

# A chacun ses croyances ! Voici les miennes

## ▣ je ne crois pas à la réincarnation de l'âme.

Je ne suis que poussières d'étoiles ; apparu-né un jour, vivant et mort-disparu.

Juste de passage, comme les milliard de milliards de formes de vie apparues sur terre et même dans l'univers !

Cette forme peut ressentir un état de manque de par ses limites humaines, mais il est possible à certains humains de vivre une complétude, une absence de moi. Soit en permanence (Amma, Jésus, l'éveil, la "libération", la "réalisation de soi"...); soit occasionnellement (samadhi, extase, kundalini, etc.). Mais ce ne peut pas être un but à atteindre qui disqualifierai le présent...

## ▣ je ne crois pas en Dieu, en aucun dieu.

- Dieu est souvent perçu comme une entité extérieure à soi et cette conception coupe de cette intime proximité dont parle le Coran ( Sourate 50 verset 16 ) : « Le Seigneur est plus près de vous que votre veine jugulaire ».

- croire en Dieu n'offre pas une protection contre les aléas ; ce n'est pas un contrat d'assurance sur le destin : risque de confusion avec la confiance qu'un assuré peut avoir dans sa compagnie d'assurance pour le garantir des mauvais coups. Ça peut conduire à des désespérances profondes de nombreux "croyants", fervents pratiquants des rites et règles morales et qui en attendent une protection divine dans cette vie. Le *Livre de Job* des chrétiens parle de ça, jusqu'à la conclusion finale de Job : « Qui suis-je pour connaître tes desseins, Seigneur ? » et rétablir ainsi une vraie relation avec Dieu.

## ▣ je crois en la Vie

Oui, il y a la Vie : un jeu de forces incompréhensibles qui maintiennent l'univers en équilibre et pourtant en perpétuel changement. Il y a des mécanismes environnementaux, mécaniques, biologiques, psychologiques, chimiques, etc. ; des attractions-répulsions inconscientes. Tout cela est la Vie dont je suis une forme. La Vie fait que je vis !

Je sais que ces mécanismes de la Vie sont mystérieux et que ça dépasse totalement ma petite personne. La Vie n'est pas "bonne" ou "pas bonne". La Vie n'a pas d'intention, de projet.

La Vie EST. Point.

La Vie continue, quoi qu'il advienne... Même au-delà de la Terre, la Vie continuera.

Il n'y a donc plus qu'une seule possibilité : **accepter tout ce que la Vie propose, quoiqu'il advienne...** Accepter tous les jeux de la vie : les bonheurs, les tristesses, les souffrances,... toutes les "bulles" de la Vie. Tenter de rester paisible quoiqu'il advienne...

Il faut s'abandonner au mystère de la Vie, au flux de la Vie : ce n'est pas moi qui décide, **je m'en remet à la Vie.**

Comme un chrétien peut dire : « Je suis dans la main de Dieu », je dis « **Je suis dans la main de la Vie** ».

« Le Seigneur est avec moi » devient « **La Vie est avec moi** ».

« Si Dieu le veut », Inch'Allah (de l'expression arabe *إن شاء الله* *In Shaa Allah* ) devient « **Si la Vie le veut** ».

### ▣ **je crois à l'âme et au pouvoir de la méditation.**

Il y a, au delà de l'expérience de ce corps, de son implication dans le monde (travail, famille, amis, loisirs, etc.), au-delà du changement permanent qui nous traverse, une part de nous qui est stable, véritable, permanente parce qu'elle est reliée à beaucoup plus grand. Mais cette part est confinée dans le corps, dans ses désirs, par ses sens (odorat, vue, ouïe, etc.).

Que restera-t-il quand les drames de la vie nous touchent, quand la maladie survient, quand le corps part "en sucette", quand les liens forts auxquels on s'attachait disparaissent ?

La philosophie, la spiritualité nous désenchaînent de ce corps. Cette dé-liaison corps/âme nous ré-ancre dans la part d'universel en soi : cet espace toujours disponible et paisible parce que relié à beaucoup plus grand, à un mystère qui nous dépasse, à une énergie universelle.

En fait, il n'y a donc pas de différence entre le corps et l'âme :

▣ l'âme en moi est la part d'universel en moi. L'âme, c'est ce qui me relie à toutes les formes de vie : le non-humain animal, végétal, minéral ; le cosmos ; etc. L'âme entre en empathie avec la vie, avec toutes ses formes.

▣ le corps, ce sont des milliards de cellules qui vibrent à l'unisson de l'univers ; percevoir en soi la pulsation, le pétilllement, la Vie !. C'est gai, c'est vivant !

### **Méditation...**

▣ Par la méditation, il est possible de tenter de ressentir cette connexion : ressentir que le pétilllement de mes cellules me rapproche du pétilllement des cellules de Deven, mon ami sage mauricien ; me rapproche de l'énergie des cellules d'une tortue marine ou du scintillement des étoiles... Tentative d'empathie, de dépassement de l'égo, de communion spirituelle en quelque sorte...

▣ Parole d'un Maître bouddhiste : "Installez-vous dans la Paix, là où même les cellules sourient".

Idem : "Je m'installe dans la Paix, là où les cellules sourient, là où la Lumière rayonne, là où les étoiles scintillent".

▣ La connexion à cet espace intérieur, à ce point d'ancrage indestructible, le cœur, l'âme, la paix en soi peut se cultiver par la pratique de la méditation, la prière, la contemplation et tout ce qui nourrit l'âme. S'asseoir dans la nature (il y a même des lieux particulièrement propices : sommets de montagnes, grottes, bords de rivières) ou chez soi ; se mettre en harmonie avec tout ce qui est autour, chercher l'unité avec le Tout, honorer la vie..

