

**COLLOQUE DE RECHERCHE  
EN ABANDON CORPOREL  
2007**

**LES SPIRITUALITÉS  
ET  
LE SPIRITUEL**

**LES RECHERCHES DE SENS  
ET  
LE SENS QUE L'ON EST**

**SAINTE-MARGUERITE-ESTÉREL  
23, 24, 25 et 26 août 2007**

ISBN 978-2-9810391-0-1

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2008

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2008

## TABLE DES MATIÈRES

<b>INTRODUCTION</b>	<b>7</b>
<i>Le comité organisateur du colloque 2007</i>	
<b>LE SPIRITUEL ET LES INSTITUTIONS</b>	<b>9</b>
« SPIRITUEL » ET INSTITUTION .....	11
<i>Gérard Quintin</i>	
UNE BRÈVE HISTOIRE DE DIEU.....	17
<i>Marcelle Maugin</i>	
À PROPOS... DE VÉRITÉ, OU DU CORPS QUE L'ON EST COMME MATIÈRE D'ÊTRE .....	21
<i>André Stark</i>	
UNE RECHERCHE À MAINS NUES .....	33
<i>Clémence Dubé</i>	
<b>EXPÉRIENCES SUBJECTIVES ET INSTITUTION</b>	<b>39</b>
EXPÉRIENCES SPIRITUELLES : SYNTHÈSE ET RÉSUMÉ .....	41
<i>Renate Oppikofer</i>	
DE L'« HYPER-RATIONALITÉ » À UNE COMPRÉHENSION PLUS HABITÉE DU MONDE DIVIN .....	45
<i>Philippe Pellaumail</i>	
L'INVOLONTAIRE : C'EST DIEU QUI CHERCHE À SE CONNAÎTRE (CO-NAÎTRE)!!!...???	53
<i>Colette-Madeleine Casier</i>	
SPIRITUEL ET SPIRITUALITÉ, DÉTERMINISME ET SUBJECTIVITÉ .....	59
<i>Claude LaRochelle</i>	

<b>LE CHOC DE L'AUTRE : POSSIBILITÉ D'INTERDÉPENDANCE</b>	<b>65</b>
RÉFLEXION SUR L'AMOUR .....	67
<i>Lyse Latraverse</i>	
LA SUBJECTIVITÉ COMME VÉRITÉ : UNE EXPÉRIENCE HUMAINE ET RISQUÉE .....	73
<i>Yveline Defour</i>	
LE SPIRITUEL EN DÉMARCHE ONTOLOGIQUE : QUAND LE « PLUS GRAND » EST TOUCHÉ PAR LE « PLUS PETIT » .....	79
<i>Jimmy Ratté</i>	
<b>PARCOURS : À LA RECHERCHE DE SOI</b>	<b>85</b>
DE LA RELIGION À LA RECHERCHE DE L'ÊTRE SPIRITUEL .....	87
<i>France Lussier</i>	
DANSE ET SPIRITUALITÉ : LA RECHERCHE DU SPIRITUEL À TRAVERS LA DANSE .....	91
<i>Annapaola Lovisolo</i>	
CHRONIQUES DU SPIRITUEL ET DU SENS .....	99
<i>Michel Delacroix</i>	
<b>RECHERCHES ET INTÉGRATION</b>	<b>103</b>
DE LA RELIGION AUX SPIRITUALITÉS ORIENTALES .....	105
<i>Gisèle Legault</i>	
LA DIMENSION DE L'IMAGINAIRE ET L'IMAGINATION .....	109
<i>Jean-Michel Atlani</i>	
ALLEZ AU DIABLE! .....	123
<i>Simone Atlani</i>	
LE TEMPS DE SE RECEVOIR.....	129
<i>Gilles Deshaies</i>	

<b>LA DÉMARCHE COMME ACCÈS AU SPIRITUEL</b>	<b>135</b>
<b>LA SPIRITUALITÉ : UN EXIGEANT CHEMIN VERS LA RENCONTRE,     CO-NAISSANCE DE SOI ET DE L'AUTRE.....</b>	<b>137</b>
<i>Monique Saint-Jules</i>	
<b>AU-DELÀ DE LA CONFUSION : HABITER SON DENSE POUR QUE ÇA     DANSE AVEC L'AUTRE .....</b>	<b>145</b>
<i>Chantal Tricoire</i>	
<b>ÊTRE UNE BONNE EXPÉRIENCE POUR L'AUTRE .....</b>	<b>151</b>
<i>Yvon Blais</i>	
<b>L'INCONTOURNABLE DE LA MORT, L'INCONTOURNABLE DE LA VIE</b>	<b>155</b>
<i>Murielle Plamondon</i>	
<b>L'INCONTOURNABLE DE SOI : IMPASSE ET OUVERTURE</b>	<b>159</b>
<b>FRAGMENTS PSYCHOTIQUES ÉVEILLÉS DANS LE RAPPROCHEMENT :     PARADOXE D'UNE DÉLIVRANCE .....</b>	<b>161</b>
<i>Pierre-Paul Poirier</i>	
<b>DE L'ABSENCE... À SOI.....</b>	<b>165</b>
<i>Brigitte Ortiz</i>	
<b>LA SPIRITUALITÉ D'OÙ JE VIENS, D'OÙ JE VAIS, ET D'OÙ JE SUIS.....</b>	<b>171</b>
<i>Hubert Massé</i>	
<b>LE SPIRITUEL, C'EST NOUS! .....</b>	<b>177</b>
<i>Karin Seeley</i>	
<b>À L'ÉCOUTE DU SILENCE</b>	<b>181</b>
<b>VARIATIONS SUR LE THÈME DU SILENCE.....</b>	<b>183</b>
<i>Richard Boutet</i>	
<b>JE SUIS .....</b>	<b>193</b>
<i>Madeleine Turrettini Reverdin</i>	
<b>L'INNOMMABLE DU SPIRITUEL .....</b>	<b>199</b>
<i>Marie-Stella Denat</i>	

<b>QUÊTES DE SENS, QUÊTE DE SOI</b>	<b>209</b>
L'INTERSTICE DU MANQUE : PASSAGES ENTRE L'ORGANISATION D'ÊTRE ET LA CONDITION DE L'ÊTRE .....	211
<i>René Pelletier</i>	
LA MISE EN ABYME II : LE RAPPORT D'ÉLIMINATION, DU MEURTRE AU MANQUE, PORTER L'ABSENCE .....	219
<i>Denis Matthey-Claudet</i>	
L'INTERMITTENCE : UN INCONTOURNABLE DU MOUVEMENT CORPOREL EN QUÊTE DE SPIRITUEL .....	225
<i>Jean-Yves Levasseur</i>	
L'AVENIR DE L'HUMANITÉ : ESPOIR OU DÉSESPOIR .....	233
<i>Roch Pelletier</i>	
<b>QUAND LE VIVANT ET LE MORTEL SE CONFONDENT</b>	<b>237</b>
SE RECEVOIR : UN RISQUE RÉEL DE VIE, DE MORT .....	239
<i>Micheline Dalpé</i>	
L'IMPOSSIBLE / POSSIBLE : UN PARADOXE, UN MOUVEMENT .....	245
<i>Anne-Marie Lauterburg</i>	
EN TENTANT D'ÉCRIRE SUR LE MAL .....	249
<i>Jacqueline Comeault</i>	

# INTRODUCTION

## Le comité organisateur du colloque 2007

Ce thème du spirituel, qui nous est apparu si complexe et exigeant au départ, s'est révélé d'une grande richesse au fur et à mesure que nous l'avons approfondi.

Nous restons touchés de la mobilisation qui a été possible autant dans l'organisation du colloque que dans le colloque lui-même et ce, grâce à l'engagement des participants au colloque, à l'implication des écritures et à l'aide apportée par tous ceux qui ont collaboré à l'organisation.

Le DVD inclus dans ces actes reprend la conférence d'ouverture du colloque. Cette conférence est le fruit d'un long processus dont le point culminant fut une fin de semaine de réflexion avec Aimé Hamann. La préparation de ce DVD nous a d'emblée plongés dans la réflexion et nous a soutenus dans toute la préparation du colloque.

Vous trouverez dans ces actes une écriture qui nous a beaucoup touchés tout au long du colloque. Une écriture abondante, diversifiée et engagée qui reflète la subjectivité des auteurs et qui rejoint la subjectivité de chacun.

Ces actes sont constitués de chacun des textes tels qu'ils ont été présentés au colloque, sans que le comité organisateur ne les ait revus et corrigés. Le comité n'a donc pas assumé une fonction d'édition mais plutôt une fonction de publication. Il convient ici de remercier Gilles Desmarais et ses proches collaborateurs pour tout leur travail dans la publication de ce document.

Nous espérons que les textes et le DVD poursuivront cette rencontre et continueront à stimuler l'écriture pour le colloque à venir.

Francine Chabot  
Jacqueline Comeault  
Renée Dauphinais  
Roch Pelletier  
Pierre Poupart

Janvier 2008



## **LE SPIRITUEL ET LES INSTITUTIONS**

**Modératrice : Lorraine Lavallée-Desmarais, Ottawa**



# « SPIRITUEL » ET INSTITUTION

Gérard Quintin

gerardquintin@hotmail.com

## Les spiritualités et le « spirituel »

De quoi parle-t-on lorsqu'on utilise le mot « spiritualité »?

Le petit Larousse donne comme définition :

*Qualité de ce qui est esprit, de ce qui est dégagé de toute matérialité.*

*Dans ce sens on parlera de spiritualité de l'âme.*

Le dictionnaire ajoute ensuite :

*Ce qui concerne le spiritualisme, la vie spirituelle.*

Si on consulte au mot « spiritualisme », il est écrit ceci :

*Doctrine qui considère l'esprit comme une réalité irréductible au corps et lui attribue une valeur supérieure. (Par opposition à matérialisme)<sup>1</sup>.*

La spiritualité est habituellement définie dans le contexte de la dualité matière-esprit.

Pour nous, en Occident, on entend parler de la spiritualité chrétienne : qu'il s'agisse par exemple de la spiritualité ignacienne pour les disciples de Saint Ignace de Loyola, de la spiritualité luthérienne pour les disciples de Luther, etc. En Orient, on parle de la spiritualité bouddhiste, de la spiritualité confucianiste ou taoïste. En plus de toutes les spiritualités qui ont une longue histoire dans l'humanité, on pourrait en ajouter d'autres qui se sont développées dans les courants de pensées plus contemporains.

Le sens de la vie peut nous être donné de l'extérieur soit par une religion ou par une position philosophique ou bien il se découvre à partir d'une intériorisation, d'une réflexion sur ses propres expériences de vie.

Pour la plupart des gens, ce sont les religions et les différents courants philosophiques qui ont donné des réponses aux questions existentielles : Quelle est la nature de l'univers? Quel est le but de la vie? Qui ou qu'est-ce qui la dirige? Qui suis-je? D'où je viens, où je vais? Tout cela est-il planifié ou tout n'est-il que pur hasard? Quel est le sens ou le but de ma participation à cet ordre des choses<sup>2</sup>? Il y a actuellement de plus en plus de démarches qui conduisent à chercher des réponses à ces questions dans l'intensité d'une vie spirituelle nourrie de méditation et de rituel de prière.

Dans cet exposé, le terme spiritualité fera référence à une expérience d'intériorité, à une vie

---

<sup>1</sup> *Le petit Larousse illustré 2007*. Paris : Librairie Larousse, p. 1105.

<sup>2</sup> Façon concrète de poser ces questions dans Avril, Guy. (2005). *Encyclopédie des thérapies naturelles*. France : Éditions Dangles, p. 640.



intérieure qui est recherche de sens. Quant au mot « spirituel » on verra son sens se préciser tout au long de l'exposé dans lequel je me propose de vous faire part de ma démarche dans la compréhension du « spirituel » en abandon corporel.

J'aborderai d'abord la dualité corps-esprit. Puis je traiterai du rôle et de la fonction des institutions au niveau des spiritualités pour en arriver au concept de « spirituel » en abandon corporel.

### La dualité corps-esprit

En abandon corporel, il y a un effort constant qui est fait afin qu'on ne s'appuie pas sur une vérité, mais sur une expérience immédiate. Dans la démarche, on me propose de faire une expérience de moi-même « sans a priori », c'est-à-dire de faire l'expérience du corps que je suis plutôt que du corps que j'ai en ne sachant pas d'avance ce qui va arriver.

C'est suite à la publication du premier livre sur l'abandon corporel, en 1993, que la dualité corps-esprit s'est graduellement estompée en moi.

Aimé Hamann écrivait à cette époque :

*En explorant le toucher, nous centrons nécessairement notre attention sur le corps. À notre surprise, ce corps que nous avons, comme nous avons une « âme » ou un « esprit » s'est avéré à la fois corps et âme, matière et esprit. L'expérience et la recherche nous ont conduits à parler du « corps que nous sommes ». Il ne s'agissait plus du corps tel qu'il est défini communément, mais plutôt d'une organisation corporelle faite des rapports humains, des rapports de l'humanité à soi, définissant et organisant le rapport de soi aux autres<sup>3</sup>.*

Je continue avec une autre citation d'Aimé Hamann qui nous explique comment, selon lui, la matière a accédé à l'esprit :

*C'est comme si la matière, après une longue recherche et en continuité avec ses propres lois, attendait depuis toujours qu'émergent d'elle des êtres assez complexes pour porter la conscience d'exister et assez humanisés pour pouvoir prendre le risque de leur déterminisme et de la globalité de leur être. Alors seulement pouvait-elle laisser apparaître sa capacité de transcender toute limite et toute finitude... Tel est le paradoxe même de la matière qui, dans l'acte humain de se recevoir, accède ainsi à l'être et par conséquent à l'esprit<sup>4</sup>.*

Cette dernière citation d'Aimé Hamann me ramène aux lectures des écrits de Pierre Teilhard de Chardin<sup>5</sup> que j'avais effectuées dans les années 1960-1965 lors de mes études théologiques. Déjà à cette époque, ces lectures me questionnaient et me mobilisaient. Je peux donc adhérer assez facilement à une affirmation qui dit que l'esprit émerge d'une

<sup>3</sup> Hamann, Aimé et al. (1993). *L'abandon corporel : au risque d'être soi*. Montréal : Les éditions internationales Alain Stanké, p. 8.

<sup>4</sup> Hamann, Aimé. (1993). Op.cit., p. 49, note 9.

<sup>5</sup> « ...du fond de la Matière aux sommets de l'Esprit, il n'y a qu'une évolution... ». Teilhard de Chardin, Pierre. (1959). *L'avenir de l'homme*. Dans *Cœuvres de Pierre Teilhard de Chardin* tome 5. Paris : Éditions du Seuil, p. 35.

matière assez complexe pour porter la conscience d'exister, d'être. Cette conscience d'être existe dans une organisation corporelle faite de rapports humains, de rapports de l'humanité à soi, rapports qui définissent et organisent le rapport de soi aux autres.

Lorsque l'on parle du corps, du corps humain, on parle donc d'une entité qui a une possibilité et une capacité de vie intérieure. Chez l'être humain, il n'y a pas de dualité entre corps et esprit puisque, selon cette façon de concevoir l'évolution, l'esprit émerge de la matière, d'une matière « *qui attendait depuis toujours qu'émerge d'elle des êtres assez complexes pour porter la conscience d'exister* ».

Depuis cette époque (je parle ici des débuts des années 1990), il ne m'est plus possible de tenir compte d'une distinction entre corps et esprit si ce n'est que pour des fins de discussions intellectuelles.

### **Rôle et fonction des institutions**

Si je reviens à ma démarche en abandon corporel, je réalise que, étant donné ma formation de base, une Maîtrise en Théologie, point n'est besoin de vous dire que les réponses aux questions existentielles m'ont d'abord été fournies par la religion chrétienne catholique dans laquelle j'ai été élevé et éduqué.

Les institutions sociales, politiques et religieuses de notre civilisation occidentale continuent de jouer leur rôle d'assumer ce que je n'assume pas moi-même. Elles me donnent des balises extérieures jusqu'à ce que je puisse les trouver de l'intérieur. Les institutions ne sont plus seulement à l'extérieur, mais graduellement elles peuvent aussi être intériorisées en vivant dans une civilisation donnée.

Je constate pour ma part que je porte en moi les institutions issues de la culture judéo-chrétienne occidentale. J'ai cru à un moment donné que je pourrais vivre en dehors ou au-delà de ces institutions, mais je me rends compte de plus en plus que je suis moi-même une institution, ayant vécu entouré de ces institutions dans ma lignée parentale et ayant intériorisé les règles des institutions dans lesquelles j'ai baigné depuis mon enfance jusqu'à maintenant, et dans lesquelles je baigne encore aujourd'hui.

C'est l'institution que je suis moi-même, qui, étant reçue et habitée progressivement dans l'interdépendance et la paradoxalité, devient mon point de référence. C'est l'expérience de « me recevoir », de consentir à être qui je suis et ce que je porte subjectivement de l'évolution de l'humanité.

### **La spiritualité en abandon corporel : la rencontre**

En abandon corporel, on a très peu utilisé le mot « spiritualité » à venir jusqu'à maintenant. Il n'apparaît d'ailleurs qu'une seule fois dans le deuxième livre sur l'abandon corporel pour parler de la spiritualité de la matière.

*... l'être humain se découvre porteur de sens en lui-même sans besoin de recourir à un ailleurs, ni du reste de le nier. La position ontologique prise par l'abandon corporel, l'interdépendance constitutive ainsi que la paradoxalité qu'elle met au jour font apparaître*



*la spiritualité de la matière et du corps*<sup>6</sup>.

Pour moi, il y avait là un genre de tabou, d'interdit, de mise à l'écart d'une réalité qui récemment nous apparaît comme centrale. Peut-être est-ce dû à ma réaction aux principes religieux qui ont guidé ma jeunesse et mes premières années de vie? Le thème même du Colloque de cette année fait une brèche dans cet interdit et met à jour l'état de ce tabou pour chacun de nous.

Dans la démarche en abandon corporel, on insiste sur le fait que c'est « une démarche sans a priori religieux ou autre<sup>7</sup> ». Position contradictoire puisque dire qu'il n'y a pas d'a priori est déjà un « a priori ». On devrait peut-être parler d'être dans un processus de reconnaître les « a priori » et de les recevoir.

En ce qui me concerne, il est vrai qu'à toutes les fois qu'on parlait de « sans a priori » j'ai la plupart du temps pensé à des concepts moraux : le bien, le mal, les bons, les méchants, le correct, le pas correct, etc. Cette intériorisation des préceptes moraux religieux est encore ma référence intérieure à moins que je puisse, de temps à autre, prendre la position de l'abandon corporel et me situer au niveau ontologique.

C'est en prenant la position ontologique que je m'explique le chemin que j'ai fait pour arriver à l'expérience du « spirituel » telle que je la vis maintenant dans les moments de rencontres faites dans les groupes d'abandon corporel.

C'est la rencontre elle-même qui est le « **SPIRITUEL** ».

### **L'accès à l'être que je suis dans la rencontre**

Habiter l'être que je suis, c'est me donner accès à moi-même. Dans ma démarche en abandon corporel, c'est surtout dans les groupes (groupes hebdomadaires, groupes de fin de semaine, groupes annuels de dix jours) que graduellement j'ai eu accès à moi-même, à qui je suis.

C'est en habitant de plus en plus mon corps dans les interactions concrètes de tous les jours que j'ai accès à l'être que je suis. Dans les groupes quand on s'approche de moi dans des endroits vulnérables, je me sens coincé, cerné de toute part et je n'ai plus mes portes de sortie habituelles. Dans ces circonstances, lorsque Aimé me dit : « on n'a jamais été aussi proche de toi », je suis toujours déconcerté. Par contre, lorsque cette phrase s'adresse à quelqu'un d'autre, je réalise bien que je suis plus proche de cette personne et plus proche de moi. Mais, adressée à moi dans ces circonstances précises, cette phrase continue de me déstabiliser.

Je me souviens des premières fois comment ça me dérangeait. Moi, qui m'étais débattu toute ma vie pour que certaines facettes de moi-même ne soient pas vues par les autres et voilà qu'au moment même où je suis confronté à ce niveau, on me dit qu'on est proche de moi. Ça se prend difficilement.

<sup>6</sup> Hamann, Aimé. (1996). *Au-delà des psychothérapies : l'abandon corporel*. Montréal : Les éditions internationales Alain Stanké, p. 152.

<sup>7</sup> Hamann, Aimé. (1993). *Op.cit.*, p. 117.

Puis, peu à peu, je me mets à réaliser que moi aussi je suis plus proche de moi dans des lieux que souvent je n'expérimentais même pas de moi. C'est surtout l'effet d'apaisement et de repos qui s'ensuit qui devient mon point de repère. Ça se dépose un peu tout en continuant de se débattre à l'intérieur.

Graduellement, je me suis mis à désirer ces moments de rencontre avec moi-même tout en, paradoxalement, cherchant à les éviter. Je reviens dans le groupe, on s'approche de moi sous un angle différent et je commence à pouvoir sentir directement que je me rapproche de moi, que j'ai accès à qui je suis. J'en ressens d'abord un malaise puis un bien-être qui devient ma motivation à continuer ma démarche.

Il a fallu des dizaines d'expériences de ce genre pour réaliser que j'en ressortais différent. Par contre, quand j'essaye de définir en quoi consiste cette différence, je n'ai que peu de résultat. Est-ce que c'est un mieux-être, là où il y avait un malaise? Pas nécessairement.

Par exemple, me faire dénoncer dans la manière dont je suis allé chercher des informations par la bande et par le fait même, devenir plus conscient de ma « perversité », est-ce un mieux-être? Paradoxalement, on pourrait répondre « oui ». Le mieux-être est dans la rencontre même, dans le fait d'être reçu comme je suis, de me recevoir, de recevoir l'être que je suis, comme je suis, et d'habiter mon être.

Il m'est arrivé régulièrement au retour d'un groupe de dix jours de me faire la réflexion suivante : « Il me semble qu'après m'être fait parler fois après fois au sujet des mêmes comportements, je devrais apprendre et changer ces comportements ». Ce n'est que depuis quelques années que je m'en veux moins d'être comme je suis. Et je reste, à tort, convaincu qu'un jour, je vais pouvoir changer ces comportements dès que je m'en rends compte comme si le fait de devenir conscient suffisait pour changer. Une conviction peu probante de toute façon, car à l'âge que j'ai, il ne me reste pas grand temps pour effectuer les changements voulus et désirés.

D'ailleurs, ça me choque de moins en moins quand ma thérapeute me dit : « on te reconnaît bien dans cette façon d'agir, ou de ne pas réagir ». Je m'étais bien promis de ne plus procéder ainsi, mais la vie n'est pas organisée comme ça en moi. Recevoir ces moments comme expression de ma structure subjective est une attitude plus satisfaisante et plus reposante que les batailles intérieures auxquelles je continue de faire face.

Tout cela pour dire que dans ces « rencontres » il y a quelque chose d'assez important qui se passe pour que je mette ces possibilités de rencontres en priorité sur mes autres activités. Depuis des années, les premières dates que je mets dans mon agenda, ce sont les dates de mes rendez-vous habituels avec ma thérapeute, les dates du groupe hebdomadaire du mardi, du groupe d'écriture, des groupes de réflexion, et aux deux ans, les dates des colloques. Les autres activités se cédulent après.

Il faut dire que cette façon de faire me protège aussi d'avoir à sentir mon ambivalence. Il y a peu de place pour ressentir que je n'ai peut-être pas le goût d'aller à mon groupe du mardi par exemple. C'est dans mon agenda. Donc, j'y vais.

### **Une spiritualité « laïque »**

De tout ceci, on peut conclure que le mot « spirituel », tel qu'on l'utilise actuellement en abandon corporel, a un sens très éloigné de la définition du dictionnaire à laquelle je me référais au début de l'exposé.

D'abord parce qu'il n'est pas utilisé en opposition à la matière, et aussi parce qu'il nomme une expérience de rencontre qui s'est peu à peu imposée à nous dans la démarche.

Il est vrai que ce sont surtout les démarches à coloration religieuse et philosophique qui ont jusqu'ici accaparé le terme « spiritualité ».

Mais, il peut aussi y avoir une spiritualité « laïque » (sans nécessairement une référence à Dieu pour les théistes ou aux esprits pour les animistes), spiritualité laïque qui consiste à se réapproprier son histoire dans une recherche de sens qui nous conduit au sens que l'on est.

# UNE BRÈVE HISTOIRE DE DIEU

Marcelle Maugin

marcelle.maugin@wanadoo.fr

Pour un animal, l'**autre** est assez simple. Pour les plus élémentaires, et autres paramécies, c'est un **identique** en tous points : il n'éveille que peu de réactions nerveuses et ne requiert aucune considération. Pour un organisme plus évolué, il se présente comme un lieu de **satisfaction des besoins** (nourriture, reproduction), un compagnon de jeu, un rival, un danger.

Mais voilà : le cerveau s'est développé (entre le rat et l'homme il a multiplié son volume par 7) surtout cette partie claire sur le dessus avec ses circonvolutions, ses méandres et ses interconnexions. La perception et la sensibilité se sont affinées, avec leur cortège de « **ressentis** » : démultipliant la peur, la méfiance, la joie, la souffrance, l'attachement... Les interactions avec autrui se sont complexifiées : agréables ou pénibles. Les moyens de s'entretuer se sont perfectionnés, le meilleur et le pire ont pu devenir de véritables **projets**, jusqu'aux plus insensés, jusqu'à la conception de l'arme atomique summum de la violence absurde.

Dès le **début** de cette histoire l'autre humain était là : au féminin, au masculin, jeune ou vieux, ressemblant ou étrange. Le **besoin** de l'autre était là aussi, propice à favoriser la survie, invitant à l'alliance. Mieux valait s'organiser : pour cueillir, pour chasser surtout, plus tard pour mener et conserver les troupeaux. L'autre, plus **quotidien**, imposait de plus en plus sa **présence**.

L'un et l'autre se **préfèrent** semblables : mêmes habitudes, mêmes parures, mêmes symboles, même clan. Le plus proche devait être un autre dans lequel on puisse se reconnaître aisément, prévisible, domesticable, utilisable... familial... le mien, « les miens ». On pouvait assez facilement y distinguer l'autre **du dedans** du groupe de l'autre **du dehors** : le « nôtre » de l'étranger. Il y avait Nous, et Eux...

Mais petit à petit le « **nous** » de l'intérieur du groupe s'est affiné aussi, chacun réagissant à sa façon au traitement de l'autre, rebelle à ses désirs et à ses exigences. Et puis surtout il y avait Lui, et Elle... Elles, et Nous (les Hommes). Cette question-là s'est réglée relativement vite : pas étonnant, elle était explosive!!! La différence était trop visible, on s'est évertué à n'avoir qu'**un** penser « nous » de la façon **la moins dangereuse**, la plus vivable, à **faire comme s'il n'y en avait qu'un** : « nous, les hommes »... « Elles » ont été reléguées au second plan pour longtemps : trop de menace dans cette différence-là.

Il fallait tuer pour dominer, asservir pour affirmer sa raison. Pourtant chacun a voulu, avec le temps, (d'interminables millénaires, il faut le préciser), faire valoir sa spécificité et son droit : le noir, la femme, l'enfant... l'**individu** a émergé du groupe. On lui a peu à peu reconnu un espace mental singulier, dans le monde des connaissances, tout récemment, ça c'est appelé la **Psychologie**. Cette nouvelle « science » cherche, comme elle peut, à définir les contours de l'humain; pourtant il reste toujours, aux uns et aux autres, à **s'apprendre**, à co-naître; les « sciences humaines » ne feront pas savoir humain, l'humain n'est pas une science, il est à **advenir**.



## Nécessité d'une loi divine

Durant cette longue histoire brève de l'humanité, lorsque la simple force n'a plus suffi à régler tous les problèmes, il a bien fallu autrement **stabiliser** le groupe : édicter des règles, établir des **institutions** qui protégeraient au mieux ses intérêts, qui sauraient baliser les écarts, indiquer la meilleure **voie** à suivre pour vivre ensemble. Pour justifier, étayer, leur autorité, ces institutions ont eu besoin d'une référence, d'une **caution** aussi : il fallait bien une justification à leur édification plus ou moins arbitraire : le plus **incontestable**, le moins discutable des référents, serait le meilleur. Quelle loi, sinon, pouvait s'imposer? La sienne? La mienne?... Il fallait un compromis : **LA LOI**. Pour cela il est devenu nécessaire d'inventer un troisième élément, un **tiers**, incontournable, tout-puissant, un « **Autre** » avec un grand A.

Peu importe lequel! La matière blanche abondante, celle qui permet de penser sans percevoir, qui copie ou invente sans cesse, s'est déchaînée : elle s'est mise à imaginer et se représenter cet Autre sous de multiples formes : végétales, animales, en cohortes ou au singulier; absolument **différent** de l'homme ou de la même espèce, mais **au-dessus** de lui, surtout **au-dessus de tout soupçon!** Tout, pourvu qu'Il soit **Autre**, qu'Il proclame ce qui est bien ou mal, qu'Il nous empêche de nous **entretuer** tout de suite, qu'Il nous fasse **commandement de ne pas tuer**. L'un d'entre nous, même, au besoin, fera l'affaire, pourvu qu'il soit le plus **autre** possible, qu'il fasse office de **Bouc Émissaire** : on le sacrifiera, puis on le divinisera.

Le rapport avec l'**autre – de – la – réalité** était si difficile, si terrorisant, qu'on lui préférerait la perfection de l'**absolu**. Un Autre abstrait, innommable pour certains, approchable avec précautions pour d'autres, assoiffé de sacrifices, redoutable ou bienveillant, qu'importe, pourvu qu'Il soit **responsable** pour tout. Nous nous sommes racontés qu'Il nous avait **créés**, engendrés et même **aimés!**

Voltaire avait raison : si Dieu a créé l'homme à son image celui-ci le lui a bien **rendu!!!...** Nous nous sommes dit qu'Il nous avait sûrement inventés, **voulus tels** que nous sommes. À Lui désormais **d'en répondre!** Prions-le, supplions-le, maudissons-le : à Lui de **porter** tout ce que nous ne pouvons pas porter, c'est Lui qui nous a voulus! Il fera le tri au jugement dernier... De toute façon IL avait **un Plan**.

Il n'est pas question ici du **sentiment** que les hommes, de tous les temps, ont éprouvé devant l'immensité ou à la beauté du monde, de leur impression d'appartenir à un Tout plus vaste qu'eux, et de leur sidération devant ce mystère. Je parle de ce qu'ils ont **institué** autour d'un symbole (**la divinité** sous toutes ses formes), comment autour de ce concept se sont édifiées les **religions** successives. Leur histoire n'est qu'une suite **d'exclusions réciproques**, en reliant quelques uns elles condamnaient aussitôt les autres, violemment combattus au nom d'une **Vérité** insécable. Le sans-dieu ou l'adepte de l'autre dieu a constamment été instrumenté tout au long de l'histoire mytho-idéologique des religions.

Cette représentation de dieu, multiple ou unique, il me vient de penser qu'elle est une création de l'homme, **effaré par la rencontre de son semblable**, effrayé en présence de celui qui, le regardant, le renvoie à l'**irrecevable** de lui-même, et désireux de fuir ce regard dont il ne peut supporter le choc. Ce Dieu, l'homme n'était-il pas contraint à l'imaginer, poussé par son impérieux besoin de concevoir un tiers capable de médiatiser, **de supporter**

**l'insupportable : le rapport** de l'homme à l'autre homme... en attendant...?

### La rencontre

... En attendant que je fasse l'expérience de cette **rencontre** avec un autre humain **sans y** mettre a priori de limites, en attendant que je puisse en supporter **l'épreuve**, en attendant « qu'il déboule dans ma vie »...

... En attendant que je le rencontre :

Pas comme un **Autre**,

Pas comme un **tout autre**,

Pas comme un **tout moi**,

Mais en tant qu'être, qui me fait **être** et que je fais être,

**Dont je suis fait** et que je fais.

Que de l'entre-deux de nous deux émerge **l'esprit**, conscience d'être unique **et** d'être partie d'un tout, **matière prenant conscience** d'elle-même, à l'infini.

Ce moment, entre deux êtres, où devient possible « **une place pour deux** », ce moment de la « **rencontre** », ce n'est pas toujours un grand moment et c'est quand même toujours un grand moment... C'est quand je « **prends ça comme c'est** » : le corps et l'âme, l'histoire et le présent, le monde, la nature, les choses et les animaux... et le plus bouleversant, le plus éprouvant, le plus déstabilisant : **l'autre humain**, avec ce qu'il éveille en moi, tel qu'il me touche... tel que mon incontournable subjectivité me contraint à l'appréhender.

**J'ai tant espéré**, nous avons tous tant espéré, (eu besoin), que cette rencontre se ferait sans drame, que cela « goûterait bon ». Nous avons **tout fait** pour ça : triché, promis, oublié, pardonné, dénié... Nous nous sommes données des règles du jeu, institué des rites et des rituels, prévu des assurances et des indulgences, fourni des garanties, distribué des récompenses... Tout récemment nous avons perfectionné la « communication »!, peaufiné les « relations humaines »!, et malgré tout cet arsenal, ça fait pourtant toujours mal cette rencontre... **mal à l'ego**, au narcissisme, aux illusions.

Se rencontrer c'est si risqué, si **périlleux**, si fragile! Même quand on est « entre soi », tous de bonne volonté, tous blancs, tous du même sang!... Même « en famille »!, (surtout « en famille »!) Même à « deux qui s'aiment », (surtout à deux!)... En dépit de tous nos efforts, ça ne « marche » pas... Ça fait toujours **souffrir** quelque part : on se recroqueville, on retourne dans son trou. L'autre nous dérange, nous déstabilise, nous blesse, nous divorce... Il faut pour survivre au désastre, lui **refaire** bien vite le portrait à notre idée, re-fabriquer sans cesse des leurres, des modèles, des idéaux, des idoles...

Pour trouver une **explication** à cette longue tradition du religieux chez les êtres humains, certains cherchent aujourd'hui des explications du côté de la matière, espérant y reconnaître des lois générales et naturelles : ce sont des « **scientifiques** ». Ils nous disent que tout ça ne peut venir que d'une **programmation biologique**. Ils se demandent si ce besoin d'**absolu** (un grand Autre, surtout pas de petits autres) ne serait pas un pur produit de notre matière grise ou blanche. Ils étudient le cerveau des nonnes dans leur couvent et



celui des moines bouddhistes en méditation. Il paraît que leur activité neuronale diffuse des couleurs particulières, repérables sur un écran, et que les tempéraments mystiques produisent plus **de sérotonine** que les autres, que tout ça est physio-génético-logique. Les uns en concluent que Dieu **existe** vraiment, et les autres y voient, justement la preuve... du **contraire**.

Moi, je crois « *qu'on ne croit pas, en fait, ce qu'on croit qu'on croit!* » Je pense qu'on est programmé en effet, mais en ce sens que notre cerveau est prédisposé pour être à **l'affût** de l'autre. Que lorsqu'il n'est pas vraiment là, de chair et d'os, comme « **présence** », on l'invente : qu'on ne parvient pas vraiment à rester tout seul. La preuve : on y **croit** avant même de **rencontrer**. C'est ce que certains appellent **avoir la foi**. (Comme Marthe, dans les évangiles, la sœur de Lazare, qui « croit » en Jésus avant même qu'il ne ressuscite son frère!).

L'homme est **religieux** depuis la nuit des temps, il cherche **de l'autre** partout. Croyant ou athée, il distille de la ferveur, de **l'espérance** dans tout ce qu'il fait, (et les athées sont bien souvent les plus croyants dans ce sens là!).

L'homme est programmé pour l'autre, il désire l'autre : **il ne le supporte pas, mais il le cherche** par tous les moyens. Il veut le posséder, le dominer, il le tue pour en avoir raison, mais **il le cherche!** Il y a de la religion, de la reliance partout.

## Conclusion

J'aime cette réponse d'un écrivain soumis au célèbre questionnaire de Proust :

- « Si vous rencontriez Dieu, qu'aimeriez-vous qu'il vous dise? »

- « J'aimerais qu'il me dise : rentre vite chez toi, tes proches t'attendent ».

On dit depuis quelques temps que dieu est mort. Mais ce n'est pas grave, nous trouverons bien, nous avons déjà trouvé d'autres médiateurs, nous en avons encore besoin.

Besoin de croire, **soif de Dieu**, quête de sens, « **spiritualité** », appelons cela de n'importe quelle façon : le **besoin de l'autre** est physiologique, anthropologique, culturel... Il s'harnache de règles ou se sublime; il est intrinsèquement, essentiellement... **ontologique**. Ce n'en est pas moins **une épreuve et un choc** si l'un et l'autre se « rencontrent » vraiment, ne serait-ce qu'un instant, sans défenses et sans précautions. D'aucuns, je crois, ont appelé cela « la Résurrection des corps »... C'est parfois un petit événement, mais c'est un **avènement**, c'est sans doute la justification de toute raison d'être et de tous les êtres. Ne serait-ce pas le **spirituel**?...



# À PROPOS... DE VÉRITÉ, OU DU CORPS QUE L'ON EST COMME MATIÈRE D'ÊTRE

André Stark

astark@worldcom.ch

*J'aimerais vous supplier d'avoir patience avec tout ce qui n'est pas dénoué dans votre cœur et d'essayer d'aimer les questions elles-mêmes comme si elles étaient des chambres scellées ou des livres écrits en langues étrangères. Ne cherchez pas les réponses qui ne pourraient maintenant vous être données : parce que vous seriez incapables de les vivre. Et ce qui importe, c'est de tout vivre. Vivez les questions maintenant. Peut-être qu'ainsi, un jour, dans un futur lointain, sans vous en apercevoir, vous allez simplement en vivant, entrer dans la réponse.*

Rainer Maria Rilke

## La vérité... à trouver

J'ai toujours posé beaucoup de questions.

Je désirais comprendre, savoir comment les choses et les êtres « étaient faits », leur sens et leur vérité.

Cette vérité, on a commencé par me dire où elle se trouvait et j'y ai *cru*. Immergé dans le christianisme dès mon enfance, j'y ai vécu beaucoup d'émotions et quelques moments d'illumination fugace. Mais une insatisfaction m'habitait : il fallait prendre certaines choses et en abandonner d'autres, il y avait la vérité et le mensonge, et il fallait éradiquer l'un pour que l'autre croisse – malgré ce qu'en disait la parabole du bon grain et de l'ivraie. J'étais aux prises avec un dualisme et une moralisation, je me sentais coupable et les impératifs de la foi ne me permettaient pas d'accueillir qui j'étais.

Puis j'ai pensé qu'il me serait possible de *trouver* par moi-même la vérité que je cherchais du côté de la science. En choisissant la médecine, j'espérais des connaissances qui m'expliqueraient le monde, me feraient comprendre le corps, m'amèneraient à des certitudes sur son fonctionnement, sur le normal et sur le pathologique. J'escomptais un accès à un savoir « vrai ». Là encore : désillusion. Malgré ce que l'on prétendait... on ne savait pas vraiment ce qui se passait. On savait le fonctionnement objectif, partiel ou généralisé de certaines structures, de certains organes, mais ces connaissances étaient issues d'un morcellement et non d'une expérience globale des êtres.

La vérité se trouvait-elle du côté de l'expérimentation? La rencontre avec un professeur enthousiaste me conduisit à m'intéresser à la recherche fondamentale sur les cellules, l'entité primordiale qui nous constitue physiquement. Mais il mourut prématurément et mon chemin dut bifurquer vers la psychiatrie, vers une autre expérience fondamentale... celle de la rencontre avec des personnes! Et là aussi, les théories et de nombreuses interprétations – même si elles ne durent que le temps d'une mode – s'érigeaient en vérités



absolues et prétendaient rendre compte de la dynamique humaine d'une façon très objectale. Elles me laissèrent déçu et menacé.

C'est beaucoup plus tard que je prendrai conscience que la forme de mes recherches coïncidait avec mon aspiration à une *explication complète et finale*, avec ma demande de saisir un *fonctionnement et un sens absolu* des êtres humains et de leur psyché et d'obtenir ainsi une connaissance. Tout ceci sans risquer l'*expérience* directe de la rencontre. C'était ça l'objectif de ma quête de vérité : des questions appelant des réponses. Alors « on » me donnait des réponses. Insatisfaisantes... mais des réponses! Et dès qu'il y avait réponse d'un côté, apparaissaient d'autres questions. La vie ne se laissait pas enfermer facilement. Même mon travail personnel en psychothérapies de diverses « inspirations » me conduisait *quelque part!*

« *La signification de la demande... [réside]... dans la faille qui existe entre la demande et le désir* » dit Jacques Lacan<sup>1</sup>.

Je peux réaliser maintenant que mon insatisfaction, ma continuelle ambivalence face aux réponses données, manifestait peut-être mon désir profond : celui de *ne pas être conduit quelque part*, de ne pas trouver de réponse. Mais cela, je ne pouvais pas le savoir... ou le supporter... sans le vivre.

### **Une vérité... à recevoir...**

Alors, dans le cadre de la psychothérapie, encore une fois, je me suis intéressé au corps, à la perception, à tout ce que l'on pouvait sentir de soi, directement : ce corps physique, où je pouvais me percevoir, avoir des expériences « indubitables » puisqu'elles se déroulaient en moi, avec moi, que je les recevais et que je pouvais en rendre compte presque microscopiquement! C'est là que devait se trouver la vérité.

C'est assez récemment que ces expériences à partir desquelles je prétendais aussi sentir les autres et pour les autres, m'apparurent comme une sorte de manipulation de ma part. Je me découvrais certes, mais je gardais la maîtrise : ma perception – monde où je ne me laissais toucher que dans les cadres que je supportais – risquait de devenir un outil d'affirmation absolue. Je cherchais à aider le cheminement d'autres êtres mais j'enseignais l'usage de méthodes, de techniques conduisant à des perceptions qui m'étaient propres, me gardant ainsi encore à l'abri de la rencontre.

C'est en Abandon Corporel que quelqu'un déclara percevoir ma relation aux membres du groupe comme celle d'un « entomologiste observant des insectes, à distance »... et j'ajouterais... morts, de préférence! Je ne pouvais risquer la rencontre qu'à cette distance-là.

Tout dans la psychologie qui m'était enseignée et même dans la psychothérapie, encourageait mon penchant à *garder de la distance* : quel abîme entre la « neutralité bienveillante » et l'interdépendance! Dans ma vie quotidienne, je découvrais mon besoin farouche de garder les gens, les choses et les événements à l'extérieur de moi, comme si au contact de l'humanité je risquais de perdre la pureté de ma recherche! Dans ma vie intime

---

<sup>1</sup> Lacan, Jacques. (1966). Dans un discours à la Conférence et débat du Collège de médecine à La Salpêtrière : *Cahiers du collège de Médecine* 1966, pp. 761-774.

aussi je tentais d'expulser, de « mettre dehors » mes ressentis ou mes maux physiques afin de ne pas me sentir envahi, « distrait » du « vrai » sens de ma vie! Comme si j'avais plusieurs vies...

Peu à peu je fus entraîné, malgré moi, vers la découverte de *l'insupportable du sentir : sentir ce qui est*, pour moi qui était devenu un spécialiste du percevoir... à bonne distance. L'atteinte de me sentir relié, touché, par chacun et par tout ce qui me rencontrait, la peur de me sentir peut-être influencé, amalgamé et de risquer peut-être de me perdre. La joie, aussi, petite, de commencer à recevoir ma vie en direct.

C'est probablement en ces instants, que j'ai commencé à réaliser la différence entre un *chercheur scientifique* – que je ne voulais plus être – et un *chercheur ontologique* – que je n'osais devenir : un chercheur qui ne veut pas *arriver* quelque part mais qui *est* quelque part et qui cherche à accueillir cette vie-là comme elle se manifeste.

### **... mais pas tout seul**

Dans mon travail, j'avais identifié cette conscience de « *se recevoir* » comme porte d'accès à soi. Je la vivais et l'encourageais depuis longtemps. Mais ce sont les rencontres avec mes partenaires des groupes de recherche qui m'ont engagé dans le corps-à-corps coûteux du « *se recevoir* » à deux ou à plusieurs. Pas chacun de son côté.

Ce tournant m'a conduit – souvent à mon insu – au cœur de ce que la rencontre me donnait à vivre : une terreur de l'envahissement, de l'écrasement et de la disparition. Et la distance que je mettais dans toute rencontre ne s'était pas instaurée qu'à l'extérieur. Le « terrifiant », l'autre, n'était pas seulement au-dehors comme je l'avais cru. Il m'habitait!

Ma recherche de vérité prenait décidément mauvaise allure!

Essentiellement, j'étais ramené à moi et cela, en présence des autres! D'un côté, je *retrouvais ma vie*, cette vie que sans le savoir j'avais tenté de me cacher ou de laisser en dehors de moi sous prétexte de la protéger.

Mais de l'autre, le chemin était difficile, exigeant et si insatisfaisant selon les critères habituels du « se sentir bien ». Il ne m'amenait pas à l'illumination, à la compréhension. Il ne me sauvait pas de mes questionnements, du doute, de la peur et de tous les mouvements qui m'habitent dans la rencontre. En fait il ne m'évitait rien, il soulignait mes échappées et m'enjoignait de les reconnaître sans me demander de les supprimer.

J'ai ainsi découvert, peu à peu, comment ma quête d'une *vérité absolue* génère en moi de la *division*, du *morcellement* : j'évite, je nie ou je plonge dans le mélange; je dévalorise ou j'élimine simplement ce qui ne correspond pas à ma vérité de l'instant, êtres, choses, idées ou ressentis... bref tout ce qui est *de l'autre*... terreau de mon racisme quotidien.

Car cette vérité-là est certes une aspiration à l'unité mais une unité qui ne se laisse pas prendre corps dans le réel, une unité qui se conquiert en éliminant ce qui n'est pas du « semblable », une unité qui ne supporte pas la différence de chaque manifestation d'existence.

L'absolu de cette vérité-là est menacé par toute diversité. En bref, par tout ce qui vient me chercher là où je ne peux me recevoir.



Mais on ne va pas à l'essentiel en supprimant ce qui s'y oppose. L'unité ne peut s'atteindre de force en « tuant » la différence.

