

Chemins de la sagesse

Nous allons évoquer quelques uns des chemins qui explorent, paradoxalement, à la fois une connaissance et une libération de soi-même. En effet, avec des formulations qui diffèrent, c'est ce qu'enseignent, pour ceux qui s'engagent véritablement dans ce voyage intérieur au-delà de l'attachement aux dogmes, quasiment toutes les voies spirituelles et écoles philosophiques. Cette quête est probablement la plus grande aventure qu'il est permis d'accomplir au cours d'une existence. Et en même temps, nous devons constater qu'il s'agit là des « chemins les moins fréquentés », tant les résistances psychologiques personnelles et /ou culturelles, surtout dans l'occident moderne, mais aussi les déviances de certains « faux maîtres » ou encore les fléaux du sectarisme et de divers intégrismes religieux, ont pu unir objectivement leurs forces de répulsion.

Dans tous les cas cette question requiert beaucoup d'humilité, aussi bien en ce qui concerne l'authenticité de notre quête, que vis-à-vis de la possibilité même d'accéder à la sagesse. Dans la plupart des cas c'est à partir d'un manque essentiel, d'un désir ou d'une amitié (philia) de la sagesse (sophia) qu'il s'agit, c'est-à-dire une orientation vers la vie philo-sophique, et de nombreux philosophes de l'antiquité ont porté témoignage de ce chemin du désir de la sagesse, certains ont été reconnus comme des sages, même s'ils ne se désignaient généralement pas ainsi eux-mêmes, tel Socrate qui ne se présente pas comme un sage, encore moins comme celui qui sait, mais « sachant qu'il ne sait pas », comme un amoureux de la sagesse : *« Enfanter en sagesse n'est point en mon pouvoir, et le blâme dont plusieurs déjà m'ont fait opprobre, qu'aux autres posant questions je ne donne jamais mon avis personnel sur aucun sujet et que la cause en est dans le néant de ma propre sagesse, est blâme véridique. La vraie cause, la voici: accoucher les autres est contrainte que le dieu m'impose; procréer est puissance dont il m'a écarté. Je ne suis donc moi-même sage à aucun degré et je n'ai, par devers moi, nulle trouvaille qui le soit et que mon âme à moi ait d'elle-même enfantée. »*

Mais il dit aussi : *« Par ailleurs, les ignorants ne philosophent pas et ne désirent pas devenir sages : car c'est cela le malheur de l'ignorance que de croire être beau, bon et sage alors qu'on ne l'est pas. Celui qui n'est pas conscient d'être privé d'une chose ne désire pas ce dont il ne croit pas avoir besoin. »*

Nous aurons l'occasion d'approfondir ailleurs cette « philosophie pratique » que nous a léguée l'antiquité, mais aussi d'explorer d'autres philosophies axiales, telles que les désigne le philosophe Jaspers. En particulier celles qui nous viennent de l'Orient (principalement : la philosophie indienne non-dualiste, le bouddhisme, le taoïsme, le confucianisme) ; comme signe de concordance, voici une citation du philosophe taoïste Tchouan Tseu : *« Je ne connaissais du Tao que ce que peut en connaître une mouche à vinaigre prise dans une cuve. Si le maître n'avait pas soulevé le couvercle, j'aurais toujours ignoré l'univers dans son intégralité grandiose. »*

Avec ce rappel à l'humilité nous n'allons pas prétendre aborder, telle une encyclopédie, la diversité des voies, mais écouter certains témoins de cette sagesse exercée et leur inscription dans une tradition : *« Les chercheurs d'absolu jouent leur rôle de témoins selon deux mouvements inverses et complémentaires : vers l'amont, ils se rattachent à une tradition ; vers l'aval, ils sont des sources ou des modèles. Si l'expérience de sagesse est éminemment subjective, si elle naît au plus intime de l'être, elle se reconnaît des antécédents. Même les grands réformateurs qui souhaitent apporter des changements radicaux retournent au point d'émergence d'une révélation qui les a précédés ou bien cherchent à interpréter d'autre manière le fonds culturel antérieur. Cependant, cette réanimation vécue d'un héritage n'a de sens que si elle s'adresse à d'autres esprits : témoigner, c'est s'efforcer de rendre communicable son propre cheminement. Cette volonté définit le maître comme intermédiaire*

et transmetteur, même s'il est aussi l'homme de la rupture au nom de l'essentiel. » (*Le Livre des sagesse – l'aventure spirituelle de l'humanité* - sous la direction de Frédéric Lenoir et Ysé Tardan-masquelier, Ed. Bayard, 2002)