▣ Observer ce corps et les pensées qui le traverse que comme des formes passagères de la Vie ! Ne pas s'y accrocher, laisser passer...

## ▣ je crois que l'homme est un animal parmi d'autres au milieu du cosmos.

Notre culture nous a coupé de cette adhésion au vivant.

Pourtant la frontière est très mince entre le monde intérieur d'un humain (émotions, ressentis) et le monde naturel qui l'entoure : le non-humain animal, végétal, minéral ; le cosmos ; etc. Les humains sont en "connivence originelle avec les autres manifestations de la vie" (Claude Lévi-Strauss, anthropologue).

Les peuples premiers vivent cette unité de tout ce qui est : humains, animaux, végétaux, minéraux et aussi entités invisibles, âmes des ancêtres, etc.

Salutation Lakota : « o mitakuye oyasin » qui signifie « Je suis parent avec tout ce qui existe ». Voir, ressentir cette immersion dans le Tout. Tout est la Vie et la Vie est en tout.

## ▣ je crois que chaque être à une coloration unique, un parfum unique à exhaler.

Et c'est un **devoir d'humanité** de développer cette qualité d'être, cet amour.

**Cette forme de vie UNIQUE que je suis à le devoir d'exhaler son parfum UNIQUE.**

Oui, je me dois de participer à l'exubérante richesse du vivant !

Pour cela, j'ai à **écouter ce qui me fait vibrer et qui pourra élever mon âme.**

Cette présence est attendue par tous mes proches : parents et amis ; je ne dois pas me retirer de la communauté humaine !.

## ▣ je me méfie du mental

Le mental ment, irrémédiablement... Avec la primauté de la pensée, l'homme "moderne" cherche à expliquer, à comprendre. Effets technologiques, scientifiques évidents. Mais, plus cette capacité est grande et plus les humains se débranchent du sensible, inventent des concepts, se racontent des histoires et se mettent à vivre en fonction d'elles plutôt qu'en fonction de la réalité perçue.

▣ Exemples : légendes, mythes, religions - dieux, idéologies, "liberté", "démocratie", etc.

▣ Exemple : Lénine puis Staline ou Mao ne font que plaquer (de force...) sur la réalité de leur pays des concepts issus de la pensée communiste.

Il y a donc une nécessité d'alléger le conscient-inconscient de tout ce qui traduit :

▣ la toute puissance de l'homme "moderne" sur le vivant : "maître et possesseur de la nature" ; **un super-prédateur très dangereux pour l'équilibre général des écosystèmes.**

D'où une prédation de tout le non-humain : élevages intensifs d'animaux, destruction de la faune sauvage terrestre et marine, destruction des espaces naturels et en particulier des forêts, exploitation sans limite des ressources du sous-sol, etc.

D'où une domination-destruction de tous les autres humains jugés "non-civilisés" : chasse aux Indiens, aux peaux noires, ethnocide, colonisation, esclavage moderne, etc.

▣ l'approche intellectuelle débranchée du sensible, déconnectée du Voir.

Cette "connivence avec les autres manifestations de la vie" dépasse l'intellect : par exemple, il est possible de communiquer avec le corps avec des tortues marines, des dauphins ou des cachalots : réaliser des vrilles, danser, etc.

Ce qui aide : **Penser moins !** Pas de commentaire de ce qui est.

+ d'attention aux ressentis, aux sensations, aux émotions et à tout ce qui nourrit l'âme,

+ de présence à ce que la vie propose, émerveillement devant les formes de la Vie.

"Il n'y a plus rien à faire, plus rien à penser... plus qu'à être." Jacotte Vérillon

"Il n'y a plus rien à attendre... plus qu'à ressentir."

**Le vrai Amour** c'est d'être et de disparaître ; devenir conducteur de... L'amour n'est rien d'autre que la vision de l'inséparabilité des choses ; de l'unicité dans la multiplicité.

Il s'agit alors d'essayer de réussir le geste le plus harmonieux pour l'ensemble même si c'est désagréable pour moi, même si je n'en suis pas bénéficiaire.

Il peut être utile de discerner ce qui est **convenable**, c'est à dire adapté aux conventions du monde dans lequel je vis... Mais je ne peux pas savoir si cette action est juste du point de vue de l'ensemble. Je peux ressentir un sentiment temporaire de satisfaction, d'empathie, d'harmonie ; mais je ne peux pas savoir comment cette action influe au final sur le Tout...

**Oui à ce qui est.** Pour moi, c'est cet abandon pur et sincère au Tout, à la Vie.

Le « Oui ». **Avoir un Oui d'avance !**

Tout devient d'une grande simplicité... C'est le seul moyen pour rester en Paix

Comme élément du Tout, je suis impuissant mais ça ne m'empêche pas d'avoir des désirs et de poser des actes pour que ça change, mais c'est "peut-être oui" - "peut-être non" !

***"La gamberge sans moi !"***

***Daniel Morin-disciple d'Arnaud Desjardins***

***Les pensées positives vous procurent du plaisir, les pensées négatives de la souffrance. L'état libre des pensées vous donne la paix.***

***Shri Chandra Swami***

Librement inspiré par Deven, un ami-sage mauricien ainsi que par Daniel MORIN « Où est le problème » - Éditions Accarias - L'Original.

Me contacter : [laurent.besset@wanadoo.fr](mailto:laurent.besset@wanadoo.fr) - Votre avis m'intéresse !