Je découvre qu'elle émerge *d'impossibles rencontres* et qu'elle naît *d'improbables*.

Dès lors, comment apprendre à vivre sans prédéfinitions objectives, dans un monde où « *chaque autre serait vrai* »? Ou plutôt, comment habiter mes a priori, mes rejets et mes cloisonnements, comment supporter une *instabilité* croissante? Comment prendre le risque d'une *mobilité d'être* qui supporte la *tension du deux* et l'apparition d'un... *entre deux*?

Au fond de moi j'ai dû trouver ça pénible, et longtemps je n'en ai rien su. Être constamment ramené à soi, être démasqué lorsque j'étais dupe de mes projections et de mes connivences, être amené à traverser mes combats intérieurs et les conflits extérieurs que je rencontrais.

Être là, sachant qu'il n'y avait rien d'autre à être. Pas de vérité à atteindre qui me donnerait ma « vraie » vie et me sauverait de moi!

Alors j'ai repris avec espoir mes lectures de divers écrits sur le corps et l'esprit et j'y ai trouvé beaucoup de soulagement car soudain, la dichotomie entre vérité et mensonge semblait réapparaître, nourrissant ma soif d'Une vérité, pure... ou d'une tranquillité, seul!

La personnification de l'Esprit comme Divin ou Suprême me rassurait, elle me réinstallait dans une sorte de déresponsabilisation en me réorientant vers une Unité « extérieure ». La méditation, à travers les expériences sensibles puissantes qui m'étaient données dans le silence, me redonnait l'espoir d'une possible maîtrise.

Je ne dis pas que la recherche, l'expérience et l'action dont témoignent ces textes soient cela! Je dis comment probablement je les ai, une fois de plus, utilisés pour me rassurer et sortir du désarroi dans lequel m'amenait mon cheminement.

Ces besoins de recul et de solitude, ces mouvements de va-et-vient entre une Vérité à trouver et une expérience vraie à recevoir me sont indispensables. Ils sont moi, dans un mouvement de balancier douloureux.

Je découvre aujourd'hui que mes lieux de recherche, christianisme, science médicale, psychologie et psychiatrie, exploration corporelle, abandon corporel, recherche dans la matière ne sont pas des lieux décevants en soi. Ce sont des lieux de vérités partielles et subjectives comme chaque lieu de la recherche humaine. Ils ont été décevants en fonction de mes attentes, ces absolus de vérité que je cherchais. Mais ils ont constitué le chemin possible qui a passé par un absolu extérieur, un absolu intérieur puis la rencontre subjective avec d'autres.

Subjectivité et rencontre étaient peut-être *désirées* dès le départ derrière ma *demande* de Vérité. Mais je n'ai pu que les fuir... et qu'elles prennent corps ainsi dans la réalité de matière que je suis...

\*

C'est à cette expérience intérieure-là que m'a conduit notre partage, à Nantes l'été dernier, autour du thème de la *spiritualité*. J'y ai trouvé une place pour être *avec* chacun de mes pas et découvrir que chaque étape est, en elle-même, tissée de sens. Joie profonde mais aussi tremblement, car elle laissait intact mon désir continu d'affirmer, d'extirper de mon

inconscience un absolu et d'en faire un savoir, une vérité universelle sans passer par la rencontre. Ce désir imprègne encore les pages qui suivent et je veux prendre ce risque.

Je continuerai donc ce texte sur *le sens que je suis* en essayant de faire le lien entre vérité, corps et recherche spirituelle.

\*

## 1. Mourir pour vivre...

La Vérité est une et indivisible. Elle se trouve en dehors de moi et je dois la conquérir en m'annulant ou en annulant ce qui s'y oppose. Je viens de là! Et à quinze ans j'ai failli en mourir!

Tenter une autre *position* qui fait de la place aux autres et à moi-même, menace ce que j'ai cru être le fondement de mon élan de Vie : n'étais-je pas en train de me condamner à un fatalisme, à une sorte de mort? C'était ma peur et elle demeure.

Pourtant, dans la rencontre, je fais paradoxalement l'expérience de ce même désir de vie mais qui engage cette fois la place de *vérité, de reconnaissance et de pouvoir que je suis* – une place subjective et transitoire – *essayant de laisser à chaque autre, la vérité, la reconnaissance et le pouvoir qu'il est*. On devient deux!

Pas une fois pour toutes mais dans la réalité de chaque rencontre où nos vies prennent corps, donnant la mort à ce que *nous étions* l'instant d'avant et la vie à ce que *nous devenons*.

Il y a un gouffre entre tenter de saisir la vie immobilisée, épinglée en face de moi comme un insecte, et le risque de recevoir son mouvement inattendu qui émerge sans que je puisse, ni « *le savoir* » par avance, ni parvenir à le conclure.

Ce mouvement qui a pouvoir de me tuer et à la même seconde de me donner naissance me *transforme*, devenant ainsi lieu de sens. Non pas dans un mouvement de changement que je déciderais mais dans un processus *non maîtrisable* qui se passe en chacun de nous et « entre nous », à l'occasion de notre rencontre.

*Un espace et un temps fini qui se fissurent et notre matière peut se « défaire » quelques instants de façon imprévisible. Est-ce cela qu'on appelle mourir?*

La rencontre peut me conduire à cette mort... mais cette mort m'ouvre à ma vie. Elle ne serait donc pas le contraire de la vie? L'autre mort, la dernière, surviendrait-elle lorsque la matière ne peut justement plus se « défaire » devant les étreintes ou les assauts de la vie?

Mes défenses à me laisser toucher me gardent dans une expérience de séparation autrement mortifère. Elles m'immobilisent, parfois indéfiniment mais c'est alors la seule mort et la seule vie que j'ai et elles demandent à être reçues pareillement.

Il s'agit d'un même mouvement bien qu'il ne soit pas identique. Il est vivant de tout ce qui se passe en moi et autour de moi et, *que je le reçoive ou non*, il « donne » ma vie ainsi, même si c'est à mon corps (se) défendant!

Mais y a-t-il de la place pour chaque *forme de vie* telle qu'elle est? Y a-t-il au moins un être parmi nous pouvant la recevoir? Y a-t-il quelqu'un prêt à « *mourir un peu* », à « *se défaire un peu* » pour qu'elle puisse exister? Peut-être est-ce dans cette « folie contrôlée » là que nous



devenons *participant conscient* du vivant, que nous commençons à habiter ensemble cette *matière d'être* que nous sommes chacun?

### ... ma vie que l'autre me donne...

Consentir à la rencontre me prive de la vérité, de la reconnaissance et du pouvoir comme absolu « pour moi seul » mais donne place à ces désirs dans la rencontre même. Je n'ai à renoncer à rien, à aucun particulier – sublime ou insupportable – que je peux seul manifester par ma vie. Il s'agit plutôt de faire le deuil de croire que je vais pouvoir me débarrasser de ce *vrai* que je suis, de cette subjectivité si embarrassante.

Et puis... de me jeter dans l'interdépendance et de ne pas pouvoir me débarrasser non plus de ce *vrai* que l'autre me donne à vivre. Pourtant, comment puis-je aimer, vouloir, la rencontre avec cet « autre » qui m'est si étranger?

Je ne peux pas! Je ne peux que vivre mes réactions, tous ces mouvements qui m'habitent et prennent corps en sa présence et qui sont moi... pas lui : « *je te déteste... tu me dégoûtes... je t'adore... tu n'existes pas...* »! Et ainsi je reçois sa vie – dont je ne veux pas – et la mienne – dont je ne veux pas plus – et nous sommes là *en présence* l'un de l'autre, touchés l'un par l'autre dans cet entre-deux éphémère qui parfois pourrait s'appeler *amour* et qui a si peu à voir avec ce que nous en dit le sens commun.

*Aimer...* peut-être que c'est *consentir* à ce mouvement qui prend corps en moi en face de ce « proche » et de pouvoir le *laisser être* comme ma vie qui m'est donnée?

Et recommencer...

Car ce *vrai-là* sera toujours remis en jeu, réengagé dans le rapport « *qui est le lieu incertain* » par essence, dit Aimé Hamann<sup>2</sup>. Même si c'est pour me figer à nouveau dans ma nouvelle « vérité » peu après... et me faire encore et encore saisir par la rencontre : un état de toucher permanent, *un état de vibration incessante sans stabilité durable...* Épuisant! Peut-être est-ce pour cela que finalement, nous appelons la mort à notre secours : afin que la vie cesse!

## 2. Ma vie, dans ce corps, chemin d'une vérité...

Mon obsédante quête d'une Vérité à rejoindre quelque part hors de ma vie a révélé peu à peu *ma peur* de me recevoir dans ce corps que je suis, nu, face à l'inquiétante *mouvance* de mon rapport aux autres et à la vie!

Cette peur a animé mon besoin de construire des « corps extérieurs », des maisons, des associations, des lieux concrets, institués pour fixer les choses, créer une stabilité sur cette terre afin d'échapper au *mouvement* par trop insaisissable de la rencontre.

Heureusement, cette tentative d'y échapper m'y a conduit et ne cesse de m'y conduire!

---

<sup>2</sup> Hamann, Aimé. Les citations sont tirées de ses ouvrages : *L'abandon corporel : au risque d'être soi.* (1993) et *Au-delà des psychothérapies.* (1996) Éditions Stanké ou Éditions de l'Homme, ainsi que d'échanges en groupe de recherche.

Elle a pris forme dans ma recherche « sur » le corps.

J'ai été fasciné par l'étude du mouvement à recevoir dans le travail corporel. Pas à agir mais à être. Je n'ai perçu que tard l'intensité de l'angoisse qui accompagnait cette recherche. Je m'y suis consacré, encore une fois, avec la seule distance qui m'était possible, celle d'un va-et-vient entre une expression corporelle dirigée et celle qui ne cessait de m'échapper.

Je continuais à me protéger du vrai de ma vie mais mon être ne cessait de m'appeler, tentant de se faire connaître. Avec quelle patience il m'a cherché, m'invitant à habiter chez lui, à demeurer auprès de lui dans cette *maison mère* que je suis pour moi, *ce corps de chair*.

Il m'a peu à peu révélé ce chez moi qui n'existe que le temps de la rencontre, un chez moi qui se transforme continuellement au passage des êtres et des événements et me dévoile un peu plus à chaque fois.

J'aspire à habiter ce *mouvement essentiel* mais incertain de ma vie qui est mon corps prenant corps!

Un corps, une matière qui accueille le « passage » d'une vie. Pas pour la fixer. Plus pour la « conserver »! Mais pour la vivre.

Une « forme » qui serait à la fois support et sens, permettant qu'une expérience de vie puisse avoir lieu, que de l'être puisse prendre corps en chacun de nous et avec toutes nos différences : non seulement notre race, nos croyances ou nos possessions... mais toutes les expériences de nos vies traversées donnant corps à l'être unique que nous devenons...

Un lieu où de l'être puisse explorer l'infini *dans* une forme, une forme qui *se risquerait* à se recevoir *et* à demeurer transitoire... une forme *instable* par nature et qui, parfois, pourrait le supporter. Une forme qui consentirait à être une continuelle *trans-forme*, une forme en mouvement... et cela non pas sur des millions d'années mais au cours d'une vie... Une forme, un corps, *humain*.

Unicité de notre matière qui participe par la rencontre, *d'un vivant* aux formes, aux corps innombrables, qui est *le Vivant* cherchant à être.

C'est là que je fais l'expérience que nomme Aimé Hamann : « *Il n'y a qu'un seul Corps. Il n'y a qu'un seul Être.* »

N'est-ce pas *ce vrai que je suis* – ou que vous êtes – que nous avons besoin d'incarner parmi les autres *avec* tous les mouvements, en eux et en moi, auxquels cela donne corps?

La conscience émergerait-elle ainsi du *chemin de matière* parcouru par chacun de nous, quel qu'il soit? Ne pourrais-je que tenter de faire un avec ma vie parmi vous, découvrant ainsi que le sens n'est pas préexistant à notre marche mais qu'il naît de nos cheminements qui s'entrecroisent? *Nous*, dans la rencontre telle qu'elle se vit, deviendrions chemin et sens?

Serait-ce là le précieux privilège de notre... *être humain* : ce « *je suis* » que chacun est, qui serait chemin, qui serait vérité et qui serait vie<sup>3</sup> »?

Et qui, lorsque « *nous le sommes* » ensemble – même si ça n'est possible que pour un seul

<sup>3</sup> cf. Bible de Jérusalem. « *Je suis celui qui suis* » (Ex.3/14) et « *Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie* » (Jn.14/6).

d'entre nous – serait l'Être avec une majuscule?

**... mais toujours à devenir...**

Ainsi je ne peux pas vraiment *construire* durablement, je ne peux que risquer en permanence mon *tremblement d'être*. Je ne peux me construire comme on construit une maison. Au niveau de l'être, ce serait un arrêt sur image, une cristallisation de forme, une objectivation intempestive! Le béton n'est-il pas armé?

Mon être me semble fait d'une *matière vivante* désireuse de devenir consciente d'elle-même mais *constitutivement ambivalente*. Une matière animée par l'élan *et* la résistance à « se recevoir » dans la forme qu'elle est, ayant donc besoin d'être révélée par le rapport aux autres et à la vie qui la touche sans cesse.

Aimé Hamann dit : « *On ne peut pas être corps sans être rapport<sup>4</sup>.* »

Notre corps ne cesse de devenir le mouvement de sa vie : il ne peut « être forme », – être en forme – sans continuellement la perdre?! Voilà une pub que les fitness ne sont pas prêts d'adopter!

Pour Aimé Hamann, c'est « *consentir à ne pas être objectif, à ne pas pouvoir l'être et que là serait notre rigueur* ».

Un corps humain qui, dans sa profondeur, ne peut consentir à n'être qu'un objet mais qui « hésite » à devenir sujet! D'autant plus s'il s'agit d'une subjectivité qui ne contribue pas au renforcement égotique de l'identité, d'une subjectivité qui serait une *matière à être* constamment faite et dé faite pour se faire encore et se perdre à nouveau... Une subjectivité qui est lieu d'existence et non d'affirmation, une existence fragile, éphémère, ambivalente où le « mouvant » paradoxalement densifie alors que l'absolu se voulant objectif, risque d'immobiliser.

C'est là où je m'étais enfermé : aucune vérité objective ne me convenait mais j'en cherchais toujours une, à venir... Jusqu'à réaliser que la richesse de mon humanité, c'est ma subjectivité incarnée comme elle est, vraie mais constamment relative, à partager... et donc toujours à devenir.

Cette humanité-là, dit Aimé Hamann, « *c'est la possibilité d'amener toute la matière à la rencontre* », (...) « *...car la matière prenant conscience d'elle-même... la matière qui devient sujet d'elle-même... la matière qui devient capable de se recevoir... la matière qui s'intériorise... c'est ça l'Esprit.* »

### **3. La rencontre, espace de jonction... entre matière et esprit?**

Ma quête de vérité m'amène à cet *espace spirituel* là, à cette aspiration que la matière que je suis, devenant consciente d'elle-même dans toute forme de rencontre, soit Esprit.

*Au cœur de mon corps de chair, ma matière attend.*

---

<sup>4</sup> cf. aussi : de Ajuriaguerra, Julian. (1962). Le corps comme relation. Dans *Revue suisse de psychologie pure appliquée*. Société Médicale Suisse de Psychothérapie.

Et ma matière c'est tout ce que je suis : de mes pensées en passant par mes émotions et ma vie physique jusqu'à la plus isolée de mes cellules. C'est tout ça le corps humain pour moi, de ses couches les plus superficielles aux plus profondes, des plus étroites aux plus vastes. Elles aspirent à être habitées pour se reconnaître, elles qui furent longtemps considérées comme les lieux de la plus inatteignable inconscience.

Et une matière réelle, celle des corps réels que nous sommes, c'est-à-dire avec nos différences, nos résistances *et* nos inconsciences, car nos corps portent aujourd'hui ce qu'ils « deviennent » depuis des millions d'années...

Un jour, dans une exploration corporelle debout, j'ai senti ma tête se relever dans un lent mouvement d'étonnement et j'ai regardé le ciel au-dessus de ma tête d'un regard que j'ai cru être celui d'un des premiers hominidés sortant de l'animalité et découvrant l'univers du haut de ses deux pattes. Quelle aspiration fut la sienne à cet instant? Je n'en sais rien. Mais ce jour-là, dans ce mouvement involontaire de ma tête, je me suis senti distinct, séparé, et participant d'un plus vaste que moi seul. J'ai éprouvé comme la sensation naissante, encore confuse, d'un dehors et d'un dedans, d'un entre-deux, conduisant à ce que mon regard s'abaisse à nouveau et rencontre *ce* visage en face de moi, pour la première fois comme celui d'un « autre ».

Possibilité, ouverture, passage entre instinct de survie grégaire et conscience de vie...? Les mots ne peuvent que trahir l'expérience... Un germe... une tentative... une première manifestation de quelqu'un qui « devient » seul et qui, à l'instant même... n'est plus tout seul!

### **... avec une place pour le mal...**

Car cette conscience de soi balbutiante mais ambivalente, amène aussi angoisse, souffrance et lutte. Est-ce pour cela que j'ai sans cesse besoin de déposer à l'extérieur de moi-même ce qui s'avère si peu supportable, ce que je vis comme le « mauvais » de moi?

L'humanité, dont je participe, s'est sans cesse donnée la possibilité de déposer ce « mal » hors d'elle-même : chez l'« autre » d'abord, homme ou démon – qui représentait ce mal – ou en quelque force ou croyance ou espoir – qui en serait dépourvu – en quelqu'un ou quelque chose de plus grand qu'elle-même qui l'en libérerait ainsi temporairement : un Soleil, un Roi, un Dieu, une Théorie, une Institution, un Être, Suprême ou d'Ailleurs.

Puis-je me délivrer ainsi de ce que je suis prêt à reconnaître comme inquiétant, dangereux, faux, mensonger, inacceptable... chez les autres d'abord puis peu à peu en moi-même... mais avec la culpabilité comme prix à payer? Peu importe le comment, pourvu que ce soit mis hors de moi, que j'échappe au « mauvais » ressenti, à la douleur, à tout face à face menaçant.

« Seigneur, délivre-nous du mal! » De tout mal!

Pouvait-il, peut-il en être autrement? Ce chemin s'est institutionnalisé pour nous, hommes modernes, dans la toute puissance de la rationalité et de l'objectivité qui donnent place à l'objet tout en « protégeant » notre vie de sujet! Cette tentative, à laquelle je participe, est très créative pour proposer les dernières méthodes ou « médecines » pouvant délivrer quiconque, dès l'enfance, de ses maux ou suggérer des causalités et des responsabilités



hors de soi-même.

« *Science, Pouvoir, État, délivrez-nous de nos maux.* »

Être délivré ou tenter de recevoir?

Le plus vaste qui nous délivrerait de nous-mêmes...

Le plus vaste qui nous amène à la rencontre de nous-mêmes...

Peut-être que je vis un temps où il me devient parfois supportable... pour quelques secondes, de laisser corps à cela même qui me constitue, quelle qu'en soit la forme – dans le misérable comme dans le merveilleux – prenant ainsi la responsabilité de *ce que je suis* comme je le peux et face aux autres.

Mais je ne peux m'empêcher de rêver...

Je rêve, de reconnaître ma « matière d'être » humaine d'une façon plus immédiate... Qu'étant reçue, elle s'ouvre ainsi à une *plasticité* qui la libère de devoir conserver indéfiniment sa forme « inconsciente ».

Je rêve que ce *mouvement de transformation continue* de ma matière se recevant dans la rencontre puisse manifester de plus en plus directement la complexité des êtres que nous incarnons.

Je rêve qu'un jour, il n'y ait qu'une distance instantanée entre matière et esprit : que nos formes deviennent à chaque seconde leur conscience prenant corps.

Mais peut-être que ça se passe déjà ainsi depuis nos origines...? Que nous sommes sans cesse au plus conscient de ce que nous pouvons être?

Serait-ce cela une *forme-conscience* en mouvement de vie continu?

**... mais, encore une fois, pas tout seul...**

Quels étonnants méandres mon être a-t-il dû parcourir pour risquer par instants une rencontre, quelle qu'elle soit, et y *recevoir* sa vie au prix de la perdre! Rien ne fut inutile ou évitable, me semble-t-il. Quel chemin, l'Esprit parcourt-il pour « se révéler » ainsi dans un corps, des corps, les nôtres? N'y est-il pas depuis toujours et ne puis-je que le mettre dehors pour le reconnaître tout en tentant d'y échapper!?

Et je vais continuer...

Dans toute forme de rencontre... avec des êtres, des émotions, des événements, à fortiori des maux dans le corps, la lutte, l'opposition et le refus ne peuvent que continuer à prendre forme.

Et je commence seulement à découvrir que cette résistance est à vivre dans le face-à-face de la rencontre – y compris dans son refus – qu'elle n'est pas à supprimer, qu'elle *est* passage!

Qu'elle nous donne nos vies, qu'elle est nous, devenant.

### ... et pour quelques secondes...

La Vérité comme but à atteindre, la Vérité « à trouver » me place dans une vibration intérieure d'inquiétude constante. Elle me laisse seul et m'empêche de vivre ce qui *vraiment* se passe. VRAI - MENT...!

Dans ce mot, réside toute mon ambivalence face au « vrai » : une conjonction de vérité et de mensonge – d'inconscience et d'ignorance. Le vrai affirmé seul n'est déjà plus vrai, il ment déjà! Le vrai ne peut durer et il ne peut rester seul : la vie ne s'arrête pas.

À la recherche du sens de ma vie, j'ai commencé par aspirer à la Vérité en dehors de moi-même. Récemment, dans un rêve, j'entendais : « *La vérité est un espace qui s'ouvre entre les ennemis de toujours...* »

Un et un autre qui est autre, différent, deux subjectivités que ma quête de *la Vérité* ne peut supporter. Il me faut les opposer – ou en ignorer une. C'est réflexe, instinctif, vital : il faut que l'une gagne, survive et que l'autre disparaisse. La tension de la vie « entre-deux », en moi ou autour de moi – quels que soient les deux, deux êtres, deux positions, deux façons de faire, deux idées, moi et ma douleur, moi et ma sexualité, moi et l'Esprit... – est insupportable, il est urgent qu'elle se résolve : et je suis organisé pour que la résolution se fasse par l'élimination ou la mise à distance de l'un ou de l'autre!

Sinon? Cela implique un engagement souvent à la limite du supportable : prendre le risque de n'être QUE soi-même en face de l'autre, sans le pouvoir que, ce que je sens, pense, vis, fais ou dis soit une vérité plus vaste que moi-même. C'est seulement *le vrai que je peux être!* Et ce vrai se risque en face du vrai de l'autre dans une rencontre. Non pas une paix et une conciliation « a priori » mais dans la traversée de l'expérience complexe et souvent violente de deux « vrais » qui s'opposent : un remue-ménage d'être où la résolution paradoxale ne proviendra pas du changement, du « déplacement » de l'un ou de l'autre.

Si cette résolution survient, elle *émergera*, souvent à *l'insu* de chacun, comme une *expérience* de ce « deux » pouvant être, au moins pour l'un d'entre eux, dans le corps de l'un d'entre eux... pour quelques instants...

Ce vrai-là engendre *un espace* « entre-nous » où quelque chose d'insaisissable se crée...

Et si c'était ça l'Esprit...?

Et peut-être que tout cela n'est vrai... que pour aujourd'hui...



# UNE RECHERCHE À MAINS NUES

Clémence Dubé

c.dube@qc.aira.com

## Introduction

Comme plusieurs personnes de ma génération au Québec, je suis issue d'un monde très catholique dans lequel les réponses ont la plupart du temps précédé les questions. En plus, ces réponses n'étaient pas discutables et elles s'imposaient comme des vérités absolues. Il n'était pas facile dans ces conditions de distinguer ma propre pensée et mes propres désirs de ceux qui avaient la cote ou qui avaient de la valeur. Il m'a fallu du temps pour sortir d'un monde extérieur et intérieur enfermement dans lesquels la référence n'était pas la mienne mais celle des autres : l'église, la famille, les institutions sociales, les dogmes, les croyances, la culture, les coutumes, etc. J'avais la sensation d'être dirigée d'en-haut et de n'avoir pas de pouvoir sur ma vie. Il me venait souvent la fantaisie d'avoir deux vies, une pour ce qu'il fallait et une autre pour ce qui aurait été mon désir.

J'ai eu la chance et l'opportunité de poursuivre des études en éducation et en psychologie, études à travers lesquelles il est devenu possible de laisser émerger des questions qui étaient enfouies et qui m'apparurent moins dangereuses et moins oiseuses. Je crois que la dimension humaniste de mes études et ma démarche en thérapie d'abandon corporel ont été des lieux de remise en question de l'absolu de la religion, de mon appartenance à une institution religieuse, et de la dépossession de ma vie. Pour la première fois, je pouvais penser que ce que l'on m'avait appris de la révélation et de tout ce qui était décidé d'en-haut n'était pas si absolu et que je pouvais réfléchir à notre humanité sans être « à côté du trottoir » comme quelqu'un me l'avait dit.

J'ai l'impression d'être progressivement descendue sur la terre et d'avoir relativisé certains des absolus qui peuplaient ma vie.

Deux auteurs ont contribué fortement à ce que cette démarche se soit poursuivie dans l'ombre : Jacques Pohier dans son livre *Quand je dis Dieu* et René Girard dans *Des choses cachées depuis la fondation du monde*. J'y ai été troublée et j'ai pensé que je ne pourrais plus réfléchir de la même manière à nous, à l'humanité, après avoir fréquenté ces deux auteurs reconnus dans le monde et de la théologie et de la recherche historique. Toujours, il y avait ma démarche en psychothérapie et le groupe de recherche en abandon corporel qui soutenait cela en tentant de placer la recherche et nous-mêmes, en deçà des compréhensions que nous avons toujours eues à propos de l'humain et de l'humanité, en deçà des a priori qui avaient jalonné nos démarches respectives.

Aujourd'hui, je me sens poussée à parler de dieu avec une lettre minuscule et non du dieu absolu qui a hanté ma vie. Ce dieu qui a été et qui demeure une entité fondamentale pour les peuples, les nations, les religions, les hommes de toutes les parties de la planète, qui est-il? Je me pose ces questions avec angoisse et avec l'envie irrépressible d'en connaître davantage à propos de tout ce monde des divinités.



C'est dans cette réflexion que je vous livre le texte qui suit et que j'ai intitulé **une recherche à mains nues**.

Depuis les débuts de l'abandon corporel, dit aussi position de recherche ontologique, les chercheurs ont tenté de se libérer des préconceptions qui ont motivé et habitent le rapport psychothérapeutique et les pratiques psychothérapeutiques. Il est à noter que c'est surtout à travers le rapport psychothérapeutique que s'est opérée cette recherche ontologique. L'exercice de la psychothérapie exige quotidiennement la reconnaissance qu'aucune théorie n'arrive à contenir la vie telle qu'elle existe. Il s'agissait donc de sortir des définitions données à l'avance, des compréhensions reçues, des sens donnés au départ, ce qui n'est pas une entreprise facile, tant est forte la tendance à l'absolu et à la vérité.

Cependant, comment reconnaître, dans ce qui se montre évident, un sens déjà donné qui obscurcit le contact avec soi, avec les autres et avec le monde? Comment consentir à la manière très subjective que nous avons chacun de voir et d'interpréter la réalité? Est-il possible d'aborder la vie, la sienne et celle des autres, en abandonnant tous les a priori? Dirait-on plutôt que l'abandon corporel propose, non pas de se défaire des a priori, mais de les reconnaître comme tels et de les habiter comme étant nos subjectivités respectives et même collectives?

Nous avons tous, à un moment ou à un autre, expliqué nos vies par nos parents, nos ancêtres, notre éducation, notre milieu, la religion, ce qui en soi n'est pas une aberration. Nos origines tenaient d'un dieu qui nous avait créés et qui réglait nos vies personnelles, morales et sociales et cela ne pouvait presque pas être remis en question. Dieu, en ce sens, n'était pas un a priori mais un donné intouchable dont chacun de nous a fait quelque chose de particulier et de personnel. Remettre en question l'autorité des théories psychologiques, sociologiques et autres a certainement moins de conséquences que le doute sur le donné divin, révélé. On pourrait dire que les absolus, les vérités s'apparentent au divin s'ils n'en ont pas tous les caractères.

Qu'est-ce que dieu dans une position de recherche ontologique? Comment a-t-il été nécessaire dans l'histoire de l'humanité de créer une autorité suprême révélant les vérités sur l'homme? À quoi cela a-t-il servi?

Il me semble que l'on ne peut aborder la dimension spirituelle sans s'intéresser à la question de dieu et des dieux. Le présent texte se propose comme une discussion sur le phénomène de l'a priori de dieu ou des dieux dans le cheminement de l'humanité. Qu'est-ce que dieu? Que dit l'humain lorsqu'il nomme dieu? Comment les dieux ont-ils été nécessaires? D'où originent-ils? Le dieu des chrétiens dans le monde ne pourrait-il pas contenir la dimension d'interdépendance dont il est question en abandon corporel?

### **Dieu ou les dieux**

Dans les diverses cultures et civilisations anciennes et plus récentes, on trouve toujours un ou des êtres supérieurs qui sont dotés de toutes les qualités qui en font en général des êtres n'ayant pas eu à cheminer et qui sont accomplis d'origine. Ils sont tout-puissants, non-mortels, bons ou punitifs, proche ou loin des humains et ils ont droit à un culte et à des rituels au cours desquels les humains les prient ou leur rendent hommage.

Qui sont ces dieux qui ont peuplé l'histoire des premiers humains jusqu'à nous? Ces dieux qui ont été et qui demeurent des entités fondamentales pour les peuples, les nations, les religions, les humains de toutes les parties de la planète? Ces dieux qui ont menacé et protégé les humains des civilisations anciennes : Éros, Tor, Pan, Isis, Osiris, Thot, et tous les autres. Par quel processus les humains les ont-ils fait naître et se perpétuer? Des dieux multiples qui, en chrétienté, sont devenus un en trois personnes?

Comment parler de dieu dans une position de recherche ontologique, dans une position de mise à plat des a priori, une recherche où le sens ne peut être donné à l'avance? Dans la position de recherche ontologique, Dieu ne saurait être défini tel qu'on nous l'a enseigné : créateur, éternel, sans commencement ni fin, pur esprit, infiniment bon, infiniment parfait, récompensant les bons et punissant les méchants, etc. Comment les humains en sont-ils venus à un tel dieu? Ce dieu serait-il une création de l'homme? Par quel mouvement et quelle puissance de la matière les humains en sont-ils venus à imaginer un être qui serait en quelque sorte l'accomplissement de cette matière, leur accomplissement?

- un être qui est à la fois le passé, le présent et le futur, pour qui le temps n'est pas;
- un être capable de recevoir toute souffrance, toute douleur, tout espoir;
- un être qui étant rapport peut être père-fils-esprit;
- un être qui a vaincu le mal et qui ne peut être que bien;
- un être que la mort ne peut terrasser;
- un être qui devient le salut de tous;
- un être qui après avoir été multiple (les dieux grecs et romains) est devenu unique;
- un être qui s'associe aux humains jusqu'à épouser leur humanité;
- un être dont on n'a jamais fini de découvrir la profondeur et la richesse;
- un être à découvrir pour chacun des humains.

Il y a là un processus que la position de recherche ontologique permet d'entrevoir. Il y a là un pas, un saut que seuls les humains ont pu réaliser. Aucun règne animal n'a créé un tel monde. Dans la rupture avec le monde instinctuel, tout fait de déterminisme, les humains ont créé un minimum d'organisation sociale faite d'interdits, de moyens de survie, de hiérarchies où ils ont commencé à avoir des rapports tout faits de connivences, d'ententes tacites et expresses, de lois, de conventions, etc. Très tôt on retrouve, dans la lecture des recherches archéologiques, qu'ils ont recherché la protection d'un être ou de plusieurs êtres qui incarneraient ces lois, ces ententes, ces connivences. Ainsi, ils n'avaient pas à porter seuls le poids de ce qui apparaissait être à la fois le meilleur et le pire pour eux. Les dieux étaient nécessaires pour porter et reconnaître directement une expérience qui, en soi, était insupportable. Les dieux permettaient une organisation sociale de cohésion entre les personnes, les groupes et les sociétés. Les hommes avaient les mêmes dieux, les mêmes cultes, les mêmes cérémonies et pouvaient s'en référer à eux pour en attendre les bienfaits, les dons, les châtiments, etc. Ces dieux ont été et sont toujours des institutions utiles et nécessaires à la vie des humains qui peuvent s'y projeter pour progressivement devenir recevables.



L'archéologie des sépultures anciennes montre que des rites ont existé très tôt dans l'organisation de la vie sociale. Ces rites montrent une forme de croyance en l'immortalité, en un au-delà, en un lieu fait de délices, de bonté, absent de guerres, béni des dieux qui y règnent et pouvant accueillir tous ceux des humains qui ont mérité d'y être admis.

### **Les dieux que les humains ont créés et ceux qui les ont créés**

Les premiers humains auraient pressenti qu'ils ne pouvaient survivre seuls et qu'ils devaient compter les uns sur les autres même si, entre tribus, ils devaient se défendre et se protéger. Ils ont eu besoin d'êtres supérieurs dans lesquels ils ont mis cette mission de protection et de sauvegarde. C'est probablement le sentiment de leur faiblesse devant les forces extérieures : vie, mort, tonnerre, orages, ouragans, sauvagerie, etc. qui a suscité la création de quelqu'un ou quelques-uns qui seraient au-dessus de toutes ces faiblesses incontournables. La finitude de la mort a inspiré le désir que la mort ne soit pas la fin, mais un passage vers une autre vie sans souffrance et sans combats. Ce désir rejoint l'angoisse de la disparition en la dissipant dans la certitude d'une autre vie. Cet être, ce dieu, contient en lui-même la vie d'ici et la vie éternelle.

Ce qui étonne et qui est d'une grande complexité, c'est que ces humains ont pu, sans le savoir, projeter dans ces dieux ce qui était et est toujours une vue et une organisation de la matière qu'ils étaient et qui est toujours en voie de devenir. Les humains ont eu besoin des dieux, de dieu. Ils ont eu besoin de s'en remettre à des toutes-puissances dans les impuissances et les difficultés où ils ont eu à évoluer pour arriver jusqu'à nous. Ils ont eu besoin de lois qui viendraient régler la vie des hommes entre eux. Ils ont eu besoin de contraintes, de récompenses et de châtements.

Les humains ont eu et ont cette capacité d'imaginer les réalités qui leur permettraient de vivre et de survivre. Mais, ils n'ont pas imaginé n'importe quoi; ils ont mis dans les dieux le meilleur et le pire d'eux-mêmes; ils ont mis dans les dieux la vision obscure de leur devenir, le pressentiment du cheminement de leur humanité, l'espoir de leur accomplissement. Ils ont donné aux dieux le rôle de les rassembler et de les garder humains dans les luttes qu'ils avaient à mener pour survivre. Ils ont donné aux dieux les attributs qu'ils espéraient pour eux. Ils y ont mis aussi le plus difficile d'eux-mêmes : les insupportables, les lieux de misère et de haine qu'ils ont nommés les démons ou les dieux des enfers.

On pourrait dire que dès lors, les humains ont été faits, bâtis, par ces dieux. Ils sont devenus avec et à travers eux. En ce sens, l'homme a créé dieu et dieu a créé l'homme. On pourrait dire aussi qu'il n'y aurait pas eu de dieux sans les hommes et qu'il n'y aurait pas eu d'hommes sans dieux. Il n'y aurait pas à choisir entre les deux, car dans le devenu que nous sommes, les deux sont présents et ils sont à reconnaître et à habiter comme étant nous-mêmes.

De même, il apparaît illusoire de penser qu'il est possible d'éradiquer dieu du monde comme si sa mort serait une liberté pour l'homme. Comme nous sommes des êtres devenus, et devenus avec et à travers les dieux, ils sont nous-mêmes et ils ont à être reçus comme nous-mêmes. Une telle position nous oblige à ne rien rejeter de notre histoire fut-



elle faite de tous les dieux que nous avons créés et qui nous ont créés.

### Dieu et/ou l'interdépendance

Il m'apparaît éclairant de penser que les humains ont pu mettre dans un ou des êtres suprêmes une dimension de l'humanité qu'ils ne devaient pas réellement posséder mais qu'ils pressentaient dès le début. La recherche ontologique en proposant d'aborder la vie et les autres sans cet a priori suprême qu'est dieu, a permis d'entrevoir une dimension que les a priori pouvaient garder cachée et obscure. Il y serait question de l'expérience faite et toujours à faire en abandon corporel dans laquelle la position prise de « se recevoir » permet une sortie, la plupart du temps momentanée, d'un monde de causalité et de connivences pour accéder à un mode de rapport où il est possible d'être sans nier ou rejeter quoi que ce soit de soi-même et des autres. En ces moments, toute l'humanité est présente et il n'est pas besoin que cela se réalise en chacun en particulier, il suffit que cela ait lieu en quelqu'un.

Quelle est cette dimension de l'humanité qui pourrait alors apparaître alors qu'elle nous demeure voilée dans l'a priori qu'est dieu? Il me semble que cette dimension serait l'interdépendance, c'est-à-dire, l'expérience et la reconnaissance que la vie en nous et dans les autres est complètement inter-reliée non seulement avec les proches, les contemporains, mais avec tout l'univers actuel, passé et futur. Dieu représente-t-il l'absolue nécessité que la vie nous soit donnée par les autres et que nous soyons des donneurs de vie et ce au-delà de l'existence physique? Le rapport entre nous, les humains et tout ce qui nous entoure aurait-il priorité sur les rapports avec une transcendance nommée dieu ou les dieux? La transcendance, la verticalité ne serait-elle pas à chercher dans ce rapport-là, dans cette horizontalité-là qui prend alors toute son importance? Cela nous oblige à considérer les autres, tous les autres, comme étant nous-mêmes, faisant partie de nous. Cette phrase des évangiles : « *Tout ce que vous faites au plus petit des miens, c'est à moi que vous le faites* » pourrait parler de ce lien d'interdépendance. Et cette autre : « *aimez votre prochain comme vous-mêmes* » pourrait, selon Aimé Hamann, se dire : « *aimez votre prochain comme étant vous-mêmes* », et parler de l'autre en nous, étant nous et nous étant lui.

Plonger dans ce rapport en ressentant tout ce qu'il contient me conduit à des sensations de vertige. Le vertige d'avoir à consentir au rapport à moi-même dans le rapport aux autres sans une porte de sortie qui me relierait, sans eux, à un être transcendant. Le vertige de reconnaître les formes multiples que peut prendre la fuite des autres dans le rapport avec un être comme dieu.

J'ai aussi la sensation surprenante de ne devoir renoncer à rien de ce qui m'a faite, qui nous a faits; de n'avoir pas à regretter tout ce qui peut m'apparaître comme des détours ou des pertes de temps, mais plutôt le sentiment que tout cela est moi, est nous et qu'il y a progressivement à le recevoir et à l'habiter comme étant soi.

### Références

Girard, René. (1978). *Des choses cachées depuis la fondation du monde*. Paris : Grasset.

Pohier, Jacques. (1977). *Quand je dis Dieu*. Paris : Seuil.



# **EXPÉRIENCES SUBJECTIVES ET INSTITUTION**

**Modératrice : Marie-Josée Guimont, Québec**



# EXPÉRIENCES SPIRITUELLES : SYNTHÈSE ET RÉSUMÉ

Renate Oppikofer

roppikofer@bluewin.ch

J'ai entrepris ce travail en espérant qu'il me rapproche un peu plus du spirituel et de ma spiritualité. Mais au fond, la question se pose : y a-t-il quelque chose de spirituel dans ma vie? Et si oui comment cela se manifeste? Est-ce que c'est différent selon les étapes de ma vie?

Pour écrire, je me suis basée, le plus honnêtement possible sur mes souvenirs et mes réflexions personnelles.

J'ai donc travaillé, intensément, laborieusement en désespérant parfois, mais j'ai retrouvé de vieux souvenirs. L'évocation de certaines expériences m'a été précieuse et m'a amenée à faire des liens entre elles. C'est ainsi que progressivement je me suis fait une image du spirituel qui reste finalement assez vague et peut sembler un peu « sauvage », primitive. Elle me laisse avec une certaine déception face à mes espoirs.

Je pense que le spirituel a principalement deux sources :

- l'une est l'éducation, y compris l'éducation religieuse;
- l'autre est une disposition innée et inhérente à chaque être humain – ce serait de nature ontologique ou archaïque au-delà d'une religion précise.

C'est surtout cette dernière forme que j'ai expérimentée.

Je ne peux évidemment pas me soustraire à l'influence de notre civilisation qui est importante et peut rester en grande partie inconsciente.

Pendant mon travail, j'ai été rassurée par le fait que d'autres personnes abordent une spiritualité hors religion. Ainsi le philosophe André Comte-Sponville, athée, a écrit *L'introduction à une spiritualité sans Dieu*. Il pense qu'« il est urgent de retrouver une spiritualité sans Dieu, sans dogme, sans église, qui nous prémunisse autant du fanatisme que du nihilisme ».

J'ai été baptisée protestante et j'ai eu une certaine éducation religieuse. Ces approches institutionnelles de la religion ne m'ont pas conduite à un ressenti de la spiritualité et m'ont laissée sur ma faim. Depuis l'enfance j'aurais voulu sentir Dieu. J'ai toujours cru en l'existence de Dieu en tant que créateur du monde et énergie qui donne vie. Il n'était pas une instance qui punit ou qui récompense, régnant sur l'enfer ou le paradis.

Généralement, dans tout ce que j'entreprends, pense et suis, je me trouve dans une réalité plus ou moins concrète du quotidien. Ça m'est difficile de quitter cette sphère du logique ou de l'appris du quotidien. Mais en me penchant sur mes souvenirs j'ai constaté qu'il m'était arrivé que tout à coup je me sente touchée par un « tout autre », par le sacré ou le spirituel. Je ressens que ce sacré n'est pas extérieur à moi mais sûrement indépendant de ma volonté. C'est un monde d'un senti irrationnel, symbolique ou imagé. Il s'impose soudainement. Il m'arrête dans mon occupation. Il change ma respiration et mon tonus



musculaire. Il peut me faire pleurer avant que je sache pourquoi. Il agit sur mon corps, mon sentiment, ma pensée, et change parfois tout mon état d'être, sans altérer ma conscience – sauf dans les rêves.

Les sensations corporelles semblent porter ou exprimer ce spirituel. Ces états peuvent durer quelques heures mais s'atténuent toujours avec le temps. Ce qui reste c'est le souvenir de la sensation, des sentiments ou d'une idée et une compréhension globale qui se développe plus ou moins rapidement dans le temps, parfois beaucoup plus tard. Il peut être difficile de trouver les mots appropriés.

Ainsi je me rappelle d'une rencontre avec la pleine lune quand j'avais environ 7 ans :

*Un soir j'étais seule à la fenêtre ouverte, fascinée par la pleine lune devant laquelle étaient chassés des nuages blancs par un vent très fort. C'était un spectacle extraordinaire, l'intensité de la lumière dans la nuit, le mouvement rapide des nuages, et la force du vent. J'en fus dépassée comme transformée et transportée hors de ma chambre dans une danse sauvage – dans un espace « tout autre ».*

*J'étais profondément émue, j'étais toute sensation, en admiration devant la beauté, la grandeur et la force en face de moi. Il m'était impossible de décrire avec des mots cet évènement mais le vécu émotionnel s'est inscrit dans l'enfant de 7 ans que j'étais, pour toujours.*

En face de cette pleine lune le sacré est affectif et sensible et contient un goût d'infini, une impression du « numineux », un sacré qui ne découle d'aucun enseignement, impossible à mettre en mots. Pourtant l'être humain est touché par quelque chose que j'aimerais appeler « divin ».

L'adjectif « numineux » est apparu en premier chez Rudolf Otto dans le livre intitulé : *Le Sacré*. L'expérience numineuse est l'expérience affective du sacré, considérée comme un concept clé de la religion (tiré de Wikipédia).

Si je compare cet évènement à d'autres manifestations spirituelles de ma vie, je constate que le rond que représente ici la lune, jouera également un rôle ailleurs. C'est ainsi qu'à 48 ans j'eus le rêve suivant – (également un vécu spirituel pour moi) :

*Je monte dans une maison, dans laquelle je trouve un disque rond, pas très grand. Il ressemble un peu à ces plaques rondes qu'il y avait devant les toutes premières radios et d'où sortait le son. Comme celles-ci, le disque de mon rêve est couvert par une étoffe; mais ici c'est un brocart extrêmement précieux brodé en bleu, argent et or, représentant de grandes vagues d'eau et des nuages un peu dans le genre d'un tapis japonais. Seul objet dans la salle, bien que vertical, ce disque n'est pas suspendu ni attaché à quoi que ce soit et il se meut très légèrement comme une respiration. Dans le rêve je pense : « Dieu est ce qui se meut par lui-même ».*

Et une autre expérience s'est passée une dizaine d'années après :

*J'étais tranquillement assise à ma place habituelle à la salle à manger quand le grand plat rond en cuivre argenté suspendu à ma gauche contre le mur se mit à bouger de lui-même. (Il se trouvait que le chauffage placé juste en dessous et que j'avais réglé sur le maximum, dégageait tant de chaleur, que l'air chaud montant faisait vibrer le plat rond). C'est ce phénomène qui me fit brusquement changer d'état de conscience. C'est difficile à décrire,*

*j'avais la sensation que l'air autour de moi vibrerait imperceptiblement, comme une énergie, que je ressentais autant lumière que air. Je baignais dans ce champ d'énergie, faisant partie de cette vibration, respirant à peine et j'eus l'impression que tout était facile. Plus de problème, plus de tension, tout semblait aller de soi! Je ne sais plus exactement combien de temps cette sensation, cet état de grâce, dura. Probablement plus d'une dizaine d'heures en diminuant lentement.*

L'expérience de cet état de grâce, que j'aimerais bien appeler spirituel, coïncida avec l'époque où j'étudiais à l'Institut Jung à Zürich. Tout en étudiant à Zürich, j'habitais à Genève où j'enseignais et de surcroît j'étais menacée par une maladie grave. L'expérience était comme une compensation et me donnait des forces pour continuer. Je n'ai pas l'impression que la spiritualité soit une affaire de sublimation ou d'illusion, comme le mot « compensation » pourrait le faire penser. Mais j'ai réalisé que dans des moments très difficiles de ma vie, où mon intégrité était en danger, j'ai pu rêver de symboles unifiants comme le rond.

