peut faire autrement que respecter autrui dans ce que j'appellerai une « *oblation de son être même* ».

Oblation veut dire offrande. Il nous faut comprendre ici qu'il n'y a pas de service sans offrande, sans oblation de son temps. Et dans son temps, c'est sa personne, son être même que l'on engage.

Ainsi, lorsque je dis que dans le service il y a respect, qu'il y a regard et attention, c'est *en préliminaire d'un don*, d'une offrande et d'une oblation de toute sa personne pour le temps qu'aura duré ce service.

Il y a des gens qui veulent être au service des autres. Il y a des gens qui veulent servir : leur femme, leurs enfants, leur mari, leurs amis, leurs frères et sœurs en humanité.

D'autres, qui n'ont pas le goût de cette attention portée à autrui, de ce regard à l'autre ni de ce don de leur temps, courent pressés, le regard

porté sur leur seule vie et leurs seuls intérêts, ne disposant jamais d'assez de temps pour autrui, c'est-à-dire pour faire attention à qui que ce soit d'autre qu'eux-mêmes.

C'est ainsi qu'en temps de crise financière, on a vu des spéculateurs jouer pour s'enrichir, ne pensant toujours plus qu'à leurs intérêts personnels, avec tout le cortège malheureux de ceux qui poursuivaient le temps à vouloir gagner leur vie et toujours plus d'argent pour se servir eux-mêmes, sans jamais penser à toute une partie du monde qui demande aide et développement, service et temps consacré, don des autres, et tellement plus que du simple argent : juste de l'attention. Juste que l'on « fasse attention » à elle.

Le monde, dans sa grande majorité, demande le service, demande le respect, notre temps, notre attention, notre dévouement et notre générosité *d'être* – et non pas tant *d'avoir*.

Car la denrée rare dont tous, riches comme pauvres, avons besoin, c'est du service d'autrui et donc du temps consacré : nous avons besoin du don de la personne humaine, du don qui se fait à cœur, lorsque tombent les conventions surannées, et ce que nous avons de cet échange, ce regard de quelqu'un qui peut nous rendre service ou à qui nous pouvons rendre service.

C'est là, au plus intime de cet échange des cœurs, au plus intime du temps précieux que l'on partage, que se trouve *l'humanisme*.

La valeur essentielle de l'humain transparait à travers le voile de toutes les apparences, simplement *dans le don que l'on fait de sa vie*. Cela peut se faire envers des inconnus, envers ceux qui sont juste là, à nos côtés, comme envers ceux qui vivent à l'autre bout du monde et que nous allons rencontrer, dépassant nos limites spatiales.

L'essentiel du service se retrouve dans cet humanisme qui se fait veilleur et gardien de son frère en souffrance puisqu'il reconnaît que nous sommes tous hommes en souffrance, malgré nos joies et nos illusions, malgré la beauté de cette terre qui nous a tous vu naître.

La beauté du service, c'est qu'en lui, et en lui seul, on se situe dans un partage et une présence de cœur à cœur, offrant notre temps et faisant de notre vie et de notre être tout entier ce don d'amour qui éblouit.

### ENTRE PÈRE ET FILS

---

19 janvier 2009

Ce soir-là, son fils devait travailler pour le Gymnase. Le travail était conséquent. C'était une analyse du *Banquet* de Platon et il avait promis de l'aider.

À mesure que les quarante pages de texte s'égrenaient sous ses yeux, il voyait le visage de son fils rougir de fatigue. Les paupières de l'adolescent se mettaient à tomber au fil des heures et du travail accompli. Mais, fier de son père, le fils tapait les résultats de l'étude sur son petit ordinateur, et soudain cette phrase magnifique lui vint :

« Papa, tu assures, quand même ».

Et il posa son bras sur l'épaule de son père.

Le père, sans mot dire, ressentit alors une vague de chaleur indicible, une joie et une affection profondes pour son fils dont il voyait là toute la tendresse et la complicité.

Il était plus de trois heures du matin quand ils se couchèrent, le travail accompli, le texte imprimé, père et fils heureux et comblés au sortir de cette épreuve de force et d'amour qui les avait unis.

