

« Yoga, Chemin vers l'Être »

Plutôt qu'une croyance, le chemin vers l'être nécessite une adhésion. Accepter qu'une transformation puisse avoir lieu. Accepter de lâcher nos anciennes certitudes, nos anciennes croyances, sur nous même comme à propos du monde. « Je suis nul, je suis génial, le monde est merveilleux, le monde est décevant, sordide », et toutes les déclinaisons que l'on peut trouver entre ces deux pôles. L'une des constatations de base communes aux différents courants dont il sera question aujourd'hui, que ce soit les chemins proposés par Arnaud Desjardins, Karlfried Graf Dürckheim ou la théorie qui sous tend le Travail au Champ d'Argile, eh bien c'est de constater comme l'un des point de départ de ce chemin vers l'être, que nous ne vivons pas dans « Le monde », mais dans « notre monde ». Nous voyons la réalité à travers nos propres filtres et interprétations, nous voyons notre réalité, a nous, convaincu en même temps que cette réalité, déformée, est la réalité, absolue.

Dans « Hara », Dürckheim nous dit que l'homme agit conformément à son « système du monde ». Dans le Travail au Champ d'argile, l'on parle dans un premier temps, de « mon autre », c'est-à-dire l'autre tel que je le projette. Arnaud Desjardins a vécu l'un des moments clefs de sa sâdhanâ, c'est-à-dire son chemin de transformation spirituelle, quand son maître, Swami Prajnânpad, lui a certifié qu'il n'avait jamais vu Ma Ananda Mayi. Ma était l'une des plus grandes sages de l'Inde du vingtième siècle, et Arnaud avait séjourné auprès d'elle à plusieurs reprises, plusieurs mois au total, réalisé un film sur elle... et son maître, qui savait tout cela, lui dit qu'il ne l'avait jamais vu ! C'est un exemple très fort qui montre la difficulté et la nécessité sur le chemin d'accepter de changer notre point de vue. Castaneda, rapportant les propos de Don Juan, un sorcier yaqui, parlais de changer de point d'ancrage. Devant le visage dépité d'Arnaud Desjardins, Swamiji fini par lui dire : « Vous n'avez jamais vu Ma Ananda Mayi, vous avez vu votre Ma Ananda Mayi ! ».

Voir ce qui est, dire oui à ce qui est et non pas à ce que je projette ou à ce que je voudrais qui soit, changer notre point de vue, sur nous même, les autres, le monde, nécessite une souplesse. Souplesse d'esprit, certes, mais l'on peut penser que la recherche d'une certaine forme de souplesse dans notre rapport au corps, l'entraînement dans une pratique corporelle, telle le

HathaYoga, est aussi un entraînement pour développer cette souplesse d'esprit.

Le monde actuel nous invite sans cesse à développer notre être existentiel, dans un monde de l'avoir et du désir toujours plus grand de l'avoir. Nous sommes dans une véritable fascination de l'avoir. Si j'ai cela, je serai comblé. Mais aussitôt cela acquis, un autre désir apparaît. Sans cesse. Certes, l'être existentiel doit être pris en compte et avoir toute notre attention, de même que ses désirs dont certains ont un réel besoin d'être satisfait. Sinon ce serait du déni et du refoulement. Cela nous invite à une connaissance de nous même qui la encore nécessite d'oser remettre en cause nos croyances et nos rigidités. Qu'est-ce qui est futilité et qu'est-ce qui est fondamental pour moi maintenant et nécessite à ce titre toute mon attention.

Le chemin vers l'Être nous invite aussi et surtout à la rencontre de l'Être essentiel. Cette dimension là de l'être ne se trouve pas au super marché, ni même sur Internet !

Dürckheim nous dit que « le son de l'être essentiel retenti sans cesse », et qu'il s'agit pour nous de nous y accorder. Il s'agit de se travailler soi même comme on cultive un jardin, préparant la terre, semant les meilleures graines possibles. C'est ensuite le soleil et la pluie qui feront pousser la plante jusqu'aux fleurs et aux fruits. Il s'agit de se préparer, de se travailler, de se rendre disponible pour accueillir. Sri Aurobindo nous dit que chaque aspect de nous même doit se préparer à accueillir la lumière divine, jusque dans le plus obscur et le plus dense, y compris sur le plan physique.

C'est sans doute ce qui nous séduit, nous occidentaux, dans le chemin vers l'être proposé par l'orient. Le corps y a toute sa place. Nous sommes dans le chemin de l'unité. Et très concrètement, dans le chemin de l'unité du corps, de l'esprit et du cœur.

Dürckheim nous propose d'aller de la conception du corps que j'ai, celui de l'avoir, au corps que je suis, celui de l'être.

Si, par le passé, il était question d'un isolement pour réaliser le chemin vers l'être, d'un renoncement au monde, il est maintenant question du « yoga dans la vie quotidienne ». C'est aussi une base essentielle des

propositions d'Arnaud Desjardins, du Zen et donc de Dürckheim. La vie quotidienne et l'instant présent, chaque situation, chaque événement de ma vie, le plus joyeux comme le plus douloureux, est à considérer comme la meilleure des opportunités pour avancer sur le chemin.

Ce qui nous importe aujourd'hui, au-delà de connaître et de comprendre le contexte d'origine indienne du yoga, c'est ce qui est universel dans le chemin vers l'être, qui fait que des pratiques traditionnelles telles le yoga ou le Zen, nous parlent aujourd'hui, quelles que soient nos origines.

Le travail sur soi nécessitera souvent de revisiter notre histoire personnelle, pour y éclairer les zones d'ombres et les aspects conflictuels de nos anciens vécus qui, s'ils n'étaient pas pris en compte et mis en mouvement, pourraient constituer une entrave sur notre chemin. Sans cette prise en compte, le risque serait de voir l'ombre se densifier au fur et à mesure de notre cheminement. Tous les aspects de nous même, quels qu'ils soient doivent être mobilisés ensemble sur le chemin.

Je terminerai cette introduction en citant un très beau livre : « Prendre soin de l'Être », sur les thérapeutes d'Alexandrie, commenté par Jean Yves Leloup, citant Philon d'Alexandrie :

« Sans cet amour et cette conscience qui rendent l'homme hospitalier à l'homme et l'invitent à prendre soin de son Être, le monde ne saurait subsister ».

Ceci est plus que jamais d'actualité.

Benoît Saillau
15 mars 2008