Me rappeler ces souvenirs était important. Par exemple ce n'est que maintenant en écrivant que je me rends compte de la ressemblance entre le *plat rond* et le *rond suspendu* du rêve décrit juste avant. Les deux représentent le symbole du rond animé d'un mouvement autonome. Pour moi, la valeur symbolique a joué un rôle dans les deux expériences spirituelles. Je me demande si le symbole du rond a déclenché le vécu spirituel ou s'il est la forme sur laquelle le spirituel se fixe et trouve une manière de s'exprimer. Peut-être les deux à la fois? Le spirituel serait donc autant une force autonome interne qu'une entité stimulée par l'extérieur. Ce qui est sûr c'est que le rond a toujours représenté un symbole dans les pratiques religieuses de tout temps.

Mais mes expériences sont aussi caractérisées par d'autres éléments que le rond. Certaines sont marquées par la lumière, d'autres encore sont déclenchées par le mouvement corporel.

Cela m'amène à une expérience corporelle qui date de la période où je commençais la méditation.

Après un massage du dos, en restant tranquillement couchée par terre, j'avais l'impression de perdre les limites de mon corps physique et pouvoir faire partie à la fois de la terre et de l'air.

Une expérience complètement irréelle et quand même sentie réellement.

Cette expérience provoque ce qu'on peut appeler un « sentiment océanique » ou on pourrait dire un désir d'union du féminin et du masculin, un besoin de faire partie du monde... sans que je pense cela au moment même, je me rappelle avoir plutôt essayé de respirer le plus légèrement possible pour rester le plus longtemps possible dans cet état.

Il y a toujours une implication du corps et du mental, mais le plus important dans la spiritualité, est qu'une réalité espace temps ordinaire est transformée et que quelque chose est transcendé.

Au fur et à mesure que j'écrivais, les souvenirs de mes expériences devenaient de plus en plus nombreux. Ce ne sont pas des illuminations ni des « saturiez » qui amènent à un changement radical de la vie, mais mes souvenirs de ces expériences vécues m'ont aidée un

peu mieux à saisir que à côté de ma vie profane, de l'ordinaire, il existe aussi le côté sacré qui m'ouvre à un monde plus large.

Je m'approche actuellement d'avantage de la mort et cela a une influence sur mes expériences.

Étant une fois assise devant mon petit chalet, je voyais un nuage blanc dans le ciel bleu qui projetait une ombre sur le pré de la colline d'en face. Quand je l'observais, le nuage se dissipait en ne laissant plus d'ombre! Après 5 minutes, nuages et ombres étaient de nouveau constellés... une idée me remue : si c'était pareil avec l'âme humaine? Si dans certaines conditions l'énergie vitale pouvait devenir matière vivante et se développer en être humain qui projette une ombre. Quand cet être meurt l'essence de la vie redevient énergie vitale et se retrouve dans le cosmos, prêt à se matérialiser une autre fois, pour devenir plante, animal ou être humain... Ce retour de l'âme dans un grand réservoir d'énergie mettrait fin à une représentation de survie individuelle après la mort... mais qu'en sais-je?

Ici je vais terminer bien que j'ai l'impression d'avoir juste commencé. Il y aurait tant d'autres événements à évoquer : rencontres avec d'autres, dans le cadre du mouvement authentique de la cérémonie du thé et « last but not least » des séances de l'abandon corporel. Je vais m'arrêter en remerciant Aimé, Clémence et Gilles et tous les autres.

## Bibliographie et références

Comte-Sponville, André. (2006). *L'esprit de l'athéisme. Introduction à une spiritualité sans Dieu*. Paris : Albin Michel.

Otto, Rudolf. (1979). *Das Heilige*. München : Verlag C.H. Beck.

# DE L'« HYPER-RATIONALITÉ » À UNE COMPRÉHENSION PLUS HABITÉE DU MONDE DIVIN

Philippe Pellaumail

philippe.pellaumail@wanadoo.fr

Cette évolution comporte les quatre phases ci-après, dans leur ordre chronologique. Elle conduit à une compréhension du monde divin que j'explicite et dont je montre l'importance pour moi dans la dernière partie de cet exposé.

## 1. Problématique de mort dans mon enfance et coupure initiale

Trois évènements majeurs dans mon enfance participent à cette coupure initiale.

### Maladie et mort de mon frère aîné

Il meurt vers l'âge de quatre ans et demi d'une leucémie, maladie qu'on ne savait pas soigner à l'époque. Ma mère se bat pour le guérir, sans succès, et cette mort la révolte. Durant cette maladie, qui se déclare pratiquement à ma naissance, je me sens **abandonné** par ma mère (elle ne pouvait supporter mes sourires), totalement absorbée par les soins de mon frère. On m'a confirmé depuis que j'avais **tous les symptômes d'un enfant abandonné** (insécurité et être centré sur soi).

### Maladie et départ de ma mère

Ma mère a eu **six enfants, coup sur coup**, mon père n'ayant aucune notion d'espacement des naissances. Lorsqu'elle est enceinte de mon frère Christian, le sixième, elle contracte la **tuberculose**. Nous la retrouvons évanouie dans le couloir du second étage de la maison de ma grand-mère paternelle, où celle-ci nous héberge. **Ma mère part en sanatorium**. Nous récitons des chapelets, les bras en croix, avec mes sœurs pour qu'elle guérisse et revienne.

### Maladie et mort de mon père

Rentré de la guerre, mon père déclare une maladie familiale héréditaire (adréno-leucodystrophie). C'est une maladie transmise par les femmes mais qui n'atteint que les garçons : trois frères de mon père et deux de mes neveux en sont morts et deux autres de mes neveux sont atteints. C'est une dégénérescence de la myéline qui entoure les nerfs et les neurones : d'où atrophie musculaire progressive et au final atteinte du cerveau. J'assiste à la **débâcle progressive de mon père** (dans son fauteuil roulant, où l'infirmière vient le faire uriner avant les repas). Il ne sait plus faire qu'une croix sur mes carnets de notes scolaires, ne pouvant plus signer. J'ai douze ans lorsqu'il meurt.

## 2. Comportements caractéristiques dans la vie quotidienne

La détresse et la désorganisation mentale induites par les évènements précédemment racontés m'ont conduit à des comportements caractéristiques : l'« **hyper-rationalité** » et l'**investissement dans l'organisation**, comme manières de lutter contre le chaos.



Étant coupé de mes ressentis, ma seule façon de percevoir le monde est d'analyser logiquement ce qui arrive; et de même pour prendre les décisions de la vie courante, c'est uniquement sur un **raisonnement logique** que je peux m'appuyer. C'est ce que je nomme l'« hyper-rationalité ».

Après des études d'ingénieur à Paris, je fais une première partie de ma carrière comme « ingénieur en organisation » dans une petite société de services (douze ingénieurs) en Suisse. Cinq ans plus tard, nanti de trois enfants, je rentre en France et je suis recruté par IBM comme ingénieur en organisation. Tout d'abord pour ses besoins d'organisation interne, puis dans une seconde période pour les besoins de ses clients. Je rejoins un petit groupe chargé d'élaborer des « méthodes d'intervention » dans les entreprises en vue d'améliorer leur fonctionnement. C'est dans ce cadre que je suis amené à développer la méthode AXIAL, permettant l'analyse et la conception du système d'information de l'entreprise, démarche à laquelle seront formées nombre d'entreprises clientes.

Ma carrière professionnelle s'est ainsi développée au travers d'activités d'organisation.

### 3. L'Abandon Corporel : un apprivoisement de la coupure

C'est depuis une douzaine d'années environ que je participe à la démarche de l'Abandon Corporel. Je relate quelques expériences significatives, à partir des notes que je prends au retour des sessions.

#### Mars 1998 sur le matelas

Le bras gauche, puis le droit s'écartent; une **grande souffrance psychique** s'installe (non spécifique) qui **culmine** au passage d' Aimé Hamann. Après son départ, la main droite vient se placer sur le cœur déclenchant une **intense douleur physique du cœur**; puis la main gauche rejoint la main droite sur le cœur et exerce une pression : la douleur s'estompe et **un fou rire apparaît** : quelque chose est **irrésistiblement comique** (non connu); rires et larmes alternent jusqu'à la fin de la séance. Je découvre ici que mes mains sur mon cœur ont un **effet « réparateur » de la souffrance psychique** (je peux prendre ainsi soin de moi).

#### Mars 1999 à Bois-Le-Roi

« *Comment peux-tu concilier ta croyance et ta présence dans un groupe d'abandon corporel ?* » J'explique que ma croyance s'appuie sur des expériences personnelles de cette autre Réalité; que je suis en mesure de savoir précisément ce qui est du domaine scientifiquement connu et ce qui relève de ma croyance; et enfin j'exprime que je vois bien la perte que j'aurais à renoncer à ce à quoi je crois, mais pas clairement les avantages. Aimé Hamann confirme : « *tu as pleinement ta place dans le groupe; de même qu'un bouddhiste ou un musulman y auraient pleinement leur place* ».

#### Mars 2000 à Bois-Le-Roi

Ce qu'une des participantes exprime de son enfance me permet de rejoindre **la douleur du petit garçon abandonné** qui appelle au secours et auquel personne ne répond; et aussi comment il a dû **se prendre lui-même par la main** pour survivre. Cette exploration de « la

cave » de mon enfance, pour reprendre une expression de la participante, **si longtemps occultée**, a été émotionnellement très forte. Exprimée dans le groupe, elle m'a plongé dans une **intense sensation de froid**, dont je n'ai pris conscience qu'après m'être exprimé : j'ai dû passer une demi-heure sous la couette de mon lit pour me réchauffer.

Un aspect essentiel du travail durant toutes ces sessions a été **une lente reconquête de mes ressentis**. C'est parce qu'une personne dans le groupe nommait son ressenti que j'ai pu progressivement mettre mes propres mots sur ce que je ressentais. Souvent longtemps après qu'elle se soit exprimée, par exemple, avec des mots de colère, je pouvais me dire : c'est de la colère que j'ai ressentie tout à l'heure. La gamme de mes ressentis me semble ainsi plus complète maintenant. L'« hyper-rationalité » s'en trouve réduite d'autant.

Grâce à ce travail sur les ressentis, je sais mieux comment apprivoiser cette coupure initiale et j'en mesure mieux les conséquences pour moi et sur les autres.

#### 4. La découverte progressive d'une autre vision du monde

Depuis vingt-trois ans, je fais partie d'un groupe de recherche spirituelle en Ardèche, animé par un couple. Nous nous réunissons au rythme d'un dimanche tous les deux mois, sauf en été. Mon groupe de travail comporte une quinzaine de participants, qui ont peu varié au cours du temps, comme c'est le cas dans les groupes d'Abandon Corporel.

Nous travaillons à partir de textes, lus en début de session, sur lesquels chacun s'exprime tour à tour, en faisant part de ses ressentis au sujet du texte et de la manière dont il s'applique à sa vie quotidienne. Un échange verbal s'engage entre le participant et les animateurs afin d'aller au plus profond dans la compréhension du participant. Le travail en groupe permet à chaque participant de tirer profit des échanges des autres participants avec les animateurs. Bien sûr, c'est un lieu de non jugement des expressions de chacun.

Dans une première période, j'ai également travaillé en psychothérapie avec l'animatrice, à l'occasion de déplacements personnels (près d'une centaine de séances). Ce travail a permis de ramener à la surface beaucoup de mes vécus depuis l'enfance et de donner progressivement du sens à mon histoire personnelle.

De formation scientifique et avec l'« hyper-rationalité » que j'ai évoquée, il m'a été très difficile d'abandonner ma vision initiale du monde, qui était celle de l'ingénieur pour lequel seule une démonstration mathématique irréfutable fait sens. C'est grâce au travail que nous faisons dans ce groupe de recherche spirituelle que j'ai pu, de manière très progressive, accéder à une autre vision, celle d'une réalité beaucoup plus subtile et riche que celle de l'ingénieur. Et dont les principaux concepts sont présentés dans le prochain paragraphe.

L'élaboration d'un site Internet dans lequel je m'efforce de confronter ma compréhension scientifique du monde avec cette nouvelle compréhension, m'a beaucoup aidé à faire cette passionnante transition. Le site [www.realite-cachee.net](http://www.realite-cachee.net) a été ouvert en janvier 2001. J'en assure l'animation, notamment à l'intention des personnes de formation scientifique qui seraient tentées par cette même transition vers une autre Réalité.

Et, comme je l'ai exprimé dans un groupe, je me sens désormais « solide sur mes deux jambes » : ces deux démarches, qui se complètent, de recherche spirituelle et d'Abandon

Corporel.

## 5. Compréhension et accès au monde divin

Il existe une **autre Réalité** coextensive à notre Univers. J'en présente ci-après les principaux concepts et leurs implications. Une remarque préliminaire empruntée à Eckhart Tolle<sup>1</sup> dans *Nouvelle Terre* :

*Rien de ce que nous disons sur la nature de l'univers ne devrait être pris comme vérité absolue. Ni les concepts, ni les formules mathématiques ne peuvent expliquer l'infini. Aucune pensée ne peut résumer la vastitude de la totalité. La réalité est un tout unifié, qui est cependant fragmenté par la pensée. C'est cette fragmentation qui donne lieu aux fausses interprétations. (...) Ceci veut dire que, finalement, la pensée n'est pas vraie, du moins pas absolument. Seul le Tout est vrai, mais le Tout ne peut être dit ou pensé. (p. 238)*

### 5.1. Le rêve comme accès à l'autre Réalité

Selon J.M. Atlani :<sup>2</sup>

*J'entends le rêve, avant tout, comme lieu d'expérience. Chacun à sa façon est le lieu de cette expérience, le fait du rêve étant commun à tous. De plus, comme le corps, l'expérience qu'on en fait est absolument spécifique, particulière à chaque individu. (p. 57)*

*L'expérience vécue dans les rêves est réelle, en ce sens qu'il n'y a pas de différence de nature entre celle vécue dans la vie diurne, réveillée et celle vécue dans l'expérience du rêve. En ce qui concerne la nature de l'expérience, seule l'intensité diffère; d'une manière générale, il y a plus d'intensité dans le rêve que ce que nous nous permettons habituellement de vivre dans la vie éveillée. Le rêve en cela serait pour moi un lieu très important d'expérience et d'expérimentation du vécu de l'intensité. (...) (p. 57)*

*Le rêve intervient en effet à un moment du sommeil pendant lequel seuls les yeux bougent (phase dite des mouvements oculaires rapides, qu'on appelle aussi sommeil paradoxal) et que tous les autres muscles sont totalement déconnectés, toute l'activité volontaire est déconnectée. (p. 58)*

Il n'y a en fait qu'**une seule Réalité**, l'autre Réalité, et les images que nous en fournit notre cerveau, à partir de nos organes sensoriels dans la vie diurne, forment ce que nous appelons notre Univers, ce que nous percevons de cette Réalité, selon un processus d'émergence comparable à celui du rêve décrit ci-dessus.

Selon moi, lorsque nous rêvons, nous sommes de plain-pied dans cette autre Réalité, hors de l'espace et du temps. C'est le même fonctionnement du cerveau qui produit les deux états : veille ou rêve. La différence est que dans la vie diurne, nous devons nous protéger de trop de proximité vibratoire avec la Réalité (notre corps notamment nous protège); alors

<sup>1</sup> Tolle, Eckhart. (2005). *Nouvelle Terre*. Montréal : Éditions Ariane.

<sup>2</sup> Atlani, Jean-Michel. (2001). Le thérapeute, alchimiste de l'humain, temps accumulé, matière en devenir. Dans *Actes du colloque (de recherche en abandon corporel) 2001 : Être psychothérapeute en abandon corporel* (pp. 43-60). Montréal, Québec.

que dans le rêve, nous n'avons plus besoin de cette protection (le corps est d'ailleurs « déconnecté »). Dans le rêve, chacun pourrait avoir accès à tous les niveaux vibratoires de la Réalité qui sont compatibles avec son degré d'évolution.

## 5.2. Tout est lumière - Tout est vivant

Ondes de lumière dans l'autre Réalité et ondes électromagnétiques dans notre Univers sont les deux aspects d'une même réalité que je désigne par « lumière immanente ». Tout ce qui existe dans notre Univers a ainsi une onde de lumière associée. Depuis le grain de sable sur la plage, les plantes, les animaux, les humains, en passant par la Terre, le Soleil, jusqu'aux galaxies, **tout est vivant dans l'Univers**, comme partie prenante de la symphonie cosmique, sous la forme de ces ondes de lumière. Esprit et matière sont deux modalités vibratoires différentes de la lumière immanente.

## 5.3. La mort comme retour « à la maison »

L'onde de lumière est atemporelle : elle continue d'exister lorsque son « correspondant dans la matière » disparaît de notre Univers. Il en est de même pour l'Esprit-onde de lumière de l'être humain qui se perpétue au long de ses différentes incarnations.

En tant qu'être humain incarné, notre corps est ce merveilleux « *vaisseau spatial* » qui nous permet d'évoluer dans cette Réalité. Notre corps est une « forme vibratoire » en interaction permanente avec la lumière immanente. L'onde de lumière de **notre Esprit** est une **vibration unique spécifique** de la Réalité et cette vibration maintient la « forme vibratoire » du corps durant son existence terrestre.

Au moment de la mort physique, l'Esprit cesse de maintenir cette forme vibratoire et notre corps, devenu inutile, restitue ses énergies élémentaires à l'Univers. Notre Esprit, libéré, reprend sa place initiale dans la grande symphonie cosmique.

## 5.4. La matière : une illusion sensorielle permanente

Ce que nous prenons pour le monde réel est largement illusoire. Un objet concret est fait d'atomes. Chaque atome contient un vide sidéral. Pour l'atome d'hydrogène, le plus petit, fait d'un noyau et d'un électron, le noyau est une orange sur la place de la Concorde à Paris et l'électron une tête d'épingle qui gravite à Rouen!! Et lorsqu'on étudie les composants du noyau, on aboutit « in fine », comme pour l'électron, à des **pulsations d'énergie** : la matière a disparu. Cependant, la **sensation de matière** existe au bout de nos doigts, d'où l'illusion.

## 5.5. Le processus d'évolution

Extraite du livre *Guérir par la lumière*<sup>3</sup>, cette proposition :

*Sous la dimension du hara s'étend celle du noyau enfoui, siège pour l'éternité de ce qui est, a été et sera, origine de la force créatrice, (...) noyau rayonnant comme une étoile, signe*

<sup>3</sup> Brennan, Barbara. (1995). *Guérir par la lumière*. Paris : Éditions Sand.

*lumineux de l'essence éternelle de chacun. Il existe hors du temps, de l'espace, de l'incarnation physique et même du concept d'âme. On dirait la source même de vie, le Dieu individuel et unique qui nous habite tous, l'origine de toute incarnation, à jamais emprunt de totale sérénité. (p. 357)*

De ce noyau divin jaillissent des spirales de lumière qui, dès sorties de notre enveloppe corporelle, se confondent avec les spirales de la lumière divine, les spirales du nombre d'or et qui atteignent les confins de l'univers. Nous sommes des Êtres de lumière.

*Pensez à votre noyau rayonnant, faites-en sourdre la lumière; pensez à vos cellules toutes illuminées; pensez à votre corps; unifiez-le à sa lumière où brillent votre essence, votre divinité intérieure. (...) Retrouvez donc le souvenir de votre être, de votre impulsion créatrice; c'est la tâche de votre vie. (p. 363)*

L'Éveil spirituel consiste à prendre conscience de cette autre Réalité. L'Illumination réside dans la pleine capacité à vivre cette Réalité. Atteindre l'Illumination, c'est redevenir pleinement les Êtres de lumière que nous sommes.

## 5.6. L'accès au monde divin

Ce à quoi je crois donne sens et enthousiasme à ma vie. J'ai découvert à l'automne 2006, avec une certaine surprise, que cette compréhension sophistiquée du monde divin dans laquelle je me suis investi avec passion, ne m'y donnait pas accès.

Alors pourquoi un tel investissement dans cette compréhension, allant jusqu'à organiser des exposés publics sur cette autre Réalité? Cet effort de mise en cohérence de toutes mes lectures de ces dernières années a été un **processus d'individuation** me permettant d'acquérir mon propre langage, celui que j'utilise, hors les citations, dans les paragraphes 5.x de cette présentation pour décrire cette Réalité.

Une question reste ouverte cependant : quelle est la part de « chaos en moi » que protège cette compréhension sophistiquée? – Une partie de la réponse pourrait se trouver dans une solitude non encore habitée.

Cependant, je suis désormais engagé dans un processus corporel d'approfondissement de ma sensibilité au monde divin que j'espère de nature à favoriser cet accès. De plusieurs expériences intéressantes, je raconte la plus marquante émotionnellement.

« Je suis en bordure d'une plage, face à la mer. Plusieurs personnes s'y baignent. Une des baigneuses s'avance dans ma direction. Elle me rejoint; nos fronts se touchent et je ressens comme "une caresse du cœur", d'une merveilleuse saveur ». C'est délicieux et si fort que je me réveille. Il est 4 h du matin.

Je cherche à savoir quelle est cette âme qui est venue me « caresser ». J'énumère en moi-même un certain nombre de possibilités et je me rendors en demandant la réponse à cette question.

Dans le rêve suivant, je rêve que je raconte ce rêve à une personne qui eu une importance centrale dans mon existence. Je peux donc penser que c'est l'âme de cette personne qui est venue me rendre visite et prodiguer cette « caresse ». La sensation a été si forte qu'elle est encore un peu présente le matin au réveil. Je m'empresse de noter mes souvenirs de ces

rêves.

Quelques semaines plus tard, je repense à ces deux rêves et je les relie à celui que j'ai fait, il y a une douzaine d'années, au moment où je commençais la pratique de l'Abandon Corporel. J'avais rêvé que l'on m'enlevait des « couches successives posées sur le cœur », lors d'une sorte d'opération chirurgicale. Je l'avais perçu comme un rêve « fondateur ». Depuis, dans ma gestuelle corporelle sur le matelas, mes mains viennent très fréquemment se poser sur le cœur.

Si je me réfère au début du paragraphe 5.1, « l'expérience vécue dans les rêves est réelle » au sens indiqué. Mais si je peux, dans la vie réelle, me caresser la main ou le pied, il n'en est pas de même pour le cœur : il faudrait une véritable opération chirurgicale pour atteindre le cœur. Ce qui a été **ressenti** ne peut donc correspondre à une expérience de la vie diurne. C'est pourquoi il s'agit bien dans cette expérience d'un accès au monde divin, à cette autre Réalité.

## Références

- Atlani, Jean-Michel. (2001). Le thérapeute, alchimiste de l'humain, temps accumulé, matière en devenir. Dans *Actes du colloque (de recherche en abandon corporel) 2001 : Être psychothérapeute en abandon corporel* (pp. 43-60). Montréal, Québec.
- Brennan, Barbara. (1995). *Guérir par la lumière*. Paris : Éditions Sand.
- Tolle, Eckhart. (2005). *Nouvelle Terre : L'avènement de la conscience humaine*. Montréal : Éditions Ariane.



# L'INVOLONTAIRE : C'EST DIEU QUI CHERCHE À SE CONNAÎTRE (CO-NAÎTRE)!!!...???

Colette-Madeleine Casier

colette-madeleine.casier@wanadoo.fr

Ce titre m'est venu d'emblée, comme un gisement touché et qui porterait encore son mystère. Quelque chose qui se révélerait et resterait cependant voilé. *Et là, je me sens en contact avec ma première rencontre avec l'abandon corporel. C'était en un temps que je sens lointain, au début du groupe de Bois-le-roi... À l'époque je ne pouvais faire les groupes en entier et j'arrivais tantôt en retard, tantôt je partais en avance. Cette fois-là, j'arrivai en retard et j'écoutai. J'ai eu la sensation très précise d'un mouvement qui faisait se lever des voiles, une sorte de dévoilement qui n'aurait pas de fin... ou, plus exactement, qui pourrait juste être dévoilement, comme mouvement d'apparaître pour révéler. L'apparaître disant quelque chose de ce qui est à révéler, parfois même du révélé, mais n'en pouvant pas tout dire.*

La ponctuation de ce titre parle du mouvement qu'il a fait en moi... D'abord exclamation, dans une phrase venue du fond, du creux de moi en été 2005, avant même de connaître le thème du colloque de 2007, suivie d'une surprise sans voix, ouvrant sur une, des questions, mais surtout un questionnement profond qui me taraude et me laisserait dans une suspension...

Suspension qui aurait pu me laisser suspendue, sans savoir écrire à nouveau... Ou plutôt sans oser, comme si écrire à ce propos était essentiel, rassemblant toute ma vie et terriblement inquiétant, angoissant. L'angoisse d'ailleurs n'est-elle pas ce resserrement du corps, de la matière, aux prises avec sa destinée, et qui empêcherait le passage vers son accomplissement, ce quelque chose qui pousse d'advenir? Empêchement qui viendrait de la panique ou ferait de la panique.

En écrivant cela, je me rends compte qu'en moi ce mouvement est le même : sentir en moi monter quelque chose, tenter de l'habiter ou de me laisser habiter et ne pas l'oser totalement... Cela est souvent douloureux, angoissant et en même temps irrépressible.

Habiter ou être habitée, voilà un mot, une tournure qui déjà pourrait parler du spirituel, comme de l'involontaire. Qui pourrait parler de cette extrême difficulté de porter tout de soi, dans ses ombres comme dans ses lumières...

Tenter d'habiter en moi, chez moi serait aussi tenter de relier ou relire cette quête qui est mienne, sentir comment en moi, dans ces méandres de moi, quelque chose de cette émergence est là, tortueuse, noueuse, refusée parfois, éloignée souvent et cependant m'appelant corps/âme/esprit rassemblés; recherche extérieure rencontrée à l'intérieur de moi.

L'au-delà au plus profond de soi... Le spirituel n'est ni dedans, ni dehors... Il est de la même nature dedans et dehors... Juste une enveloppe qui vient enclore et faire séparation ou tente de faire séparation... Alors pour contenir l'en-dehors... juste sentir l'en-dedans... ou pour contenir l'en-dedans... juste sentir l'en-dehors. *Lorsque j'étais enfant, je m'imaginais*



*que la vie, l'âme était un état, ou un étant, complet, englobant la totalité, sans distinction. La distinction était faite de l'existence personnelle qui, dans mon imaginaire d'alors, se présentait comme une coquille de noix venant enclore une partie de ce tout, l'incluant à l'intérieur en même temps qu'elle le séparait du tout; l'intérieur restait de même nature que l'extérieur... juste une enveloppe, le corps pour enclore... cela était ressenti alors comme une douleur d'être dans un corps.*

Aujourd'hui encore je reste aux prises avec le corps/l'âme/l'esprit. Comme une nécessité d'avoir accès à ces 3 niveaux de l'être, comme une question qui me taraude sans cesse et qui pourrait être : pourquoi être là plutôt que pas, dans ce corps plutôt que seulement âme ou esprit?

Et Dieu dans tout ça? Il pourrait être au même endroit... que la vie, le spirituel, le vide, le souffle, l'involontaire... et n'aurait pour accéder à lui, à nous, au nous, que le mouvement de la vie qui tenterait de venir à elle-même.

Cela me parle de cette expérience faite il y a bientôt deux ans, dans une séance : la sensation très forte en moi d'une boule qui manque d'être en lien avec la surface. Quand je reste en contact là, sentant les mouvements intérieurs; il y a dans cet espace frayeur, terreur et en même temps frayeur qui enclot plus grand que ça et si je reste, si je peux rester avec cette nécessité de contenir cette boule, je sens alors que tout cela qui ouvre sur plus grand est une sorte de basculement. Je sens ce qu'est faire place à la coupure, à la terreur, à la frayeur. Contenir plutôt qu'agir et doucement, en restant là, portée par l'autre qui est présent, sentir en moi une place pour moi, pour l'ouverture à l'au-delà ou l'en-deçà de moi; à cet instant je ne sais plus... peut-être est-ce le même espace.

Comment parler de cette recherche, si ce n'est pour sentir qu'elle est aussi tentative de tenir face à la dévastation, devant ou dedans la dévastation... Une sorte de recherche du supportable, du vivable qui pourrait être transcendé.

J'ai rencontré bien des églises, des sociétés secrètes, ou des mouvements proches de la secte, sans réellement adhérer jamais, sans trop savoir pourquoi j'étais là, et vraiment chaque fois ça me laissait au bord de la route et toujours en contact avec cette tristesse de fond, non pas une lame de fond, mais une larme de fond... et quand je t'ai entendu, Aimé, la première fois dire : « *On pourrait juste s'asseoir et pleurer* », c'est comme si tout à coup mes larmes étaient rejointes, en dépit de la forme qu'elles peuvent prendre parfois et qui peut irriter certains, y compris moi-même. Recevoir ces larmes, comme une partie émergée de la larme de fond et tout à coup être rejointe, être atteinte et reconnue comme une dimension ontologique et pas quelque chose à changer, à apaiser, à sécher, à magnifier, à transformer... Dans ce vécu-là, cette démarche est la seule qui réhabilite le pleur, qui se manifeste par mes pleurs... mais s'il s'agit du pleur, sous la forme particulière de moi, il n'y aurait pas à en faire autre chose, juste à trouver l'habitation de ce pleur. Les pleurs rejoindraient le pleur du monde, en dehors des causes et des douleurs... on pourrait juste s'asseoir et pleurer et on serait ensemble.

Et pourtant, comment vivre avec cette larme de fond, comment ne pas s'accrocher à un espoir, un désir d'être enfin arrivée sur une rive, et pas sans arrêt emportée par ce sanglot qui me déborde sitôt que je m'arrête?

Je sens bien que ma difficulté à intégrer la mort dans la vie me ferait y travailler et accompagner tant de personnes sur ce chemin, sans pour autant l'apaiser en moi... La peur

de la rencontre me ferait y être de plus en plus dans mon travail, comme convoquée à cet endroit si difficile et vivre en permanence cet écartèlement douloureux, inconfortable, me révélant à moi-même dans une honte de moi, dans ces aspects si difficiles de moi et qui feraient mon lieu de travail. En même temps, la mort et la rencontre trouvent dans les textes dits sacrés comme un sens au-delà des difficultés et des apparentes morts et refus et ruptures et coupures. Un sens qui viendrait rassembler toute la vie et toutes les vies, dans l'incarné, comme dans le transcendant, rendant l'incarné source de transcendance.

Alors je comprends pourquoi je travaille, je fais, je travaille, je fais, je cherche... Non pas des choses absurdes, nos pas des choses mal faites, mais comme une tentative espérée-désespérée de donner du sens à une vie à laquelle, au bout du compte, je n'arrive pas à en donner, quels que soient mes efforts.

Et cependant, consentir à ma vie, telle qu'elle est, serait le seul chemin, et dans cette expérience vécue à Nantes, dans ce non-verbal avec toi, Aimé, être traversée par la crucifixion, l'expérience du Golgotha. Sentir toute l'humanité arriver là, sentir la souffrance du monde et la souffrance de chaque être reçue et totalement acceptée par cet être, recevant dans son corps en croix la souffrance du monde. Ce corps en croix, comme lieu de rassemblement de toute l'humanité, ce point entre verticalité et horizontalité comme lieu de rencontre transcendée par cet être acceptant sa propre souffrance, y consentant totalement, intégrant son refus temporaire, et moi sentir que c'est là la résurrection, qu'elle est dans la crucifixion acceptée. Que la crucifixion acceptée est la prémisse de la résurrection. Qu'il n'y a, à la limite, pas d'autre chemin. Je comprends : *Si un seul le fait, c'est fait pour tous*. Alors je sens combien cette affaire-là me parle en moi, dans mon lien avec la traversée de la vie que tout cette histoire a faite, comme si elle venait creuser la vie, la creuser de l'intérieur et peut-être ainsi en mourir et la faire de l'intérieur rencontrer notre humanité, mais aussi mon humanité et tenter d'y consentir. Tout à coup il me semblerait pouvoir donner toute sa force au consentement : un accueil (serait l'horizontalité) une transcendance (serait la verticalité) rassemblés en ce point du milieu et qui ne donnerait pas plus de valeur à l'une qu'à l'autre. Cet aperçu-là, en l'écrivant, me fait sentir dans mon corps un étrange effroi-chaleureux, je n'ai pas d'autre assemblage de mots pour décrire la place que ça prend dans mon corps.

Depuis mon projet d'écriture, porté, emmené par ce titre, l'intensité de cette quête taraudante m'habite, sans me rendre particulièrement heureuse, joyeuse, me laissant parfois perdue, paralysée, comprenant combien ce titre parle du lien, pour moi, entre cette ouverture de l'involontaire et cette potentiellement possible place faite à cette histoire humaine transcendée-ressuscitée par ce fils dit de l'homme et de Dieu.

Qu'est-ce qui cherche à se connaître en moi dans ce mouvement, dans cette position prise, dans cette place faite, dans cette tentative de consentement à ma vie?

Et comment mettre dans ce mouvement de la vie, cette douleur à vivre??? C'est la question qui pousse en moi... Comment mettre dans ce mouvement de la vie cette douleur à vivre... comment la remettre??? Comment rester en contact avec cette vie à prendre dans sa totalité, sans vouloir un changement qui priverait de l'être comme il est, d'être comme c'est? C'est étrangement compliqué pour moi. En même temps c'est essentiel et je pourrais me battre bec et ongles pour que cette partie douloureuse ne soit pas annulée; alors même que je n'en voudrais pas.

Tout cependant n'est pas en lien avec seulement cette douleur de vie et ce sens à donner... Et si ce mouvement, ce lien entre Involontaire et Dieu, cette place prise par cela dans ma vie, parlait de quelque chose de plus grand que moi? Quelque chose que peut-être j'aurais peine à contenir, sans le mettre ailleurs, dans une instance, un Être, et prendre le risque d'en faire une institution, sans doute, mais le temps de le réintégrer comme partie intégrante de moi.

« *Je ne suis pas venu abolir, mais accomplir.* » Cette phrase a résonné en moi au théorique de mars 2006. Accomplir serait porter en totalité tout l'être, le porter à son terme, en son terme. Accomplir serait l'horizon du consentement. Accomplir c'est un espoir contenant y compris cette mort, mais accomplie dans la vie. Alors qu'abolir serait supprimer, falsifier, et peut-être même parfois embellir; abolir serait alors se couper de l'humanité traversée, se priver du chemin fait, du devenu... Et donc du devenant.

Accomplir et non abolir, comme un espoir de rassembler toute ma vie... Une vie qui serait insupportable sans cette recherche. Comme l'expression d'une recherche en moi du supportable, du vivable, du recevable.

Et Dieu dans tout ça? Cette question reviendrait sans cesse. Qui est ce Dieu, qu'est-ce que ce Dieu qui cherche à se connaître, à naître avec moi, avec nous? Qui cherche à faire cette traversée par l'en-bas, cette traversée des profondeurs? Ce qui nous traverse, cet involontaire porteur d'humanité et traversant toute l'humanité sous la forme spécifique de chacun et universelle de tous. Tous rassemblés serions-nous ce Dieu qui cherche à se connaître, à naître avec nous, dans ce mouvement de la matière à l'esprit?

Brusquement cette question-là : « Et Dieu dans tout ça? », me mettrait en contact avec une trinité qui se définirait ainsi pour moi, aujourd'hui : source, horizon et mouvement de l'une à l'autre. Source de notre mouvement, horizon de notre vie et mouvement intérieur. Et alors il s'agirait avant tout d'un mouvement... Dieu, la vie, l'involontaire, le spirituel serait avant tout de l'ordre du mouvement.

Je ne sais trop ce que je dis quand je dis tout ça, mais je sens que réellement quelque chose m'habite de ce que je tente de dire et j'ai l'impression que je ne pourrais jamais que tenter, faire des tentatives... tant de la source que de l'horizon, quelque chose restera toujours voilé, quelque chose du mystère. Il y a quelque chose de l'ordre du consentement à ce que ce soit comme c'est, de l'ordre d'un consentement à l'Être, l'Étant qui est. Je ne peux à cet endroit m'empêcher de sentir à nouveau cette phrase : je suis celui qui est!

Il ne resterait que le mouvement. Le mouvement est partout, sous toutes les formes, même l'arrêt serait alors mouvement. Le mouvement emplit tout perceptiblement ou imperceptiblement. Le spirituel serait éminemment mouvement. Et là alors quelque chose s'efface... Dieu n'est plus ce qu'il était, mais il est dans tout ça. Comme un support au mouvement, comme un point d'appui en escalade, une représentation, un dire de nous dans cette quête. Dieu a été pris par l'institution et j'en suis de cette institution, mais subitement il devient hors de l'institution, comme un lieu de rapport que j'aurais avec la quête, un support à mon mouvement.

Mais ce mouvement, que je reconnais bien, serait-il aussi celui d'une humanité? D'où parlaient ces hommes qui ont écrit le livre de la révélation? J'ai eu tendance à penser qu'ils parlaient d'un lieu ontologique où cela était pressenti et que le chemin est de réintégrer

tout cela, le porter, l'habiter dans soi, moi, toi, nous??? Comme ontologiquement su depuis la nuit des temps et qui aurait été habité, porté, nommé par quelques-uns... parlant ainsi du chemin, pour, à travers ce temps, car il nous en faut, tenter de se l'approprier et le faire sien ou plutôt le faire nous, car cela ne peut se faire sans les autres « *quand plusieurs sont réunis en mon nom, je suis au milieu d'eux.* »

Car comment comprendre qu'autour de la table, la bible vienne de l'intérieur du nous, d'en-bas, dans des compréhensions fulgurantes? Il me souvient lors de notre dernier groupe à Bois-le-Roi, par l'un de nous, la découverte de la nudité et la honte qui y est attachée depuis la nuit des temps. Dans une étrange adéquation avec le texte de la Genèse... La découverte de la nudité, de la honte, et de l'humanité à vivre, à partir de là, en quittant l'endroit de non-différenciation, quand bien même il s'agirait du jardin d'Éden.

Comment comprendre que, dans tout ce travail, passé les connivences, les ambivalences, les refus, les guerres, s'ouvre parfois subtilement l'espace où l'autre est reçu, dans ce qu'il est, y compris son refus? « *Il le regarda et l'aima...* »

Comment ne pas sentir dans cette question de devenir fils, ce lien avec ce fils dit de Dieu et de l'homme? Dans ces crucifixions, résurrection, trinité comprises (dans le sens de prise en nous) au détour d'un autour de la table, ce travail souterrain depuis la nuit des temps dans l'humanité en devenir, accédant à elle-même, au déjà-là de tout temps, à l'étant-devenant.

C'est étrange, je parle de tout cela, j'écris, comme une parole, un parler, en moi, et cela me mettrait en silence, dans un lieu, une place qui finalement ne serait que silence. Et peut-être que l'on ne peut que parler autour et ainsi tenter d'approcher, comme on ne pourrait que prier et tenter d'approcher. De toute façon, tenter de l'approcher en le rendant présent et le rendre présent, c'est être présent à soi, au soi.

« *Rentrez en vous-même! Faites silence! Soyez seul avec le Seul!* »

Cette phrase est d'un homme que je ne connais pas, Louis Evely. Il dit encore : « *La prière n'est pas le moment où nous nous retranchons des autres. C'est celui où, las des relations superficielles, nous décidons de nous établir à un autre niveau : celui où nous serons si vraiment nous-mêmes que nous les atteindrons vraiment eux-mêmes... ce niveau où Dieu nous unit.* »

Ce moment où, dans la position, je suis dans ma subjectivité la plus habitée possible, où je peux rejoindre l'autre, être rejointe en moi par lui dans sa subjectivité reçue. Faisant ainsi place le plus possible au particulier... à ce niveau où l'universel nous unit.

La position comme une prière qui viendrait chercher de l'intérieur la place faite pour la vie telle qu'elle est, pour soi et pour l'autre. Mais dieu que cette place est difficile à sentir, trouver, tenir.

Elle (et je ne saurais trop si je parle de la prière ou de la position) me fait passer de hors-de-moi à un en-moi, rentrant en comme-union avec l'autre qui devient un autre avec un petit ou un grand A, chemin d'accès à l'universel. Et c'est bien parfois, ces moments intenses, éphémères et si précieux que l'on vit autour de la table...quand le particulier totalement reçu rejoint l'universel, quand l'espace d'un instant nous pourrions sentir cette communion qui serait une prière sans mot. « *Faites silence! Soyez seul avec le Seul!* »



# SPIRITUEL ET SPIRITUALITÉ, DÉTERMINISME ET SUBJECTIVITÉ

Claude LaRoche

larc208@yahoo.ca

## Introduction

Je voudrais partager avec vous les préoccupations et les questionnements qui me mobilisent beaucoup ces dernières années : « Quelle est mon origine? Quelle est ma finalité? Comment trouver un sens satisfaisant entre les deux? ». Je m'intéresse ici non pas à l'aspect biologique mais à la dimension philosophique de ces questions. Pour refléter adéquatement mon état d'esprit devant ces thèmes et leur lien complexe avec la spiritualité, chaque phrase devrait se terminer par un point d'interrogation. De plus, j'ajouterais une mise en garde : « Attention! Ceci est un chantier en construction ».

## Spirituel et spiritualité

Dans ce texte, les termes Spirituel et spiritualité sont employés dans des sens distinctifs. C'est une décision arbitraire pour aider à clarifier ce que j'essaie de traduire.

Comme distinction principale entre le Spirituel et la spiritualité, je dirais que le Spirituel est l'énergie de base, l'impulsion d'origine qui a créé la matière et, par son action continue, a favorisé l'évolution jusqu'à l'humanité. Je pense que cette énergie demeure encore en action. C'est à la fois la source transcendante de notre existence et l'objet de notre recherche, de notre quête. Je parle de transcendance et non de Dieu ou d'Être Suprême car ces termes peuvent suggérer une vision anthropomorphique du transcendant, une sorte de Surhumain comme chez les dieux grecs et romains. Ce n'est pas ma vision du Spirituel. Il m'apparaît que le Spirituel est imperceptible au niveau de la pensée humaine. Il ne s'agit pas d'une énergie mécanique; ce serait plutôt une dimension d'un niveau supérieur à la capacité perceptive des humains. Je crois que nous ne pouvons avoir accès qu'aux manifestations du Spirituel et non à son essence.

Dans ma compréhension de l'évolution, le Spirituel serait antérieur à l'humanité. C'est l'objet de notre quête, ce qu'on cherche à appréhender et qui existe au-delà de nous. Dans cette optique, j'aurais tendance à associer le Spirituel au déterminisme. C'est ce qui imprègne la création, cette énergie indépendante de notre volonté et de notre conscience qui suscite tant d'interrogations et tant de réponses. Mais les réponses sont incomplètes, les questions demeurent et l'énigme est loin d'être résolue.

Le concept de spiritualité comporte des difficultés et des ambiguïtés et sa nature a engendré dans l'histoire plusieurs débats et confusions. D'un côté, les philosophes de la Grèce antique ont parlé de l'esprit, de la recherche de la sagesse et de la soif de connaître. De l'autre côté, au niveau des religions et particulièrement la religion chrétienne depuis l'apôtre Paul, la spiritualité consiste à suivre l'exemple des prophètes et de la vie de Jésus, et à devenir d'authentiques croyants en l'existence de Dieu.



Cette dichotomie a persisté et évolué au cours des siècles avec des variations et des oppositions plus ou moins tendues, selon les attitudes de rigidité ou de souplesses qui ont prévalu dans l'histoire. Ainsi, la vision de la spiritualité oscille entre le pôle laïc de la philosophie et le pôle sacré des religions. Le paradoxe pourrait être résumé ainsi : qu'est-ce qu'une vie spirituelle? Est-ce le développement de l'esprit humain en voie de sagesse, selon la vision humaniste? Est-ce plutôt l'apport de l'Esprit Divin dans l'être humain pour favoriser son évolution, selon la vision religieuse?

Il me semble que la spiritualité, c'est l'expression de notre perception subjective du Spirituel, dans notre tentative sans cesse renouvelée de comprendre le mouvement et le sens de la vie et de notre vie. C'est ce qui est ressenti, perçu du Spirituel et est traduit individuellement au niveau de la conscience. La spiritualité émerge de l'intérieur par le biais de notre organisation corporelle, émotionnelle et mentale et prend diverses formes. Le cheminement spirituel, comme toute croissance, est souvent fluctuant, instable ou angoissant. Cette tension a favorisé le développement des institutions.

Selon Breton, la vie spirituelle est :

*Un lieu de recherche où la personne se met en quête de ce qui pourrait lui permettre d'unifier sa vie de façon satisfaisante et adaptée, tout en lui promettant une croissance suffisante. (p. 44)*

*Elle est aussi un lieu d'ouverture à ce qui est autre et qui peut lui aider à aller au bout d'elle-même (...) En vie spirituelle, il me semble que l'ouverture et l'accueil à ce qui n'est pas soi ne met pas en danger la quête d'unité personnelle. (p. 49)*

Cette façon de considérer la vie spirituelle rejoint de nombreuses préoccupations et intérêts qui ont été exprimés durant des sessions ou des formations en abandon corporel. Il me semble qu'il y a certains points de convergence entre des éléments de l'abandon corporel et les principes fondamentaux des grands courants religieux : par exemple, l'importance de reconnaître que tout ce que je ressens vient de moi, me révèle; cela rejoint les évangiles qui nous conseillent de voir la poutre dans notre œil avant de dénoncer la paille dans l'œil de l'autre. De la même façon, la reconnaissance de soi favorise l'ouverture à l'autre et l'universalisation.