Le lendemain, le fils envoya un texto à son père :

« Papa, tu sais quoi? Nous n'avons pas eu la philosophie. La prof n'est pas venue... Bisous, Mikael »

Le père lui répondit :

« Qu'est-ce que tu me racontes?! Eh bien au moins nous aurons couru un marathon ensemble. Bisous, Papa »

\*\*\*

Il n'y a rien de plus beau que l'amour entre un père et ses enfants.

---

### LA PROGRESSION VERS L'INCONNU

12 janvier 2008

Les hommes qui progressent sont des hommes en marche, des hommes qui vont en avant de quelque chose.

Progresser, c'est mettre *son pas en avant* pour s'aventurer loin de sa position d'origine. C'est ainsi quitter son lieu, qu'il soit mental, psychologique, spirituel ou physique, pour aller à la rencontre d'un autre lieu, qui peut être inconnu.

En envisageant l'inconnu, lors de cette progression humaine, on envisage le mystère de celui qui nous fait face. Et c'est là, dans ce mystère de l'inconnu que nous rencontrons *l'inconfort de la nouveauté*. Et c'est cet inconfort qui va nous pousser à être nous-mêmes, à devenir entièrement *authentiques*.

En effet, aucune situation ne nous a préparés, jamais, à l'attitude que nous devrions adopter face à l'inconnu et à sa nouveauté. Quand nous faisons face à l'inconnu, nous sommes ainsi dans ce que le monde nous révèle pour la première fois, obligés d'adopter une position nouvelle et absolument personnelle, dont nul autre être humain avant nous, dont nul autre exemple de vie, dont nulle autre

habitude prise auparavant, n'**aura** pu nous donner de réponse toute faite.

Face à l'inconnu, nous aurons à être nous-mêmes, entièrement. Sans fards et sans artifices. Ou alors, nous ne découvrirons pas le visage de nous-mêmes, que voilé derrière un masque de conventions, un fard d'habitudes qui ne seront pas les nôtres et, au final, que l'aveuglement par lequel nous ne pourrons pas nous ouvrir tout entiers à l'aventure qui est *rencontre avec l'inconnu* vers lequel notre progression nous a menés.

En effet, rester caché derrière des habits, des habitudes, derrière un langage, des fards, un masque social, voire des idées préconçues face à ce qui s'ouvre devant soi comme le nouveau que la vie apporte, empêchera absolument à ce nouveau d'entrer en dialogue avec le fond de notre âme, avec l'intime de notre cœur, tant il est vrai que pour que ce dialogue ait lieu, il aura fallu un cœur et une âme mis à nus.

On peut penser que ce sont souvent les enfants ou les pauvres d'esprit qui possèdent cette nudité de cœur et d'âme. Et que dans leur cheminement libre de vie, ce sont eux qui accumulent le plus d'expériences, qui voient le plus de richesses et qui ont le plus d'horizons dans leurs yeux pétillants. Il reste néanmoins que la souffrance peut mettre à nu de toutes ces conventions et de tous ces habits de trop, et que l'humilité peut être vécue par tous ceux qui savent à quel point elle est nécessaire à la progression de l'homme sur terre et dans le domaine spirituel.

Car lorsque l'on va au-devant de l'autre, de l'étranger, de l'inconnu, avec cette humilité qui nous prépare à accueillir en nous, l'étranger et *l'inconnu de l'autre*, on se fait ouverture et accueil à l'étrangeté même de cet autre, que ce soit un monde, un pays, un arbre, un texte, une œuvre d'art, un animal ou un autre être humain. On se fait accueil, et dans le cas de l'inconnu, dans l'épreuve de ce désarçonnement que peut provoquer la surprise face à cet autre – qui se fait monde étranger, avec

toute sa zone d'ombre, avec toute son amplitude, toute sa dimension, et son univers inégal au mien et qui m'intéresse et m'interpelle –, on peut alors devenir *soi-même authentique* dans toute sa dimension de cœur : car c'est avec le cœur que l'on va percevoir cet inconnu. C'est avec le cœur que l'on va adopter son attitude – juste – face à l'étrange, face à ce qui apparaît pour la première fois. C'est avec le cœur que l'on va se *donner* – authentiquement – à *l'autre* ou au contraire se retirer de la rencontre.