Pour nous, le critère de choix des « chemins » esquissés relève d'au moins trois facteurs : le premier, évidemment très subjectif, est relatif à notre connaissance, même partielle, de ce (et ceux) dont nous allons parler et le sentiment que nous avons de l'authenticité de leur transmission ; le deuxième facteur est le lien reconnu de ces approches avec le « travail psychologique », et le troisième facteur, est à la fois la garantie qu'apporte l'inscription dans une lignée spirituelle et l'ouverture à d'autres approches et à d'autres témoins de la sagesse, atténuant la tentation en chacun au prosélytisme.

Parmi ces « chercheurs de vérité », l'un d'entre eux, mais ce n'est évidemment pas le seul, répond d'une manière évidente à tous nos critères, il s'agit d'un « maître » français contemporain ayant accompli son chemin spirituel principalement dans le cadre des philosophies orientales, sans renier son enracinement chrétien.

Arnaud Desjardins et le Yoga vers le Soi

D'abord réalisateur de films sur les grandes traditions de l'Orient, de 1959 à 1973, que la télévision a diffusés dans les années soixante avec un grand retentissement, Arnaud Desjardins a d'abord effectué un parcours de vingt cinq années de quête spirituelle au sein des groupes Gurdjieff, dans des monastères chrétiens, auprès des bouddhistes tibétains, des soufis d'Afghanistan, du maître Zen Taisen Deshimaru, auprès de plusieurs sages de l'Inde, Swâmi Ramdas et surtout Mâ Anandamayi. Aujourd'hui reconnu comme une authentique figure de la spiritualité en Occident, il transmet depuis 1974, l'enseignement qu'il a lui-même reçu auprès de son maître indien Swâmi Prâjnâpad.

Swami Prâjnâpad, brahmane héritier de la grande tradition religieuse hindouiste, était un maître particulier : de formation scientifique universitaire, il réconciliait science et tradition ; il alliait expérience directe (il était très proche du bouddhisme) - sans aspect dévotionnel, rituel ou traditionaliste -, et chemin spirituel rigoureux, ancré dans la relation de maître à disciple. D'une grande curiosité intellectuelle, il admirait Freud - qui pour lui avait la même quête que les chercheurs spirituels, la recherche de la vérité - et ses découvertes sur l'inconscient, et ainsi a pu proposer la pratique des *lying*, inspirée de la psychanalyse, à ceux de ses disciples pour lesquels un travail sur l'inconscient était nécessaire. Il utilisait ainsi la psychanalyse dans laquelle il voyait le chaînon manquant permettant de rendre concrètes et expérimentales les vérités – comprises trop souvent de manière intellectuelle – des *Upanishads* et de l'*Advaita Vedanta* (vedanta de la non dualité).

Il a désigné son approche sous le nom d'*Adhyatma yoga, yoga vers le Soi*.

Arnaud Desjardins, quant à lui, se trouve situé à un carrefour entre l'Orient et l'Occident, entre les voies orientales et le christianisme, entre la spiritualité et la psychologie, entre l'homme religieux et l'homme dans le monde, et son enseignement en est une forme de synthèse. Il vit aujourd'hui en Ardèche, où il se consacre, avec des collaborateurs, à témoigner et transmettre ce qui lui a été enseigné.

Il a écrit une vingtaine d'ouvrages publiés aux éditions *la table ronde*.