Il y a par contre des différences importantes entre les religions et l'abandon corporel : par exemple, la position de l'abandon corporel suggère que l'être humain ne peut que devenir de plus en plus lui-même; les religions enseignent que l'homme peut et doit chercher à devenir meilleur. Par contre, l'abandon corporel ne nie pas l'évolution ni le changement. Au contraire, dans une perspective ontologique, l'humanité est en perpétuelle évolution.

## **Quête spirituelle**

En étudiant le fonctionnement de l'univers, les humains ont observé l'existence de lois naturelles coordonnant cet univers. Parallèlement à la démarche de la science, des questions existentielles ont émergé et se sont articulées autour de l'origine de ces lois et de ce fonctionnement. Qu'est-ce qui régit ce fonctionnement? Est-ce le hasard, le chaos, un Dieu unique ou un ensemble de divinités? Sommes-nous des créations d'une civilisation extraterrestre supérieure? Les réponses ont varié selon les époques et les civilisations,

favorisant les regroupements sociologiques, philosophiques et religieux. Les institutions religieuses ont été développées et hiérarchisées par et pour les humains. Toutes ces tentatives de réponses ont permis à de nombreuses préoccupations et différentes formes de quêtes de se développer, de se partager et de s'inscrire dans le développement de l'humanité.

La quête continue et se manifeste de façon variée selon les individus. Certains entreprennent une démarche de méditation, d'autres une recherche par l'écriture ou la lecture de textes fondamentaux. Pour plusieurs, le premier contact avec la dimension spirituelle a comme élément déclencheur leur arrivée en psychothérapie avec des douleurs physiques ou émotionnelles qui témoignent de détresses existentielles profondes. D'autres manifestent des malaises plus diffus, mais qui ont trait eux aussi au sens de leur existence :

- J'ai des tensions, des douleurs... Mon médecin dit que je n'ai pas de maladie.
- Je ne suis pas heureux, je m'ennuie, il me manque quelque chose.
- Malgré mon succès, je suis insatisfait, j'ai l'impression d'échec.
- J'ai peur sans savoir pourquoi, j'ai souvent l'impression que je mérite d'être puni.

Ces expériences persistantes sont douloureuses et engendrent souvent un sentiment d'absurdité... Et la quête continue dans une époque de crise mondiale où les tensions, exacerbées par les extrémismes religieux, sont poussées à la limite du tolérable. Cette extrême volatilité des convictions religieuses souligne la nécessité d'une spiritualité inspirée de l'intérieur et reconnue comme essentiellement subjective.

### **Abandon Corporel et spiritualité**

Par sa position d'ouverture au corps, au vécu intérieur et par l'importance donnée à la reconnaissance de l'expérience comme un « lieu à soi, en soi », l'abandon corporel offre aussi une possibilité d'ouverture à sa propre démarche spirituelle et permet le partage de cette expérience. Étant donné que l'accent est placé sur le fait de se recevoir « tout soi comme étant soi », l'abandon corporel n'est pas un mouvement spirituel, ni une religion, ni une secte.

*Cette fonction d'enseignement qu'exercent les religions est encore indispensable alors même que certains pensent à une expérience spirituelle sans religions... Les pratiques des sectes et des groupes de recherche spirituelle s'accompagnent toujours d'un enseignement.*  
(Breton p. 63)

L'abandon corporel ne donne pas de réponse ou d'explication pour résoudre les complexités de la vie; cette approche encourage plutôt à s'ouvrir à soi, à se recevoir « comme soi » sans a priori ni explication préalable. Mais de par cette « ouverture à tout soi », la position d'abandon corporel donne accès à toutes les dimensions de l'être, incluant sa dimension spirituelle. L'abandon corporel n'est pas en elle-même une démarche spirituelle mais un lieu de rencontre, d'intériorisation.

Cette position de recherche et d'accueil sur l'être humain tel qu'il est et cherche à devenir ne demande pas la reconnaissance d'une dimension transcendante ou divine et ne propose pas l'existence d'un Être Suprême, mais elle ne l'interdit pas et ne la condamne pas non

plus. La grande liberté associée à la position de recherche ontologique en abandon corporel, c'est de tout se recevoir, sans a priori et surtout sans rien exclure. Dans cette position rigoureuse, les a priori ne sont pas interdits ni condamnés, mais on les considère comme des subjectivités et l'on essaie d'en faire abstraction. Compte tenu de la nature humaine, c'est une position qu'on doit toujours reprendre. L'important est dans la rigueur de la démarche et non dans le succès.

La position de recherche ontologique, en situant l'expérience humaine comme une réalité subjective, encourage un accueil de toutes nos expériences intérieures en les considérant comme ayant un sens propre pour l'individu qui les vit, comme une manifestation de ce qu'il est réellement, de ce qui le constitue comme un être unique. C'est ce lieu, donné à l'autre, de reconnaissance de soi et de parole qui rend si précieuse la rencontre en abandon corporel.

La quête spirituelle est la quête de soi, la recherche de ce que nous ignorons de soi, ou du *Soi*. Le *Soi*, plus grand que soi : cette dimension en nous qui, reconnue et assumée, nous ouvre à l'universel, nous fait reconnaître l'autre et nous fait sentir une appartenance à l'humain. Je parle ici de l'humain comme un corps; *non pas* les humains comme des corps mais *l'humanité comme un seul corps*... Un corps en mouvement, en évolution.

Il arrive que cette reconnaissance du *Soi* procure des sensations d'apaisement, de paix, mais aussi d'humilité ou de gratitude par rapport à la vie. Ces sentiments ont été mentionnés par plusieurs sages, mais aussi par des gens d'action impliqués auprès de leurs concitoyens. Par contre, le cheminement spirituel ne fait pas disparaître les réalités complexes de l'existence. Réfléchir sur la spiritualité nous conduit à certaines questions fondamentales : comment rendre ma vie moins absurde? Comment donner un sens à la maladie, au vieillissement, à la douleur causée par la perte d'un être cher? Pourquoi vit-on? Pourquoi meurt-on? Cette réflexion sur la quête de sens est alimentée par l'angoisse d'être en équilibre instable, avec la conscience de notre précarité et, quelques fois, dans des lieux intérieurs où vivre sa vie peut signifier tuer sa vie.

Parler de spiritualité dans le contexte de l'abandon corporel, ça implique d'aller en moi, de recevoir ce qui peut émerger de moi, de rencontrer mon expérience spirituelle intérieure. C'est aussi reconnaître que ce qui émerge de moi ne fait que me révéler, moi seul, avec mes particularités, mes fermetures et mes ouvertures. Par contre, paradoxalement, j'ai souvent l'impression de me reconnaître dans les témoignages et les écrits d'autres personnes, de lieux ou d'époques différentes.

Les sessions de groupe en abandon corporel ont permis de constater que la spiritualité est inhérente à la vie. Comme je l'ai mentionné au début, l'ouverture à notre expérience intérieure peut favoriser une compréhension plus « sentie » de certains thèmes des Évangiles, comme par exemple de reconnaître « la poutre dans mon œil avant de dénoncer la paille dans l'œil de l'autre ». À d'autres moments, des participants s'identifient à des saints ou à des apôtres particuliers qui représentent un aspect fondamental de leur propre nature. Autre observation : le partage de certains vécus très personnels fait souvent vibrer un écho de reconnaissance chez les autres, alors qu'on peut s'attendre à être incompris, isolé ou rejeté. Se recevoir dans son unicité, loin de nous isoler, nous met en état de lien, de communion avec les autres humains, témoignant ainsi de notre interdépendance. En

recevant ce que l'on est vraiment et en le reconnaissant comme tel, nous donnons aussi à l'autre la possibilité d'être. Je pense que ce lieu de partage et de rencontre peut être de nature spirituelle.

### Corps et spiritualité

Comme toutes les démarches, la spiritualité prend sa source à partir de l'émotion ressentie dans et par le corps. Le type d'émotion varie : pour certains, c'est l'angoisse qui sera le moteur de la quête spirituelle, pour d'autres le désespoir, l'insatisfaction ou le manque; d'autres personnes sont habitées par des émotions d'émerveillement ou de crainte devant les manifestations de la nature. Les émotions peuvent aussi varier durant les diverses périodes de notre vie ou selon les événements qui nous atteignent.

*Chacune, chacun est appelé à vivre son expérience spirituelle avec ses qualités et ses défauts, avec son héritage génétique et culturel et tous les autres facteurs qui vont influencer ses choix et ses décisions. Faire abstraction de ces conditions serait une démarche de désincarnation. Vouloir en éliminer les composantes moins positives signifierait une déformation de la réalité. Non, c'est avec ces éléments que chacun suit son chemin et vit son expérience spirituelle. (Breton p. 71)*

Le Spirituel n'est pas séparé du corps. Ce n'est que par le corps que nous pouvons faire l'expérience du Spirituel, comme pour toute autre expérience de vie et de conscience. Personnellement, je n'ai pas rencontré Dieu en tant qu'être. Durant une grande partie de ma vie, j'ai cru en Dieu, un Dieu enseigné, transmis culturellement, un Dieu d'inspiration judéo-chrétienne, bon pour ses enfants mais punitif et sévère pour les fautifs; un Dieu qui s'est transformé au gré de mes expériences de vie et de mes mouvements intérieurs. Présentement, j'ignore si je crois à une réalité divine ou plutôt à un humanisme qui ne serait qu'une étape vers un état plus évolué. J'ai certaines croyances. Par exemple, je pense qu'il y a une impulsion à l'origine de la matière, que cette impulsion, dont j'ignore la véritable nature, a ses lois propres et qu'elles opèrent encore; elles se manifestent en nous par l'involontaire mais j'ignore leurs mécanismes et le but à atteindre, s'il y en a un. Cependant je suis convaincu d'une chose : même si on décide qu'il existe un Être Divin dans un monde invisible, une dimension divine à l'origine de tout, cette dimension, *on ne peut y avoir accès qu'à travers notre expérience de subjectivité, notre corps individuel, limité*. Toute vie apparaît à l'humain d'abord par l'expérience du corps qu'il a, du corps qu'il est.

Ainsi la perception d'une réalité divine serait incomplète et très difficile à retraduire au niveau de la compréhension mentale. Comme nous l'avons expérimenté en abandon corporel, toute expérience est essentiellement corporelle et subjective. Ne pas reconnaître cette réalité engendre forcément l'opposition, la fermeture et une communication sur le mode : « Tu as tort, j'ai raison » ou comme on l'entend souvent actuellement : « Dieu me dit que je suis le Bien, que tu es l'axe du Mal et je dois te détruire ». Ce mode de relation est déplorable et dramatique, mais il est inévitable. La projection et la violence sont les premiers pas de la rencontre avec l'autre, jusqu'à ce que survienne l'ouverture à la subjectivité et ce principe s'applique aussi au niveau des religions et de la démarche spirituelle.



## Conclusion

Ici s'arrête ma réflexion pour l'instant... Elle n'est pas terminée. Je n'ai pas vraiment de conclusion mais plutôt d'autres idées qui suscitent de nombreuses questions et différentes tentatives de réponses. Comme je l'ai mentionné au début de ce texte : ceci est un chantier en construction.

J'ai mentionné que le Spirituel m'apparaissait comme une impulsion à la source de la matière et présente dans son évolution vers l'humanité. La création et l'évolution de l'humanité ont-elles un sens et, si oui, quel est ce sens?

Et si l'humanité était nécessaire pour continuer cette évolution en toute conscience? On pourrait alors tendre vers une autre dimension du Spirituel : l'évolution avec la participation volontaire des humains. Est-ce que l'émotivité et la capacité de conscience de soi pourraient permettre à l'humanité d'accueillir et d'assumer pleinement sa subjectivité et d'ouvrir ainsi le chemin à une autre étape? Dans le texte préparatoire au colloque, Aimé souligne :

*Peut-être que l'humanité allant assez loin en elle-même, est porteuse de sens, un sens qui est cherché partout dans toutes les institutions et dans toutes les spiritualités (...) La position qu'on prend en abandon corporel (...) nous fait découvrir que de la matière émerge la vie, puis l'humanité donc l'évolution puis dans l'évolution l'émergence d'êtres capables de participer à leur propre devenir... (Hamann, p. 3-4)*

Cette phrase me touche beaucoup car elle me semble laisser beaucoup de place à l'imaginaire, une ouverture à diverses possibilités. Je trouve cela stimulant. C'est une réflexion qui me suggère la possibilité d'une évolution peut-être infinie et dont l'humanité actuelle ne serait qu'une étape. Est-ce qu'on pourrait alors envisager le phénomène de la création comme un cheminement continu et encore en évolution? La *matière* devenue *vie*... La vie devenue *humanité*... L'humanité devenant *spiritualité*, grâce à la subjectivité assumée par la conscience humaine. Dans le développement futur de l'évolution, ne pourrait-on pas alors parler d'un autre règne : le règne spirituel?

## Références / Bibliographie

Breton, Jean-Claude. (2006). *La vie spirituelle en question*. Québec : Éditions Bellarmin.

Hamann, Aimé. (2006). *Le spirituel*. Texte inédit d'une entrevue avec Aimé Hamann, le 9 juin 2006, rédigé par Nicole Racine-Lazure et révisé par Gérard Quintin.

**LE CHOC DE L'AUTRE :  
POSSIBILITÉ D'INTERDÉPENDANCE**

**Modératrice : Geneviève Lalo, Paris**



# RÉFLEXION SUR L'AMOUR

Lyse Latraverse

llatraverse@videotron.ca

## Introduction

Écrire sur l'amour m'est venu d'un élan que j'avais de démêler les liens importants dans ma vie. Quels impacts avaient-ils eu sur moi? Je souhaitais également mieux saisir la particularité des liens dans les groupes d'abandon corporel, en tant que recherche sur la vie. Ce texte se veut ma première incursion dans cet immense champ d'interrogations où je me permettrai d'insister sur les aspects les plus difficiles du rapport entre humains.

Comment s'articulent la part de l'institution et celle des connivences dans les différentes formes que prend l'amour? Comment situer la paradoxalité et l'interdépendance dans tout cela?

Pendant une longue période, recevoir l'amour des autres était mon but ultime. Si je l'obtenais, j'avais tout; je pensais que l'amour guérissait tout, que j'étais née essentiellement pour aimer et être aimée. C'était ma prison.

## Les liens filiaux

Mon premier contact avec l'amour s'est fait, bien entendu, dans ma famille d'origine. Jusqu'au début de la vingtaine, je m'appuyais pour vivre, sur l'amour que j'y recevais. Mes parents me disaient peu de choses sur moi-même, toutefois, j'évoluais dans un climat de sécurité physique et j'étais beaucoup plus libre que la plupart des autres enfants de mon milieu. À travers nos échanges familiaux, la négation de soi s'avérait importante sinon centrale. D'ailleurs, notre force de vie reposait en partie sur le refus des émotions, l'équilibre affectif étant alors à son meilleur. Mes parents m'aimaient certes, comme ils le pouvaient, et malgré tous les manques, leur amour était loin d'être négligeable.

Pourtant, dès l'enfance, régulièrement, je me sentais mal, ne trouvant pas d'écho à mes malaises. Adulte, j'ai cherché parmi différentes approches un lieu de déstabilisation de mes défenses. Je pressentais qu'ainsi, je pourrais éventuellement progresser et enfin m'apaiser.

Maintenant, je comprends que malgré que mon chemin ait été différent de celui de mes parents, ce n'était pas un choix volontaire ni pour eux, ni pour moi. C'était le mouvement de la vie, porté par chacun, qui se précisait ainsi en conjugaison avec les circonstances extérieures. De plus, mon cheminement n'aurait pas été possible sans la force des connivences de ma famille.

Mes parents m'ont donné leur vie. C'est par eux et leur institution que j'ai reçu la mienne et que je suis devenue ce que je suis, pour le meilleur et pour le pire.



## Les liens parentaux

Être mère, c'est recevoir un immense pouvoir « non gérable » : des attentes infinies et peu de moyens pour y répondre. Une question me revient constamment face à la complexité et à la difficulté de ces rapports. Par exemple, si une mère tolère tant bien que mal la présence de son enfant qui, de fait, est souvent insupportable, est-ce que coïncider avec ce sentiment serait de l'amour? Quelle place peut-on donner à un mouvement involontaire de déception au quotidien dans un lien parental censé être un lien d'attachement?

Depuis peu, dans ma vie, j'expérimente que l'amour devient mouvement à partir du moment où je consens à habiter mon sentiment de rejet. Lever l'interdit de vivre des sentiments négatifs envers mon enfant m'a permis de découvrir que l'on peut aimer beaucoup, même si c'est très inconfortable, par moment. Recevoir également ces sentiments négatifs permet à la vie de se nuancer lentement à travers de multiples formes et ce, à l'infini. En fait, s'ouvrir à une expérience de soi plus complète donne de la place à l'enfant.

Faire un enfant, c'est lui transmettre notre rapport à la vie et d'emblée créer un monde de connivences très puissant puisque transmis par le corps. Si le parent a une place en lui pour certains des lieux qu'il transmet, il peut recevoir son enfant dans ces mêmes lieux. Cela peut permettre à l'enfant de se recevoir à son tour mais il n'y a pas de garantie car l'arrêt potentiel existe des deux côtés.

Pour moi, le cœur central de l'institutionnalisation, c'est le rapport parental. Un parent peut à la fois donner sa vie pour que son enfant avance dans la direction qu'il croit être la bonne et lui refuser son âme du même coup. Cette position ultra-dépendante des deux côtés peut s'exprimer à travers le plus doux et le plus dur du rapport.

Son enfant, le parent le veut d'une certaine façon, l'enfant comprend ce que l'on attend de lui, même si le parent ne lui demande rien ouvertement. Devenir qui il est, ou ce que les parents veulent qu'il devienne, actualise chez l'enfant l'incessant conflit entre la vie et la mort. Les parents envoient constamment des messages d'approbation ou de désapprobation qui font que les enfants adoptent profondément les valeurs de leur classe sociale et qu'il devient extrêmement difficile de valoriser réellement d'autres valeurs pour l'homme une fois adulte. On apprend à être libéral ou conservateur. Défaire cet apprentissage-conditionnement n'est peut-être pas possible. L'amour y est mais qu'est ce que cet amour conditionnel? Amour qui est accompagné d'un pouvoir inconscient sur l'autre et qui perpétue le conditionnement du parent dans l'enfant et lui transfère les limites de son esprit pour garder tout à la fois l'équilibre personnel et communautaire.

## Les liens amoureux

En ce qui concerne les liens amoureux, voici ma compréhension du moment. Le problème de la subjectivité et du désir humain est d'être et de devenir. L'amour nous donne l'illusion d'être, l'illusion qu'on s'accomplit enfin. Il amène l'espérance de résoudre la violence de toute l'humanité, l'impossible, le lieu miracle. Il est la préfiguration de ce que serait la vie humaine accomplie.

L'amour, incluant la sexualité, rejoint la vie en profondeur comme elle est organisée. Il va

chercher les côtés les plus agréables dans le rapport, c'est-à-dire en dehors de l'ambivalence. L'amour ne guérit pas de l'ambivalence; il passe par-dessus; idéalisé, il ne retient que le bon, éveillant de la colère dès que sont touchés des lieux non recevables. Les amoureux : deux institutions qui se rencontrent pour en former une autre.

À la fois moteur de la vie et lieu de défense, l'amour ouvre au désir mais ne fait pas qu'on se rejoigne d'emblée car il touche toutes les dimensions que l'on ne peut recevoir de soi. La rencontre, c'est ce que l'on espère de l'amour, mais nul ne peut y parvenir sans faire une place à l'ambivalence des rapports humains.

En ce qui me concerne, il me semble que j'aime à partir d'une blessure intérieure qui se revit, à mon insu, à chaque seconde et dont les tenants et aboutissants m'échappent constamment. L'espoir de la réparation des blessures par l'amour vient squatter tous mes vécus amoureux. Ressentir tous les enjeux impliqués me rendrait sûrement dysfonctionnelle et pourrait même devenir mortel.

Prendre le risque d'entendre l'autre me parler de mes lieux aveugles m'aide à aimer. Dans mon couple, je fais également l'expérience qu'une distance créée se remplit à nouveau d'amour, lorsque j'ose sortir de la connivence. Pour que cela arrive, cependant, ma limite doit être franchement atteinte, c'est elle qui me donne le courage de ce risque et qui m'ouvre les yeux sur des aspects censurés.

### **Les liens dans les groupes d'abandon corporel**

Avant d'aborder les liens dans les groupes d'abandon corporel puisque j'utiliserai dans cette partie du texte l'expression « réserve » à plusieurs reprises, voici comment je la définis. La réserve c'est tout ce qui sort de la connivence. C'est une non-adhésion à ce que l'autre exprime ou fait; allant de la moindre nuance à la franche opposition.

Ma famille et mes amis m'aiment, mais ce sont les groupes d'abandon corporel et particulièrement mon groupe hebdomadaire qui m'aident à sortir progressivement de mes impasses intérieures. Comment se fait-il? Dans les liens de la vie ordinaire, contrairement aux liens dans les groupes d'abandon corporel, les réserves y sont présentes, tout en étant non reçues. Elles sont davantage protégées et elles nous gardent indéfinis et enfermés. Bien entendu, les liens dans la vie ont besoin d'être protégés pour demeurer fonctionnels. Il y a là toute l'énergie de nos institutions mises à profit de la protection de la survie humaine. L'amour entretient la vie : l'enfant a besoin de l'amour de ses parents pour grandir, hommes et femmes peuvent être poussés à engendrer par amour, le client a besoin de se sentir aimé pour prendre le risque du chemin vers lui-même. Mais l'amour, ce n'est pas pur, loin de là, et cela contraint.

Dans les groupes d'abandon corporel, vivre son humanité nous met moins en danger de perdre notre fonctionnement car on est là que pour soi, on n'a pas de dépendant direct. L'amour dans un contexte ontologique est dans le mouvement de se savoir ambivalent, aveugle, habité par sa subjectivité. Il suppose qu'il y a une ouverture aux critiques dans l'objectif de s'apprendre. Il essaie de faire plus de place au désir, de la place pour que la vie puisse suivre son mouvement. L'amour dans un contexte ontologique implique un mouvement de chercher à coïncider avec soi-même.

C'est souvent à travers les conflits que j'apprends sur moi-même et que je vis une

transformation. Je parle de conflits qui sont dans le mouvement de s'assumer de part et d'autre; comme lorsque dans les groupes, les participants se sentant enfermés par mes lieux aveugles manifestent leur mécontentement. Lors d'un évènement semblable dans la vie courante, une distance se maintiendrait et pourrait même s'accroître. Mais dans les groupes où cette intimité est possible, cela me donne d'être. La différence entre les deux situations (la vie ordinaire et les groupes d'abandon corporel) est très fine. Elle est contenue dans la présence et le consentement à ressentir la distance. Cette distance ne disparaît pas comme on pourrait le souhaiter mais elle apparaît. C'est là le lieu de l'intimité. Ne pas pouvoir exprimer de réserves peut éloigner et empêcher la rencontre. Pour aller au-delà de la dichotomie, prendre le risque de dire et d'entendre est fondamental.

Dans ces groupes, on s'intéressait à qui j'étais et cela m'attirait. Mais chaque fois que les autres exprimaient des réserves à mon endroit, je ne me sentais pas aimée. C'était très difficile à vivre car je m'exprimais dans ce seul but. Ce fut un long débat où je me retrouvais rapidement au 36<sup>ème</sup> dessous suite aux réactions des autres. Encore une fois, je n'avais pas réussi. Pourtant quelque chose me retenait là, m'incitant à me risquer à nouveau.

Ce quelque chose, c'était d'abord que cela me procurait une expérience physique nouvelle d'intimité avec moi-même et de plus que les autres restaient concernés par moi, tout de même. Enfin la peur de rester enfermée me donnait le courage pour rencontrer les réserves des autres et pour les laisser me guider vers un chemin intérieur nouveau.

Quel a été le processus de mise en vie depuis mes débuts en abandon corporel? Rencontrer mon narcissisme a été préalable à pouvoir entendre. Graduellement, les réserves à mon égard ont fait plus de sens et elles ont de moins en moins éveillé l'impression de rejet. Comme elles m'aidaient à mieux me connaître, j'étais plus fière de moi et du même coup moins dépendante du prétendu amour des autres. Cet accès plus complet à ma réalité a permis l'arrivée d'un sentiment de sécurité intérieur inédit. La rencontre, impliquant les deux pôles de l'ambivalence et faisant place tout autant à l'affection qu'aux réserves m'a peu à peu permis une plus grande intimité avec moi-même et m'a fait entrevoir mon lieu d'enfermement. De façon inattendue et malgré la douleur impliquée, m'approcher de mon enfermement me fait un effet positif, qui après coup me sécurise. Mon expérience est plus tangible et j'ai un contact plus aigu avec ma propre réalité. Pourtant c'est uniquement poussée fortement par le groupe que j'y arrive. Cela me permet d'apprivoiser des aspects de moi qui demeureraient dans l'ombre autrement et qui m'empêcheraient de comprendre plus profondément. Le groupe s'avère essentiel pour dépasser certaines frontières. Car être en groupe procure la sécurité en donnant des balises pour s'aventurer à exprimer ou recevoir les réserves que le un à un n'offre pas. Le un à un ne possède pas la force nécessaire pour pousser le mouvement de la vie vers un passage.

À travers ces échanges douloureux, dérangeants et risqués pour mon intégrité, je réalise que ce qui m'a nourrie, c'est l'accès à moi-même qui en découlait. Progressivement, toute cette quête pour être aimée m'a fait basculer et la vie m'est apparue sous un angle différent. En fait, dès le début de ma participation dans les groupes, je n'arrivais pas à traverser l'épreuve de la première petite réserve exprimée de l'autre ou imaginée par moi, j'étais immédiatement plongée dans une immense peine qui me subjuguait. Cela a duré

des années. J'imagine que les réserves données dans une présence réelle m'ont permis d'appriivoiser cette peine surdimensionnée qui envahissait mes rapports intimes et bloquait ma capacité à réfléchir. Puis ce qui se passait à l'intérieur de moi à l'occasion des autres est devenu progressivement satisfaisant. La sensation physique du rapprochement dans un rapport où les réserves pouvaient s'inscrire est devenue nourrissante. Il y a eu un passage où les autres se sont mis à exister pour ce qu'ils sont et là, vivre m'a semblé beaucoup plus intéressant. Être est devenu plus important qu'être aimé. Du même coup, mon intérêt pour l'invisible, l'autre réalité derrière nos lieux de censure, a pu prendre toute son ampleur. Vouloir être aimé à tout prix est un lieu d'enfermement par excellence car il nous met dans un état de soumission où l'autre n'apparaît que très peu. C'est la pauvreté des deux côtés.

Je ne voudrais pas laisser croire que les conflits sont la seule façon de se réapproprier sa vie. J'ai le sentiment que mes réactions sont au-delà des réserves impliquées. C'est troublant aussi d'être reçue dans des lieux que l'on refuse ou pire dont on est inconscient. La tendre présence des autres à nos lieux aveugles permet de les faire ressortir et de les mettre en mouvement hors de notre contrôle et à notre insu. Ceci peut occasionner une expérience aussi atteignante que les conflits peuvent le faire et peut générer la même colère d'avoir été vue et d'avoir été déstabilisée.

Je ressens de mieux en mieux mes élans à accuser les autres cachés dans mes résistances. Je réalise combien ils me protègent de ma détresse. Dans l'appriivoisement de ceux-ci, j'entrevois de plus en plus ma vie.

En terminant, j'ai l'intuition que la prise de conscience des lieux aveugles de tout un chacun nous laisse entrevoir une réalité beaucoup plus grande que celle que nous percevons. Dans cette démarche, ce qui me passionne, c'est qu'en plus de participer à la mouvance du rapport humain, j'ai l'impression d'un peu y assister.

## **Conclusion**

Maintenant, être en relation avec les autres comme c'est, est devenu ma nourriture la plus fiable et la plus viable. Je crois que ce changement est en lien avec l'accès à l'univers de la paradoxalité; à la possibilité d'être, plus pleinement, tenant compte des deux pôles de l'ambivalence.

Dans le décroisement du bien et du mal et pour avoir accès à sa subjectivité, il y a nécessité de faire exister les réserves. Dans la mesure où l'on peut y consentir, un passage à l'être peut se faire.



# LA SUBJECTIVITÉ COMME VÉRITÉ : UNE EXPÉRIENCE HUMAINE ET RISQUÉE

Yveline Defour

yveline.defour@orange.fr

Au moment d'écrire, je me sens au bord d'un désastre. Tout est brouillé, l'élan est tombé. D'où parler? Pourquoi ce thème? Qu'a-t-il à voir avec la spiritualité?

Je n'y comprends plus rien.

Et cela redémarre : le mouvement reprend.

Je reconnais mon besoin de vérité. Ma recherche d'unité, de cohérence interne, qui me lie aux autres, souvent, dans des confrontations.

## **Une image de soi en connivence avec soi-même**

La subjectivité conquise comme un terrain solide gagné sur l'océan de la confusion et sur l'empire des autres, émerge d'abord comme vérité. Comme image investie de soi, et des autres, forgée aussi au feu de leurs regards, de leurs attentes, de leurs désirs, en particulier mais pas seulement, dans l'enfance.

Une image de soi avec des lignes de rejet et des lignes de fraternité avec les autres, et avec soi-même, qui est projection, direction, construction (voire forteresse).

Mais notre être, notre corps, notre subjectivité, nos rapports, nous débordent et apparaissent à notre insu. Ils portent aussi traces et directions, à travers la mémoire du corps, et celle plus récente, des institutions.

C'est ainsi qu'en connivence avec moi-même, et avec les autres, je suis devenue « guerrière ». Avec une énergie vis-à-vis des autres, mais de moi aussi, pour déloger, aller chercher le vital, démasquer, aller toucher ce qui est lové quelque part. Une énergie pour séparer, éclaircir.

D'où un sentiment d'inconfort et d'insécurité que je ressentais, et que les autres éprouvaient dans le rapport avec moi. « Je ne sais jamais de quel côté tu es! » m'a-t-on dit avec agacement. Lorsque je touchais juste, il pouvait y avoir toutes sortes de réactions, des plus positives, jusqu'à une colère énorme que je commence seulement à comprendre un peu.

C'est dans le rapport que j'ai réalisé que mon sentiment intime d'être transparente, inconsistante, pas entendue, malgré des aspects très définis, était fait de comment, dans ces rapports guerriers, centrés sur l'autre (fondés sur de justes causes, dont parfois la mienne), je disparaissais. « Une façon d'être, plus qu'une parole habitée », m'a-t-on dit aussi.

Lors d'un séminaire à Nantes, cette année, avec Aimé, nous avons parlé de cela : ce qui se joue, dans la proximité avec l'autre, et avec soi-même pareillement, c'est la nécessité, l'urgence parfois, la jouissance peut-être, de disparaître ou faire disparaître. « *L'horreur est*



*dans la guerre, mais elle était en nous bien avant »<sup>1</sup>.*

J'ai d'abord entendu, compris, soulagée que ce soit abordé aussi simplement et directement par Aimé. C'est entré en moi par la tête et par le cœur, avec une sorte de légèreté, d'exaltation. Puis dans le travail corporel qui a suivi, j'en ai senti tout le poids, oppressant, sur la poitrine. Ce qui veut dire aussi : *il faut que cela passe par moi*. En l'occurrence, par ma peur.

### **L'absence à soi et à l'autre : le bras de fer**

J'ai longtemps eu besoin de penser que j'étais la mieux placée pour savoir qui j'étais. Ce que j'en vivais m'apparaissait comme une réalité presque objective, que l'autre devait admettre, et c'était très important pour moi que l'autre l'admette, s'y arrête. C'était un lieu de vérité, dans ses derniers retranchements, je l'ai découvert avec surprise dans un texte de Clémence<sup>2</sup> lorsqu'elle dit : *« Quand la vérité n'est pas en dehors de nous pour que nous y adhérons, elle peut être en nous, en ce sens que nous nous posons comme la vérité, la norme. »*

Ce que me disaient les autres m'apparaissait aussi comme des vérités, contraires ou compatibles, à passer au filtre de mes perceptions. Avec toujours de ce fait une raideur, un décalage, une distance. J'ai ainsi pris conscience de la façon dont je me préservais constamment. Et aussi ressenti à quel point il est enfermante de rencontrer des définitions de soi identiques à celles qu'on a échafaudées soi-même : seule, comme devant un miroir.

Ce lieu des projections et des défenses est un endroit de désespoir pour soi et pour l'autre, *le lieu d'une résistance qui nous signale qu'il y a matière, organisation. Le lieu de quelque chose qui se refuse, qui nous signale qu'il y a quelqu'un, une liberté, un temps.*

C'est un lieu de vitalité, un lieu de contact, un lieu à être. Comme la coque d'une graine avant que soient réunies les conditions favorables à son éclosion. Je ne parle pas seulement des conditions extérieures, qui sont importantes, mais aussi du terreau qui se fait à l'intérieur de soi, avec lenteur, et qui permet d'accueillir toujours plus, et de soi, et de l'autre.

C'est le choc de certaines rencontres qui a rendu tangible pour moi l'absence à soi et à l'autre, et le rapport que c'est : ce qui n'est pas recevable, l'absence de soi comme un lieu non habité mais perçu, recherché, voire fiché dans le corps de l'autre, entraîne une vigilance, une pertinence, voire une habileté qui frôle ce qu'on pourrait appeler la perversité. La perversité comme maintien d'un certain niveau de froideur en soi, activant la vie chez l'autre, au pire l'opération réussie d'habiter complètement le monde de l'autre qu'on en a chassé!

Je me suis rendue compte que, dans ce monde-là, je protège. Je protège quelque chose qui ne doit pas arriver, que je ne peux admettre, que je ne veux pas voir. Et c'est là que je risque d'agir automatiquement.

<sup>1</sup> Cercas, Javier. (2006). *À la vitesse de la lumière*. Arles : Actes Sud.

<sup>2</sup> Dubé, Clémence. (2005). De l'absence à soi à la rencontre : le consentement à la subjectivité. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 23-27). Québec, Québec.

Je commence à sentir, en direct, la peur.

### La rencontre

Je suis construite dans l'absence et l'isolement *au centre*. Et tendue vers les autres, un peu en aveugle, avec l'inquiétude que c'est convertie en fierté inconditionnelle, en courage d'aller voir, en confiance en soi, en volonté de rester debout. Avec des compétences développées dans ces domaines. Mais avec en-dessous, toujours menaçant, l'endroit enfermé, petit, de l'isolement, de l'absence, de la douleur. La peur d'y tomber, et que les autres le voient.

Dans le travail, avec le temps, c'était là que j'étais envoyée de plus en plus souvent, dans les groupes (et dans la vie ordinaire). Comme si ça voulait aller là. Est-ce cela l'organisation, le mouvement du désir?

L'expérience de l'isolement et de la douleur, touchés par surprise dans un travail de groupe de semaine, a été d'une grande force pour moi... « *Le royaume de Dieu ne vient pas en fanfare : ni le fiancé ni le voleur n'arrivent à l'heure prévue* »<sup>3</sup>.

J'ai découvert, dans la présence à l'isolement et à la douleur, *un lieu intérieur dont la cause n'est pas l'autre*, auquel l'autre m'a donné accès comme jamais je n'aurais pu y avoir accès seule, et où on pouvait être ensemble, sans exclusion. C'est l'empreinte tout à coup comme un coup de tonnerre, de l'existence possible et surprenante de l'un *et* de l'autre. Une expérience inattendue d'union et de différenciation, où le plus singulier, le plus particulier rejoint l'universel. Où il y a de la place pour tout le monde, et tout en soi. Toute crainte disparue. *Quand le plus particulier de soi, le plus seul, rejoint les autres et l'autre en soi.*

Si je m'étais victimisée, sadisant l'autre et les autres, ce qui était tentant, j'aurais arrêté quelque chose.

C'est le risque pris par chacun de l'interdépendance qui unit l'un et l'autre et tous les autres, dans une expérience de différenciation où l'autre prend une forme en moi dans le même temps où ma singularité prend forme, bien loin de toute image ou idée préconçue, dans un rapport vivant.

C'est la présence de chacun à soi-même, ce qu'on nomme la position en Abandon Corporel, dont le psychothérapeute est le garant, qui donne la sécurité nécessaire de tels développements qui frôlent des précipices.

Il s'agit, je crois, d'un vécu qui *est à l'opposé de ce qui se passe dans le mécanisme victimaire*, dont parle René Girard, avec emballements mimétiques et boucs émissaires<sup>4</sup> : ils ont des effets apaisants ressemblants, mais reposent sur l'inconscience, l'ignorance, le non-être, et leur ressort est pulsionnel, répétitif, vide.

Ici, au contraire, c'est la présence de chacun à soi-même, la subjectivité portée en toute responsabilité, qui permet d'accéder à un autre niveau du potentiel humain, d'une façon momentanée aussi (comme dans le soulagement apporté par le sacrifice du bouc

<sup>3</sup> Panikkar, Raimon. (2002). *L'expérience de Dieu*. Paris : Albin Michel, p 192.

<sup>4</sup> Girard, René. (1999). *Je vois Satan tomber comme l'éclair*. Paris : Grasset.

émissaire), mais qui change la donne : ce sont d'autres horizons aux confins du rapport humain qui sont aperçus, touchés et laissent une trace profonde.

C'est une affaire spécifiquement humaine, *l'interdépendance et l'intériorisation sont simultanées*. Le monde animal, dont nous sommes, ne connaît pas ce rapport-là : il y a, chez les animaux, nécessairement, dominants et dominés, la situation étant administrée par l'instinct, au mieux des intérêts de l'espèce.

### Un sens émerge

Un sens émerge qui ne se pose plus comme une question extérieure à soi-même : il suit son cours, dans lequel nous sommes.

Propulsée bien malgré moi, et malgré l'autre, dans ce lieu misérable et abandonné, je l'ai découvert comme une place où je pouvais être présente. Vivante, au moment où j'étais anéantie. Un lieu intérieur, présent sous mes pas depuis longtemps, depuis toujours, comme une menace. Et j'ai éprouvé d'y prendre pied vraiment, avec un sentiment de responsabilité, dans une ouverture à moi et à l'autre, et tous les autres, sans accusation ni culpabilité. Dans ce lieu si nu, si vulnérable, il y avait de la force. Dans sa pauvreté, de la richesse, de la douceur, de la fraternité. Il est toujours là, en moi, faisant partie de moi mais le rapport n'est plus le même : la menace a perdu sa virulence.

*La présence est l'essence de toutes les spiritualités.*

Quelque chose en soi s'y refuse. C'est de présence dont il est question.

Cet endroit de l'extrême fragilité, et de l'extrême dépendance à l'autre, est aussi celui de la possibilité de la maltraitance.

C'est un lieu psychotique, le lieu d'absence de soi et de qui que ce soit. Le lieu de la douleur ontologique, irrémédiable, de l'humanité.

Dans un livre qui s'appelle : *La tombée du jour : Schumann*<sup>5</sup>, l'auteur, Michel Schneider, parle de cet endroit en nous avec une étoffe, une musique de mots soyeux qui bercent, respectent ce lieu-là : lieu humain des stupeurs, des balancements, des fébrilités. Où la vie, le désir, le mouvement sont en attente, gelés. Où c'est le vide qui se signale. Il dit, entre autre, à la page 44 :

*La douleur est une souffrance qui n'a trouvé personne pour la vivre (...) La douleur touche à l'anonyme en nous (...) Cette douleur ne s'exprime pas, mais s'imprime au creux de soi, là où je ne suis pas. Où l'enfant bat la campagne.*

C'est de ce lieu-là, je crois, que naissent les passages à l'acte. Et aussi les constructions.

Ce ne sont pas les constructions qui font l'isolement, même si elles peuvent proliférer dessus exagérément, et aggraver la situation. Elles sont surtout une tentative pour percevoir, pour donner du sens à ce qui parvient plus ou moins distinctement de l'extérieur, et sont en relation avec lui.

D'ailleurs, peut-on ne pas construire?

---

<sup>5</sup> Schneider, Michel. (2005). *La tombée du jour : Schumann*. Paris : Seuil.

Dans le même livre j'ai trouvé ceci :

*Ce qui est attachant, dans la musique pour piano de Schumann (...) c'est la proximité du désastre, la pensée sans cesse arrachée à sa propre fragilité et vouée à sa possible disparition. Là se saisit mieux qu'ailleurs que toute composition est un déni de la décomposition (...) Tout chant est un silence conjuré.*

## **Bibliographie**

Cercas, Javier. (2006). *A la vitesse de la lumière*. (roman) Arles : Actes Sud.

Dubé, Clémence. (2005). De l'absence à soi à la rencontre : le consentement à la subjectivité. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 23-27). Québec, Québec.

Girard, René. (1999). *Je vois Satan tomber comme l'éclair*. Paris : Grasset.

Panikkar, Raimon. (2002). *L'expérience de Dieu*. Paris : Albin Michel.

Schneider, Michel. (2005). *La tombée du jour : Schumann*. Paris : Seuil.



# LE SPIRITUEL EN DÉMARCHE ONTOLOGIQUE : QUAND LE « PLUS GRAND » EST TOUCHÉ PAR LE « PLUS PETIT »

Jimmy Ratté

jimmy.ratte@fse.ulaval.ca

*Je me suis demandé durant l'avant de ce colloque pourquoi c'était si dur parfois la démarche de psychothérapie d'abandon corporel et aussi pourquoi ça donne d'être.*

*Il m'est ensuite venu que la démarche d'abandon corporel est un chemin de recherche exigeant parce qu'il conduit d'une manière rigoureuse et inédite vers l'intolérable de soi. Paradoxalement, en élargissant beaucoup la possibilité d'accès à soi, il se constitue en même temps un pont vers l'altérité, le soi inconnu, incluant la dimension spirituelle.*

Il m'arrive d'être touché, transpercé même corporellement, lorsque des personnes en démarche avec moi expriment de façon tout à fait involontaire des pensées et sentiments à propos de leur être et à propos de leur vie. À ces moments, je me sens rencontrer non pas par une vérité « universelle » mais *des expériences de l'être qu'ils sont* touchant profondément *l'être que je suis*. Ce qui est éveillé à l'occasion de ces rencontres, en moi et chez les personnes que je vois en psychothérapie, devient en quelque sorte une porte d'entrée vers l'inaccessible et cela constitue pour moi une découverte.

J'essaie le plus possible de me positionner en chercheur ontologique, de plonger dans ma subjectivité, d'être attentif à ce qu'éveillent en moi ces personnes que je suis appelé à accompagner. Ce faisant, je m'aperçois qu'elles mettent en branle pas mal de choses en mon être : des « pas disables » et des « plus disables ». Mais je vais m'essayer à dire.

Je vais commencer par le « pas disable ». Il m'arrive parfois de trouver dans ma pratique un enfant, un adolescent ou un adulte très antipathique. Il arrive aussi que je rencontre une personne que je ne comprends pas du tout. Je suis alors vite tenté de me reporter à des compréhensions théoriques de leur personnalité, des nœuds relationnels qu'on appelle le transfert et je me livre à des explications vis-à-vis de leurs problèmes. Ici, d'essayer de recevoir ce qui est éveillé en moi comme étant moi m'aide énormément à me réapproprier beaucoup de projections qui sont dues, je crois, à l'inconfort émotionnel que je ressens. Ça m'aide aussi à moins les rejeter ou à comprendre que je suis en train de les culpabiliser ou à devenir moins défensif. Mais ça fait aussi table rase de beaucoup de conceptions et de manières de théoriser sur la façon dont chacun a dû s'organiser avec ses souffrances. Si je peux tolérer d'être ainsi dénudé vis-à-vis des connaissances, je me mets à sentir autre chose, à entendre aussi d'une autre manière ce qui m'est dit ou présenté, plus proche du sens que de l'inadapté. Je sens que nous passons alors ensemble quelque peu au-delà de nos antagonismes : l'envie de rejeter, toléré, approprié tant que je le peux, se transforme en autre chose : parfois juste de l'impatience; à d'autres moments en une compréhension de ce que l'autre est et n'a pas le choix d'être; dans des moments de grâce je réussis aussi à nommer quelque chose de la souffrance jusque là oblitérée et ces instants donnent



beaucoup de sens au travail de psychothérapie, de part et d'autre. Mais je dois passer par ma première envie de rejeter, de me fermer, de ne pas entendre, de ne pas être rejoint dans mes propres lieux de souffrance. J'ai à émerger moi aussi, de façon interdépendante, dans des espaces oblitérés, coupés, enfouis.

*Il y a ainsi une jeune femme que je rencontre depuis maintenant presque huit ans. La moitié du temps, je ne comprends pas ce qu'elle me dit. Pour l'autre moitié, je « tolère » à peine ce qu'elle éveille en moi. Pour une infime partie, non comptabilisable, je réussis à me sentir en lien avec elle et à lui transmettre une compréhension de sa souffrance qui la rejoint et la fait s'ancrer davantage. Depuis bientôt huit ans, je me dis pourtant : « Ah! Pas encore elle ce soir; ça va être difficile ». Et ça l'est. Appelons-la Danielle. Eh bien Danielle me parle de façon pas toujours cohérente, en tout cas pas pour moi. Ça m'a pris environ un an pour saisir qu'elle fait des bouts toute seule durant les séances. Eh oui, elle me parle et puis elle arrête, parfois sans compléter une phrase, d'autre fois en omettant des mots essentiels et je ne saisis plus; mais elle continue pour sa part dans une solitude extrême. Moi qui adore comprendre, vous pouvez imaginer quelle frustration elle me fait ressentir. C'est ainsi une personne que je vis souvent comme épuisante. Il m'arrive par exemple de regarder l'horloge dans mon bureau durant les séances et de me dire des choses comme : « Oh non, ça fait pas juste dix minutes! Comment je vais faire pour l'écouter jusqu'à la fin? » Je vous avoue que j'ai souvent songé à la foutre dehors. C'est dans un moment comme ça d'ailleurs, où j'étais à cogiter mon envie de la rejeter et à essayer de me l'approprier qu'elle m'a dit un jour : « Tu sais, j'existe seulement une heure par semaine; quand je suis ici ». Danielle, quand j'essaie d'entendre le dérangement comme étant mien, est quelqu'un qui m'amène ainsi énormément à moi-même. Elle me confronte en fait avec mes peurs : de ne pas comprendre; de ne pas être un bon thérapeute; d'être impuissant voire inutile; d'être insuffisant... Si je peux entendre cela en moi, alors je l'entends plus aussi et je remarque qu'elle me parle alors beaucoup plus, avec moins de blancs.*

Il y a aussi des personnes en démarche avec moi (également Danielle à certains moments) qui plongent dans leur être et qui m'amènent de façon vertigineuse en des lieux où je n'avais pas prévu aller. Je pense que ce sont des dimensions où je n'existe que très peu. Je ne suis pas sûr finalement que ça soit plus « disable », mais je vais essayer. J'appellerais ça, pour ce que j'en sais en tout cas, des lieux d'interdépendance où la tendresse émerge, mais où j'ai pourtant très peur d'aller ou de rester. Cela m'arrive particulièrement, mais pas seulement, avec des enfants que je vois en psychothérapie par le jeu. Je conçois d'ailleurs maintenant cet espace particulier des enfants, le jeu, comme un lieu d'existence. Je vous donne l'exemple d'un jeune garçon qui a éveillé en moi bien des sentiments inattendus.