*La progression*, lorsqu'elle nous amène vers l'inconnu, *nous dévoile, au final, notre propre cœur*, obligé qu'il est de nous dicter nos attitudes. : vision de l'étranger, don de soi ou retrait, approche ou distance, pensées, paroles, gestes, tous vécus dans l'authenticité, puisque c'est le cœur qui dicte notre expression globale et qui par là ne peut se révéler *qu'authentique*, le cœur ne mentant jamais.

Quelle est pourtant l'énigme qui nous démontre que tant de progressions avortent, que tant d'avancées échouent en retraits ou en conflits entre les étrangers de la rencontre ?

Malgré la bonne volonté de départ, malgré un cœur humble et sans *a priori*, nous pouvons parfois succomber à la peur de l'inconnu et nous en détourner fatalement ou vouloir le détruire.

Cette peur est viscérale chez ceux qui progressent en terre inconnue et qui pensent que *l'Univers est prédateur*. En lieu et place de l'amour et de la confiance, ceux-ci vont éprouver la crainte et adopteront une attitude guerrière et donc défensive ou offensive, qui pourra leur valoir par voie de conséquence conflits et destruction. La guerre et ses forces ne sont ici pas à négliger pour celui qui *progressé* en terre inconnue.

Mais malgré les métaphores des loups et des agneaux, malgré l'existence de forces et de principes de guerre et de paix, je continue à penser que de progresser et de se conduire en homme de paix, attise moins de



conflits et reste toujours moins dangereux, génère plus de connaissance et de sagesse, demeure bien plus révélateur de l'authenticité du voyage humain et de soi-même, que de parcourir le monde, *aveuglé par l'ignorance du bien que peut représenter l'étranger*, cet inconnu qui dans notre progression nous fait face.

Car comme nous l'avons vu, tout inconnu, pour peu que notre progression nous ait conduits à lui au cours de notre vie, peut nous révéler à nous-mêmes *un trésor d'authenticité*.

C'est dire que notre vérité se trouve dans l'avancée que nous faisons, nous arrachant à notre passé, à nos masques et à nos vieilles peaux, vivant sur le flux constant de notre présent en éternel mouvement vers l'inconnu.

Car c'est ce même inconnu qui nous révèle à nous-mêmes, par la réponse que nous donnons d'amour à notre autre.

## RENDRE SON CŒUR PLUS FORT

---

10 décembre 2008

Le petit moine tibétain de six ans cheminait dans la neige vers le monastère. Il s'aventurait seul, suivi de l'adulte qui le questionnait alors qu'il s'aventurait sur un petit sentier escarpé à flanc de précipice :

— N'as-tu pas peur? lui demandait un peu craintivement l'Occidental.

— Non. *Il faut rendre ton cœur fort*. Si tu as peur de tomber, alors tu tomberas. Si ton cœur est fort, rien ne peut t'arriver. Moi je n'ai pas peur.

En voyant ce petit moine cheminer sans crainte aux abords de ce précipice avec son « cœur fort », un sentiment de grande beauté s'est aussitôt emparé de moi. Il a résumé par le geste et en peu de mots, l'essentiel du courage, l'essentiel de la force du cheminement, un exemple de simplicité.

Cet enfant va son chemin, vers le lieu de l'Esprit, vers le Monastère, là où l'on se retrouve pour la prière, la méditation et le philosopher.

Il quitte sa maison natale pour rejoindre en quête un lieu d'une autre quête, toujours en chemin, pas à pas, en rendant à chacun de ces pas justement, son cœur plus fort.

Cela signifie qu'il gagne confiance en la Vie, qu'il s'ouvre à la Vie qui devant lui se présente neuve et en promesse.