Voir par exemple : *Les chemins de la sagesse, À la recherche du Soi, Le vedanta et l'inconscient, Au-delà du moi* :

Le yoga vers le Soi est fondé sur quatre piliers (en conservant certains termes en sanskrit) :

-1) **La connaissance**, science du *vedanta Vedanta vijñana*, : c'est l'aspect métaphysique de l'enseignement, mais qui a une valeur concrète et peut être mis en pratique. Il repose sur les notions fondamentales de l'hindouisme, et particulièrement le *jñana yoga*, yoga de la Connaissance : « ... c'est celui de la connaissance de la Réalité, (Cette Réalité est **sat**, **chit**, et **ananda**... On traduit **sat** par être, **chit** par conscience et **ananda** par béatitude) c'est-à-dire

*de Cela qui est en soi, qui ne dépend de rien d'autre que de soi-même, qui n'a ni commencement ni fin, de Cela qui n'est jamais né, n'est pas formé de quoi que ce soit, n'a pas d'histoire, « non-fait, non-devenu, non-composé », infini, non pas immensément grand mais ni grand ni petit, immuable. C'est ce qu'on a appelé le **Brahman**, l'**Atma**, la **Nature-de-Bouddha**, et la **Vie éternelle** ou le **Royaume des Cieux** ... Cette Réalité, dont le jnana yoga nous donne la connaissance, si elle est ce que je viens de décrire, pulvérise complètement la distinction, essentielle pour nous, entre moi et ce qui n'est pas moi..... C'est avec la **buddhi**, la vraie intelligence, (et avec viveka, la discrimination), que cette connaissance peut être non pas acquise, mais accomplie...La Connaissance se confond avec l'être. Ce n'est pas une connaissance qu'on a, c'est une connaissance qu'on EST. » (A.D., *Le vedanta et l'inconscient*).*

- 2) **La libération de l'emprise toute-puissante du mental, Manonasha.** Ce n'est pas la destruction de l'intellect, mais l'aspect d'effort incessant de vigilance, pour vivre consciemment la réalité de l'instant présent, dans le « **ici et maintenant** ». Il s'agit de discerner les interférences avec la réalité que représentent les projections déformantes avec leur cortège d'émotions, de vœux et d'imaginaire, qui sont alors du ressort de l'exploration de l'inconscient et de l'anamnèse (*chitta shuddi*), dans une seconde manière, plus proche des psychothérapies, d'aborder le monde psychique. Le mental pourrait se résumer à la pulsion d'appropriation du monde et de la vie, à l'« avoir », pour les intérêts d'un égo névrosé « moi seulement ». « *« Ici et maintenant », c'est la parole des maîtres zen, c'est le « hic et nunc » du latin, c'est le non-mental. Et « ici et maintenant », personne ne peut y être pour vous, mais vous, vous pouvez y être. Abandonnez le passé, abandonnez le futur, n'écoutez aucun des arguments que le mental va vous donner pour compromettre votre effort ; l'instant est là, il vous est donné, le mental peut le couvrir mais ne peut pas vous le voler et c'est cet instant qui est votre chance, qui est la totalité de votre chance et qui est votre seule chance* ».

- 3) **L'écoute de l'inconscient, Chitta shuddhi,** (littéralement purification des mémoires): « *Il n'y a de vision juste, d'absence de peur, de capacité à aimer et d'action juste, que dans la réunification de l'inconscient et du conscient* ». Il s'agit donc ici d'explorer toute sa subjectivité, par une psychothérapie, une analyse ou le lying, pratique qui permet de vivre ce qui ne l'a pas été dans le passé, émotionnellement, et qui a maintenu ce passé en vie en soi, sans qu'il puisse être reconnu, digéré, traversé, et qui constitue alors un blocage, un malaise, une souffrance, un symptôme. Le lying n'est pas une technique codifiée mais, selon les individus, il peut prendre une forme verbale ou une séance proche du « cri primal » : le lying peut être une mise en pratique de la non-dualité, en étant totalement un avec ce qui vient, et peut ainsi libérer des projections sur la Réalité.