*Gabriel est un garçon de quatre ans et demi lorsqu'il m'est référé en consultation. Il est accompagné de sa mère qui m'explique tout d'abord que son mari est décédé subitement dans un accident de voiture l'année précédente. Elle était alors enceinte d'un second enfant depuis quatre mois. Elle exprime beaucoup de peine durant la rencontre, une peine qui la déborde bien qu'elle essaie d'expliquer rationnellement ce qui ne va pas pour son fils. Ce dernier ne semble pas vouloir parler de sa propre peine et dit même ne pas être affecté par la mort de son père. Il n'aime pas trop non plus que je me penche sur le sens possible de son dessin, réalisé sur le chevalet, et non plus que je remarque son agitation quand il est question de la mort de son père. Sa mère dit par ailleurs qu'elle*



*s'inquiète pour lui : elle le sent souvent triste et il ne veut pas en parler; il joue peu; il se préoccupe beaucoup d'elle et à juste titre car madame est beaucoup absorbée par son deuil. Je sens déjà que l'enfant se retient devant sa mère, comme s'il voulait la protéger, l'alléger de sa propre peine.*

*Je suis étonné dès le début des rencontres individuelles car cet enfant plonge, d'emblée, en démarche. Il entre tout de suite par le biais du jeu, de la création et de la mise en paroles qui constituent le cadre de psychothérapie par le jeu, dans l'univers de ses préoccupations propres. Les thèmes affectifs qui émergent ont trait à la puissance et à la vulnérabilité, à la force et à la peine, à la bravoure qu'il veut montrer pour ne pas affecter sa mère et tout à la fois aux rêves qu'il a de son père et qui éveillent en lui des terreurs mêlées d'un manque de sa présence. Dans cet espace indépendant de « maman » où il semble vouloir déposer son intériorité, il m'investit beaucoup et exprime aussi clairement, avec moi ainsi qu'à sa mère lors du retour avec elle sur ces premières rencontres, « qu'il veut continuer ». Je suis d'ailleurs très touché quand sa mère m'apprend « qu'il compte les dodos entre les rencontres ». Je le verrai encore pendant plus d'un an.*

*Les rencontres sont intenses, à l'image de cet enfant toujours prêt à exprimer ce qui le préoccupe par l'activité ludique et la création, puis, bien que vivant là plus de contraintes, d'accord pour parler et élaborer sur le sens de ce qu'il exprime. Les thèmes qui reviendront le plus dorénavant ont trait à son besoin de rivaliser tout en intériorisant la « puissance » paternelle et à sa peur de la mort : de la sienne, de celle de sa mère et, symboliquement dans le jeu, de la mienne. Il met ainsi en scène dans ses jeux, et ce à répétition, d'une part un personnage de « père » puissant et qu'on peut craindre pour sa force ou sa brutalité (ex. Darth Vader, l'homme de glace). D'autre part, il incarne symboliquement un garçon héroïque qui lutte contre lui (ex. Luke Skywalker, Spider-Man), l'affronte en imaginant disposer des meilleures armes pour gagner ou des meilleurs pouvoirs, et il finit toujours par le vaincre. Mais même vaincu, le père « doit rester vivant ». Dans la mise en paroles, l'enfant parle de sa crainte de mourir. Ceci l'amène, dit-il, à vouloir être « plus fort que papa ». Il dit aussi que son père lui manque beaucoup et que sa peine le déborde pendant la nuit. Le jour, il voit la peine de sa mère et sent qu'il doit « faire le grand » vis-à-vis de sa propre tristesse.*

*Dans ce lieu, dont il a vite compris qu'il était pour lui, il exprime surtout en paroles sa tristesse vis-à-vis de sa situation de vie actuelle. C'est par le jeu qu'il aborde davantage ses sentiments de deuil et de manque en lien avec le fait que son père soit parti si tôt dans sa vie. Il déplore ainsi qu'il y a peu de gars autour de lui : ses grands-pères sont peu présents; il aime beaucoup le frère de sa mère, mais il habite loin; il adore son petit frère, mais c'est lui le « grand », signifiant par là qu'il se sent responsable de lui du fait de sa position d'aîné et de l'absence du père. Lors d'une rencontre, durant laquelle il met en scène deux armées en figurines, il se met à pleurer quand son personnage préféré meurt au combat. « J'aime pas, dit-il, que mes personnages préférés meurent... Mon père, dit-il encore, c'est pas comme dans le jeu, je peux pas le faire renaître ». Il me parle alors du fait qu'il est allé sur la tombe de son père; il avait accepté pour la première fois la proposition de sa mère de s'y rendre, après deux ans. Il y a demandé à sa mère de déterrer son père pour pouvoir le serrer dans ses bras. Concurrément, sa mère me rapporte qu'il dit s'ennuyer beaucoup de son père à la maison; toutefois, ses cauchemars en lien avec son père, ont cessé.*



*Dans les mois qui suivent, Gabriel m'exprime, de toutes sortes de façons, son attachement : il s'ennuie de moi entre les rencontres; il trouve que ces dernières ne durent pas assez longtemps; il a de la difficulté à quitter et cherche à prolonger les contacts en montrant ses créations à la sortie; il me touche du pied ou du coude ou fonce sur moi dans les jeux cherchant ainsi un contact corporel. Dans ses jeux justement une angoisse fondamentale liée à sa condition d'humain apparaît souvent : la mort l'angoisse et il voudrait la contrôler en étant « tout-puissant ». « J'ai peur de mourir, dit-il, ou de voir mourir quelqu'un que j'aime ». Progressivement, cette peur exprimée en lien avec ses jeux se transforme : il me fait jouer un rôle paternel et me fait mourir, à répétition, « sans avoir peur », dit-il. « Tu sais, me dit-il en s'asseyant pour parler lors d'une de ces rencontres où il explore la mort dans son jeu, moi aussi je vais mourir un jour... mais le plus vieux possible ». Concurrément, sa mère me confirme ce que je remarque de plus en plus dans les rencontres : il est plus dégagé, plus serein.*

*S'ensuit une longue période où l'enfant construit à chaque rencontre, en pâte Fimo, des personnages héroïques. Par exemple un « bébé héros avec une couche », le représentant comme étant à la fois très jeune et prêt à secourir les autres. Puis, le besoin du jeu héroïque le reprend et il s'y montre parfois violent. Il sait, dit-il, « que dans la vie c'est pas correct de faire mal à quelqu'un ». Mais dans le jeu, il se permet « d'être le méchant ». Il me fait mourir, puis me ramène à la vie, puis me fait souffrir. Il exprime ainsi, symboliquement, qu'il ne veut pas prendre soin de moi, comme il le fait beaucoup à la maison avec sa mère et avec son petit frère. Il me transpercera dans un combat en me disant : « Tu sais, tu es comme mon Père quand je suis ici même si tu n'es pas mon père. Quand je suis à la maison, je suis un Père pour mon petit frère ». Au sens d'Aimé, je pourrais dire qu'à ce moment, je me suis senti pour ma part le Fils de Gabriel. Il m'a rejoint profondément, comme à beaucoup de moments d'ailleurs, dans des lieux de coupure et de sadisme comme de proximité et de tendresse.*

*La séparation annoncée ramène les jeux dans lesquels il me demande d'être un méchant qu'il vainc en tant que héros, mais à nouveau je ne dois jamais mourir. Il me parle très indirectement de sa peine, mais de son attachement il est beaucoup moins circonspect. Ce petit bonhomme de cinq ans et demi alors me demande ainsi à l'une des dernières rencontres s'il pourra revenir me voir plus tard, s'il a encore besoin. Il est content que je lui dise que cela est possible. « D'accord, dit-il, alors je vais revenir quand j'aurai six ans! »*

*À la dernière rencontre, il dessine un soleil avec un contour ainsi que des rayons noirs. Il y a aussi un nuage noir duquel tombent des gouttes de pluie. Nous regardons ensemble ce noir et cette pluie et un sens s'élabore. Il me dira : « J'ai de la peine, mais je te reverrai plus tard car tu seras pas mort... à moins que tu aies un accident. »*

Je suis beaucoup touché par cet enfant, de plusieurs manières, rejoint dans des espaces de mon être et connecté en même temps à quelque chose que je sens me dépasser. Dans les rencontres avec Gabriel, quand je repense à notre travail, lorsque j'en parle comme c'est arrivé dans ma propre psychothérapie, je me sens *connecté* avec mon être. Il s'agit de moments courts, mais combien intenses et parfois émotifs. À certains de ces moments, je dirais que le rapport à Gabriel m'amène à vibrer au-delà de mes sonorités habituelles. Mais que vient-il donc toucher si profondément que j'en rêve, que j'en parle à mes proches, que

je sente le besoin de vous en parler?

Je ne suis pas Gabriel. Je n'ai pas comme lui perdu mon père trop jeune. Mais il éveille en moi une tendresse et un sentiment de grande proximité dans ce qu'il exprime. J'ai même eu des fantaisies de l'adopter! Malgré nos âges si éloignés -- j'ai cinquante ans, lui cinq ans -- et nos vies si différentes, sa confrontation avec la mort de son père et sa façon d'exprimer ses angoisses me rejoignent profondément. Envisager la mort est quelque chose qui me terrorise en fait. Quand je suis né en l'occurrence, je suis mort; et on a dû me ranimer.

Comme Gabriel, je réalise que je mets en place des stratégies pour me sentir « plus fort que la mort ». J'ai déjà dit au dernier colloque que je suis passablement hyperactif. Eh bien, je sens qu'il y a un lien. C'est ma façon, je crois, de me porter à l'encontre de la mort et de mes frayeurs. Être brave et en mener large, voilà une devise qui est la mienne depuis pas mal de temps.

Par ailleurs, la perte de ma mère il y a de cela quelques années fut une expérience importante et qui m'a fait sentir un nouvel espace en mon être : de façon tout à fait inattendue, j'ai ressenti ce qu'elle m'a laissée, son empreinte en moi; ce senti m'accompagne depuis, associé à des moments de présence que je portais sans le savoir. Jusque là, je sentais surtout les manques. Cette expérience de proximité avec la mort n'a pas été, cette fois, que terreur. En fait, la mort de ma mère m'a mis en contact avec mon attachement profond pour elle; ce sentiment transcende sa mort.

Je me rends compte maintenant, à l'instar de Gabriel, que la mort et la vie sont inséparables. Moi aussi j'espère vivre le plus longtemps possible, mais je réalise que l'expérience de la mort est là *depuis* le début de ma vie. C'est moi « le grand », mais voilà où me conduit, dans un écho existentiel très senti, ce « plus petit ».





## **PARCOURS : À LA RECHERCHE DE SOI**

**Modératrice : Marie-Josée Roy, St-Lazare**



# DE LA RELIGION À LA RECHERCHE DE L'ÊTRE SPIRITUEL

France Lussier

francelussier@sympatico.ca

Quand j'ai reçu l'invitation à ce colloque, ayant pour thème les spiritualités et le spirituel, je me suis sentie interpellée. Ce qui est monté en moi, c'est tout l'univers religieux et plus précisément la religion dans laquelle j'ai grandi et qui a guidé toute ma vie. Je crois que sans elle, la vie, ma vie n'aurait pas eu beaucoup de sens. Elle est venue me donner une définition, une direction. J'avais besoin qu'on m'enseigne la vie, qu'on me dise quoi faire. C'est ainsi que la lecture et les enseignements des Saintes Écritures sont devenus pour moi des règles de vie qui indiquaient le chemin à suivre, les notions du bien et du mal; en d'autres mots ils étaient des repères de ce que je devais faire ou ne pas faire pour être une bonne personne. Ces repères extérieurs étaient pour moi des lieux de vérité incontournables et incontestables auxquels j'adhérais sans hésiter ni même questionner. Dans mon milieu, la religion définissait et dirigeait la vie.

## Origine des religions : besoin de sens

De tout temps l'être humain a cherché un sens à sa vie. Certains hommes, tels le Christ, Bouddha, Mahomet, ont particulièrement fait une expérience personnelle intérieure, unique, d'une grande profondeur; celle-ci a fait qu'ils ont donné un sens particulier à la vie. Ces expériences sont devenues des points de repères de plusieurs humains et sont devenues des institutions, des religions qui ont défini et dirigé les sociétés. C'est ainsi que d'une expérience spirituelle, d'une recherche de sens sont nées les différentes spiritualités. Elles sont devenues des institutions, des religions. Ainsi sont nés le christianisme, le bouddhisme, l'islamisme, sans doute les plus grandes de l'histoire de l'humanité, posant les repères d'un ensemble d'humains, d'une société, d'une époque, d'une culture donnée. Ces repères extérieurs à soi ont permis d'éclairer, de diriger les comportements afin d'humaniser les rapports humains et donner un sens à leur vie. C'est ce besoin de sens qui fût à l'origine des religions.

Les religions sont des institutions où l'humain recherche son être et le sens de son être. Elles sont des lieux de cheminement, de recherche de l'humain sur lui-même. Elles portent le désir d'accomplissement de l'humanité qui ne peut être assumé au départ. Les religions sont des institutions, à la fois qui cachent et révèlent mon être. Elles portent tout l'irrecevable de soi qui ne peut s'approprier que lentement pour être reçu et habité dans un processus sans fin. Du désir institutionnalisé au désir reçu révèle ce que la religion porte en elle-même depuis le début de l'humanité. Que ce soit pour un chrétien, un bouddhiste, un musulman, découvrir le sens de son être ne peut se faire qu'en touchant à l'institution religieuse qui a porté son désir d'accomplissement. (Rioux, 1993) Ce qui m'amène à dire que les religions ne sont pas une erreur ou du temps perdu, mais bien le début d'une longue recherche qui ne peut commencer d'abord que dans la recherche de réponses extérieures à soi. La religion est un chemin. Elle a été mon chemin.



## Recherche vers l'extérieur

Il faut dire qu'il y avait en moi et dans mon milieu familial un terreau fertile à cet univers. Éduquée très tôt dans un régime sévère, rigide, voire militaire, j'ai appris rapidement qu'il y avait des choses qui se faisaient et d'autres pas. Il y avait des règles à observer et il fallait s'y soumettre sans contester. Déroger était considéré comme de la délinquance qu'il fallait redresser afin de revenir dans le droit chemin. Il y avait des personnes de pouvoir, puissantes, qui savaient, qui possédaient la vérité et qui dictaient la conduite des autres, de ce qui est bien et de ce qui est mal. Il y avait de bonnes personnes à fréquenter, à suivre en exemple et les méchants qu'il fallait combattre, ou du moins éviter. Respecter les règles dictées par l'autorité sans me poser de question me sécurisait, me donnant une direction à suivre et un certain sens à ma vie. Vivre dans cet univers où tout le sens est à l'extérieur de soi était un terrain propice au monde religieux.

Pendant longtemps la religion a été le lieu de repères et de vérités qui ont dirigé ma vie. En dehors de l'Église point de salut. Lorsque cette dernière s'est ouverte aux sciences humaines suite à Vatican II, j'ai commencé à m'ouvrir à la psychologie tout en demeurant dans l'univers religieux, lieu sécurisant pour moi dont je ne devais jamais m'éloigner. Le risque de sortir du droit chemin était trop grand et très dangereux à mes yeux. Le danger de perdre mes points de repères, de toucher des interdits et des lieux inconnus de moi-même étaient sources d'angoisse. Cette attirance très forte pour la psychologie m'a ramenée aux études. Je réalise maintenant que ce goût pour la psychologie cherchait à répondre à des questions qui se posaient en moi. Il y avait un manque, une insatisfaction, un besoin de quelque chose qui se faisaient sentir. Je ne pouvais plus me contenter des réponses toutes faites, des définitions auxquelles j'avais adhéré jusqu'à ce moment.

Des angoisses très fortes sont apparues au cours de ces années cherchant à révéler des lieux de moi-même. J'éprouvais des sentiments importants de culpabilité. Je sortais du chemin tracé que j'avais suivi jusqu'à ce moment dans mon rôle d'épouse et de mère à la maison. Un sentiment de haute trahison envers mon milieu et plus particulièrement envers l'univers religieux était également présent. Je ne trouvais l'apaisement que dans l'assistance journalière à la messe. Continuer de fréquenter le monde religieux m'a permis peu à peu de faire la transition au monde de la psychologie qui est devenue à son tour un lieu important de recherche de repères et de vérités. J'avais tout simplement changé d'institution. Toute mon organisation apparaissait à nouveau. J'apprenais de nouvelles théories à la recherche d'une bonne façon d'intervenir en m'appuyant sur des connaissances objectives. Des batailles au niveau des différentes écoles de pensée m'attiraient fortement. Qui a tort? Qui a raison? Comment et de quelle façon un être humain doit-il se comporter? Quelle est la bonne façon d'intervenir afin de corriger les comportements? Cette recherche de vérité, d'objectivité m'a amené dans des luttes interminables révélant de moi-même toute une organisation défensive niant, refusant et méprisant toute subjectivité, la mienne et celle des autres. Me battre me protégeait de sentir l'absence, le vide, le manque de repères.



## De l'extérieur vers l'intérieur

Je ne pouvais que chercher à l'extérieur de moi les réponses à ma vie. Ma démarche de recherche en psychologie m'a conduite vers l'abandon corporel à la fin de mes études. J'étais encore une fois à la recherche de repères extérieurs à moi-même, de théories afin de diriger mon travail. Ce grand besoin de chercher à l'extérieur de moi me protégeait d'un manque important de repères intérieurs. Mes débuts dans la démarche m'ont amenée dans des moments d'angoisse insupportable, des lieux de grande noirceur et d'insécurité profonde. Je ne reposais plus sur rien. Je n'arrivais plus à repousser cet inévitable face à face avec moi-même où l'absence et le manque de soi m'attendaient. Toute une organisation en apparence solide s'était bâtie au fil des années laissait peu à peu la place à toute une désorganisation intérieure à une absence de soi. Les connaissances théoriques apprises, qui avaient organisé ma vie, recherchant l'objectivité et la vérité ne tenaient plus la route. Moi qui croyais savoir, je ne savais plus rien. Le vide, l'absence de moi, l'indéfinition, l'indifférenciation étaient irrecevables pour moi, qui avais autant valorisé les connaissances intellectuelles apprises. Tous ces lieux éveillaient en moi mépris, révolte et refus. C'est peu à peu dans ma recherche en thérapie, en supervision, et en participant à des groupes que je suis arrivée à accéder un peu à toute la subjectivité qui était mienne.

Il y a tout un chemin à faire pour accéder et apprivoiser la subjectivité. Recevoir tout l'univers organisé dans la recherche de théories, d'objectivité, de vérité prend de plus en plus de sens. Recevoir l'organisation défensive dans laquelle j'ai presque uniquement vécu prend aussi un sens. C'est ainsi qu'en ayant peu à peu accès à ma subjectivité, j'en suis arrivée à la dimension spirituelle de mon être; ma vie prend sens. Ne serait-ce pas ce que l'on tente de dire à ce colloque? Ce que j'ai toujours cherché à l'extérieur commence peu à peu à prendre sens à l'intérieur de moi. C'est le début pour moi d'accéder lentement à mon monde intérieur. N'est-ce pas cela d'accéder à une vie spirituelle que je n'ai pu porter autrement qu'en la déposant dans une institution?

Ce chemin ne peut se faire seule sans la présence d'autres personnes. C'est dans le rapport à l'autre, me recevant dans tout ce que je suis et se recevant dans tout ce qui est éveillé en lui, que la démarche est possible. La rencontre des subjectivités ne se fait pas sans heurt. Il y a souvent des impasses où la rupture apparaît par moment la seule issue possible. Heureusement le lien, la confiance et l'ouverture le permettent.

Ce qui m'amène à dire que la religion fût pour moi un lieu important de dépôt du sens de ma vie que je ne pouvais habiter et ni recevoir. Selon mon expérience, il m'apparaît de plus en plus que toutes mes batailles pour des vérités concernant le bien, le mal, les bons, les méchants, révélaient le refus de mon ambivalence et de mon absence de moi.

## Rôle du psychothérapeute

Cette démarche m'amène de plus en plus à saisir davantage le rôle du psychothérapeute en abandon corporel. Les gens qui viennent consulter cherchent un sens à leur vie. Ils ont cherché dans un monde, souvent institutionnalisé, un sens, des sens. En venant en psychothérapie ils sont à la recherche d'une autre institution, d'autres vérités. Ils nous voient comme des gens qui savent. Comme thérapeutes nous avons à être conscients de cette demande et à faire le deuil douloureux du savoir tout-puissant. Je saisis de plus en

plus que ces personnes ont à habiter leur être à eux. Nous avons à les ramener constamment à eux-mêmes, à recevoir leur être dans tout ce qu'ils sont à la condition, bien sûr, d'être nous-mêmes se recevant dans tout ce que nous sommes.

Je réalise qu'être psychothérapeute en abandon corporel c'est une position prise de ne pas s'enfermer dans aucune théorie ou a priori et de laisser être tout ce qui émerge de soi. C'est une ouverture à tout soi-même comme c'est vécu et organisé en soi à l'occasion du client. Ma compétence se situe à ce niveau, celle d'une femme qui cherche. Elle ne relève d'aucune théorie ou de vérité sur la réalité humaine. Elle ne cherche pas à diriger ou à corriger des comportements selon des critères préétablis. En étant constamment en recherche, même avec toutes ses connaissances et son expérience, le psychothérapeute ne peut plus être dans une position d'expert. Il se reçoit comme il est, et comme il fait l'expérience du client dans le ici et maintenant révélant l'incontournable subjectivité de soi et du client. Ça devient un lieu de co-naissance avec ce dernier. S'apprendre en apprenant de l'autre. C'est une subjectivité à être, à habiter. C'est un mode de rapport qui ouvre toute la place à soi et paradoxalement au client. Deux subjectivités à être, à être reçues et à être habitées. C'est ici que se révèle l'interdépendance.

Ainsi apparaît chez chacun LE SOI.

*Le Soi c'est donc l'ontologique. C'est soi-même avec toutes ses vérités, ses protections, ses conformités, ses particularités; c'est tout soi-même à être et non à agir. C'est soi-même avec toutes ses appartenances et toutes les couches de sa co-devenance, plongeant ses racines dans la matière, la vie, l'humanité jusque dans ses plus lointaines lignées d'appartenance, sa famille et son histoire personnelle. Le Soi c'est sa subjectivité à être. (Hamann, 2006)*

Une recherche du sens profond de sa vie amène à l'être spirituel que je suis. Une recherche de l'être spirituel, voilà la démarche essentielle que l'on cherche à faire avec le client en abandon corporel.

## Références

- Hamann, Aimé. (2006). *Interdépendance et paradoxalité : Le Soi*. Publication personnelle.
- Rioux, Gilles. (1993). L'abandon corporel et le phénomène religieux. Dans Hamann, Aimé, et al. (1993). *L'abandon corporel : au risque d'être soi* (pp. 95-118). Montréal : Éditions Stanké.

# DANSE ET SPIRITUALITÉ : LA RECHERCHE DU SPIRITUEL À TRAVERS LA DANSE

Annapaola Lovisolo

aplovisolo@tiscali.it

quelle relation est-il possible de déceler entre mouvement danse et sacré sacralité?

quelle relation entre vie et spiritualité entre matière et essence?

entre poids et légèreté entre faute et rédemption?

matière et esprit terre et ciel

obscur - dense - humide – fort

clair – fin – sec – léger

pieds – os – poids

tête – respiration – élévation

... voilà les contraires qui me poussent à chercher et qui se cherchent malgré moi...

Je tombe et je me relève,

j'apprends peut-être à marcher?

J'alterne la course à la contemplation,

je compose de nouvelles mélodies.

Quand je pose la tête sur l'oreiller et que le rapport se crée entre moi et moi,

entre moi et mes voix intérieures, entre moi et mes grondements,

entre moi et mes silences ou mes angoisses,

entre moi et la reddition due à l'être corps inerte, matière apaisée.

Quand je pose la tête sur l'oreiller je reprends le dialogue avec les visiteurs de ce voyage entamé il y a bien longtemps et qui durera bien après la fin de ce que je viens d'écrire.

Alors je m'aperçois que ce dialogue est fait d'une essence subtile comme le vent, d'une nature fugitive qui risque d'être intraduisible, insaisissable, qui peut difficilement être changée en mots.

Un dialogue qui se prépare à être montré, écouté, partagé

un dialogue qui pourrait avoir besoin de la vie entière pour trouver le courage d'être dit.

Je peux précipiter quand l'abîme m'appelle.

Je peux renaître quand j'entrevois la lumière.

Je peux craindre de perdre toute forme.



Je peux m'émouvoir en écoutant la vie éclore.

En perdant progressivement la forme, j'arrive là où la pensée du geste et de l'action n'existe plus. Détachée du besoin, je rencontre la frontière qui sépare la vie et la mort. Avec la réapparition progressive d'une infime possibilité de mouvement, de contact entre idée et action, je retrouve la vie et sa puissance, sa sublime organisation.

Comme des étreintes hardies  
entre roche et feuillage  
entre salé et sucré  
entre corps et respiration.  
Entre terre et ciel  
l'homme, à travers la danse,  
compose les opposés.

Dans l'éternelle tension du dépassement de l'aspect brut, l'homme s'est oublié, a oublié sa corporéité, son inexorable humanité faite de matière pure. La danse a reflété cette fuite, mais aussi son rapprochement opposé dans la recherche des racines pieds - terre et des émotions bras - cœur. Et moi, très souvent je me suis énervée en regardant la danse classique, très souvent j'ai soutenu la danse de recherche, la danse enracinante, la danse pieds nus, la danse matière.

Très souvent je me suis demandé : « naissons-nous purs et parfaits? »  
Est-ce la vie qui contamine et corrompt?  
Ou bien suis-je née cygne parmi les taupes ou taupe parmi les cygnes?  
Tantôt cygne, tantôt taupe, toujours exposée à une diversité guère facile à intégrer, le cygne blanc, recouvert de plumes, vole et nage ;  
la taupe chthonienne, aveugle, vit sous terre.  
Personne ne m'a appris à faire cohabiter et à distinguer ces deux âmes, la pureté et l'ombre, la légèreté et la gravité, le vol et le creusement.

Croisement d'axes, plans complémentaires, matières co-présentes.  
Verticale – horizontale, père – mère, esprit – matière.  
Je connais des tensions et des fuites, des désirs de complétude et des besoins d'oubli.  
Qu'est-ce que la spiritualité sinon une recherche extrême

de sublimation de la matière,  
une tension vers la purification?

Je me rappelle mon enfance constellée de rêves de vol, des rêves splendides de vols splendides où j'étais heureuse de prendre mon essor, de planer, où je jouissais du vent et de l'espace. Je me souviens de mon enfance vécue « dans le château », explorant le grenier, me cachant sous le lit, jouant du piano dans le noir.

Aujourd'hui j'aime penser que la danse est le prolongement sur la terre de ces précoces expériences oniriques, qu'elle m'a permis d'explorer l'espace qui – me semble-t-il – m'était refusé, qu'elle m'a donné accès au corps qui ne savait pas où se mettre sinon resté caché en moi, dans toutes les allergies dont j'ai souffert, dans tous les endroits sombres où je me mettais à l'abri du regard, insupportable, du monde.

Aujourd'hui, j'aime habiter la danse comme lieu d'expression privilégiée, en mesure de rendre au corps sa dignité de véhicule de communication et d'existence, en mesure de lui permettre d'en explorer toutes les nuances.

J'aime reconnaître que la danse a jeté un pont entre terre et ciel, entre matière et esprit, entre monde habité et espace vide. Qu'elle m'a permis d'être proche, très proche de l'humanité qui autrement m'anéantissait.

Là où j'ai connu les chaînes de la relation, j'ai cherché les ailes de la danse.

Là où on me cherchait, j'ai découvert que je ne demandais jamais.

Là où je me sentais fouillée par le regard, j'ai trouvé des espaces infinis.

Là où j'ai eu peur, j'ai commencé à prier et la danse a été ma prière.

J'ai souvent eu peur, mais je confondais la peur et la honte. Je vivais peut-être un mélange des deux et je m'agitais, je bougeais continuellement, je m'enfuyais, je cherchais un lieu de paix, je m'éloignais.

Dans la danse aussi j'ai rencontré la peur de me tromper, de ne pas être à la hauteur, la honte, le malaise, mais aussi la discipline, la rigueur, la recherche. Je n'ai pas dansé pour me défouler, me libérer ou fuir, j'ai dansé pour exprimer, reconnaître et me rapporter. Et en dansant, j'ai appris à remplacer la volonté par la reddition, à abandonner la route pour être traversée par le chemin.

Nous venons au monde en traversant le corps de notre mère,  
en lui faisant mal, en nous faisant mal,  
tout notre être corps fait mal, dense de mystérieuses tensions,  
avide de regards attentifs, de bras présents,

notre être corps a besoin d'autres corps  
et l'impact avec ces autres – corps, souvent nous fait mal.

### J'OUBLIE

je suis une femme de notre époque et j'oublie les racines, peut-être parce qu'on ne me les a pas montrées,  
peut-être parce qu'on ne m'a pas appris à en prendre soin,  
peut-être parce que j'ai oublié tous les passages précédents.

### J'ÉVITE

je suis une femme de notre époque et j'évite la proximité, peut-être parce que je ne l'ai jamais habitée,  
peut-être parce que je la crains, peut-être parce que je n'en connais pas l'importance.

### JE RESTE SILENCIEUSE

je suis une femme de notre époque et je reste silencieuse devant tout ce qui me fait horreur,  
devant tout ce qui me confond, devant tout ce qui n'est pas comme moi.

### JE PRIE

je suis une femme de notre époque et je prie toute seule, je ne connais et ne reconnais que ma spiritualité, je la cultive et je la protège.  
Ma prière silencieuse, solitaire, sans racine me console. J'ai du mal à partager ma prière et parler de ma spiritualité expose mon intimité.

### JE DANSE

je suis une femme qui aime la danse et je danse.  
Je commence à danser par curiosité, je continue par défi, j'approfondis par choix, et puis parce que c'est inévitable, car la danse m'appartient, car elle me permet de me rappeler, de rester, de dire,  
de partager, de rencontrer, d'accompagner, de célébrer.

Aux prises avec la responsabilité de ma place dans le monde,  
de mon rôle parmi les gens :  
comme si je devais approfondir la connaissance de moi-même,  
comme si je devais chercher encore pour assumer et soutenir mes qualités et ma nature.  
Et ce regard offre à la spiritualité forme et substance nouvelles,  
il me rappelle l'importance de l'incarnation pour traverser la mort  
et être pleinement dans le cycle vie – mort – vie.



J'ai passé une grande partie de ma vie entourée par les autres,  
dans leurs moments de nécessité,  
ou loin des autres, dans mes moments d'égarement et de fermeture.

J'ai alterné le plein et le vide sans être en mesure de les doser, me retrouvant toujours quelque peu insatisfaite, avec l'impression de ne pas avoir été juste, ni envers moi ni envers l'autre.

J'ai jugé qu'il n'était pas correct de décider dans un deuxième temps, de suivre la voie que me montraient les autres.

Aujourd'hui je découvre que l'autre est vital pour moi, que son apport est fondamental aussi bien quand il me prolonge que lorsqu'il me gêne, aujourd'hui je découvre que la contamination réciproque est inévitable, qu'elle n'est pas seulement dangereuse, que c'est une conséquence directe de l'appartenance.

Aujourd'hui je découvre que la rencontre est précieuse et sacrée, qu'elle me donne la vie et qu'elle la donne à l'autre, qu'elle nous permet d'exister, de continuer à exister.

Aujourd'hui enfin je ressens le désir de l'autre et je peux entrer dans une nouvelle économie relationnelle.

Aujourd'hui je peux remercier ma mère qui m'a encouragée dans l'étude de la psychologie, je peux remercier mes compagnes du collectif qui m'ont montré la danse, je peux remercier mon analyste Renate qui m'a invitée à l'Abandon Corporel je peux remercier mon amie Brigitte qui m'a incitée à écrire et parler.

Aujourd'hui je peux allier la psychologie à la danse, la psychothérapie à la recherche de sens, je peux sentir unies en moi toutes ces expériences, je peux en parler. je peux reconnaître qu'elles m'appartenaient bien avant que je ne les choisisse et les pratique.

Dans ma curiosité pour l'autre naissait la psychologie.  
Dans le plaisir du mouvement, la danse.  
Dans la rigueur et dans la capacité d'être, la psychothérapie.  
Dans la sensibilité au sacré, la spiritualité.

... la danse me ralentit, la danse m'arrête...

quand je danse, je concilie intérieur et extérieur, possibilité et impuissance,  
tension et attente,  
quand je danse, je me permets d'être traversée par la vie que je suis,  
je permets à la vie que je suis de se manifester à travers mon corps.  
C'est pourquoi je considère la danse, danser, comme un pont vers la spiritualité,  
le lieu de la célébration de ma spiritualité.  
C'est pourquoi j'utilise la danse pour rencontrer profondément et authentiquement,  
pour me rencontrer dans les lieux de tempête ou de calme.

... la spiritualité est une tension ontologique vers des lieux d'unité et de sens,  
comme vers des lieux de fragmentations et de désorientation...  
je me retrouve souvent dans cette recherche qui s'accomplit à mon insu,  
au-delà de l'acte volontaire,  
je me retrouve dans un espace d'écoute profonde, dans un temps de recueillement,  
je me retrouve dans une prière chorale douce et amère, inquiétante et tranquillisante,  
je me retrouve dans une prière qui se cherche en moi pour me permettre  
de continuer la recherche.  
J'ai cherché la spiritualité dans tous les lieux lointains,  
maintenant je la trouve près, tout près.  
J'ai cru qu'elle appartenait à un ordre supérieur et maintenant je la rencontre sur terre.

... je suis sur la terre, mon pied nu effleure sa surface, je danse et  
tout doucement je m'arrête, je danse l'immobilité, qui m'ouvre à l'écoute...  
... je suis sur la terre, ma tête joue avec le ciel, je danse et je ralentis,  
je respire la densité de l'air, je danse la réceptivité...  
... un éclair me frappe, me fait baisser la tête, me fait tomber au sol,  
une secousse me traverse me secoue me tord je suis au maximum de la tension...

Après avoir tant voyagé je reviens à la question d'où je suis partie,  
à la question qui sous-tend toute ma recherche :  
« Pourquoi depuis toujours l'homme a-t-il eu besoin de s'inventer, de croire,  
de s'adresser à un dieu?  
et de quelle matière non matérielle est fait ce dieu? et qu'apporte-t-il, de quelle façon  
complète-t-il l'homme? »

Je pense à dieu, je l'imagine grand, spirituel, masculin et je pense à moi, femme, incarnée  
qui le cherche d'en bas.

Je pense à la tension vers dieu, que plusieurs fois j'ai appelé pacificatrice, et j'en perçois l'aspect qui inspire la crainte et provoque le tremblement, je retrouve la peur de la perte des frontières, de la confusion et de la désorganisation, je reconnais la forte activation émotive et je me demande :

« la nature de l'homme et celle de dieu sont-elles inconciliables? à quel lieu appartiennent l'ordre et le chaos, la sécurité et la menace, la bonté et la férocité? »

Quand je pense et que je demande je cherche des réponses sûres, quand je danse et que je me rends je trouve la possibilité de poursuivre la recherche du sens qui continue et continuera en moi jusqu'à la fin.



# CHRONIQUES DU SPIRITUEL ET DU SENS

Michel Delacroix

michel-delacroix@wanadoo.fr

Je suis totalement piégé. La mesure de cette rencontre hors norme déjoue tous les moyens que je sais mettre en œuvre pour me faire une présence.

Je le sais, je le sens.

Et cependant j'ai désiré cette apparition.

J'ai écrit tout au long de l'année un premier texte<sup>1</sup> assez bien léché, je dois dire, que j'ai proposé dans un atelier d'écriture, l'atelier d'écriture, l'après-midi de lecture à Bois-le-Roi.

Puis d'autres morceaux rapides au fil des événements sont venus, avec cet objectif de produire quelque chose.

Mon mouvement me porte et m'a porté à observer beaucoup ce que font les autres : relire des textes des précédents colloques, de Simone Atlani, lire le texte de Jean-Michel Atlani. Un sentiment m'a envahi chaque fois, celui d'une infériorité d'expérience ou d'une immaturité d'expérience. Ce n'est pas que la mienne soit totalement inepte ou disgracieuse mais elle m'apparaît confuse, très tournée vers moi, et cherchant à vous toucher de ma vie. C'est un peu me dis-je la position instituée de patient, de client se cherchant infiniment une solution par le dire de soi pour enfin trouver, être bien, se dépasser ou atteindre quelque position meilleure sans plus de douleur.

J'ai 50 ans depuis cet été et j'aurais même un peu honte de le dire.

La confrontation avec vous, auditoire de ce colloque, me montre une limite à ça; elle est faite de pudeur, de mouvements sous-jacents pas « beaux », d'immaturité peut-être, d'une *défaite*.

C'est bien le mot qui me vient tant mon mouvement habituel semble perdant, en *défaite* devant cette prononciation de discours.

J'avais écrit un premier texte, donc, plus spontané, plus séducteur, un peu littéraire aussi où je me donnais davantage dans la confiance que j'ai envers vous. Non pas que je vous la retire mais c'est, je suis certain que c'est ce qui est là qui a à être. Je me souviens comment j'avais prévu de faire court d'abord, puis long; j'avais prévu de vous faire rire, puis non; j'avais pensé improviser un bout de communication puis plus.

Je me sens malheureux de ne pas coller au sujet du colloque et pourtant je l'ai porté en moi, l'ai abandonné, ai écrit sans savoir très bien ce que j'écrivais – ce qui avait l'avantage de me connecter à une source que j'ai en moi, sur laquelle je ne porte pas trop de jugement ni de contrôle. Je comprends de plus en plus ce qu'écrire a de difficile. L'écriture était un lieu sûr pour moi – établi dans l'enfance. Par vous le doute s'est insinué.

---

<sup>1</sup> Ce premier texte se trouve en annexe du présent texte.

Je raconte encore : j'écrivais la vie en moi je crois, je pré-écrivais mes scénarios; j'« écrivais » en moi, dans une grande consistance, ce que j'allais dire à tel ou tel autre, encore mieux ce que j'allais écrire à tel ou tel autre, pouvant là nuancer et affûter mes propos avec un vocabulaire de plus en plus maîtrisé.

Ce lieu sûr se défait et il se conjugue à cela une impossibilité nouvelle de composer sur un sujet : entendez celui du colloque 2007.

Le mot « spiritualité » a eu beaucoup d'impact sur moi, le mot « sens » moins.

Moi qui fais tout pour me cultiver, rester au *top* comme on dit, moi le bon apprenti perpétuel, fidèle ami des gens de renom ou *aficionado* de l'Abandon corporel, je trouve plus fort que moi.

Je veux maintenant mentionner Annie mon épouse ici présente qui, elle, va, à l'opposé de moi, jusqu'à refuser d'apprendre en général. L'espace ou le refus qu'elle pose sur lequel je me cogne comme un âne (!) recèle une part de vérité – un sens qui m'échappe totalement. Cette dissonance à mon lieu, ce désaccord parfait me fait quelque chose, ne me laisse pas indifférent.

Là dans ce non-sens absolu pour moi gît peut-être un fragment de réponse auquel je ne peux accéder pour le moment. C'est peut-être par là, dans cette nette différence, que je pourrais trouver l'espoir. Voir se commuer le non-sens, l'impossible ressemblance, l'impossible « comme moi » j'enfonce le clou, en apprentissage de quelque chose de moi non pareil mais me donnant à être. Quelque état non en connivence...

(Je rejoins peut-être à l'occasion de cette communication un **lieu de non-connaître tout seul.**)

Mon objectivité défaille, est défunte.

J'allais jusqu'à penser hier que j'étais un être exclusivement objectif encore que « c'est ça ta subjectivité! » me disait une amie.

Je défaille. De la colère monte même en voyant que c'est par les autres et par eux seulement que mon devenir se forme.

Cette conclusion : ce type d'écriture ne peut se nourrir que d'une expérience consentie au rapport.

## PREMIER TEXTE

C'est dès l'été 2006 et même avant que je me suis mis à être habité en pensée par la venue du colloque encore lointain.

APPARAÎTRE. Il est vraiment question de cela ici, et pour moi d'apparaître devant tous. Je me sens convoqué à ce rendez-vous, jadis fier et sûr de pouvoir ou vouloir y être, puis petit à petit miné par l'enjeu et la difficulté d'écrire pour vous.

Mon omniprésente peur ou angoisse de l'autre, de la vie, de moi, se creuse et se dévoile dans ce rendez-vous incontournable puisqu'il s'agit de vous, de moi, de nous, de cette

recherche.

Ne me demandez pas de parler de la ou les spiritualités, ce sujet me crispe énormément et j'ai tenté en vain d'approcher des croyants de diverses confessions.

Je suis le spirituel que je suis, ce spirituel qui a été touché en séance.

Je suis fort de ça et je suis arrêté dessus.

Je sais aussi la nécessité que j'ai de fixer quelques choses pour m'arrimer dans cet océan et aussi en sentir le mouvement. Car rien n'est pire que d'être arrêté de « bouger ».

Là sans l'autre qui serait là et qui me déterminerait par son être, je sens un immense découragement de solitude, les mots ne peuvent remplacer l'incomparable sensation de la présence de l'autre.

Une absolue contradiction m'étreint comme un mariage interne avec soi, une belle crispation, seul refuge, seul lieu possible d'être.

Défaite totale devant l'existence.

J'ai gardé la trace de ma première apparition devant nombre d'entre vous en 2003 à Nantes et cette sensation de me « fendre » devant vous.

Je vous dois ma vérité, j'ai l'impression, sans fard, et je sens confusément que vous écrire donne un sens à ce qui m'étreint.

L'amour que je vous porte...

Je voudrais arriver à ce que le « spirituel » coule de moi comme ces lignes mais il se dérobe prodigieusement.

Je vais essayer d'inclure Aimé...

Au fond je vous aime trop : cela me noue. Ne conviendrait-il pas de s'affranchir de ces affects qui me lient : gratitude, amour, « faire plaisir », compassion, co-souffrance, consubstance, amour conjugal, amour des parents, de mon frère, ma sœur.

Je sens toute la force et la petitesse de ce rassemblement autour de ça, un petit monde tenu.

Et si j'allais au « sujet », la, les spiritualités. J'avais écrit que je sentais un passage s'opérer en moi, puis-je y revenir?

Par ailleurs, alors que je réfléchis maintenant à une poursuite du texte, je songe à mes acquis spirituels. Ma richesse. Je crois que j'accumule comme un trésor toutes ces trouvailles que j'ai faites à partir de mon implication dans la vie. Avoir? J'y remarque que la dernière se superpose à l'ancienne, la démodant déjà. Tiens, il en va de même de nos dernières visites à des amis ou membres de la famille; j'ai réalisé comme l'expérience récente supprime sans la nier ou la déprécier l'expérience précédente. Il en va ainsi de la vie spirituelle, mourant et renaissant tour à tour.

« Non! » Je ne vais pas écrire pour le colloque pour deux raisons :

- Sentiment d'être obligé de le faire,
- Manque d'à-propos.

Le spirituel, j'y reviens, c'est ce passage, ces passages en soi qui s'exercent.

Je dirige ma vie ou crois le faire. Du « spirituel » arrive.

Pourquoi tant de blocages sur ce mot même de *spirituel*? Il porte pour moi les mouvements incontrôlables de l'âme. Il porte l'insaisissable absolu, l'impalpable, l'invisible, ce qui échappe à toute préhension.

C'est une expérience pourtant quotidienne de moi – de soi – que de « sentir » (ou d'être?) ces mouvements intérieurs et le chemin incontrôlable qu'ils prennent. Ou suis-je dans lui?

Il y aurait deux « moi » : celui qui est seul, soumis à cela, et celui qui se trouve en rapport et là, je dois dire, même si cette expérience est difficile souvent (quand elle n'est pas évitée tout bonnement), il se passe quelque chose de plus délimité car l'autre amène un mouvement, une demande par exemple, une recherche, des questions, des espoirs, des connivences qui me rassurent en fin de compte.

Le spirituel pour moi est fait d'ancrages (d'arrêts?). Aujourd'hui, au moment où j'écris, je repense à une « connaissance spirituelle » que j'ai eue hier.

Car je recherche et trouve des enseignements spirituels auprès des thérapeutes et amis, dans la vie! C'est en cela que je dis que je suis *tout spirituel*.

Déjà mon être vieillit là. Ce que je viens à peine d'écrire fane, perd de sa saveur, est Passé.

Je ne serais pas juste sans vous évoquer les *attaques de la vie* que je vis. Impliqué dans des systèmes extérieurs ou pas, violents ou pas, je suis violenté, disons *mu automatiquement* par la vie.

Mon corps ne me pardonne pas mes excès ou mes manquements.

Je vis intensément cette imbrication dans du réel, ma vie d'engagements, et le spirituel (travaillé dans les groupes).

Lié par peur et désir, tenu par des insus de moi, je navigue avec, *tendant des arches par-dessus le vide* en suivant mes mouvements : argent, loisir, ami, travail m'appellent et m'enchaînent. Tout choix ou acte a une conséquence, il m'attache.