Les choses là-bas au Tibet, comme l'expliquent ses habitants, se font avec le temps, sans précipitation, et le chemin se parcourt lentement, au gré des forces et du souffle de chacun. On ne précipite pas le rythme des choses, et l'on ne brusque pas les hommes.

C'est ainsi que même dans sa tâche intérieure de rendre *son cœur fort*, c'est *avec le temps* que tout s'accomplit, *lentement et patiemment*.

Il faut pour cela accompagner sa pensée de son action, précise et assurée, détendue et harmonieuse, qui suit le cours de la nature, au rythme paisible du soleil et des étoiles dans le ciel, comme des saisons de l'année.

Rendre son cœur fort peut ainsi prendre des années pour déboucher sur l'authenticité d'une confiance qui s'ouvre sur une vie heureuse et épanouie. Cet épanouissement est celui qui voit le bonheur venir nos vis en retour à notre pensée positive. Car notre pensée positive engendre des fruits positifs de bonheur de joie, de sécurité et de lumière.

C'est l'exemple du petit moine dans la montagne.

Et lorsque la maladie vient frapper à notre porte, lorsque le chagrin peut venir nous frôler, nous devons forcer *de conserver notre cœur fort* et rester détachés de notre peine, sachant que celle-ci n'est que passagère, comme les pas que nous laisserons derrière nous dans la neige.

Au final, notre vie est toujours cheminement, même parmi les haltes dans le Monastère, pour nos aires de repos, de prières et de méditation.

Il est toujours un temps pour retourner à la maison natale, d'autres saisons pour regagner le toit de notre Mère.

Quoi qu'il en soit de notre pèlerinage sur cette Terre, qu'il suive l'exemple de ce petit moine qui rendait son cœur fort et ainsi s'ouvrait courageux au meilleur de ce que la Vie avait à lui offrir, en toute confiance et ainsi fortifié.

Il n'avait pas besoin de jouets fabriqués dans des usines, i n'avait nul besoin de montre, ni de téléphone. Seules lui suffisaient sa démarche tranquille, sa foi et ses prières qui lui apportaient une sérénité et une joie de vivre enfantine que je qualifierais de paix profonde, et d'une Sagesse si naïve qu'elle en était simplement resplendissante.

## L'ÊTRE ET LA POÉSIE

---

27 août 2008

Comme le dit le poète valaisan Olivier Taramarcaz, on ne peut s'« installer » dans la recherche de l'être.

C'est dire combien cette mystérieuse et insondable réalité que l'on nomme l'être, se donne à soi dans un *cheminement*, dans une progression, dans une ouverture qui doivent se faire patients et lents.

On ne peut s'approcher du mystère dans la précipitation, si ce n'est peut-être dans l'urgence des débuts. Ensuite on se doit de quitter les pistes balisées, pour se perdre dans des sentiers qui nous offrent un inconnu, une nouveauté que l'on doit être prêt à recevoir, quittant ainsi son ancien monde.

Et c'est lorsque l'on est las de ses anciennes structures, de son ancienne habitation, de ses anciens schémas, que l'on part pour le nouveau de son existence.

Ce cheminement, tous les poètes en parlent, toutes les grandes traditions religieuses ou philosophiques qui décrivent la condition humaine.

Mais il s'agit de se l'approprier pour chanter à son tour, avec son propre chant, avec sa voix personnelle, qui doit ensuite se confondre avec celle de l'universel, cette découverte qui est dévoilement de la nature profonde, de l'être intérieur et intime de l'homme et de l'univers qui l'accueille.

Le langage humain n'est pas obligatoirement doué pour ce chant. Car le langage, bien souvent, ne chante pas, il dissèque, il répète, il enseigne, il analyse. Quand il s'ouvre au mystère, quand il recueille le beau en ses mots et qu'il distille en ses phrases simples quelque éclat de pureté, alors on dit qu'il est poème.

Car la poésie n'est pas tant un langage qu'un dire, qu'un état, qu'une situation : la situation de celui qui se trouve en chemin vers une terre inconnue, celle mystérieuse de la Parole qui dévoile le resplendissement de ce qui est.