- 4) **L'écoute du désir et le travail de discernement, Vasanakshaya,** (l'érosion de l'emprise des désirs) : c'est le principal pilier de cet enseignement, car c'est le plus engageant dans sa propre existence, dans la fidélité à soi-même et à son authenticité, en écoutant et reconnaissant ses peurs et ses désirs, car « *seules les vérités peuvent conduire à la Vérité, jamais les mensonges* ». Il va « *comprendre deux aspects, reconnaître et intégrer toutes les demandes qui sont en vous, et tenter consciemment de satisfaire celles qui peuvent l'être.....avec courage et ajustement aux situations : « Soyez fidèle à vous-même tel que vous êtes situé (intérieurement et extérieurement) « ici et maintenant »* ». Pour être libre des désirs, il s'agit de ne plus les réprimer ou les refouler, car « *seule la totalité de vous-même peut progresser sur le chemin* ».

Dès lors que l'on s'engage sur un tel sentier, devenant disciple des situations (externes et internes), il n'y pas d'évènement, d'état d'âme, de crise, de maladie, d'échec ou même d'accomplissement heureux, qui ne puisse participer à l'affinement de la compréhension

intime du chemin spirituel, et ainsi, chaque situation est en même temps une pierre du chemin et la possibilité de la réalisation du but, « toujours déjà là » : être un avec ce qui est.

Karlfried Graf Dürckheim et la thérapie initiatique

Un autre exemple de « maître spirituel » quasi contemporain peut être évoqué comme réalisant une autre forme de synthèse personnelle (et impersonnelle !) : il s'agit de Karlfried Graf Dürckheim, qui, à partir d'une formation de philosophe et un parcours l'ayant confronté aux deux guerres mondiales et à une captivité au Japon, a été amené à conjuguer dans son approche de la « *thérapie initiatique* », les sagesses concordantes de Lao-Tseu le maître du Tao, du bouddhisme Zen, des enseignements du mystique rhénan du XIII-ième siècle maître Eckhart, de certains enseignements de la « philosophie éternelle » (pour reprendre le terme d'Aldous Huxley), et de la psychanalyse jungienne. Pour donner un aperçu de sa démarche écoutons quelques citations :

« La psychologie se trouve encore au début de son développement. Les quelques écoles qui dominant aujourd'hui le domaine de l'analyse se renouvellent, leurs doctrines sont remplacées par d'autres. Cette évolution correspond, d'une part aux progrès des connaissances théoriques, d'autre part à la direction dans laquelle s'engage l'homme d'aujourd'hui grâce à l'éveil d'une nouvelle conscience essentielle.... Aujourd'hui les bases théoriques des méthodes thérapeutiques dépendent encore d'une perspective presque exclusivement psychologique ; les thérapeutes - se croyant complètement éclairés par leur propre analyse - ne voient pas suffisamment le fondement métaphysique et essentiel de l'existence. Là réside un grand danger ; seule compte la surface psychique, la biographie des individus. La prédominance d'une pareille psychologie ne favorise pas l'épanouissement de l'Être. On oublie par trop facilement que le moi et ses produits, par exemple ses retenues à l'égard des pulsions vitales, ne sont pas seulement le rempart derrière lequel se cache quelque chose qui s'oppose à l'Être et qui doit être vaincu mais aussi la châsse qui protège le centre sacré contre le monde hostile et contre ses propres tentations. Le danger d'une mécompréhension de la part du thérapeute n'est pas écarté même lorsque le noyau essentiel est inclus dans son concept du Soi, qui représente l'intégration du noyau essentiel avec le personnage existentiel. Ce qui importe est de distinguer nettement l'être essentiel métaphysique et non conditionné dans sa dignité propre et absolue, de tout ce qui, dans le Soi, aussi bien individuel que collectif, est constitutionnel, biographique ou héréditaire, donc relatif et conditionné. La résistance du patient est légitime si elle intervient aussitôt que le centre sacré de son Être irréductible et absolu est visé et mesuré en catégories qui appartiennent exclusivement à la sphère analysable, donc externe.