## **RECHERCHES ET INTÉGRATION**

**Modérateur : Gilles Rioux, Sherbrooke**



# DE LA RELIGION AUX SPIRITUALITÉS ORIENTALES

Gisèle Legault

gisele.legault@umontreal.ca

Cette communication portera sur mon cheminement de la religion (catholique) aux spiritualités orientales en passant par un intérêt et une fréquentation assidue de divers courants thérapeutiques dont surtout l'abandon corporel. Une même recherche de sens traverse ce cheminement jusqu'à la recherche actuelle du sens que je suis à travers l'abandon corporel et mes fréquentations des spiritualités orientales. Fréquentations concrétisées par des cours et lectures de même que par des voyages en Inde et en Chine et par la pratique de la méditation.

Deux livres m'ont beaucoup influencée dans la préparation de ce texte, il s'agit de *L'esprit de l'athéisme* d'André Comte-Sponville (2006) et de *Quel bouddhisme pour l'Occident* de Fabrice Midal (2006). Deux livres très actuels et qui tombaient à point dans ma recherche sur le thème de ce Colloque et de ma recherche sur la spiritualité dans le sillage d'un catholicisme abandonné et d'un bouddhisme fréquenté ces dernières années à travers mes voyages en Asie.

Le livre de Sponville m'a attirée parce qu'il portait en sous-titre « *La spiritualité sans Dieu* ». Il me permettait de réfléchir à la spiritualité en dehors de la religion catholique et de la croyance en Dieu, il était près de ma réflexion actuelle. Comment préserver une spiritualité si l'on ne croit plus en Dieu et qu'on ne pratique plus la religion de son enfance, qu'elle ne nous dit plus rien? Je suis d'accord avec Sponville qui dit qu'on a besoin d'une vie spirituelle alors qu'on n'est plus croyant. Je m'intéresse à Sponville parce qu'il réfléchit sur ce qu'il y a lieu de garder lorsqu'on n'est plus croyant, sur ce à quoi il importe de rester fidèles en termes de valeurs humaines et qu'on veut transmettre, parce qu'il énonce aussi ses fidélités à des pensées qui me rejoignent, c'est-à-dire les Évangiles quelque part, la tradition grecque, le bouddhisme et le taoïsme, les enseignements de Lao-Tseu et de Confucius en Chine, parce que ses réflexions débouchent sur la méditation et le silence.

Le livre de Midal m'a également intéressée parce que Sponville y référait déjà, qu'il abordait le bouddhisme d'un point de vue occidental, c'est-à-dire pour personnes qui connaissent mal les traditions orientales et surtout les contextes dans lesquels ces traditions ont émergé et en réponse à quelles questions existentielles. Il m'intéressait également parce qu'il s'attarde à la psychologie et à la psychanalyse et essaie de préciser les liens entre démarche spirituelle et psychothérapie, il s'attarde finalement à l'expérience pratique de la méditation et aux guides (personnes) qui l'ont précisée.

Les deux auteurs présentent leurs réflexions théoriques dans un premier temps puis débouchent chacun sur une pratique de la spiritualité et c'est ce qui m'a attirée, touchée le plus. Aussi ai-je choisi, pour ce colloque, de commenter surtout les aspects pratiques de leur réflexion, quitte à revenir sur les aspects plus théoriques plus tard. Donc les aspects pratiques.



Comte-Sponville (p. 175) dit :

*Il y a des moments de grâce où l'on a cessé de désirer quoi que ce soit d'autre que ce qui est ou que ce que l'on fait, où l'on ne manque de rien, où l'on n'a plus rien à espérer, ni à quitter, où les questions de la possession ne se posent plus (il n'y a plus d'avoir, que de l'être et de l'agir) et c'est ce que j'appelle la plénitude.*

Je me suis demandé si j'avais ressenti cela? Comte-Sponville évoque la contemplation d'un paysage à couper le souffle ou celle d'une œuvre d'art, l'écoute d'une pièce musicale mais aussi la simple promenade ou la randonnée. Cette dernière éventualité m'a rejointe. J'en ai alors transformé son passage (p. 176) pour me l'approprier :

*« Vous marchez, vous êtes bien. Cela avait commencé comme un divertissement ou plutôt comme un exercice : être en forme, maintenir un poids santé. Puis c'est devenu autre chose, comme un plaisir plus subtil, plus profond, plus élevé. Comme une aventure, mais intérieure. Comme une expérience, mais spirituelle. Oubliée la forme physique, oublié le souci de bouger. Vous n'avez plus de but ou vous l'avez déjà atteint, disons que vous ne cessez, à chaque pas, de l'atteindre : vous marchez. C'est comme un pèlerinage dans l'immanence mais qui n'irait nulle part ou plutôt qui n'irait que là où vous êtes. Vous ne désirez rien d'autre que les pas que vous accomplissez, rien d'autre que l'environnement que vous traversez, à cet instant même, avec cet oiseau qui chante ou qui crie (je marche toujours dehors, à l'air libre), cet autre qui s'envole, avec en vous cette force dans les mollets, cette légèreté dans le cœur, cette paix de l'âme. Et comme vous êtes en train d'accomplir ce pas, comme l'environnement est exactement ce qu'il est, comme vous êtes exactement ce que vous êtes (tonique, en paix, sereine), il ne vous manque rien : la plénitude. »*

Un autre lieu d'expérience de ce sentiment de plénitude est celui de la méditation d'inspiration bouddhiste.

L'introduction du bouddhisme en Occident a nécessité un recentrage sur ce qui lui est essentiel et d'une manière qui soit compréhensible, indépendamment du contexte culturel. Les Occidentaux n'ont nul désir d'adopter de nouveaux rituels religieux pour remplacer ceux qu'ils ont abandonnés. Ils demandent au bouddhisme une vie spirituelle et authentique.

Qu'est-ce que la méditation? Du sanskrit et pali « BHAVANA » signifie développement, entraînement de l'esprit. Il est possible de connaître notre esprit et de le libérer, lui qui, le plus souvent, nous est comme un étranger et nous manipule, nous rendant tantôt agressif, tantôt triste, égaré souvent. Dans diverses approches (de méditation), on retrouve la même attitude faite d'une confrontation avec ce qui est, du souci d'unir la vie quotidienne et la pratique, de dépasser la pensée conceptuelle par l'observation directe, de mettre l'accent sur l'ici et le maintenant.

Le faire consiste simplement à développer notre attention, cette prière naturelle (sens spirituel de l'attention), ce trésor qu'il nous faut apprendre à cultiver. L'attention n'implique nul effort crispé mais un sens de présence qui se soutient lui-même. Elle (l'attention) est recueillement de tout notre être dans une attitude détendue. La méditation est le développement de l'attention à ce qui est, comme c'est. Tout comme en abandon, il me faut être là avec ce qui se passe, la rigueur du temps est la même.



Citation de F. Midal (2006, p. 318) :

*Je me souviens de la première fois où j'ai franchi le seuil d'un centre de méditation. On ne me demande rien, on m'offre simplement une instruction de méditation puis j'entre dans la salle rejoindre la session en cours. J'ai ressenti un immense soulagement.*

Ce geste de simplement s'asseoir sans projet délibéré est en lui-même d'une radicalité qui explique le séisme qu'il a généré dans la vie de tant d'êtres. La radicalité de ce projet est d'autant plus aigüe que notre temps est marqué par un écrasement, un effacement de toute confrontation directe à ce qui est. Par la pratique de la méditation assise, se déploie une plus grande présence et attention qui sont propagées dans toutes les activités de l'existence. Une participante de mon groupe d'écriture, m'a dit avoir ressenti la même chose à son premier contact avec l'abandon corporel.

La pratique de la méditation bouddhiste, en nous rendant plus attentifs à nos propres pensées et au surgissement de nos émotions conflictuelles peut, en effet, nous permettre de prendre de la distance par rapport à elles. La méditation ne vise à rien, elle ne permet d'atteindre aucun but. On ne recherche pas plus les expériences agréables que désagréables, on prête attention à tout ce qui est. Dans un monde où tout est marqué par un rapport utilitaire, elle semble inutile. D'une belle inutilité!

Dans la méditation, j'apprends à entrer en amitié avec qui je suis et à travailler avec ma propre confusion, à m'ouvrir à ma propre fragilité. L'injonction étant : « Deviens qui tu es. »

### **Lien entre ce focus actuel sur la méditation et mon expérience en abandon corporel depuis 1985.**

Si je suis où je suis maintenant, c'est-à-dire en démarche de méditation d'inspiration bouddhiste, c'est parce que cela fait suite à toutes ces années de démarche en abandon corporel. J'ai fait une recherche à travers mes textes précédents de présentation à nos colloques et y ai trouvé ceci : emprunter les chemins du pèlerinage (en début de retraite), c'est s'inscrire dans une démarche spirituelle, démarche au contenu pas toujours très explicite mais qui m'a permis un repos de ma vie antérieure de travail, ces pèlerinages ont aussi été des lieux de silence, de nature, de contemplation, de lenteur et aussi de solitude, de retour sur soi, de méditation, d'authenticité, de quête spirituelle. J'écrivais en relation avec la marche, qu'elle me permettait de lâcher prise pour accepter ce qui est... qu'elle permettait l'intériorisation, la prière. Je suis dans une démarche de méditation, j'étais dans la marche et le pèlerinage, j'étais et je suis dans la démarche de l'abandon.

Si je suis où je suis maintenant, c'est qu'avant, et ce depuis plusieurs années, des choses se sont passées, des paroles ont été dites, des vécus ont été explorés et me sont devenus accessibles. Ainsi j'ai pu explorer mon mode relationnel lequel m'est apparu comme un mode relationnel de mise à distance, de non-appartenance afin de préserver mon équilibre intérieur. Mise à distance de moi-même également, de ces parties de moi que je ne peux plus ressentir ou que je ne peux ressentir « qu'un peu », après beaucoup d'apprivoisement.

Que vient faire la spiritualité actuellement dans ma vie? Mes soirées de méditation avec mon groupe (de méditation) tout comme mes marches fréquentes (c'est-à-dire à la petite semaine) sont des lieux de paix, des lieux où je me retrouve, où j'éprouve les sentiments

déjà nommés.

« Que dit cette expérience de la spiritualité de mon rapport à la vie? » disait Jacqueline Comeault en février 2007 au groupe d'écriture. Je ne sais pas... Pourquoi étais-je tant dans la dichotomie en février 2007 où j'opposais méditation (démarche spirituelle) et abandon corporel (démarche de thérapie)? Il fallait que je vous présente ma démarche dans le monde de la spiritualité comme différente de celle de l'abandon, il fallait que je vous prouve qu'elle était différente, dans un autre monde ou dans un autre ordre d'idées. Pourquoi? Pourquoi ma démarche actuelle de spiritualité ne serait-elle pas dans la continuité de ce que j'ai fait en abandon? Je suis toujours en marche vers qui je suis, l'injonction de l'abandon et de la méditation bouddhiste, « Deviens qui tu es », est toujours là.

Je reconnais cette façon d'être avec vous, être là en m'opposant, en critiquant le mode de spiritualité de l'abandon, en en revendiquant un autre plus authentique, plus près de sources telles que le bouddhisme et certains maîtres spirituels reconnus. Je suis ici dans le thème de la spiritualité comme je suis toujours avec vous, c'est-à-dire dans ces espaces de tiraillement et de déchirement que sont mes rapports aux autres; c'est un lieu familier. Je sens l'imminence de la fin des rencontres, cela m'insécurise et ne m'amène pas à me solidariser avec vous dans ce vécu, il faut que je me distingue et m'en aille ailleurs. C'est la question du rapport aux autres qui est évoquée ici, question que je ne retrouve pas dans ma démarche de méditation. Comment appréhende-t-on le rapport à l'autre en spiritualité bouddhiste? Je suis « jeune » dans ma démarche de méditation et plusieurs points d'interrogation subsistent.

## Bibliographie

Comte-Sponville, André. (2006). *L'esprit de l'athéisme : La spiritualité sans Dieu*. Paris : Albin Michel.

Midal, Fabrice. (2006). *Quel bouddhisme pour l'Occident*. Paris : Seuil.

# LA DIMENSION DE L'IMAGINAIRE ET L'IMAGINATION

Jean-Michel Atlani

sjmatlani@wanadoo.fr

*S'ouvrir à la révélation du monde imaginal, c'est s'ouvrir  
à l'expérience d'un monde intermédiaire où « le spirituel  
se corporalise et le corporel se spiritualise », un lieu qui  
n'a pas de lieu et qui n'« est » que parce que l'âme y  
« advient » en devenant connaissance de soi.*

Cynthia Fleury

## I. En introduction

Au départ, le thème de ce colloque, « **Les Spiritualités et Le Spirituel : les recherches de sens et le sens que l'on est** », m'avait amené à écrire sur la notion d'âme. Mais, au fur et à mesure que ma réflexion sur l'âme se formulait, il m'apparaissait de manière incontournable que je rencontrais l'imaginaire comme central, plus proche du thème du colloque.

Pour moi, la question reste entière concernant le rapport existant entre ces deux aspects de l'humanité que sont l'âme et l'imaginaire. Ce qu'ils désignent l'un et l'autre en nous est immatériel, ils habitent et ils transcendent l'une et l'autre la matière dont nous sommes faits.

Autant l'âme est constitutive du vivant, de manière personnelle, spécifique à un être, à une personne, bien que pouvant se détacher de sa réalité physique, autant l'imaginaire est spécifique à l'humanité, mais n'appartient à personne, bien que se déclinant en chacun de manière particulière. Dans son acception courante, l'âme est vie et particularité de l'être, partie et manifestation, support non physique de ce qui nous constitue comme personne spécifique. Tout se passe comme si l'âme avait une existence indépendante de la personne qui la porte, tout en en étant le fondement. Pour le moment, la question de l'âme restera en attente d'un développement ultérieur, d'autant que le questionnement sur l'imaginaire me travaille depuis très longtemps et qu'il vient dans la suite de ce que j'ai écrit à propos du rêve pour les précédents colloques.

Au long des siècles, le questionnement philosophique, puis psychologique sur l'imaginaire n'a jamais cessé. Parmi les auteurs les plus récents, on peut citer Gaston Bachelard, Carl Gustav Jung, Sigmund Freud, Jacques Lacan, Jean-Paul Sartre, Gilbert Durand ou encore Henry Corbin, Cynthia Fleury. Chacun développe une certaine compréhension de l'imaginaire inscrite dans une vision psychologique, philosophique ou encore religieuse. Il m'a semblé que la recherche en abandon corporel était susceptible d'apporter un éclairage différent sur la place et la fonction de l'imaginaire et de l'imagination dans le devenir humain. En retour, cet éclairage pourrait permettre d'ouvrir et d'affiner notre approche de ce qui nous fonde en tant qu'humains et ce à quoi, en nous et entre nous, nous avons à faire place de ce qui nous constitue.



## II. La « dimension » de l'imaginaire

L'imaginaire se décline comme une dimension. Ce terme de « dimension » me semble opportun en ce qu'il désigne une cinquième dimension s'ajoutant aux quatre dimensions de l'espace et du temps, nous servant de références principales. Constituant cette dimension, l'imaginaire apparaît tout à la fois comme une instance, une structure, un lieu d'expérience et, chez l'homme, une fonction. Cette dernière est alors appelée imagination. Associée au langage et à la mémoire elle ne cesse d'entretenir et de produire de l'imaginaire.

### 1) Ses différentes formes?

- La plus connue, en même temps que la plus personnelle, est **le rêve**. Elle est aussi la plus indifférenciée. Chacun de nous en a une expérience intime et singulière.

- Parmi les plus différenciées, s'actualisant en quelque'un de manière singulière, on peut citer **l'expérience paradoxale, l'expérience mystique, l'expérience visionnaire**.

- Enfin, les formes intermédiaires que sont toutes les créations humaines. Celles que l'on désigne comme art et qui témoignent de l'expérience humaine : **la musique, la poésie, les fictions littéraires, picturales, cinématographiques**. Celles qui cherchent à donner sens à notre présence au monde : **les mythologies, les religions, les théories scientifiques, les philosophies et les théories psychologiques**. Celles enfin qui organisent le monde en lui donnant un sens a priori : **les organisations sociales, politiques, économiques, les idéologies, les croyances, les institutions en général, la culture, l'histoire, les civilisations**. Ce qui ressort de cette liste en trois niveaux, c'est qu'elle ressemble au fait humain. Elle témoigne de la recherche permanente des hommes pour organiser et expliquer leur présence au monde. Enfin, ces trois niveaux de l'imaginaire sont l'histoire du **rapport des humains entre eux, au monde et à l'au-delà**. Cela parle de toutes les solutions et les structures que les humains ont inventées pour organiser le rapport, le contrôler, le baliser, l'inscrire dans une évolution, dans un devenir qui ait du sens ou, à tout le moins, qui l'éloigne autant que possible du non-sens.

### 2) Son étendue?

Je donnerai ici, comme ils viennent, certains des multiples aspects de l'imaginaire dans leur diversité et leur hétérogénéité, tels qu'ils me sont apparus dans un premier abord.

Le premier de ces aspects est **la centralité** de cette instance, le plus souvent masquée par le fait que, couramment, l'imaginaire est assimilé et réduit à son « irréalité ».

Toute réalité humaine est teintée d'imaginaire, en cela on peut dire qu'il est **transversal** à l'humanité, façonnant de tout temps les univers spatio-temporels de référence de chacun et de chaque société. Malgré son **omniprésence**, il semble ne pas être situé, participant de l'extérieur et de l'intérieur, tout à la fois sous-jacent et englobant, collectif et pourtant individuel. On pourrait voir l'imaginaire comme **un continent, une sorte d'ailleurs-dedans** qui, sans les réduire, engloberait la totalité de l'espace et du temps, ces derniers n'étant alors qu'un aspect particulier de ce continent.

La présence **multiforme** de l'imaginaire le laisse souvent inapparent en tant que tel. Par exemple, la concrétude des institutions, leur évidence de réalité ne permet pas, le plus

souvent, de reconnaître leur caractère imaginaire. Elles sont pourtant la matérialisation de l'imaginaire dans l'espace extérieur. Dans notre espace intérieur, l'imaginaire façonne notre corps, l'institutionnalise et ainsi le spécifie comme humain. Les institutions dans leur ensemble peuvent être vues comme les structures imaginaires nécessaires à la fabrication et à l'évolution de l'humanité par les humains dans l'espace et le temps.

L'imaginaire s'appréhende comme lieu d'expérience étrange et familier, **une intériorité qui serait un en soi sans pour autant être un dedans**. On pourrait dire aussi que nous l'identifions comme lieu d'expérience intérieur sans délimitation précise et dans lequel nous pouvons dans le même mouvement nous reconnaître et nous méconnaître. Lieu d'expérience, tout à la fois intime et collectif, il s'adresse à chacun en particulier tout en étant un lieu vers lequel toute l'humanité, toutes les humanités convergent.

Intimité d'un vécu, où dedans et dehors se confondent, où lumière et obscurité, sens et non-sens se matérialisent; où ce que l'on considère habituellement comme réalité est entaché de doute.

J'irai jusqu'à dire que l'imaginaire, c'est l'humanité en marche, de tout temps et dès l'origine, c'est ce qui porte la recherche qu'est l'humanité, l'explorateur de toutes les voies et de toutes les impasses possibles. Aussi loin que nous puissions remonter dans l'histoire de l'humanité, on en trouve les traces, que ce soit par exemple dans les peintures de certaines grottes comme à Lascaux, ou encore dans les rituels autour du traitement des morts, témoignant d'une référence à un en deçà, à un au delà. On peut aussi citer le chamanisme, que l'on retrouve de tout temps et sur toute la surface de la Terre, dès qu'il y a des humains.

### 3) Humanité, devenir, sens et non-sens

En tant qu'humains, nous apprenons ce qui est considéré comme réel à partir d'une perception de la réalité extérieure, d'une compréhension et d'une logique s'inscrivant dans une approche à la fois rationnelle et causale. C'est en fait une interprétation car le sens est posé a priori comme une évidence incontestable. Toute une part de notre expérience n'est pas prise en compte. N'est retenu que ce qui conforte cette interprétation de nos perceptions et sa causalité sous-jacente. L'occultation d'une grande part de notre expérience décentre le sens vers la réalité extérieure plutôt que sur la façon particulière dont chacun fait l'expérience de la vie. Le non-sens, l'irrationnel, l'incompréhensible n'ont ici que très peu de place, leur pouvoir de questionnement est pris en charge par ces grandes institutions que sont la religion, la philosophie et la création artistique, la psychologie.

Contrebalançant cette approche extérieure et l'interprétation objectivante de la réalité, le rêve et l'imaginaire sont les lieux vécus, en chacun, où l'irrationnel et le non-sens ont droit de cité. D'une manière générale, l'imaginaire, disqualifié comme porteur de fiction, d'irréalité, semble pourtant être le **lieu** où les humains tentent malgré eux de parler, où ils sont parlés, en ce sens qu'ils sont dépassés par leur propre parole. Ils disent l'inouï de leurs expériences multiples, de leurs errances, de leurs trouvailles, de leurs impossibilités, de leurs détresses. Dans sa duplicité, l'imaginaire, en même temps qu'il est source de toutes les institutions, porte en lui la possibilité d'interroger ce que nous convenons de tenir pour le réel, les a priori que sont les sens institués, la possibilité d'élargir l'expérience que

chacun a de lui-même et de faire apparaître que l'irrationnel, l'irréaliste, l'impossible, le pas croyable, sont potentiellement aussi porteurs de sens. À l'inverse, on peut aussi voir que ce que nous convenons d'appeler réalité extérieure et l'ensemble des interprétations qui la soutiennent n'auraient pas été possibles sans l'imaginaire et l'imagination. Ils permettent de définir et de sélectionner un ensemble cohérent d'interprétations qui organise nos perceptions en nous permettant de faire l'économie de notre expérience propre.

La fonction narrative de l'imagination a, de tout temps, mis en récit l'origine et la fin, la mort et l'au-delà. Ces récits et ces mythes donnent sens a priori à notre présence au monde; ils protègent chacun de la terreur de l'inconnu et du non-sens; ils mettent en perspective des sens et des devenirs possibles, des figures d'accomplissement; ils sont des propositions de cheminement. Au travers des mythes, l'imaginaire propose à l'aventure humaine une rationalité irrationnelle qui la fonde, une origine et des directions de devenir, un sens aux épreuves, un rêve d'accomplissement. Ces récits, ces mythes protecteurs ne sont pas la création d'un seul individu, mais la résultante de la mise en commun de l'expérience humaine que chaque culture, chaque société, chaque civilisation porte en elles, à travers chacun de nous depuis la nuit des temps. Ils sont aussi les témoignages de la diversité humaine et du constant questionnement individuel et collectif des humains sur eux-mêmes.

L'imaginaire fait se rejoindre en chacun l'expérience de l'humanité toute entière. Il est le lieu de convergence du devenu humain. Dans l'intériorité et l'intimité de chacun, il délire, en écho et contrepoint, ce que les humains ont mis en place et sont devenus, à l'extérieur d'eux, sous la forme des institutions et des systèmes culturels, religieux et philosophiques.

L'imaginaire est le grand foyer de toutes les expériences humaines intérieures et extérieures. Il contient chaque parcelle de l'expérience humaine depuis l'origine et jusqu'à la fin des temps. Sans souci de cohérence, cet espace reflète l'humanité dans ses réalisations, autant que dans ses manquements et ses potentialités, dans ses espoirs et ses douleurs, dans ses finitudes et ses capacités de dépassement, dans ses ambivalences radicales à l'égard de la vie et de la mort. Immense et ponctuel, l'imaginaire est une invitation permanente à habiter le présent de l'expérience, quelles que soient les formes qu'il peut prendre tout en étant aussi un lieu de grande dépossession.

L'imagination accompagnée de l'imaginaire est créatrice, adaptative et transformatrice. Elle porte en elle la faculté des humains de participer à leur propre devenir en créant leur environnement, en organisant la réalité comme témoignage de leur présence et de leur évolution, en faisant exister leur quête de sens. Dans l'expérience humaine, l'imagination et la dimension imaginaire participent de tous les niveaux de la réalité complexe et multiple qui nous compose, qui nous entoure, que nous ne cessons de fabriquer et dont nous sommes à la fois le sujet, l'objet et l'agent. L'imaginaire, alors, apparaît comme l'espace vivant d'une intériorité humaine qui, sans se connaître, se cherche. Il est autant individuel que collectif. En constant remaniement, reliant les individus entre eux à leur insu, il construit sans cesse des structures temporaires d'évitement qui permettent aux humains leur survie dans un monde connu et organisé suffisamment rassurant. Ces structures, par les limites qu'elles portent, les finitudes qu'elles perpétuent, amènent au non-sens ou, à tout le moins, à la relativité du sens, et, potentiellement, à l'ouverture à l'être et à la

transcendance, pour peu que quelqu'un y soit. L'imagination n'est-elle pas la faculté que nous avons en nous de créer, de révéler, d'éprouver le monde et nous-mêmes, individuellement et collectivement, dans toute sa complexité, sa diversité, sa profondeur, son sens et son non-sens. N'est-elle pas, peut-être, la faculté de l'accomplir en l'habitant.

#### 4) L'imaginaire « intermédiaire » : Ciel/Terre

Fondamentalement, l'imaginaire se situe comme dimension intermédiaire. Cette position intermédiaire est à l'image de l'homme entre ciel et terre et, de la même façon qu'il n'y a qu'une seule humanité déclinée de manière spécifique dans la subjectivité de chacun, il n'y a qu'un seul imaginaire, réunissant en chacun tout l'imaginaire sous une forme particulière dite en abandon corporel, subjectivité. Par sa position intermédiaire entre ciel et terre, l'humain porte en lui la séparation infranchissable du ciel et de la terre et la possibilité de leur rencontre.

Par l'évolution, la vie émerge de la matière. De la vie devenue, émergent plantes et animaux. Dans les animaux à sang chaud émerge un mode de connaissance instinctive préfigurant ce qui deviendra au niveau humain l'imaginaire.

À travers ce long parcours, la matière peu à peu révèle sa dimension spirituelle. L'imaginaire, comme aboutissement de ce parcours, émerge du biologique et de l'instinct, il est à la croisée du biologique, de l'animal et de l'humain, il est consubstantiel à l'humain. La culture, la civilisation, la recherche de sens témoignent des capacités de l'esprit humain et de la présence/absence de l'esprit dans la matière devenue humaine. Au fur et à mesure que l'humain s'est développé, déployé, il semble qu'il s'est éloigné en lui de l'instinct, de son origine animale, sans pour autant perdre complètement ce niveau d'expérience. Il semblerait que son développement s'est fait d'abord vers l'extérieur, vers la maîtrise de la matière, des forces de la nature, la construction de la réalité extérieure. Ce développement a parallèlement nourri l'expérience humaine qui s'est déposée en chacun sous la forme d'un imaginaire acquis qui s'est complexifié, approfondi, élargi. Pour autant, cet imaginaire est aussi une vaste absence. C'est à partir de l'imaginaire que très tôt est apparue dans les humains ce que j'appellerai l'intuition de l'esprit, elle serait l'équivalent au niveau humain de ce qu'est l'instinct au niveau animal, c'est-à-dire un mode de connaissance qui ne se sait pas lui-même.

### III. Imaginaire et Abandon Corporel

L'imaginaire me semble avoir une place importante et peu nommée dans la recherche qu'est l'abandon corporel. Tout d'abord je reprendrai certaines formules qu'Aimé Hamann utilise fréquemment pour parler de ce que nous nous proposons de faire en abandon corporel. La première, « *c'est ce qui est qui a à être* », ensuite « *faire place à ce qui est comme c'est* », enfin, « *l'ontologique c'est la subjectivité à habiter sans cesse, à être* ». Ces citations sont, pour moi, au-delà de leur évidence immédiate, source de questions quand il s'agit de préciser la place de l'imaginaire dans le travail que nous faisons en abandon corporel.

- Est-il possible que *ce qui est* puisse ne pas avoir de place en nous? Quel est ce décalage entre *ce qui est* et ce qui serait *à être*? Quels sont ces lieux de nous-mêmes à habiter? Comment appréhender que, tout en étant là, ils soient vides de notre présence? À quelle absence cela nous renvoie-t-il? Comment discerner ce qui nous habite sans que nous le



sachions, de ce que nous avons à habiter et qui se présente à nous comme étant là sans que nous y soyons?

- Est-ce que « *faire place à ce qui est comme c'est* » aurait à se faire dans un vide de nous-mêmes, une certaine disponibilité d'expérience qui ne ferait plus obstacle à ce qui est?

L'imaginaire serait-il ce lieu qui abrite et contient en chacun ce qui est « à être » à recevoir, ce à quoi il y a à faire place? Serait-il en chacun de nous sous notre forme particulière le rassemblement de toute l'expérience humaine nous constituant en attente d'être habitée? L'imaginaire serait-il notre matière devenue humaine attendant de trouver hospitalité en quelqu'un, fût-ce nous-mêmes, se rendant présent à lui-même en lui-même, se laissant éveiller à lui-même à l'occasion de nous? Se pourrait-il que l'imaginaire soit aussi ce qui appelle et préfigure ce lieu d'hospitalité, ce qui parfois y conduit? Le réel en tant qu'expérience d'être se produisant en quelqu'un en capacité de reconnaître et d'habiter sa subjectivité n'émerge-t-il pas de l'imaginaire plus que de la réalité? En poussant le questionnement plus loin, ce que nous avons coutume de désigner comme la réalité, au fond, n'est-ce pas une modalité particulière, ralentie, coagulée et relativement figée de l'imaginaire, une forme de l'imaginaire qui, pour exister n'aurait pas besoin de toute notre présence, serait faite de nos absences?

- Quand en abandon corporel nous disons que « *nous allons être là* » cela désigne que nous sommes en disposition de tenter autant que possible d'être et de rester présent à toute expérience se produisant en nous dans une circonstance particulière dont nous ne savons rien à l'avance. Plus précisément nous allons à la rencontre de nos croyances, de nos a priori, de nos « vérités » comme étant notre subjectivité à être et à habiter. C'est par l'imaginaire que nos subjectivités se déclarent et qu'elles sont ce « là » d'absence et de présence partielles à être, à habiter? D'un point de vue statique on peut tout autant dire que l'imaginaire a son logis chez nous, que le concevoir comme constituant nos subjectivités. D'un point de vue dynamique l'imaginaire ne cesse de creuser et d'élargir notre intériorité en créant des formes, des objets, des histoires, des situations qui, tous, ont la particularité d'être absents/présents, vides/pleins, dans lesquels, nos subjectivités peuvent tout en même temps se reconnaître, se projeter et aussi continuer à s'ignorer.

L'imaginaire apparaît comme l'actualisation ambivalente du mouvement irrépressible et incontournable de la subjectivité vers être. L'actualisation, pour partie inconsciente d'une ouverture :

- à toute la vie d'où nous émergeons,
- à la matérialité de la matière d'origine et devenue dont nous sommes faits,
- à la vie qui nous arrive sous la forme de l'absence et du manque à soi nous constituant.

Autre citation d'Aimé Hamann :

*L'être « humanité » se révèle être un lent et long processus. Un processus qui plonge ses racines dans la matière par le truchement de l'évolution jusqu'à la vie instinctive qui a conduit aux portes de l'institution, de la culture et du rapport humain, devenant ainsi corps dans une même devenance.*

Ne pourrait-on voir « l'institution, la culture et le rapport humain » comme versant extérieur et collectif de l'imaginaire, tandis qu'en chacun son versant intérieur serait ce qui

fait l'humanité du corps humain, sa chair, marquée de beaucoup d'absence et de fragments hétérogènes de présence? Les institutions apparaîtraient alors, dans l'espace extérieur, comme lieux de transit et de projection d'une intériorité sans dehors n'ayant pas encore trouvé la place d'être. Elles seraient des constructions imaginaires nécessaires à l'humanité en devenir s'habitant progressivement, ainsi que des lieux imaginaires d'appropriation du non recevable que la matière dont nous sommes faits porte en elle.

L'imaginaire serait donc ce qui rassemble, en chacun, ce long et lent processus du devenir, du parcours de la matière cherchant et révélant son potentiel, sa capacité à se recevoir, à s'équiper d'une intériorité capable de lui faire place jusqu'à son absence à elle-même, son immobilité radicale, sa séparativité et sa dualité intrinsèques.

L'imaginaire serait, à la fois, l'aboutissement, le réceptacle, et le moyen de ce long parcours de la matière à la vie instinctive, puis à l'institution, la culture et au rapport humain, jusqu'à l'esprit.

#### IV. Finitudes et passage de la matière à l'esprit

Par quels chemins la matière se révèle-t-elle apparition de l'esprit? C'est à partir de la matière devenue animale prenant dans ses multiples parcours la forme de l'humanité que s'est amorcée, avec et par l'imaginaire, la conversion du mouvement extérieur en mouvement intérieur. Dans ce chemin, nos finitudes ont un rôle central. Elles sont des lieux charnières, des lieux de fermeture et d'enfermement en même temps que des lieux possibles d'ouverture et de passage, « *des obstacles incontournables et le passage obligé à l'infinitude* », dit Aimé Hamann.

Le naître et le mourir sont en quelque sorte les portes de l'espace et du temps. Durant le temps de la vie, ces portes sont condamnées, au sens où l'on ne peut pas aller et venir ailleurs que dans l'espace et le temps. Cette condamnation est la finitude par excellence, elle fait apparaître l'espace comme un lieu retranché, séparé, isolé, enfermé, du point de vue de notre perception et de la relativité de notre expérience; pour le temps, la limite que l'on rencontre c'est qu'il est orienté, il n'est pas réversible. À l'image de nos vies, nous lui supposons un commencement et une fin. De fait nous sommes condamnés à avoir à assumer sans pouvoir revenir en arrière les conséquences de nos actes, aussi bien individuellement que collectivement. Cette condamnation est cela même qui nous oblige à rester là sans savoir pourquoi si ce n'est d'être contraint à l'expérience de nous-mêmes, de nos finitudes et de la relativité de notre perception à la mesure de chacun, en toute différence. C'est la condition humaine que d'être enfermée dans un lieu qui, pour nous, n'a pas de dehors. À l'intérieur de cet espace clos qui est le nôtre, nous ne pouvons nous échapper qu'à l'intérieur de l'enfermement dans lequel nous sommes. Toute l'histoire de l'humanité se trouve là comme recherche permanente de voies d'échappement qui peu à peu ont construit un extérieur dans un dedans sans dehors. Toute circonstance d'échappement alors n'a fait qu'élargir, sans l'ouvrir, l'espace de l'enfermement. Celui-ci s'est dès lors approfondi, déroulé, confirmé comme n'ayant pas de dehors sauf des illusions de dehors. Ainsi les humains ont mis en place toute leur réalité extérieure, les civilisations, les cultures, les institutions, le monde, c'est-à-dire des constructions humaines, des collectifs, des cloisonnements, des intériorités extérieures qui nous ont donné l'illusion de pouvoir aller et venir, entrer et sortir, d'être libre.



Dans ce chemin, le rapport aura été central. C'est par lui que dans cet enfermement, l'intériorité a pu peu à peu se construire dans une tension entre une extériorité dépossédée/dépossédante et, à l'interne, le vécu de manque de soi. En effet, dans l'enfermement sans dehors dans lequel nous vivons, c'est le rapport qui, dans notre perception, nous fait savoir que l'autre est extérieur à nous, à la fois identique et différent. C'est dans le rapport que s'éveille et se manifeste notre propre vécu, celui-là s'imaginant en nous comme semblable et différent et se projetant sur l'autre. Ce sont les autres qui, tout en même temps, nous révèlent à notre enfermement et nous permettent de continuer à ne pas le savoir. L'enfermement subjectif dans lequel nous sommes et notre rapport à la réalité extérieure et aux autres est ce qui va nous contraindre, d'une part à développer les relations à l'extérieur de nous, à continuer à chercher des voies d'échappement et, d'autre part, nous conduire à nous-mêmes, à faire connaissance avec nous à partir de ce que les autres éveillent en nous. Ce faisant, c'est bien notre vécu intérieur, notre subjectivité, qui est le seul lieu possible d'ouverture. L'imaginaire est ce lieu intermédiaire dans lequel le rapport se développe et par lequel l'intériorité se construit et se révèle.

Les autres ce sont les autres immédiats qui nous entourent, nos contemporains mais aussi tous ces autres d'où nous venons, qui nous ont précédés, qui nous constituent aussi bien en nous, sous la forme de l'imaginaire comme mémoire inhabitée de tous les rapports humains, qu'en dehors de nous sous la forme de ces concrétions de rapports que sont les institutions, les civilisations.

Ce que l'imaginaire et l'imagination auront peu à peu permis, c'est que l'enfermement et l'absence de dehors obligent la matière devenue que nous sommes à trouver une issue par le dedans, une issue qui ne soit pas pour sortir mais pour y être. À partir de l'imaginaire et de l'imagination, les humains devenant ont peu à peu créé le monde, c'est-à-dire un dedans de la matière s'habitant progressivement jusqu'à acquérir la capacité de se recevoir; en se recevant, elle a pu faire place en certains humains à son absence à elle-même, à son enfermement, à sa séparativité. Elle a ainsi révélé que toute forme, tout mouvement constituant l'espace, le temps et la matière sont de l'être en puissance. Par ailleurs, au fur et à mesure de l'évolution de la matière et des chemins parcourus par les humains, alors que l'intériorité s'habitait peu à peu, les formes de l'absence se sont déployées, multipliées et complexifiées, produites par les humains eux-mêmes. On peut ainsi dire que dans l'imaginaire, que ce soit sous la forme de l'extériorité construite par les humains ou sous la forme de leur organisation subjective, on trouve le pire et le meilleur et que le meilleur n'est pas plus de l'être à être que le pire du pire.

## **V. Horizontalité Verticalité, Absence Présence**

L'abandon corporel nous donne accès à l'expérience du passage de la matière humaine dont nous sommes faits au spirituel. L'imaginaire et l'imagination sont, à certaines conditions, ce qui rend possible ce passage.

Nous avons vu que, dans l'évolution, l'imaginaire est la matière devenue humaine. Chaque humain en est le dépositaire et le producteur, sans pourtant qu'il appartienne à quiconque. Appréhendé ainsi, l'imaginaire apparaît comme la mémoire vivante en nous de l'humanité devenue que nous sommes.

L'imagination serait alors ce qui, depuis le début des temps humains, secrète et produit l'imaginaire comme un patrimoine commun constitutif. Précédant, contrebalançant sans les nier la rationalité et la logique, cette fonction qu'est l'imagination donne place à l'intuition et à l'expérience sensible. Elle ne cesse de faire en chacun des liens, des articulations multiples. Elle crée et rend vivant l'imaginaire en acte, en intégrant toute expérience, en permettant la permanence de l'innovation et de la création, en orientant sans cesse le devenir de manière multifocale et extensive au niveau de notre expérience qu'elle ne cesse d'enrichir. C'est ainsi qu'elle contribue sans relâche à la fabrication de nos institutions intérieures et extérieures et à l'orientation de notre réalité, donnant ainsi une base à la recherche humaine sous toutes ses formes. Comme lieu d'expérience, l'imaginaire nous situe obligatoirement au présent, c'est-à-dire, dans le temps, dans l'immédiateté de l'expérience accessible à notre conscience, éveillée à l'occasion d'évènements tant extérieurs qu'intérieurs.

Au cœur de notre expérience, la dimension imaginaire se constitue à la croisée d'une horizontalité et d'une verticalité. L'horizontalité est le support nécessaire au mouvement de la vie qui, dans cet espace, va chercher et trouver au travers des humains et la plupart du temps malgré eux, des chemins de développements multiples parmi tous les sens et non-sens possibles qui sont là en travail. L'étendue de l'horizontalité ne fait que croître, qu'accumuler de l'expérience et des compréhensions limitées de notre présence au monde. Elle n'a néanmoins pas de sens par elle-même. On pourrait dire que l'horizontalité, ce sont tous les sens que les humains ne cessent de construire sans les habiter. On pourrait aussi dire que l'horizontalité, c'est l'aspect non-sens du « Monde ». La verticalité, embrassant en chaque point tous les espaces et tous les temps, serait alors ce qui révélerait l'être et le sens, la matière comme esprit, réunissant en nous l'humanité entière que nous sommes. Nous sommes, chacun, porteurs de cette horizontalité et de cette verticalité, porteurs du mouvement de la vie et de la matière, chercheurs à notre insu, avec nous et sans nous, du sens d'être là. Si personne n'habite cette verticalité et cette horizontalité, l'imaginaire n'est que laissé à lui-même, à son mouvement sans sens. Le passage à l'ontologique ne serait pas possible sans l'imaginaire, mais l'imaginaire n'ira jamais tout seul, par lui-même, à l'ontologique, sans que quelqu'un y soit.

Je reviendrai sur cette notion désignée par « le Monde » et qui peut être vu comme le résultat de la présence humaine agissant sur son propre devenir. Le monde, c'est l'imaginaire à l'extérieur de nous, c'est la présence de l'humain sur terre, l'expression et la manifestation du fait que les humains se sont approprié leur devenir et, de ce fait, ont façonné la réalité. Le monde est le témoignage du rapport spéculaire des humains à eux-mêmes, les humains n'ayant d'autre altérité qu'eux-mêmes. Ils ont envahi l'espace extérieur, l'ont façonné et l'ont appelé « la réalité », sans voir que ce n'était qu'une excroissance d'eux-mêmes. Par ailleurs, étant seuls, n'ayant pas d'alter ego, n'ayant pas de point de comparaison, ils ont inventé Dieu comme autre ou comme tout autre. Ayant posé Dieu comme premier, comme créateur, alors c'est Dieu qui a inventé les humains pour se reconnaître dans un rapport spéculaire tout à la fois distinguant et unifiant. Dans un sens comme dans l'autre, cela revient à dire que Dieu et les humains sont interdépendants pour accéder à eux-mêmes du fait qu'ils n'ont pas d'autre pour se reconnaître. Pour les humains entre eux, chaque autre est tous les autres, et aussi chaque autre est singulier, chacun n'est personne sans les autres. La notion d'interdépendance que nous utilisons en abandon

corporel n'est pas limitée au seul rapport spéculaire de reconnaissance réciproque, elle recouvre bien plus que cela. Quand, en abandon corporel, nous parlons d'interdépendance, l'acception de ce terme, comprenant la notion d'interdépendance que nous venons d'évoquer, implique l'horizontalité et la verticalité. Il ne s'agit plus seulement de reconnaissance réciproque mais du mouvement vers être qui, quand il s'actualise en quelqu'un de manière habitée, est agissant d'une réciprocité d'un autre ordre dans laquelle être reçoit et donne d'être. Il n'y a plus ni horizontalité, ni verticalité, et aussi toutes les horizontalités sont là, participant du sens, étant verticalité.

## VI. Imaginaire et spiritualité

Si l'imaginaire humain est porteur du sens et du non-sens, si, par les mythes, il contribue à ordonner le monde, si, par les institutions qui sont par excellence des créations humaines, il contribue à réguler les rapports des humains entre eux, si, par les religions, il pose un au-delà du monde donnant sens à la recherche humaine, c'est bien que le sens ne va pas de soi. L'absurdité de la présence humaine sur terre guette en permanence. L'humain émergeant de l'évolution de la matière et de la vie sur terre n'est pas advenu parce que prédestiné à un rôle défini d'avance qui lui préexisterait. L'humain est apparu au cours de l'évolution, dans une complexification de la vie et à partir de la vie devenue animale. Déjà, dans les animaux, en particulier les mammifères, beaucoup des aspects de l'humain sont présents. Les humains sont nés de hasards de l'évolution, ils ne sont pas l'aboutissement de l'évolution, ni son sommet. L'humain comme la vie dans son entier est de la matière devenue qui s'est progressivement complexifiée. Les humains sont une possibilité de la matière, ils ne sont pas une apparition obligatoire de l'évolution sur terre, ils n'étaient pas programmés au départ, ils ne le sont toujours pas. La terre n'est qu'un minuscule îlot dans l'univers, qui a permis l'apparition et l'évolution de la vie. Il me paraît important qu'en tant qu'humains nous restions humbles et vigilants quant au sens de notre présence sur terre. Nous ne pouvons que prendre acte que nous sommes là et, dans une vision rétrospective, que nous sommes d'apparition récente, après plusieurs extinctions de la vie sur terre. Une possibilité de la matière s'actualise à travers nous. Restons humbles, car nous ne sommes ni l'aboutissement, ni l'accomplissement de la matière. Nous venons du hasard, nous venons de l'absence de sens, notre présence n'a pas de sens en elle-même, par elle-même. Nous avons en nous la capacité de représentation, de réflexion et de création. Nous contribuons par notre présence à la poursuite de l'évolution et de la vie, incluant comme possible leur fin, de notre fait ou pas.

Une fois ces précautions posées, comment, là où nous sommes aujourd'hui, aborder la question du spirituel? Comment discerner dans tous les chemins de l'évolution et du devenir ce qui n'aurait pas de sens en soi, ce qui, laissé à lui-même, serait totalement aléatoire, de ce qui pourrait être porteur de sens? Comment discerner, dans les élaborations des humains, dans les témoignages de leurs expériences de la vie, d'eux-mêmes, ce qui a seulement permis d'échapper au non-sens de ce qui évoque la possibilité d'une transcendance par rapport à l'immanence? Cela pourrait-il nous amener à comprendre le spirituel comme une expérience révélée par l'humanité, dont les humains, très tôt, peut-être de tout temps, ont eu l'intuition? Le spirituel serait-il un énorme mouvement qui, sans le savoir, du point de vue relatif de l'espace et du temps, va de l'absence à la présence, du néant à l'être? La matière étant, au départ, seulement existence



extérieure, apparente, manifeste et ayant trouvé à s'habiter aurait peu à peu révélé sa nature intrinsèque, son essence, son « étreté », échappant au temps et à l'espace et dans un même mouvement **étant** tous les espaces et tous les temps. La matière serait-elle l'apparition du spirituel plutôt qu'une apparence qui le cache ou le nie? L'humanité, une des formes de la matière devenue, une des formes du mouvement du spirituel, est-elle un lieu où s'actualise l'affrontement du sens et du non-sens? L'imaginaire serait-il le lieu en chacun où cet affrontement se produit, son versant désorganisant et son versant créateur le plaçant au cœur de ce combat?