Ainsi le poème dit avec simplicité et dans l'ouverture ce que mille concepts abstraits ne font souvent que trahir : car le poème traduit par le sentiment une émotion, une jouissance de l'âme, une délectation de l'esprit, comme le regard d'un enfant peut dire une vie qui nous appelle de tout son amour.

Chaque être humain reçoit dans son existence une part de mystère, une expérience profonde, qui est *étincelle de l'être*. Chaque humain est appelé à entrevoir cette *lumière de son expérience* dans le silence de ses moments intimes, qu'il passera seul avec lui-même ou avec la poésie. C'est que la poésie aura la charge de refléter pour lui cette lumière de son expérience, qui est lumière de son être, lumière de son intimité, de ses terres intérieures.

Ainsi, le poème va à la rencontre de l'être de tout un chacun, parce qu'il sait parler de l'être, parce qu'il est miroir de sa lumière.

Nous sommes, au plus intime de nous-mêmes, *expérience métaphysique*, j'entends, une expérience de notre être profond et intime. Et le langage poétique, surgissant dans la beauté, nous révèle tout ce que nous aimons retrouver de nous-mêmes, en l'entendant nous parler de nous.

Un poème qui parle de l'enfance parlera à qui aime les enfants, un poème parlant de la solitude parlera à qui aime la solitude, et le poème parlant de la lumière profonde de l'esprit en quête de la Vie, parlera à celui qui cherche sa vie et qui trouve en ce poème la beauté.

L'être se dévoile dans la simplicité, parce que l'être ne **peut** que se donner avec parcimonie et dans le peu. Il ne se donne que dans un sentier, que dans des pas de solitude et de tendresse de celui qui chemine dans l'écoute de son expérience et de sa vie profonde.

Car l'être n'est qu'expérience, car l'être n'est que Vie, car l'être n'est qu'Amour.

C'est ainsi que celui qui s'adonne à l'art, celui-là s'adonne à la beauté, qui finalement est réception de l'être dans son éclat et dans la jouissance des émotions, parfois si simples.

Nous sommes nés obscurs à nous-mêmes, mais ouverts par notre sensibilité et nos émotions au monde du beau. C'est par cette porte que nous pouvons contempler l'être, qui n'est autre que la Source vivante qui se donne à nous lorsque nous voyons resplendir face à nous le beau.

C'est que nos émotions ne peuvent nous tromper. Elles ne nous trahissent jamais : elles nous portent et nous transportent de joie comme de peine. Et lorsque la joie et le sublime s'emparent de notre être, c'est que nous sommes en présence d'un mystère qui nous submerge, c'est

que nous avons rencontré une lumière, une splendeur. Certes, tout peut passer, et parfois, comme une vague, nous pouvons nous retrouver dans le creux, l'instant suivant.

L'important est de poursuivre son chemin, car la poésie peut être aussi silencieuse et souvent les mots qui la font peuvent l'alourdir d'un trop plein...

### TABLE DES MATIÈRES

L'amour pour mes enfants .....	9
Esprit et action.....	13
L'homme et la mort .....	17
L'homme et ses limites spirituelles.....	21
L'homme et l'au-delà.....	25
Considérations sur la paix .....	29
Se guérir de son passé, la force du pardon .....	33
L'estime de soi.....	37
La santé mentale .....	41
L'aide spirituelle .....	45
L'harmonie.....	49
Vivre en plénitude .....	53
Idées sur la paix.....	57
Présence et solitude .....	61
De la confiance .....	65
Directives anticipées et prévention de la rechute.....	69
L'inspiration.....	75

Trouble bipolaire et expérience mystique.....	77
Trouble bipolaire et expérience mystique.....	83
De la diversité des religions .....	87
L'ordre divin .....	91
Le départ .....	95
La joie.....	99
Le service .....	103
Entre père et fils.....	107
La progression vers l'inconnu .....	109
Rendre son cœur plus fort.....	113
L'être et la poésie.....	117

Imprimé en France  
ISBN 978-2-36252-426-4  
Dépôt légal: 4<sup>e</sup> trimestre 2013