Il est indéniable que maintes valeurs morales et maintes représentations religieuses sont des créations arbitraires et des fixations malsaines du moi, et comme toutes « façades » sont destinées à être mises en question et finalement dissoutes. Mais ici, il s'agit d'être très prudent. Car bien souvent de telles valeurs ne sont pas seulement des représentations imaginaires du sacré, mais correspondent vraiment à notre être authentique. La « belle façade » qu'arbore un homme, comparé à ce qu'il est, peut refléter souvent aussi un aspect véritable de son être profond, en sorte que la « tenue » à laquelle il se sent appelé correspond aussi à la promesse qui réside en son être, c'est-à-dire dans une ambition fondée elle-même dans l'être profond, et qui anticipe la croissance intérieure... Le garçon qui se conduit comme un adulte n'est effectivement pas encore celui qu'il joue et se croit être. Et pourtant, ce jeu n'est pas un simple mensonge, mais le reflet d'une vérité virile à venir, et le modèle de ce qu'il lui est imposé de réaliser. C'est le prélude à la réalisation de son être...

On démolit facilement un récipient dont on ignore le contenu. Il y a souvent plus de vérité et une mesure humaine plus juste dans une forme traditionnelle qui freine les instincts primitifs, que dans le prétendu réalisme qui « déchaîne » inconditionnellement le moi naturel. Le

thérapeute doit certainement aider à dissoudre une déformation psychique qui se révèle une identification avec une image non encore intégrée, empêchant l'être de se manifester. Mais il doit analyser cette identification afin de reconnaître si elle n'est pas une préfiguration de l'être profond...L'être de l'homme – donc de tous les hommes – est le mode par lequel l'homme participe à l'Être universel, qui, à son tour, représente la grande Vie dans la petite vie, donc l'être incorporé dans le soi tendant à une manifestation existentielle dans le Soi véritable. Si le thérapeute parvient, à travers les ordres et les désordres de l'existence de son patient, à atteindre et à toucher son être, il aura toutes les chances de libérer « le courage vers l'Être » enraciné dans la substance du Soi, et de libérer dans le patient lui-même une force salvatrice ; cela ne se réalise pas en un processus psychique analytique mais en une percée métaphysique qui ordonne la réalité existentielle à nouveau, selon la vérité de l'être essentiel. Cette conversion peut arriver comme un coup de foudre. L' « analyse » qui doit se contenter d'éclaircir la situation par rapport au psychisme conditionné, sera alors complétée par la « catalyse » qui éveille la conscience de l'Être essentiel...

*L'Être de l'homme ne s'éveille pas de lui-même, mais échelon après échelon, par des réponses à des appels.... La percée de l'être est une grâce, incontestablement. On ne peut pas la provoquer. Mais on peut préparer le terrain qui la rendra possible. » (K.G. Dürckheim, *La percée de l'Être ou les étapes de la maturité*, Le courrier du livre, 1971 pour la traduction en français, de l'édition originale de 1954)*

Evidemment nous ne pouvons donner ici qu'un bref aperçu du chemin proposé par Dürckheim, essentiellement basé sur l'exercice, même s'il a écrit de nombreux ouvrages.

Le centre de retraites qu'il a créé dans les années cinquante et animé avec son épouse Maria Hippus à Rütte en Forêt Noire, jusqu'à sa mort en 1988, était un lieu d'entretiens et de pratiques avec plusieurs collaborateurs conjuguant divers exercices. Que ce soit l'assise silencieuse selon la tradition du Zen ou d'autres techniques orientales comme le tir à l'arc ou l'*ikebana* (l'art japonais des bouquets), et plus proche de la psychologie, le dessin méditatif et la *leibthérapie* (le toucher de l'Être). A notre connaissance plusieurs de ses disciples, outre tous ceux qui ont été profondément marqués par sa rencontre, poursuivent directement son enseignement, au moins deux à notre connaissance ont récemment publié un ouvrage témoignant de cette pratique : en Allemagne, Wolfram Helke « *Toucher l'âme par le corps* », Le Souffle d'or, 2005 ; en France (au centre Dürckheim de Mirmande dans la Drôme), Jacques Castermane, « *La sagesse exercée* », Ed. La Table Ronde, 2005.

↳ www.association-chemins.fr