Je mentionnais plus haut que le passage à l'ontologique ne serait pas possible sans l'imaginaire, mais que l'imaginaire n'irait jamais tout seul, par lui-même, à l'ontologique, sans que quelqu'un y soit. Y être, c'est être au cœur du combat. Carlos Castaneda rapportant une parole de Don Juan Matus dit : « *l'art du guerrier consiste à équilibrer en lui, la terreur d'être un homme et la merveille d'être un homme* ». Quoi qu'il en soit, ce n'est pas une mince affaire. Comment ne pas se perdre dans ce qui semble ne pas avoir de sens? Comment consentir à la désorganisation comme possiblement porteuse de sens? Comment, sans les amoindrir, rencontrer la vivacité de nos émotions éveillées ainsi que l'insondable profondeur de nos émotions endormies? Comment se reconnaître dans les a priori qui, à notre insu, se soulèvent face à ce qui nous arrive? Comment ne pas oublier que le sens est une expérience avant d'être une compréhension? Comment affronter notre peur de mourir et celle de vivre? Notre imaginaire nous amène au seuil de ce passage. Du spirituel, peut-être nous ne pouvons rien en dire, seulement le vivre et surtout ne rien en faire.

## VII. L'imagination

Arrivé près du terme de ce long parcours autour de l'imaginaire, je me rends compte que tout ce qui précède se rapporte principalement à l'imaginaire et que l'imagination est seulement mentionnée comme faisant partie de l'imaginaire, sa fonction créatrice le produisant. Cela s'impose à moi d'en dire seulement maintenant quelque chose. Autant la profusion de l'imaginaire m'a habité tout au long de l'écriture, son amplitude et sa diversité en étant le témoignage, autant je vis la présence en moi de l'imagination comme très silencieuse, impalpable, invisible. Ce qui produit toutes les images n'a pas d'image. C'est aussi l'impression de ne pas en avoir une expérience directe ou du moins que je n'en repère pas la présence comme expérience. Il s'agit maintenant de remonter à la source de toutes les images. Il me vient cette phrase de la Bible : « *Dieu a créé l'homme à son image et à sa ressemblance* ». Je dirais aujourd'hui que si Dieu existe, c'est l'imagination. Et, cela étant posé, la formule devient réversible : l'homme a créé Dieu à son image et à sa ressemblance. L'imagination ne cesse de créer le monde, les humains et la réalité. De fait elle se situe à la fois dans un en-deçà créateur et dans un au-delà inaccessible, elle participe de tout ce qui existe sans y être de manière reconnaissable autrement que par ses œuvres, c'est-à-dire tout, omniprésente et inconsistante. Appréhendée à partir de la réalité extérieure, elle est la limite de notre enfermement, son contour. Créatrice, elle se situe là où ça naît, là où ça meurt, à la frontière du temps et de l'espace, lieu intermédiaire accessible seulement par l'expérience de ce que nous désignons par rêver. Nous venons du rêve et nous y retournons. Se situant là où ça vit, elle est la part vivante de notre enfermement subjectif, masquant et éclairant nos finitudes, les confirmant et les dépassant. Lumière, l'imagination



est en nous soleil et lune, directe et réfléchi, « à son image et à sa ressemblance ». La terre, nous-mêmes, est son lieu d'effectuation.

Peut-être n'est-il possible de parler de l'imagination que dans sa langue, c'est-à-dire l'image et la métaphore pour dire que « ce qui est » est d'abord sans mot et que le sens allie en nous l'expérience sensible et la compréhension. De l'imaginaire on peut dire que, quand il est habité par quelqu'un, c'est le renversement entre être habité de manière passive par l'imaginaire et habiter l'imaginaire de notre présence. L'imaginaire reçu est notre présence, est le spirituel, le Soi. C'est l'expérience paradoxale, ce que nous appelons rencontre, interdépendance, paradoxalité, ce sont toutes nos absences et nos présence partielles, nos coupures, nos dichotomies qui, habitées, se révèlent Présence. C'est le « Monde » donnant accès au « Royaume ».

### VIII. En conclusion

Sur cette Terre, qui est la nôtre, la matière, apparition de l'esprit, est devenue vie développant une infinité de formes vivantes parmi lesquelles le corps humain est advenu. La particularité du corps devenu humain est qu'il est l'abri d'un dedans sans dehors, une toute intériorité qui n'a pu se développer qu'en élargissant par le dedans ses contours, son étendue. Peu à peu, dans cet élargissement progressif, l'humanité, à partir de la spécificité de son corps, a mis en place ce qu'on appelle le monde. Celui-ci a un double aspect, celui d'un continent qu'on appelle l'imaginaire dont une des caractéristiques est d'être créateur par le biais de ce qu'on nomme imagination. Cet aspect premier, nous en avons l'expérience par ce que l'on désigne comme le rêve. À partir de l'imaginaire, de l'imagination et du rêve, l'élargissement du dedans sans dehors s'est fait en créant une extériorité relative, en projetant le dedans sans dehors à l'extérieur de nous sous la forme des institutions qui, dans leur dynamisme propre, sont également des dedans sans dehors qui vont se développer à leur tour en s'élargissant pour inclure et assimiler toujours plus de ce qui est rencontré dans cette forme de devenir. C'est ainsi que s'est mis en place ce deuxième aspect du monde que l'on a appelé la réalité à l'extérieur de nous et dans laquelle notre perception acquise nous fait croire qu'elle nous englobe. La projection du dedans sans dehors à l'extérieur de nous s'est faite avec un déficit au niveau de l'expérience vécue et nous avons fini par croire que la réalité extérieure était première et que nous venions d'elle. Notre corps humain, à la fois objet du monde et lui-même dedans sans dehors abritant le continent imaginaire, est le lieu où, dans la rencontre, peut se reconquérir l'expérience, s'habiter l'intériorité, s'inverser dans le rapport à la réalité extérieure et aux autres la dominance de la dépossession de l'expérience de nous-mêmes. L'enjeu de cette reconquête est d'habiter à partir de notre spécificité individuelle tout le devenu que nous sommes à travers notre corps humain. Cela ne peut s'accomplir qu'en restaurant le rapport comme lien vivant qui ne va pas entretenir ni développer ses aspects relationnels, institués, connivents. Le rapport, moyen de venir à soi à l'occasion des autres et de toute chose, va ramener à l'intériorité vécue, vivante, tout ce qui aura été projeté dans l'extériorité sans dehors qu'on appelle réalité. C'est cela que nous nommons position de recherche ontologique au sens où nous ne cherchons pas quelque chose, mais à être tout ce que nous sommes à partir de ce qui est éveillé en nous à l'occasion des autres et de toutes choses. C'est être non pas acteur ou agissant, mais présent là où se déclare l'expérience de nous-mêmes, là que je suis, là où me conduit à moi l'autre me prenant par la main.



L'autre versant de ce corps humain qui est le nôtre, c'est **le spirituel**. J'en dirais maintenant à l'issue de ce long parcours à propos et avec l'imaginaire, que c'est ce qui nous cherche par le dedans et dans l'intime de nous-mêmes, ce qui nous attend, nous appelle, nous invite, nous bouscule et ne nous trouve pas, ou si peu. Ce n'est pas quelque chose, rien de saisissable, mais c'est là, cela advient et ne reste pas et pourtant c'est aussi là pour toujours. Je disais plus haut que l'aspect premier du monde, c'est l'imaginaire et l'imagination dont nous avons l'expérience par le rêve. Nous ne reconnaissons l'expérience de rêver qu'à travers le vécu du rêve lié au sommeil. Cela situe le réveil comme un point de rupture dans la mesure où c'est le monde extérieur qui survient, qui « prend le dessus » et rend relative notre expérience comme éveillée à partir de lui, plus qu'en nous-mêmes. On pourrait dire que le rapport au monde extérieur nous décale de nous-mêmes. Si nous restons proches de comment cela vit en nous, il n'y a pas rupture. Décalée ou non, l'expérience est notre façon particulière d'éprouver, de vivre qui nous sommes. Si nous n'avons pas de doute pour dire que la nuit, quand nous rêvons, il y a quelqu'un qui dort, comment savons-nous, quand nous sommes réveillés, qu'il n'y a pas quelqu'un qui dort? Comment reconnaître la présence silencieuse, impalpable, invisible de ce qui nous cherche, nous attend, nous appelle, nous invite, nous bouscule? Peut-être que ce que nous cherchons sans le savoir nous cherche aussi. Peut-être ne le savons-nous que par moment, dans un après-coup, de manière rétrospective quand se fait jour que quelque chose qui n'existe pas est là qui insiste, en toute discrétion, nous accompagnant, nous conduisant à nous-mêmes à notre insu. Prémisse d'un éveil, d'une ouverture qui ne se fait que quand place est faite à l'absence, à ce qui restait endormi, à ce qui était encore mort.





# ALLEZ AU DIABLE!

Simone Atlani

sjmatlani@wanadoo.fr

Allez au diable!

Dès que quiconque parle de Dieu, je me sens abandonnée.

Voilà, c'est dit.

Maître Eckart disait que quiconque parle de Dieu se sépare de Lui. Et bien moi, je le répète, quiconque parle de Dieu me paraît se séparer de moi.

Je n'ai, semble-t-il rien à ajouter puisque, depuis des semaines, j'efface chaque matin ce que j'ai écrit la veille.

Des pages et des pages envoyées au diable d'un seul clic.

Mais que vais-je faire de moi à ce colloque dont le thème m'expose à être soumise sans beaucoup de répit à mes réactions, ou plutôt, à ma réaction, toujours la même...

Dès que l'on parle de Dieu, de Spiritualité (avec un S majuscule), d'Expérience Spirituelle (avec des majuscules partout), je me sens mal; certains mots, certaines tournures, m'atteignent sans crier gare.

Je me sens effectivement abandonnée, quittée...

Je ne l'attends jamais, cette réaction; il me semble pourtant qu'elle est constamment aux aguets, vigile opiniâtre de mon intégrité.

Comment, à partir de là, en rester là?

Alors je recommence; je vais tenter de suivre la piste de cette réaction fulgurante, viscérale. Sa répétition désigne probablement une institution intérieure dont je ne sais pas grand chose.

Le vécu d'abandon s'accompagne de tristesse et de fatigue... une tristesse de vaincue au terme de je ne sais quelle bataille.

Il y a aussi un peu de colère. Mais ce n'est pas une énorme colère, ce n'est pas une colère homérique.

C'est une colère d'orpheline.

Une colère de seule au monde.

*« Faut-il avoir vécu tout cela pour en arriver là? »*

Qu'est-ce que c'est, « tout cela »?



*Tout cela* c'est avoir traversé les millions d'année de l'atemporalité de la matière, c'est émerger douloureusement d'un vécu de densité opaque, immobile, ignorante du mouvement vertigineux qui l'emporte, la triture, la malaxe, l'explose et la pénètre.

*Tout cela*, c'est le grouillement cellulaire absent de lui-même, c'est la radicalité de la spécification, c'est manger tout ce qui passe, enfler et se scinder, se multiplier indéfiniment à l'identique.

*Tout cela* c'est le tout aussi radical de la différenciation sexuée, c'est le besoin d'un autre que l'on ne sait pas autre, pour perpétuer quelque chose dont on ne peut rien savoir. C'est dévorer autrement pour enfler autrement et me scinder autrement, sans plus jamais savoir qui a mangé qui. C'est faire naître sans, autant que cela se sache, être née soi-même.

*Tout cela*, c'est encore être contrainte par un mouvement devenu intérieur à résister à la force de gravité du néant matriciel pour marcher debout sur la terre.

*Tout cela*, c'est se sentir jetée sans rime ni raison dans les terreurs d'une conscience balbutiante et s'infliger les tortures du vouloir et du pouvoir.

C'est, de séparation en séparation, de différence en différence, de millions d'années en milliers d'années, extirper sa chair de l'insu d'elle-même et, dans le même mouvement, rendre cette chair amnésique, perdre tout accès aux traces du chemin sans en effacer les ravines, celles du « temps accumulé », que nous sommes.

*Tout cela*, c'est hurler à la mort devant le corps inerte du petit; c'est sentir le cri s'étouffer dans la gorge et se résoudre en sanglots.

C'est le temps qu'il a fallu jusqu'aux premières larmes, celles du chagrin des hommes; le temps qu'il a fallu pour que montrer les dents deviennent un premier sourire, le sourire des hommes, l'appivoisement des hommes.

*Tout cela*, c'est construire la mémoire du dehors et croire dur comme fer qu'il n'y a que cela à savoir de soi; c'est être taradée par l'idée qu'il faut aller quelque part, sans savoir où je suis ni d'où je suis et inventer d'où vient un tel impératif catégorique.

Il a fallu s'inventer des origines.

Il a fallu devenir leur effet puisqu'elles étaient la cause.

Il a fallu, du fond de la terreur, pactiser avec le visible et l'invisible, nommer les esprits et les dieux, toutes ces façons de parler de l'invisible de soi, de l'insu de soi.

Il a fallu mettre un début et une fin à toute chose et appeler vie ce mourant-là.

Il a fallu écrire l'histoire et lui donner un sens.

Bien sûr, il fallait bien faire quelque chose du mal : la violence, la peur, la douleur, la mort. Le mettre dehors était une solution, certes temporaire, mais valide.

Il fallait du même coup inventer une place pour le bien et le mettre ainsi dehors lui aussi, en contrepoint.

Séparant le bien et le mal, il a fallu devenir des êtres de vérité, d'absolu.

Il a donc bien fallu aussi nier quelque peu le déterminisme de notre humanité devenue sans nous et se poser en êtres de choix, en êtres de pouvoir, versant toute puissance de préférence... Je veux, donc je peux.

Chemin faisant, il faut le dire les hommes se sont ainsi reconnus entre eux, ils ont – en eux-mêmes – élargi l'espace humain. Ils en sont même arrivés à entrevoir qu'il n'y a qu'une seule humanité, mais, ne parvenant pas à la prendre comme elle est en eux-mêmes, certains en ont chargé un dieu unique et un obstacle unique – le satan ou le diable.

Oui, il a fallu tout cela pour espérer se rejoindre, pour pétrir et pétrir cette matière jusqu'à lui donner des yeux et des oreilles, des rêves et même un cœur.

C'était incontournable, inévitable. Je m'émerveille sans réserve des découvertes, des audaces, des intuitions de la pensée mystique de tous les temps et de tous les lieux; j'aime très personnellement certains des aventuriers de l'esprit dont la parole nous rejoint encore.

Je n'ai rien contre les religions qui ont été un lieu d'être, un lieu pour être, fondamental de l'humanité. Je n'ai rien non plus contre LA religion, celle où je suis née. Elle ne m'a jamais encombrée ni soumise. Au contraire, elle a bercé mon enfance d'un peu plus près que les autres et j'y ai beaucoup rêvé, beaucoup réfléchi.

Pourtant, aujourd'hui, je le répète, je me sens abandonnée, infiniment seule si d'aventure on me parle de Dieu, ou si l'on oppose le corps et l'esprit; abandonnée encore si l'on pose l'esprit comme un ailleurs, un au dessus, un dehors, ce qui laisse le corps sans autre espérance que celle de se faire coloniser par l'esprit.

Je dirai que les grands mystiques de tous temps et de tous lieux ont parlé comme ils le pouvaient à l'époque où ils vivaient. Pour audacieux qu'ils soient, pour profonde que soit leur expérience, ils n'avaient à leur disposition que le cadre conceptuel de leur époque. Ils ont parlé dans leurs mots, dans leur langue, dans leurs références institutionnelles. Ils ne pouvaient faire autrement que de s'exprimer dans un langage ancré dans la vérité et dans l'absolu de leur époque. Le mot « ambivalence » n'existait même pas.

Je prétends qu'aujourd'hui, ils ne diraient pas la même chose, ils ne penseraient pas non plus exactement la même chose. Ils rendraient compte autrement de leur expérience.

Ils iraient bien plus loin.

Ils oseraient vivre tout ce qu'il y a à vivre de la dérélition, de l'invraisemblable solitude de l'homme, de celle, plus invraisemblable encore, de la matière soumise au scalpel opiniâtre



des humains tentant de séparer le bien et le mal, le corps et l'esprit, au point d'en finir avec la substance même dont ils sont constitués et de la détruire, effectuant ainsi le mourir spécifiquement humain.

Il me semble que Jésus ne dirait certainement pas (ou on ne lui ferait pas dire) « *Je prends sur moi tous les péchés du monde* ». Il dirait : « *Tous les péchés du monde sont à prendre pour soi, en soi* ».

Il nous dirait peut-être qu'il n'est pas mort pour nous, mais pour lui.

Il ne dirait pas non plus (ou on ne lui ferait pas dire) « *En vérité, je vous le dis* », ou « *Je suis la voie, la vérité et la vie* ». Il ne parlerait pas de vérité.

Je pense qu'aujourd'hui, la croix ne pourrait devenir le symbole christique qui pérennise la dichotomie entre l'horizontal et le vertical, le vertical représentant bien entendu la transcendance, le spirituel...

Comme tous ceux qui nous ont précédés, je parle aujourd'hui dans la langue d'aujourd'hui, dans mes mots, ma seule langue possible.

Je parle comme je peux.

La position de l'Abandon Corporel nous projette de façon tenace et répétitive dans la révolution de l'expérience paradoxale et nous fait un instant transcender toutes les dichotomies, l'espace et le temps, le bien et le mal. À partir de cette position, ne pourrait-on pas dire qu'il n'y a pas lieu d'opposer le vertical à l'horizontal, fut-ce pour les croiser au cœur du supplice, indiquant un point exact autant qu'hypothétique où il n'y aurait pas de direction, pas de sens.

Ne pourrait-on pas dire que le vertical, c'est l'horizontal habité?

Ne pourrait-on pas dire que l'esprit, c'est notre subjectivité habitée, c'est toute chose habitée?

C'est passer d'être habité à habiter, du passif à l'actif, c'est devenir sujet?

Sans nul doute, cela nous amènerait à nous aventurer dans des lieux bien inhospitaliers, vertigineux.

Au mieux, on ne peut qu'y passer, parfois y faire étape, guère plus... Il faut bien vivre!!

Car s'il s'agit de vivre tout ce qui est comme c'est, si le mal donne à être tout autant que le bien, s'il est à recevoir comme ma vie sans lui demander de devenir le bien, comment garder les repères habituels que se sont donnés les hommes pour baliser leur chemin de peine et de misère?

Comment savoir si le terroriste n'œuvre pas dans le même sens que le chercheur ontologique?

Comment savoir si l'invention de la bombe atomique n'est pas tout aussi spirituelle que Dieu? (Comment ne pas remarquer que ceux-là mêmes qui ont inventé le dieu unique ont aussi inventé la bombe atomique?)

Et si la matière poursuivait à travers nous son projet de toujours : son avènement en tant que sujet; devenir sujet de toute chose.



Et si c'était cela, être.

Qu'est-ce que c'est, être sujet de toute chose? Qu'est-ce que cela veut dire « être »?

En tout cas, cela ne semble pas être superposable à l'intervalle entre le naître et le mourir d'un individu. Cette seule constatation est vertigineuse.

Comment prendre le risque de faire l'expérience de tout ce qui est comme c'est sans être tenté de fuir en ne voulant plus rien savoir de nos dichotomies, de notre ambivalence? Comment ne pas revenir ventre à terre au bien et au mal, à la vérité et à l'absolu pour pouvoir livrer bataille contre le mal, le mal qui est dehors, le mal qui est en l'autre, le mal en moi?

Je n'en sais rien. Je suis bien incapable de faire mieux que quiconque en la matière. Le seul espoir, c'est celui de tenter d'y être contre vents et marées; être sujet de la violence reçue et de la violence donnée; être sujet de la mort reçue et de la mort donnée. Consentir à habiter tout ce dont nous ne pouvons vouloir mais qui nous donne d'être. Sentir que c'est toujours de soi qu'il s'agit, en soi que ça agit et que le « ça » puisse parfois se dire « Je ». Étant enfin habité par quelqu'un, le seul « je » dont nous disposons, celui du grain de poussière que nous sommes dans l'immensité de l'univers, le « je » de l'intervalle entre le naître et le mourir du corps biologique, le « je » de notre subjectivité spécifique, ce petit « je » là peut alors ouvrir au « Je » infini du soi, au sujet.

La position de l'abandon corporel nous donne accès à la paradoxalité, à l'interdépendance, à la co-filiation réciproque. Et c'est là, selon moi, une mutation toute aussi radicale dans l'évolution de la matière et de l'humanité que le fut le passage de l'animal à l'homme.

Lorsque l'on parle aujourd'hui de Dieu, de vérité, du bien qui serait lumière et du mal qui ne serait que ténèbres, je me sens privée de la co-filiation... Comme si c'était là un manque à être qui me dépouillait de toute espérance d'intégrité.

Alors oui, allez au diable! Certains de mes proches m'ont malicieusement demandé s'il convenait d'entendre « allez » **ez** ou « aller » **er**. Je crois que la réponse est en cet instant évidente.

Au diable, j'y suis déjà, et je ne cesserai de vous y attendre pour vous y rencontrer, tous et chacun, chacun donc tous, en toute humanité.





# LE TEMPS DE SE RECEVOIR

Gilles Deshaies

gil.deshaies@qc.aira.com

Sans nous en rendre vraiment compte, nous sommes culturellement prisonniers d'une vision très institutionnalisée du temps. Nous abordons presque toujours le temps comme une réalité linéaire, chronologique et mesurable avec une extrême précision rendue possible par les développements de la technologie moderne. En fait, le temps est conçu comme une réalité absolument objective. Il peut durer une microseconde comme il peut s'étendre sur des siècles et plusieurs millénaires. A partir d'une telle conception, nous arrivons même à visualiser l'éternité comme étant d'une durée infinie, ce qui demeure toutefois un certain mystère.

Par ailleurs, l'exercice de la psychothérapie à la lumière de l'abandon corporel nous révèle progressivement que l'adoption de la position de recherche ontologique donne accès à des expériences étonnantes et inusitées à propos du temps. Ce dernier s'y manifeste comme une réalité beaucoup plus subjective dont nous faisons régulièrement des expériences qui sont uniques à chacun de nous et qui varient d'un moment à l'autre d'une rencontre ou de la démarche dans son ensemble. Dans la position de recherche ontologique, l'expérience du temps apparaît sous des dimensions qui passent inaperçues au niveau comportemental et objectif. Ceci ouvre la voie à des questions et à des intuitions nouvelles, peu explorées à propos du temps. Le présent texte veut exposer et discuter certaines de ces dimensions.

## Le temps et la subjectivité

Il m'est arrivé régulièrement de faire des expériences du temps comme étant beaucoup plus qu'une réalité objective. Celle par exemple, de réaliser soudainement que je suis engagé dans une situation groupale depuis quelques heures alors que j'ai le sentiment d'y être depuis quelques minutes. Ou l'expérience inverse d'avoir le sentiment d'être en relation avec une personne depuis un long moment alors que j'y suis depuis quelques instants. Ou encore, faire l'expérience d'anticiper le déroulement d'un séminaire comme étant d'une longueur accablante pour ensuite arriver à sa fin en ayant le sentiment qu'il a été d'une trop courte durée.

À partir de la position de recherche ontologique, il m'arrive aussi de faire des expériences du temps qui recèlent des qualités particulières. Celle de ressentir, par exemple, une période de temps comme ayant une profondeur, une largeur, une épaisseur, etc. Comme si le temps et l'espace s'interreliaient à mon insu.

En fait, il m'arrive de faire des expériences du temps qui m'engagent et me révèlent, engagent et révèlent ceux et celles avec qui je suis en rapport, au-delà de la durée objective d'une rencontre, au-delà de la linéarité du temps. L'expérience que je fais du temps devient révélatrice de mon rapport à moi-même, à l'autre et aux autres. Les moments d'accès à des sensations douloureuses, difficiles et conflictuelles sont vécus comme étant plus longs que les moments d'ouverture à des lieux plus riches et gratifiants; de même, les moments d'accès à des expériences d'ouverture sont généralement vécus comme étant plus courts



que ceux qui donnent sur des expériences de fermeture.

Ces sensations particulières à propos du temps sont généralement déconcertantes. Et elles en rejoignent d'autres qui sont liées à mon cheminement vers un âge chronologique plus avancé. Les années d'avant la quarantaine m'ont paru beaucoup plus longues que celles de l'après soixantaine... Actuellement, j'ai le sentiment que le temps, mon temps, file à une vitesse vertigineuse. Le « tempus fugit » des romains n'a jamais eu autant de sens pour moi. Et dieu sait que rien de tout cela ne s'expliquerait par une plus grande capacité de ma part à aller plus vite. Tout au contraire, je n'ai jamais senti aussi clairement qu'actuellement la rigoureuse nécessité de prendre le temps, de prendre tout mon temps.

### **La nécessité de prendre le temps**

Dans le rapport à moi-même, j'ai progressivement pris conscience de la nécessité de prendre le temps, tout le temps nécessaire pour me garder ouvert à la possibilité que certains lieux intérieurs se manifestent et puissent être reçus et habités. Même si c'est après trente ou quarante années de recherche, lorsque certaines expériences sont ressenties et reçues ontologiquement, la durée de l'attente et de l'apprivoisement n'apparaît plus comme un échec ou une difficulté, mais comme un chemin incontournable et rempli de sens. Ce temps inéluctable auquel on ne peut échapper devient essentiel à l'expérience de se recevoir, constitutif de la recherche que les humains font à propos d'eux-mêmes. Certains lieux d'humanité exigent une très longue expérience d'apprivoisement, parfois l'espace d'une vie et même davantage. Plusieurs générations pourraient s'avérer nécessaires pour que des lieux intérieurs infiniment fragiles et douloureux puissent être rejoints, reçus et habités. Certaines dimensions de l'humanité pourraient n'être habitées que dans un futur très lointain. Le temps se révèle être une dimension absolument incontournable de la démarche que nous faisons en abandon corporel. Il semble bien que l'expérience de se recevoir ne puisse s'accomplir sans rencontrer le temps et l'habiter.

### **Le temps de la recherche ontologique**

La position de recherche ontologique exige que le chercheur prenne le temps d'y être et d'y demeurer longtemps, parfois très longtemps. Pour que certains lieux intérieurs puissent être ressentis et reçus comme étant de soi, il s'avère souvent nécessaire d'y accéder à plusieurs reprises, parfois à travers plusieurs années. Le temps de faire une place à des premières sensations plutôt imprégnées de refus, de dégoût, de fuite, d'absence et même de révolte contre soi. L'accès à tout soi-même se fait très rarement d'une façon directe et rapide, et surtout il ne se fait presque jamais de la façon qui est souhaitée et désirée. Tous les détours font partie du chemin et imposent la nécessité de prendre tout le temps nécessaire. Il n'y aurait pas de temps qui serait perdu et vide de sens.

En travail corporel par exemple, il faut volontairement prendre le temps d'arrêter, autant que faire se peut, tous les agirs et de suspendre tous l'a priori pour se rendre disponible à se recevoir. Et ensuite, il semble absolument nécessaire de prendre le temps d'attendre que le mouvement intérieur ou l'involontaire se manifeste. Il faut du temps pour faire de la place à tous ces mouvements qui se présentent comme étant apparemment involontaires, mais qui se révèlent être volontaires après un certain temps. Il faut aussi prendre le temps de faire de la place à tous ces mouvements qui prennent la forme d'un arrêt, d'une



immobilité, d'un blocage. Il faut vraiment prendre le temps de créer un espace intérieur pour ce qui advient, pour en faire l'expérience et l'habiter. Être mû de l'intérieur est associé à l'expérience d'être pris en charge par le temps.

Et pourtant, dans l'expérience de se recevoir, même si ce n'est qu'un très court instant et seulement après plusieurs périodes d'attente et d'errance, tout le temps et les différents moments requis deviennent un seul et même processus dans l'instant présent. Dans l'expérience d'être ressenti, reçu et habité, le mouvement intérieur s'unifie en un seul temps et un seul espace, ici et maintenant. Nous sommes emportés dans un mouvement d'intériorisation du temps et de l'espace, un moment fugitif où il n'y a plus d'ailleurs, plus de passé ni de futur; il n'y a que l'ici et maintenant, c'est-à-dire tout le temps et l'espace intérieurs et extérieurs; il n'y a que le présent en voie d'avoir lieu, en voie d'être un lieu ici et maintenant. Une expérience d'allure paradoxale, peut-être une expérience de la paradoxalité qui se blottit au fond de l'expérience que nous faisons du temps lorsque nous nous plaçons dans une disposition à nous recevoir. Une telle expérience unifiante serait-elle reliée à ce dont les humains parlent lorsqu'ils parlent d'expériences spirituelles? Cela semble possible mais il faut garder le questionnement pour le moment, prendre tout le temps du questionnement.

### **Le temps de la paradoxalité**

En adoptant la position de recherche ontologique, le psychothérapeute en abandon corporel ouvre, à tous les partenaires impliqués dans la situation relationnelle, la possibilité d'accéder à la paradoxalité et par conséquent, de faire une expérience paradoxale du temps et de l'espace. Par exemple, il arrive fréquemment que le temps et l'espace soient ressentis à travers des expériences d'inversion et de renversement. L'expérience de parvenir au terme d'un long cheminement peut être ressentie comme une arrivée à un commencement; celle de déboucher sur un lieu intérieur après avoir franchi une distance infinie et ce, avec la sensation de rentrer chez-soi; celle encore d'être emporté dans une zone de soi qui nous est totalement inconnue avec une sensation de « déjà-vu » ou l'impression d'une expérience très familière. La fin et le début deviendraient un seul et même instant. La destination recherchée et le point de départ seraient un seul et même lieu. Les lieux les plus inconnus de soi seraient des lieux très intimes de soi.

Ces expériences nous donnent accès à des compréhensions du temps et de l'espace qui sont d'un ordre nettement différent de celui auquel l'attitude naturelle et la science objective nous ont habitués. Ainsi, il nous arrive, ne serait-ce que momentanément, d'échapper à la causalité et à la pensée binaire pour accéder à un mode de connaissance plus globalisant et unifiant, un mode de connaissance ouvert à la paradoxalité qui permet la réconciliation des contradictions et des oppositions. A ce niveau de l'expérience, il n'est plus nécessaire que le bien exclut le mal, que la guerre et la paix s'opposent, que la vie et la mort soient des contraires, que la matière soit différente de l'esprit, etc. Il semble bien que ce soit la position de recherche ontologique qui donne accès à une expérience inhabituelle du temps et de l'espace, une expérience paradoxale de ces deux dimensions. S'agit-il d'une ouverture ou d'une disponibilité à l'expérience spirituelle? A cette étape-ci de mon propos, je ne peux ni répondre à la question, ni l'éliminer. Il semble bien que les expériences que nous qualifions de spirituelles soient en réverbération avec des expériences paradoxales. Au niveau de la



vie intérieure, il semble toutefois très clair que le temps et l'espace soient constitutifs de l'expérience de se recevoir.

### **Le temps et le rapport à l'humanité**

Dans la disposition à recevoir comme étant soi tout ce qui est éveillé en soi à l'occasion de l'autre, des autres et de toute chose, nous nous rendons disponibles à nous ressentir comme un moment et un lieu d'accomplissement de toute l'histoire de la vie et de l'humanité. La position de recherche ontologique ouvre la possibilité de nous ressentir comme étant constitutivement en rapport à toute l'histoire de la vie et de l'humanité, comme étant reliés à tous les autres humains et à tout l'univers. A travers ces moments de conscience, même s'ils sont extrêmement courts, peut se faire sentir un mouvement infini qui serait en voie de s'accomplir en chacun de nous à ce moment-là. Nous faisons une expérience momentanée de nous-mêmes en tant qu'êtres historiques, c'est-à-dire des êtres porteurs de toute l'histoire de la vie en voie d'être reçue et habitée ici et maintenant dans ce corps singulier qui pourrait être le vôtre aussi bien que le mien. Il y aurait ainsi à recevoir et à habiter tout le temps que la vie et l'humanité ont dû prendre pour arriver à moi, à toi, à chacun de nous. Nous serions du temps accumulé et en attente d'être reçu et habité. Dans la position de recherche ontologique, nous faisons momentanément une expérience de nous-mêmes comme étant des êtres devenus et co-devenus; des êtres émergeant de l'histoire de tous les autres humains du passé, du présent et du futur. Ne serions-nous qu'un seul corps, un seul temps, un seul mouvement, un seul espace? Il semble bien que notre temps à chacun de nous soit en interdépendance avec le temps de chacun des autres humains.

L'éternité deviendrait accessible à travers une microseconde habitée. L'expérience que l'on fait du temps devient ainsi une expérience paradoxale. Il serait peut-être plus juste de dire que dans la position de recherche ontologique, le temps devient paradoxal. Cette position de recherche peut conduire, mais pas nécessairement, à des expériences pouvant être qualifiées de spirituelles et qui se manifestent comme des dispositions à habiter tout le temps qu'il a fallu pour arriver à être qui nous sommes. Le passage au spirituel se ferait en prenant le temps que nous sommes, c'est-à-dire en recevant et en habitant le temps cumulé que nous sommes.

Il semble bien que ce soit à travers une expérience paradoxale du temps que nous arrivons à nous relier à tous les autres humains de tous les espaces et de tous les temps, et à toute l'histoire de l'univers. S'agit-il d'une expérience spirituelle? Que dirions-nous si le qualificatif « spirituel » n'existait pas? Il me semble prudent de garder la question ouverte pour un temps, peut-être pour longtemps, et pourquoi pas pour toujours! Autrement, l'expérience spirituelle risquerait d'être enfermée dans une spiritualité. Et pourquoi pas? Le temps de l'institution semble être, lui aussi, essentiel. Il est aussi nécessaire de prendre le temps de l'institution.

### **Le temps et la durée des psychothérapies**

L'expérience subjective et paradoxale du temps à laquelle la position de recherche ontologique nous donne accès permet d'aborder le contentieux sur la durée des psychothérapies dans une perspective nouvelle. Le temps d'une psychothérapie ne serait

pas réduit à une durée objective. Une psychothérapie brève ne serait pas nécessairement plus efficace qu'une psychothérapie longue et l'affirmation inverse ne serait pas non plus nécessairement vraie. En fait, le temps nécessaire pour qu'une relation psychothérapeutique s'accomplisse serait davantage relié à l'expérience subjective que les partenaires de la relation font du temps. A ce niveau, l'enjeu ne consiste pas à prendre le moins de temps possible, mais plutôt à prendre tout le temps nécessaire, peu importe la durée objective du temps requis. Et ce d'autant plus que la durée requise dépasserait la durée de vie d'une personne, et même de plusieurs générations de personnes. Dans une telle perspective, la psychothérapie n'est plus envisagée comme un traitement ni comme une cure, mais plutôt comme une rencontre de soi, de l'autre et de tous les autres humains. A ce niveau, nous n'avons à ressentir aucune gêne à prendre tout le temps nécessaire, le temps de l'interdépendance des humains dans la recherche qu'ils font à propos d'eux-mêmes.

### **Le temps et la durée de la vie**

Une telle ouverture sur les dimensions subjectives et paradoxales du temps permet aussi d'envisager la durée de la vie, et même la mort, dans une perspective élargie. Ainsi, une vie riche et réussie n'est pas nécessairement reliée à une longue durée. Une personne pourrait atteindre un âge avancé sans avoir vraiment pris le temps de se recevoir. De même, ce n'est pas parce qu'une personne prendrait le temps de se recevoir qu'elle vivrait plus longtemps. Mais, il semble bien que l'expérience de se recevoir ne puisse s'accomplir sans être associée à une expérience paradoxale du temps, une expérience d'un temps qui serait intérieur.

Toujours à partir de cet ancrage du temps dans la subjectivité et la paradoxalité, la mort tend à apparaître comme la rencontre ultime du temps. Mourir serait consentir au temps que nous sommes et à l'habiter. Ce serait le risque pris d'être soi et rien d'autre. Ainsi la mort n'apparaît plus comme la fin de la vie, mais plutôt comme l'entrée à tout soi-même. Ce ne serait pas d'avoir à mourir qui serait tragique, mais plutôt de ne pas être vivant. Tout ce qui de soi a pu naître, a pu être reçu et habité, pourrait mourir. Ce serait ce qui de soi n'a pu encore naître qui ne voudrait pas mourir. Dans cette perspective, la mort apparaît comme une expérience ultime de naissance à tout soi-même, une expérience paradoxale à travers laquelle la vie et la mort s'unifient dans l'être et l'éternité. Il est possible que ce soit ce dont les religions parlent lorsqu'elles réfèrent à la vie éternelle. L'éternité serait peut-être une expérience intérieure du temps dans le rapport à soi-même, aux autres, à tous les autres humains de l'histoire de l'humanité, et à toute l'histoire de l'univers.

Se recevoir est une expérience qui exige absolument que nous prenions tout le temps nécessaire.





# **LA DÉMARCHE COMME ACCÈS AU SPIRITUEL**

**Modératrice : Anne Rousseau, Nantes**



# LA SPIRITUALITÉ : UN EXIGEANT CHEMIN VERS LA RENCONTRE, CO-NAISSANCE DE SOI ET DE L'AUTRE

Monique Saint-Jules

m.saintjules@videotron.ca

J'ai voulu écrire sur ces lieux du mal humain qui à première vue apparaissent impossibles à spiritualiser. Pourtant, ces lieux-là sont aussi des chemins vers l'esprit.

Longtemps, la dérive en moi était telle que je n'avais aucune idée du sens réel de l'esprit. Je n'aurais pu rien en écrire sinon la version délirante et protectrice de mon manque. Ce texte cherche à nommer comment j'ai été appelée dans sa direction par la force de mon désir dévorant. L'exploration de ce désir et l'accueil qu'on y a fait a permis une certaine connaissance.

Longtemps j'ai cru qu'il n'y avait rien pour moi, rien à être, rien à rencontrer. J'étais une dépossession complète. Exclue de moi, des autres, du soleil, toute cette souffrance m'était intolérable. J'étais incapable de me reconnaître. Ce rapport d'anéantissement de moi et de l'autre était la route directe au désespoir. Je ne pouvais consentir à un tel rapport d'exclusion.

Puis j'ai rencontré un être qui a pu recevoir ma vie. C'est par lui que je suis restée dans cette longue et terrifiante exploration. Mais quel combat! Je suis restée là au prix de beaucoup de souffrances et de terribles violences. Il me fallait pour y survivre une grande force de lien. Seule une telle force a pu me faire rester dans ce chemin périlleux. C'était la force du lien affectif à une vie qui appelait mon être à s'accomplir, qui amenait ma lignée et mon histoire personnelle à la rencontre, même au cœur des plus grands déserts et traversant des lieux d'extrêmes fureurs.

Mon lien était dévorant et dépossédé mais il était aussi recherche d'accomplissement. Ma recherche passait par un état fusionnel ignorant que c'était la rencontre différenciée qui sauvait de toute dérive. Je désirais avec dévotion. Je dévorais sans discernement et la différenciation se faisait par lui et par les autres.

Ce lien affectif n'a pas changé ma structure d'être mais l'a déposée au cœur de l'humanité. Il m'a ramené à mes appartenances profondes, bien malgré moi car je ne les voulais pas. Je ne voulais rien de mon existence. Seul, ce lien fusionnel avait valeur de sens.

Ma recherche ne passait donc qu'à travers celui qui me recevait. Basée sur ma dépossession, elle était urgence à survivre. Ce cannibalisme primaire né du manque absolu est plutôt terrifiant et engage mal vers la rencontre. Pourtant, reçu, il devient aussi une voie ouverte à l'esprit. Un tel chemin peut alors donner la vie et être aussi un lieu de rencontre. Malgré son aspect primaire et périlleux, il porte en lui le souffle qui humanise. Telle qu'elle était, ma vie a été reçue par quelqu'un et cela a fait toute la différence. Cette dépossession profonde et cette dévotion d'existence contenait en potentiel le désir de l'esprit car toute ma matière d'être s'y trouvait et toute matière contient l'esprit. Voulant s'accomplir, la matière adopte les chemins possibles, dangereux ou non, anormaux ou non. Elle cherche le



chemin pouvant se rendre à la rencontre même si elle part de la fusion et de son drame.

Chez moi, l'esprit a utilisé les forces dévorantes qui me consumaient pour m'amener vers lui; il s'est révélé à travers l'accueil de quelqu'un pouvant rester là face à cet état primaire d'existence. Il s'est même invité dans la radicalité implacable de ma brutalité et de celle de l'autre afin que, restant là ensemble, cette humanité douloureuse puisse devenir de l'être. Même s'il y a encore des périodes où tout redevient causal et mauvais, ce rapport blessé de part et d'autres devient lieu de rencontre et d'apaisement.

Bien sûr, ce lien d'accueil à mon être ne pouvait m'enlever ma douleur ni mon effroyable rapport. À l'intérieur de cette douleur, je fantasmais l'exorcisme de la haine.

### **Du mysticisme à une spiritualité plus réelle**

J'avais inscrit au corps un univers de fantômes marqués par le religieux, une recherche spirituelle à couleur psychotique. Ce mysticisme a été longtemps nécessaire pour tenter de résoudre les nœuds insolubles de ma vie. C'était une organisation du rapport cristallisé par le Christ et la croix, rencontre ne pouvant exorciser le mal, le meurtre et la mort. Cet univers de fantômes exprimait mon narcissisme, mon rapport sado-maso et ma douleur d'être. Mon corps était une croix. Puis peu à peu, j'ai perdu cet univers symbolique. J'ai pu apprivoiser mes carences, mes désirs meurtriers, mes impuissances. La présence et le lien réel conduisaient ma route vers une spiritualité plus réelle. Il m'a fallu cette première forme de recherche institutionnalisée dans la psychose avant de pouvoir approcher la dure réalité de la rencontre.

Habiter le drame de sa vie n'est jamais fait totalement. C'est un accueil à reprendre inlassablement. Oser regarder ses désirs meurtriers ou suicidaires n'est jamais facile. Reconnaître ses lieux de chaos, de dégoût et d'humiliation est tout simplement effroyable. Se rendre à l'évidence de ses fragilités et en tenir compte est un long parcours d'apprivoisement. Puisque tous ces états existent, le cheminement vers l'esprit impose cette lucidité qui malgré la honte et le goût de tout cacher demeure privilégié. Le ressenti de cette mort sombre à l'intérieur de soi évite les éclats dévastateurs et permet de se connaître. On sait alors que le chemin est ardu. S'humaniser est difficile. On ne peut plus se dissocier de celui qui dérive et se perd. Cependant, l'ambivalence demeure toujours présente et le chemin se fait avec elle.

Cheminer vers l'esprit, ce n'est pas d'être capable. C'est porter en soi ce qui est possible. Le lieu de l'esprit est dans nos cellules, que l'on en soit conscient ou non. Et puis, la traversée de l'esprit a sa forme très particulière en chacun.

Cependant il faut nécessairement la présence d'un autre pour apprivoiser trop d'enfermements. Cet accueil permet d'habiter ses souffrances. Consentir à ses douleurs conduit inévitablement à la fraternité à l'autre. On ne peut se dissocier du meurtrier, du terroriste, du suicidaire, de l'absent, de l'errant, du démuné. Il y a là une appartenance profonde qui nous rend fraternel à tous ces autres dont le chemin est aride et obstrué par des barrages inextricables. La voie de chacun est la seule route possible. Chacun la vit comme il le peut, au meilleur et au pire de son désir.

Il est infiniment long le temps nécessaire pour traverser la douleur, la haine, l'isolement et

découvrir qu'au noyau même de nos racines, nous ne sommes jamais seuls. Il y a toujours un autre au fond de nos absences. Tous les rapports sont faits de liens. Nos ruptures, nos violences, nos désordres sont constitutifs de ces liens. L'autre est toujours impliqué dans nos corps. Au fond de tous nos abîmes, il y a quelqu'un. Cette présence de l'autre au fond de soi est inaltérable. Cet autre nous tend les bras, ceux qu'il a et aucun autre. Ce sont ces bras-là qui peuvent conduire à la rencontre et permettre l'inclusion si on peut en habiter la douleur. L'anéantissement donné et reçu contient aussi la présence de l'autre assurant la survie et exprimant les drames du désir. Accueilli en soi, même le néant est voie de rencontre.

### **L'anéantissement habité est une demeure de l'esprit**

Apprivoiser les profondeurs du néant et ses douleurs, ses terribles douleurs, ne peut se faire sans des périodes de grandes paniques. Cela ne peut se faire que dans un temps très long et dans une exploration rigoureuse marquée par des oscillations entre fureurs, fuites et consentements. Pour approcher de tels états, la plupart du temps, ce chemin nécessite un accompagnement fort et chaleureux venant d'un autre. C'est une présence indispensable.

Mais quelle exigence! Habiter ses lieux d'absence et de néant : quelle exigence! Comment dire l'ampleur, la gravité de cette exigence! L'expérience d'être anéantie dans un rapport en est une des plus douloureuses. On peut comprendre qu'au cœur de cette exclusion, la haine ne se traverse pas. Un tel rapport est insoutenable à vouloir. Ce n'est que la force spirituelle de la matière qui peut traverser cet anéantissement et y consentir car l'esprit donne vie à tout état d'existence et le néant est sa forme la plus reculée. L'esprit passe dans la matière, dans le corps de chacun, dans la présence de l'autre, dans le quotidien de la vie et transfigure tout ce néant d'être. Par sa présence dans ce creuset-là, il amène à reconnaître que même là où se trouve le pire du mal humain, il y a la vie donnée et le potentiel d'en faire jaillir une rencontre. Reçu en soi ou par quelqu'un, toute cette mort vivante fait émerger un fondement d'existence libérateur.

Cet anéantissement habité devient une terre féconde pleine de ce qui est, délivrant l'énergie vitale et ouvrant un immense espace pour soi et l'autre là où il n'y avait que brutalité. Habité en soi ou par quelqu'un, transfiguré par l'interdépendance, le néant, cet étrange état d'être, peut devenir plénitude. Reçu, le trou noir d'existence se transforme en présence; il donne une grande fraternité à tout ce qui existe et en son cœur, parfois la vie peut se reposer. L'autre est vraiment là.

Bien que d'une folle exigence et marqué par une constante ambivalence, habiter son néant est un chemin pour se retrouver dans les bras d'un autre.

Habiter son néant est profondément un acte vivant. C'est un acte d'humanité.



## DEUXIÈME PARTIE

### L'interdépendance : principale force de l'esprit

La route vers l'accomplissement a sa forme particulière en chacun. Cependant, sur cette route, quelle qu'elle soit, il y a toujours la rencontre de l'autre. Bien sûr, le désir d'être de chacun et les événements de la vie, heureux ou tragiques, donnent à la réalité de nouveaux horizons souvent proches de l'intimité du désir mais c'est surtout la présence des autres qui nous amène à cheminer. Ces autres qui croisent notre route et en éclairent l'obscurité ont un impact majeur, essentiel. On ne peut s'accomplir seul. Les autres sont toujours impliqués dans le cheminement spirituel et l'interdépendance est la principale force de l'esprit. C'est l'espérance fondamentale.

### Transfiguré(e) par l'accueil de l'autre

La connexion profonde entre les êtres fait un pont salvateur qui conduit à la rencontre. L'interdépendance est inhérente à ce qui est et permet à tous une place d'inclusion dans l'humanité. À petite ou grande échelle, des êtres ont rejoint en eux le lieu de la présence et reçoivent toute vie. Bien sûr, recevoir l'autre implique de se recevoir dans ce qu'il fait vivre afin de laisser être la vie telle qu'elle est autant chez soi que chez l'autre.

Cet accueil est une loi profonde de l'interdépendance qui fait le salut pour tous. Un seul qui habite son humanité donne sa présence et reconnaît digne d'être toute manifestation de vie humaine. Il devient fraternel à tout autre étant ouvert à ce que cet autre éveille en lui. Il le reconnaît comme étant quelqu'un là. S'il y a horreur, elle demeure terrible et il ne la nie pas. Il la reçoit et laisse émerger en lui tout ce qui ressort d'un tel contact. De cette manière, il se relie. Il traverse ainsi la barbarie pour aller chercher l'humain emmuré dans son horreur. Il le fait en lui, chez lui. C'est de là que son regard reconnaît. Il explore les lieux touchés en lui-même et cela ouvre à l'autre. Cette communion est un arc-en-ciel d'intense lumière qui relie l'être le plus inachevé à l'esprit. Cette expérience avec l'autre devient une rencontre qui élargit l'espace d'existence pour chacun.

Cependant avant d'en arriver à cet état d'ouverture à tous ces lieux incluant la mort, la route est longue. Il y a plusieurs années de recherche. Avant de rejoindre les lieux d'apaisement en soi, il y a des années d'exploration tourmentée. Parfois même, au fin fond des zones obscures, on n'y rencontre qu'un enfermement impossible à traverser. S'il y a là quelqu'un capable de recevoir l'organisation fermée du rapport, cela cesse d'être dramatique. La rencontre peut alors se donner. L'interdépendance est puissante. Par certains, elle traverse toutes les impasses et les transfigure. Elle ramène la dignité là où il n'y en avait plus.

### Le lien inespéré est au fond de chacun

Tous les rapports sont faits de liens. Nos ruptures, nos violences, nos désordres sont constitutifs de ces liens : liens d'amour, de haine, liens de douleurs, liens brisés, liens de rage, liens de protections, liens complices... On pourrait ainsi nommer toutes les facettes



du rapport. L'autre est toujours impliqué dans nos corps. Au fond de tous nos abîmes, il y a quelqu'un. Les liens qui nous ont fait vivre et qui ont façonné notre rapport portent en eux beaucoup de présence si on peut en habiter la douleur. Toute l'humanité est là avec ses désirs et les complexités du désir.

Pour révéler ses lieux de compassion, tout ce qui se trouve dans le rapport réel exige un accueil en quelqu'un. Reçu, le désir enfermé sous des lignées d'appartenance marquées souvent par le manque et la survie, peut alors s'épanouir dans la dignité. On ne peut le réhabiliter qu'en le connaissant à l'intérieur de soi. Connaître n'a-t-il pas le sens de naître avec l'autre. Cela implique une exploration de ce qui est. Cela implique un consentement à tout ce que l'autre éveille en soi. Faire une place réelle aux formes indésirables du désir permet de faire le plein de tous ces lieux exclus de soi. Ces lieux malheureux sont alors transfigurés et donnent aussi la vie.

Longtemps, ces états de noirceurs sont terrifiants. Longtemps, il est impossible d'y percevoir la présence bénéfique de l'autre. On ne peut y descendre que peu à peu, relié à celui qui les a déjà explorés ou qui les explore avec soi. Toute noirceur est tissée de liens et contient la lumière d'un autre. Recevoir cette obscurité libère cette lumière de la nuit, donne une énergie de présence et conduit à davantage d'existence.

Au fond de soi, il y a tous ces êtres qui se sont reliés même dans une dérive de leur approche. Il faut nommer aussi la dure manière qui parfois véhiculait leur parole et nos impitoyables réactions qui ont mis la blessure au centre du rapport. Quelle que soit la forme plus ou moins tragique de ces liens, ils sont là. Paradoxalement, reçue, cette rencontre à la dure manière ouvre un élan très grand pour des bras ouverts qui enlacent le rapport. Reçus, ces liens tragiques donnent alors la vie. Sous la glace, sous la froideur, sous le regard meurtrier, sous l'isolement, il y a l'existence de quelqu'un qui nous a fait être de telle ou telle manière. Aux confins de la douleur, l'accueil de toute cette souffrance permet des retrouvailles fraternelles. Cet accueil éveille une expérience de compassion. La connaissance de soi dans ses actions-réactions et ses nœuds personnels de communication amène à comprendre par le cœur que ni soi ni l'autre ne pouvait mieux vivre. À cette profondeur reçue, il y a place pour chaque être humain et la mort donnée dans la vie peut rejaillir en rencontre. Cette rencontre est l'esprit.

### **L'esprit dans la gravité de la mort**

Si l'esprit a cette puissance de transfigurer tous nos états d'être pour les amener à la rencontre, on peut soulever la question de sa présence dans le passage de la mort finale de toute existence.

La mort est cette dissolution de l'institution corporelle connue. Peut-être est-elle aussi cette force de gravité, cette force de grande attraction qui entraîne radicalement vers l'autre dans le lieu profond de la plus grande présence. Apprivoiser ce lieu peut conduire à l'apaisement total lorsque viendra ce dernier moment à vivre. L'autre y est déjà présent.

Par l'interdépendance, l'esprit réhabilite tous les lieux de mort et toutes les formes de mort, y compris les plus cruelles. Il est en chaque être. Pour tout ce qui est impossible à recevoir, la transfiguration se fait par ces autres de l'humanité qui ont pu aller plus loin en eux-mêmes et s'ouvrir jusqu'aux extrêmes profondeurs de la mort. Par eux et par le

mouvement de chacun, aussi ténu soit-il, l'humanité se donne la fraternité dont elle a besoin pour accomplir le désir de la matière à être en toute rencontre. Qu'il le sache ou non, chacun est actif dans ce vaste mouvement.

### **La fraternité de la terre au cosmos**

Recevoir ces lieux isolés de l'extrême, accueillir ces lieux sombres et meurtris conduit à une fraternité profonde pour tout être humain. Cette position inclut ceux qui toute leur vie combattent la mort en la donnant dans leur rapport au monde, incapables de la recevoir en eux. Il est tellement exigeant de soulever les voiles aveugles sur nos douleurs et nos haines qu'on peut les comprendre. Nous sommes frères d'une même humanité.

Cette fraternité qui accueille chacun tel qu'il est se répand comme une onde puissante. Rayonnante à la surface de l'eau, elle amène tout dans son sillage. Irradiant à travers l'eau de nos peines, elle inclut tout. Elle s'étend à tous les règnes. Tout ce qui existe a sa valeur et sa dignité d'existence, de la pierre à l'humain, du plomb à l'or. Dans sa différence, chaque vie devient reliée à l'autre et appartient à la matière spirituelle.

Spécifique à l'humain, cette fraternité est fascinante car elle englobe toutes les formes de rencontre. Tout est là. Le lien est donné partout. Chacun est à sa place là où il est. Tout est relié dans une rencontre fraternelle différenciée mais indissociable. Chacun appartient à son espèce et habite la vie de son règne mais l'esprit les relie car l'esprit se donne dans toute rencontre et unit même ce qui est dispersé. La rencontre traverse la frontière de chaque palier d'existence. Dans les profondeurs de l'accomplissement, l'humanité fraternise avec toute la matière, du plus petit état au plus accompli. Ce n'est que l'humain qui peut amener la fraternité à ce niveau-là et ainsi conduire la matière à son plaisir d'être. Ce n'est que lui qui peut rendre valable et digne d'existence tous les états de la matière de tous les règnes quel que soit l'inachèvement.

Cette fraternité naît avec l'accueil de soi. Chaque subjectivité qui se reçoit ouvre les bras à tous ces autres quels qu'ils soient. Cela conduit à la rencontre de tous les êtres du règne minéral à l'humain. Chacun peut alors se ressentir frère du rocher, de l'arbre, de l'animal et bien sûr, de l'autre, humain comme lui.

Cette profonde appartenance peut alors donner toute l'humanité, même seule au fond d'une forêt.

Cette fraternité éclaire, réchauffe et fait vibrer. Elle est faite pour soi. Elle est faite par nécessité de rencontrer l'autre et le rendre proche de sa vie. Elle se génère par l'accueil en soi de ce qui est. Cet accueil est porté par le désir et son élan d'accomplissement. Tout peut permettre d'être si on en reçoit l'impact. Tout peut donner la vie et conduire à cette généreuse fraternité. Issue de l'interdépendance, cette fraternité est d'une fidélité indéfectible. C'est peut-être là que se trouve le sens réel de la notion d'infailibilité : au cœur même des plus grandes failles, il y a l'autre.

Ainsi, chaque être humain donne la vie, qu'il le sache ou non. Il la donne qu'il soit fragile ou non, qu'il soit noyé dans la mort ou non. Par sa présence au monde, il donne la vie simplement par ce qu'il est. L'univers de l'esprit est tellement vaste et la rencontre tellement puissante que l'humanité la plus déchue trouve en certains un chemin pour

rejoindre la lumière.

Cette passion profonde qui rend frère jusqu'au plus petit brin d'herbe conduit à la rencontre de tout ce qui est. Cet accueil fraternel transforme toute mort en vie, tout néant en fleur d'existence. C'est la paradoxicité, cette autre loi de la matière qui accompagne toujours l'interdépendance. Qu'il vienne en soi ou par l'autre, cet accueil est fondamental. Même infime, il contribue à redonner sens non seulement à notre histoire actuelle mais aussi à tout le passé de l'humanité.

### **L'accueil de soi réhabilite toutes nos lignées d'origine**

Reconnaître ce qui a constitué notre rapport, c'est reconnaître la vie et ses forces profondes, marquées ou non. Au-delà de tout mal, de toute dérive, au-delà de toute haine, il y a cette puissance du désir d'être qui a traversé les générations permettant la survie et assurant l'accomplissement possible. Cette force de vivre a passé par des lignées d'appartenance jusqu'à notre subjectivité personnelle. Reconnaître nos parents, nos lignées et tout ce qui a structuré notre rapport, c'est donner la vie autant à ce passé qu'à notre histoire actuelle. Cela permet aussi d'enrayer la démence pour les générations futures et cela leur donne des balises sur la grande route de l'évolution. Ces générations auront leur chemin à faire mais elles pourront s'appuyer sur leurs ancêtres pour reconnaître le sens de la vie plus rapidement que nous. Cette présence au cœur même de la lignée pourra continuer à instaurer le règne de l'esprit et donner le lien nécessaire.

Nos parents nous ont donné la vie avec leurs forces et leurs souffrances. Ils nous ont aimés avec le mal d'eux-mêmes, avec le mal de leurs lignées, avec le mal de notre rapport à eux. Ils nous ont aimés avec tout ça. Bien sûr, la vie reçue et donnée de cette manière marque dangereusement le rapport et laisse des séquelles souvent terribles. Si on reconnaît ces déchirements, on s'aperçoit que sous la blessure, il y a une complexité de liens importants, inachevés mais réels. Les pas de nos parents contenaient tous leurs désirs accomplis ou déçus. Tous leurs élans affectifs sont là quelle que soit leur amère manière. Il est long, et parfois impossible, le temps nécessaire pour traverser la douleur et la haine et découvrir qu'au cœur de ces tourments, le désir y était.

Ils nous ont voulu avec leur douleur, leur violence et leur urgence à survivre. Ces états d'être étaient compagnons de leur attachement. Il en est ainsi de nous. Ils nous ont voulu avec la culture de leur époque et la dérive de leurs valeurs et nous faisons comme eux. Comme eux, l'histoire de notre société nous a façonnés et c'est un privilège de pouvoir accélérer jusqu'à un certain point le cheminement vers l'esprit par la parole salutaire de notre démarche. Chacun essaie de faire en sorte que son histoire donne la vie avec davantage de présence d'une génération à l'autre. Chacun aspire à la compassion, à la dignité et à l'accomplissement. Cependant, on ne fait que ce que l'on peut. Rien d'autre et c'est valable ainsi.

Atteindre un grand niveau de présence est souhaitable mais n'est pas nécessaire pour être digne de lumière. L'être humain est trop atteint et trop petit pour se rendre loin par lui-même. Être là comme on est c'est suffisant. Se maintenir en route comme on peut en endossant les arrêts, c'est être. L'autre amènera notre vie inachevée à la rencontre.

Être chacun à sa place. De là, chacun est porté par les êtres qui peuvent davantage et porté

par cette force intrépide du désir, indissociable de la matière.

### **Un appel à être pour tous**

Être à sa place. C'est de là que le cosmos se rejoint. C'est de là que l'esprit se ressent. Ainsi s'accomplit le plaisir de la matière à ce que tout puisse rendre grâce. Cet appel à l'accomplissement là où l'on est n'est pas réservé à quelques-uns. Il implique tout le monde. Chacun y est invité. C'est un appel à être. Il est cet immense désir au fond de chacun dans la forme particulière de son histoire. C'est une grande aspiration à donner la vie.

Pour moi, c'est ça le chemin spirituel.

Je n'aurai jamais l'ampleur de cette compassion même si j'en ai le rêve en moi. Ma trop grande fragilité m'empêche de descendre. Je ne serai jamais capable de cette profondeur de présence. Ma haine est trop facile à reprendre, ma douleur trop aiguë. Je suis incapable d'assumer. Mon corps ne le peut pas. Peu importe, ça ne change rien à ma position. C'est la seule spiritualité qui a du sens pour moi. La seule quête à laquelle j'aspire est celle qui amène à ce lieu de présence où l'espace-temps n'est que rencontre de tout autre. C'est la seule quête qui éveille en moi l'espoir qu'un jour l'océan porte son nom, que la montagne soit la rencontre et que la terre soit pleine.

Quelles que soient mes incapacités d'accomplissement, la seule fraternité qui m'intéresse est celle qui conduit à ce lieu d'inclusion où tout peut faire jaillir la parole de l'esprit. Dans les dures périodes où la spiritualité n'est pour moi qu'une expérience de grand rêve, dans ces moments-là, je me tourne vers ceux qui l'apportent dans leur présence au monde. En souhaitant la vivre un jour au fond de mes abîmes, ils sont là et je m'appuie sur eux.

# AU-DELÀ DE LA CONFUSION : HABITER SON DENSE POUR QUE ÇA DANSE AVEC L'AUTRE

Chantal Tricoire

chantrie@free.fr

J'ai rejoint en moi du « tout confondu » dans l'expérience d'un corps condensé à l'une de ses parties : l'oreille. Mon corps vécu comme une oreille s'assimilait à elle. Un corps réduit à une infime partie de lui-même, mais vécu dans cette densité d'un bloc, d'un aggloméré de soi inextricablement lié.

Un corps faisant masse, sans brèche ni fissure par là où la lumière puisse s'infiltrer, passer, pénétrer. Un unique lien me reliait avec le monde, le son. Pas de lumière, un noir opaque, dense, venu de cette épaisseur sans zone d'amincissement, sans déchirure, ni trou... Rien qui ne passe, pas même le temps. L'opacité rimait avec du temps figé; comme un temps hors de lui-même, lui qui n'existe que dans un écoulement, une durée, lui qui ne se donne à sentir que dans une succession d'instantés séparés, dans un intervalle qu'il dessine, dans un sillon qu'il creuse, dans l'espace qu'il fait surgir entre deux moments : entre une entrée et sa sortie, entre un début et une fin. Habiter ce corps, c'est habiter le temps de l'attente, habiter une éternité morte, arrêtée dans le lieu d'une attente; une attente interminable, sans début ni fin, toujours déjà là, ne se donnant à connaître que par elle-même; du sans mouvement, cette permanence d'un arrêt qui ne saurait rien de ce qu'il arrête mais garde intact; une attente sans événement pouvant lui permettre de se tromper elle-même, mais une attente cherchant pourtant à se distraire en fouillant du regard le mouvement du monde environnant, attentive aux autres et s'oubliant dans l'écho bienfaisant du frémissement de leurs vies, dans son bouillonnement mais pour se retrouver plus pesante encore, plus lourde de tout ce temps qui s'y serait condensé.

Habiter ce temps de l'attente, c'est habiter une mort, une mort non pas promise, ou s'affichant comme perspective, mais installée dans le déjà mort de cette attente sans nom, sans but, sans même un sens. Une attente qui ne serait ni la mort, ni la vie mais peut-être un condensé des deux; un lieu où la vie et la mort inséparables se seraient mêlées, enlacées si parfaitement qu'il serait devenu impossible de les y reconnaître, l'une étant devenue tellement l'autre. L'attente serait ce lieu où la vie coïncide avec la mort, s'y superpose si adhésivement qu'il ne serait plus possible de les décoller et encore moins d'apercevoir leur moindre trace de collage. Perfection d'un collage invisible, accord parfait entre les parties s'emboîtant sans la moindre faille, harmonie d'un tout dont toute fausse note aurait été chassée et toute dissonance annulée.

Ce corps condensé n'est exposé qu'à la violence de sa disparition, violence de la disparition du corps lui-même dans la diversité de ses parties disparition de la richesse de cette complexité qui le constitue au profit d'une exclusivité totale. Toute la violence invisible de « ne pas pouvoir distinguer quoique ce soit de soi-même » se condense ici, faisant disparaître aussi l'Autre dans l'indistingué, l'absorbant dans cette masse indifférenciée.

Aujourd'hui je peux sentir comment s'appréhendait en moi, dans l'épaisseur d'un fantôme, mon propre corps. L'illusion d'une totalité pour ne pas sentir son dépossédé,



l'illusion d'un entier pour ne pas sentir son fragmenté, l'illusion d'un rassemblé pour ne pas sentir son éclaté. Mais derrière un corps tellement nourri d'illusions se dissimule toute une privation intouchable.

Il m'a fallu faire ensuite l'expérience d'un corps écartelé, un corps retenu d'effectuer le moindre mouvement; un corps subissant la torture d'être entraîné dans deux directions opposées; un corps maintenu sous le joug de tensions identiques mais se tournant le dos. Accueillir en soi l'expérience de ce corps écartelé, c'est habiter ce corps emporté dans du sens opposé qui reste figé; un corps tendu dans un effort de choisir considérable mais qui reste tenu au même endroit faute de le pouvoir.

Pourtant habiter ce corps écartelé, c'est vivre aussi son corps restauré dans une bipolarité jusqu'alors ignorée. Mais le mouvement ne peut s'y reprendre car ce bipôle découvre le lieu d'une indécision la plus totale, une indécision qui garde le corps paralysé, pétrifié devant tout engagement, un corps qui vit le différé de tout, différé de vivre comme de mourir.

L'indécision est la rencontre en soi avec cette violence d'une symétrie exercée sur le corps, une symétrie parfaite dans une équivalence de tensions et l'habitation d'une dualité conflictuelle insupportable, avec laquelle il faudrait tenir mais dont ça cherche à sortir. L'indécision rime alors avec démission. La démission se révèle être le plus sûr moyen d'échapper à l'entrée dans ce duel, un duel avec l'Autre comme avec soi-même; vite baisser les bras, vite se retirer pour tenter de n'être jamais assimilé ou absorbé et pourtant l'être quand même. Car pour survivre dans l'indécision s'impose ce besoin d'un Autre consentant à choisir à votre place, consentant à inscrire votre vie dans la sienne. Hors de cette connivence avec un Autre, pas de mouvement de vie possible, ni de sens possible.

Hors la démission, c'est le plus souvent un mouvement violent de trancher dans le vif qui s'impose. Le corps happé dans l'insoutenable de cette rencontre en soi d'un aussi grand écart devient vite incapable de le tenir et se soulage en évacuant sur l'Autre toute la charge du conflit naissant, en collant, dans le même temps, sur lui toute la responsabilité de l'agression. Mais la lutte est de courte durée car l'écart doit se combler pour retrouver l'unité et quand l'intervalle se referme, la confusion s'abat sur l'Autre, le laissant désarmé. La confusion jetée en l'autre brouille son esprit, éteint le clair de sa pensée pour y installer son noir; le noir d'un « ne rien comprendre » de ce qui lui arrive. Le conflit se clôt dans cette séparation sans appel des deux pôles. Dans ce moment où se tranche la place de l'un comme la place de l'autre, c'est l'apaisement d'un retour à cette totalité perdue et toujours à refaire. Mais quand l'un doit disparaître pour que l'autre vive, la victoire est illusoire et se paie d'une privation plus grande encore.

Habiter cette indécision, c'est s'ouvrir peu à peu à l'illusion d'un choix, à l'illusoire de ces efforts fournis pour peser deux possibles, pour les comparer en cherchant ce qui pourrait donner à l'un plus de poids qu'à l'autre et emporterait la décision. C'est découvrir en soi que ça cherche à choisir quand ça persiste à sentir deux pôles bien séparés pour ne pas voir l'impasse, pour s'éviter un « sans issue » à vivre et la montagne de désespoir qui l'accompagne. C'est s'ouvrir peu à peu à cette compréhension que ça cherche à sortir de l'impasse quand ça n'y est même pas entré et comme sortir de l'impasse pourrait être seulement consentir à s'y engager.



Recevoir son indécision, c'est habiter son impuissance totale à tout choix et sentir comment le « renoncer à rien », ni au désir du choix qui obsède, ni aux possibilités de choix qui s'offrent, est vital. Que le « ne pas choisir » protège les deux pôles sans en exclure aucun, sans lâcher l'un pour l'autre, contribuant à garder la vie et la mort ensemble dans cette attente de consentir à sa vie comme étant sa mort au même endroit. Quand ça peut tout garder en soi, sans se défaire de rien, dans l'espace d'y consentir ça se réconcilie. Habiter son indécision c'est rencontrer l'illusion d'un choix quand la fusion de ses termes le rend impossible, c'est découvrir qu'il y aurait rien à choisir, là où toute vie serait identiquement la mort. Dans le moment où ça peut consentir à ce que sa vie soit sa mort, ça peut devenir vivant; vivant de cette mort consentie et ça peut ouvrir un espace dans le « sans intervalle ». L'écart émergeant du consentement à ces pôles confondus ouvre alors l'espace en soi pour du temps, pour une durée, ouvre un intervalle entre le début et la fin de la vie, entre une naissance et une mort.

Mais dans la démission comme dans le retranchement, le temps reste bloqué dans sa course et son écoulement, bloqué en soi et par soi privant le corps d'être introduit dans une histoire sauf à vivre un « sans passé » et « sans avenir » comme l'histoire même de sa vie, une vie sans histoire, tranquille, débarrassée du conflit et du risque; une histoire morte avant même de s'écrire qui ne laissera aucune trace, un corps resté mort de n'avoir pas été inscrit dans l'histoire même de sa vie.

Je pourrais dire aujourd'hui, comment là encore, se tenait confondue la fascination de la mort avec son aversion, toute une répulsion de soi avec son attraction.

La maladie fut alors pour moi un grand moment d'ouverture à la confusion, comme un écart qui s'ouvre cette fois mais à même le corps pour séparer et réconcilier au même endroit ce qui était confondu ou avait disparu. Mon corps prend alors en charge l'écart insoutenable en décollant deux bouches jusque là retenues dans un « bouche à bouche » indifférencié. Apparaissent une entrée et une sortie qui seraient restées indiscernables, sans ce détour par l'acte chirurgical. Ce fut, dans le même mouvement, la rencontre dans mon corps avec du vide là où ça se prenait pour du plein, la rencontre avec cette non retenue totalement recouverte jusque là par ma retenue; la rencontre avec mon impuissance cachée dans la toute puissance de ma retenue. Ce mouvement qui se reprenait dans mon corps que je croyais tant figé et immobilisé, se donnait à connaître mais comme mouvement ayant peur de lui-même. Des tremblements m'agitaient, des secousses m'animaient de la tête aux pieds. Mon corps grelottait. Je sentais peu à peu comment ce transi de froid recouvrait un transi d'effroi, une vraie terreur du mouvement, de tout mouvement et comment juste bouger pouvait m'être menaçant. C'est la mort qui frappe à la porte et à laquelle jusqu'alors il fallait me retenir d'ouvrir. S'ouvrir au mouvement dans mon corps s'expérimente comme s'ouvrir à l'existence d'un combat intérieur entre la vie et la mort. Un combat dans lequel se cherche sa valeur mais une valeur indistinguable de ma puissance d'abord. Si la puissance au combat se mesure à l'aune de ses victoires sur un adversaire ou même sur cet adversaire que l'on se découvre être à soi-même, toute valeur assimilée à la puissance ne peut être du coup recherchée que dans une épreuve de force avec soi-même et non dans la richesse intérieure de son être. Une valeur recherchée sans les autres, comme si on pouvait se la donner à soi-même, tout seul

Le vide alors installé dans le corps peut être ressenti et s'appréhende comme une place



vidée de l'Autre mais une place surtout restée vide pour l'y accueillir. La place vide, c'est ce couvert ajouté sur la table pour ce visiteur imprévu, pour ce pauvre qui pourrait s'annoncer derrière les carreaux. La place vide, c'est une place pour accueillir enfin ce pauvre de soi-même, tout ce pauvre en soi, ce privé et ce dépossédé qu'on retenait si loin de soi. Tout le condensé de soi en un point s'ouvre en une nouvelle figure, celle du cercle; un soi qui intègre son vide à la manière d'un espace ouvert en son centre et circonscrit par la circonférence du cercle. C'est le mouvement tant retenu qui peut surgir enfin dans un « tourner en rond », un tourbillon posé sur un plancher et protégé de s'enfoncer, le tourbillon de cette danse avec cet autre de soi-même. C'est alors un espace ouvert pour le temps, un « espace temps » courant de minuit à midi et de midi à minuit; du temps pour le jour et du temps pour la nuit, un temps pour la mort et un temps pour la vie. C'est l'ici et maintenant d'une expérience d'un tour sur soi-même qui se découvre et s'approprie par les deux faces.

Ce tour me ramène alors en mon point de départ, ce « corps oreille » qui s'expérimente « sourd » cette fois. S'il me fallait ouvrir l'oreille aussi grande, au point qu'elle occupait tout le corps, c'est parce que j'étais sourde et que je l'ignorais. Cette surdité me retenait dans un silence dont je ne serais pas là pour vous parler si je ne m'étais pas approprié tous vos mots pour le faire. Car de mots, je n'en avais que trois que je déclinais sur tous les modes : Silence, Solitude, Souffrance. Trois mots en « S » qui sifflaient en moi comme un vent violent m'agitant corps et âme; un vent balayant tout sur son passage, un vent glacé et desséchant faisant de ma vie un lieu sec et désertique, un vent effroyable faisant de mon corps et de mon âme des lieux inhabités et inhabitables.

Mais ce corps restauré, libéré de ses tensions, ce corps léger pouvant enfin danser avec son opposé, est un corps consentant à son éclatement et accueillant sa confusion extrême. J'ai vécu mon corps bombardé de sens, explosant sous le sens, envahi et submergé de sens, du sens surgissant de partout. Un moment à vivre où plus rien ne se comprend du tout et de ce « ne rien comprendre du tout » accueillir tout ce sens qui émerge au même endroit; le fou d'une totalité qui arrive en soi, mais du tout séparé, sans aucun lien cette fois, à habiter dans « tous les sens » comme un gigantesque délire, une déliaison totale, un moment où tout se défait mais en se défaisant, délie la langue pour qu'elle délivre sa parole et délie le secret pour qu'il révèle son mystère.

Le secret révélé est secret d'une mort dans laquelle ça se tenait enfermé. Une mort tenue secrète et entretenue dans le secret pour déjouer ce risque immense : celui d'un abandon. Habiter sa vie révélée, c'est rencontrer l'immensité d'une confusion insoupçonnée, c'est habiter désormais le secret d'une mort qui serait « mourir confondu » et consentir à l'Être.

Me voilà donc devant vous « confondue », me confessant d'un vol et m'en pardonnant tout autant, car sans ce vol, je ne pourrais plus être là pour vous l'avouer et recevant ce vol comme moi-même, pour vous redonner votre vie à l'endroit même où elle a été prise.

Recevoir en soi tout ce « confondu » de soi ouvre alors cette expérience paradoxale où la douleur fait hurler de joie, la mort fait se sentir vivant, où le sans avenir de la maladie met en projet, précipite dans le temps, dans une histoire, où tout le noir en soi s'éclaire en restituant de la lumière au même endroit.

Avec la sortie de ma surdité, c'est mon silence qui s'habite, la possibilité d'apprendre des

autres qui s'ouvre dans une circulation nouvelle, celle d'un « bouche à oreille » et au même endroit, cette possibilité nouvelle de m'entendre parler. S'entendre parler, c'est pouvoir recueillir en soi sa parole pour accueillir le sens qu'elle porte et qu'elle délivre au même endroit. C'est ce passage d'une écoute toute tournée vers l'autre à un possible dialogue intérieur et une rencontre avec soi-même. C'est un consentement à toute cette ruminantion sans sens, qui tourne « avide » comme une bouche qui absorberait tout et retiendrait tout, sans pouvoir n'en faire rien d'Autre. C'est consentir à toute sa privation de mots, à ce « sans parole », et se donner à soi-même ce consentement à prendre les mots des autres en portant toute sa honte et le poids de sa faute pour que sa parole s'habite enfin et éclaire l'Autre, que sa parole fasse entrer l'Autre dans cette ronde infinie du sens, dans ce « bouche à oreille » permanent, qu'est le dialogue et l'échange.





# ÊTRE UNE BONNE EXPÉRIENCE POUR L'AUTRE

Yvon Blais

yvonblais@videotron.ca

Il y a de ces histoires que l'on entend parfois, et qui, au moment où on s'y attendait le moins, viennent tout à coup nous surprendre, éveiller quelque chose de fort. Et nous figer sur place.

On est rejoint, sans savoir trop où. Mais on sait que quelque chose vient de se passer.

On le sent corporellement. De ces histoires qui font corps avec nous.

Cette expérience m'est arrivée il y a quelques années, à l'occasion d'une conférence de Boris Cyrulnik. Mon intérêt était soutenu mais sans plus. Puis il y a eu cette histoire qu'il a racontée, juste avant l'heure du dîner. J'ai senti l'impact. J'ai dû rester assis plusieurs minutes sans être capable de me lever.

Cette histoire a été par la suite une source de stimulation sur le plan de l'écriture et de la publication d'articles. L'utilisant comme métaphore, je lui ai trouvé différents sens.

Mais qu'advierait-il si au lieu d'en faire quelque chose, je suivais le mouvement qu'elle révèle, sans rien provoquer, sans rien arrêter, sans en faire quelque chose : si je l'abordais en prenant la position de recherche en Abandon corporel. Qu'advierait-il? (Curieusement cette nouvelle position que j'ai essayé de prendre, a coïncidé avec l'apparition de vertiges, que le médecin a appelé d'ailleurs des « vertiges de position ».)

C'est en réalisant toute l'exigence qu'il y a à se maintenir dans cette position que je reprends ici, aujourd'hui, cette histoire véridique arrivée en France, dont voici un extrait.

C'est un soir malheureux pour un colonel à la retraite : son chien, qui s'appelle Éden, vient d'être frappé mortellement par une voiture. Il y a ce vétérinaire pas loin qu'il connaît : « *Peut-être qu'Éden peut encore être sauvé* ». Mais il n'y a plus rien à faire.

Le colonel ne l'a pas pris. Il n'y a pas de place en lui pour accueillir une perte aussi soudaine. Incapable de consentir à cette douleur, il part sur le champ faire le tour des chenils.

Le lendemain, à sa grande surprise, le vétérinaire voit arriver dans son cabinet un chien semblable à celui de la veille, voire identique : même race, même couleur. Mais cette fois-ci, en pleine santé. Le colonel lui dit : « *Il s'appelle Éden, vous ne trouvez pas qu'il est un peu moins*



*beau? »*

Le chien Édén 2, ne pouvait être que décevant. Quoiqu'il fasse, quoiqu'il essaie de faire, c'est peine perdue. Parce que le maître compare sans cesse. L'autre était mieux, l'autre n'aurait pas fait ça.

On peut imaginer, dans un tel contexte, comment il peut être difficile pour ce maître d'investir le nouveau chien, étant incapable de laisser émerger en lui un espace pour que celui-ci puisse être ce qu'il est, comme il est, sans vouloir le changer et ainsi lui donner d'être autant qu'il peut être.

On peut imaginer comment il peut être difficile aussi pour ce chien de se donner ce qu'il a, s'il reçoit constamment sa vie du maître comme décevante, et ne faisant pas de sens.

Cela, quoiqu'il fasse et même s'il en fait beaucoup pour être.

Pour revisiter cette histoire en adoptant une position ontologique, il fallait d'abord consentir au mouvement intérieur que celle-ci révèle, comme m'appartenant.

Une position qui demande de prendre le temps, le temps de le recevoir, car ce mouvement souvent nous échappe.

Ce consentement m'a amené à sentir et à reconnaître la déstabilisation, que, d'emblée, cette histoire créait chez-moi. « *Vous ne trouvez pas qu'il est un peu moins beau? »*

Cette phrase m'a donné accès tout à coup à la crainte de ne pas être une bonne expérience pour l'autre. Pour cet autre qui compte pour moi. Une crainte rarement ressentie parce que tout est organisé « naturellement », si on peut dire, pour ne pas y avoir accès.

Donner satisfaction. Être « irréproché » et irréprochable. Être utile, et, si rassuré d'entendre : « *Une chance que tu es là* ». Être intéressant. Touchant. Être distrayant : amuser, faire rire. Faire plaisir. Se dévouer, se donner, aider. S'offrir. Animer, créer du mouvement. Être vivant. S'inquiéter qu'avec l'âge son corps ne repousse pas l'autre : faire du sport, bien manger, maigrir. Penser se faire refaire.

Et dans les moments de plus grande fragilité, ne pas vouloir seulement être une bonne expérience pour l'autre, mais vouloir en être la seule, sans partage : être tout pour l'autre.

Puis réaliser douloureusement, toute l'ampleur de cet enjeu : être une bonne expérience pour l'autre. Ou sinon... ne pas être.

Sentir que le goût de l'autre pour moi s'amenuise peut facilement devenir invivable et

m'amener dans le ré-agir. Le désinvestissement peut s'installer : ne plus être intéressé, ne plus rien ressentir pour l'autre. Se retirer. Ou c'est la colère qui vient tout recouvrir : en vouloir à l'autre, s'en vouloir. Avoir l'impression de s'être fait avoir.

Me laisser rejoindre par cette histoire, c'est consentir encore et encore à ce mouvement intérieur et arriver ainsi à ressentir tout l'enfermement dans lequel « vouloir être une bonne expérience pour l'autre » pouvait créer en moi. Sentir l'étroitesse de l'espace que cela me laisse pour vivre. Toucher à la non-vie, à la dépossession qu'implique cette façon de se relier à soi et aux autres. Moi qui avais et donnais l'illusion d'être si vivant.

Consentir enfin à ce mouvement intérieur, peut m'amener parfois « de l'autre côté du miroir », comme pouvait le faire Alice, et me permettre de faire l'expérience de quelque chose de nouveau, dont je soupçonnais l'existence mais sans y avoir touché vraiment : sentir la peine. Une peine, à laquelle je peux faire toute la place et qui, paradoxalement et curieusement, me donne d'être... me donne de la vie.

Une peine avec laquelle je me sens faire un et qui tout à coup, me fait sentir moins seul.

Comme si j'avais accès à la peine de chacun et peut-être un peu aussi à la peine de toute une humanité.



# L'INCONTOURNABLE DE LA MORT, L'INCONTOURNABLE DE LA VIE

Murielle Plamondon

mplamondon@videotron.ca

La mort comme finalité de la vie a toujours éveillé en moi des sentiments de peur, de frayeur, d'horreur. C'était pour moi la pire chose et puisque la mort existait à la fin de la vie, rien n'avait de sens. J'étais convaincue que toute notre vie était consacrée à oublier que nous allions mourir un jour.

Dans un premier mouvement, je suis toujours paralysée, sidérée par la mort. Je pense que d'autres hommes ont vécu et vivent encore des sentiments semblables aux miens mais qu'ils ont trouvé dans les différentes religions ou philosophies un lieu où se rassurer et où déposer un peu leur angoisse.

Quoiqu'il en soit, tout ce vécu se passe dans la vie... Qu'est-ce qui, dans la vie, est aussi horrible? Je sens une crainte viscérale de disparaître dans le néant, une crainte de la maladie, de la souffrance, de l'impuissance totale et de la solitude éternelle. Le changement, le mouvement, éveillent d'abord l'angoisse. Pourtant, la vie est changement continu. La mort et la vie sont intimement liées. Parler de la mort m'amène dans le déroulement de la vie, dans le processus d'humanité. Depuis toujours, des hommes naissent, vivent et meurent alors que d'autres naissent, vivent à leur tour, pour mourir ensuite, mais le processus de la vie se continue... C'est un processus d'humanité où chacun constitue, pour un certain temps, une partie de ce grand mouvement, de cette grande chaîne de vie... C'est la finitude de chacun mais l'infinitude de la vie...

Je prépare ce texte pour vous le présenter, je vous sais présents, et je veux vous dire à ce moment-ci que je me sens complètement affolée de ce que j'écris. Ce sujet que j'aborde éveille en moi de puissantes émotions. Je ne le savais pas, je ne le réalisais pas, je viens de le sentir. Je ne peux traiter de la vie, de la mort, en dehors de moi, en dehors de vous. Ce grand mouvement, cette humanité dont nous faisons partie, la vie, la mort, je trouve cela affolant. Je touche quelque chose qui me dépasse, quelque chose de bien plus grand que moi. Serait-ce l'univers spirituel?

L'indissociable de la vie et de la mort, j'en ai fait l'expérience dans la maladie. Atteinte d'un cancer depuis quelques années, j'ai dû considérer la mort de près. Paradoxalement, alors que mon corps s'engage dans des processus de destruction, je me sens plus vivante qu'avant, et on me dit aussi plus vivante qu'avant.

J'ai vécu des moments extrêmement difficiles. Mon corps parlait presque continuellement. Je devais me suivre, je n'avais pas le choix. Je n'avais pas l'énergie nécessaire pour me distraire et je ne pouvais rien faire d'autre que de sentir la douleur, la fatigue, la peur, l'angoisse. Paradoxalement, juste d'être là, de ne pas avoir le choix de recevoir tout cela, me faisait du bien. Ce contact avec moi était bon. Un processus de mort s'était nettement installé en moi, me forçait à rester présente et cela était bon malgré la souffrance et tous ces sentiments pénibles. Je connaissais une intimité avec moi que je n'avais jamais connue. Dans cela, j'étais plus vivante que je ne l'avais jamais été. C'était comme si mon corps



devenait un lieu de vie et de mort : je ne pouvais qu'être présente à ces cellules qui se réunissaient en masse pouvant causer la mort, mais qui en même temps, en se multipliant ainsi, étaient de la vie, mais de la vie pouvant mener à la mort... Tout en vivant des moments extrêmement pénibles, je vivais des moments extrêmement précieux. Je dirais actuellement : je trouvais comme un trésor en moi.

Et ce trésor me liait puissamment aux autres. Quelque chose se passait dans mes rapports que je ne comprenais pas. Je n'aurais jamais pensé que les autres seraient aussi présents. Je les sentais là pour moi, mais pour eux aussi. Comme si l'expérience que je vivais les amenait dans leur vie, nous liait ensemble d'une manière peu habituelle. Quelque chose est arrivée qui là encore me dépasse, est plus grand que moi. Quand je repense à tout cela, quand je me retrouve dans ce qui s'est passé particulièrement en 2004, je suis convaincue que ce qui s'est fait en moi et la présence des autres m'ont permis de demeurer en vie. En moi, il s'est passé ceci : alors que j'ai eu le plus à considérer la mort de près, il me venait : « *Il se peut que je meure, il se peut que je vive. Fais confiance à la vie.* » Ces derniers mots, qui jaillissaient spontanément en moi, n'étaient-ils pas de nature spirituelle? Je n'en sais rien, je sais seulement qu'il ne s'agissait pas de mots que je disais avec ma raison mais bien de mots qui émergeaient seuls de moi, comme venant de moi mais sans venir de moi, comme venant d'un lieu plus grand que moi. Je vivais tout cela d'une manière que je ne peux m'expliquer encore aujourd'hui.

Et il y avait la présence des autres. Beaucoup de personnes étaient là. Je me sentais soutenue, épaulée, considérée. On prenait soin de moi avec affection et douceur. C'est difficile à décrire, c'est difficile de mettre des mots sur cette expérience. Peut-être que je sentais à quel point nous sommes interdépendants, reliés. Nous étions vraiment ensemble dans quelque chose que nous nommons la maladie, qui frôlait la mort mais qui générait beaucoup de vie. Ce lien aux autres s'est manifesté assez particulièrement une fin de semaine où nous étions quatre personnes réunies ensemble. J'y suis allée malade, je tenais à y être et il me semble que les autres y tenaient aussi. J'ai eu très mal la nuit, j'étais inquiète mais je me disais que les autres étaient là, que nous pourrions parler le lendemain, recevoir ensemble ce qui se passait et qui dépendait de la maladie mais aussi d'un vécu éveillé la veille. Je suis revenue de là avec le sentiment qu'un tournant venait de se prendre. La chimiothérapie s'est mise à agir... Que s'est-il passé?

Que de vie dans ce processus de mort! Et que de mort dans le processus de vie! Je m'explique. Ce contact très vivant à moi que j'ai connu dans le pire de la maladie, quand cela va bien, je le perds rapidement. On dirait que c'est la vie qui prend le dessus et pourtant je perds contact avec la vie. Je me mets à contrôler la vie. Je perds contact avec mon corps. Je vis en dehors de moi. Je ne sais pourquoi ni comment cela devient ainsi. Je ne suis plus en rapport à partir du dedans de moi. Je perds cette chaleur, cette vie qui bat. Tout devient vide. Je sais bien que cela aussi est de la vie, mais quelle différence!

Comment se fait-il que le processus de mort amène à une telle intensité de vie? Comme si recevoir cela, l'habiter, c'était aussi habiter la vie... tandis que d'essayer d'habiter seulement la vie, c'était se priver énormément... c'était rendre morte une partie essentielle de nous... et nous retrouver apparemment vivant, mais mort... sans vie... ou avec une vie tellement terne...

Je fais l'expérience d'un renversement de situation. Je pensais que le bonheur, que la vie, se

trouvait dans un univers protégé. Celui-ci semble chaud : un cocon. Il apparaît désirable. Vu du dehors, c'est le bonheur. Tout semble réussir. Pas de grande surprise, mais la sécurité. Rien ne change. Un travail assuré, une sécurité d'emploi, un couple qui dure, des fins de semaine désirées, les vacances, le travail qui reprend... du connu... du prévu. Rien de trop vivant, rien d'affolant. Rien de très gai, rien de triste non plus. Pas d'émotion, pas de cœur qui s'affole... et si cela arrive, c'est la panique... Il me semble qu'il s'agit là d'un désir d'homéostasie et comme la vie se trouve dans le mouvement, je dirais presque que le désir d'homéostasie est un désir de mort. Mais tout cela est très lié. D'un côté ou de l'autre, la vie n'est jamais facile. Il me semble que l'homme est continuellement en recherche, en recherche de lui-même, en recherche des autres, en recherche de ce qui le dépasse... autant dans l'expérience d'homéostasie que dans l'expérience du mouvement.



# **L'INCONTOURNABLE DE SOI : IMPASSE ET OUVERTURE**

**Modérateur : Claude St-Amand, Québec**



# FRAGMENTS PSYCHOTIQUES ÉVEILLÉS DANS LE RAPPROCHEMENT : PARADOXE D'UNE DÉLIVRANCE

Pierre-Paul Poirier

pppoirier@videotron.ca

Le présent texte parle de l'exigence du rapport direct et aussi de l'atteinte corporelle apparaissant à cette occasion comme un tracé nouveau d'accès à soi. À partir d'une expérience de rencontre en vie de couple.

## **L'expérience de rencontre**

Tu es là, tu m'écoutes, attentive mais sans attente,  
Bienveillante.

Tu me dis qu'il y a quelque chose qui ne va pas.  
Je le nie.

Tu reviens à la charge.  
Je me re-nie.

Un doute et un désir s'éveillent en moi.  
Pourquoi ne pas parler?  
Je me sens coupé de moi-même.  
Ça m'enrage au fond.

J'ai beau dire que ça va, que je suis fatigué;  
Tu ne me crois pas, tu reviens à la charge et tu me répètes que ça ne va pas.

C'est stupide mais c'est comme ça.  
Le temps passe.  
Mon corps est douloureux, angoissé.  
J'hésite à me ressentir.

Me revient le souvenir d'une délivrance, d'un bien-être corporel suivant un laisser être, après avoir risqué une parole intime. Moment de délivrance déjà expérimenté dans des sessions d'abandon corporel en groupe après de longs moments de blocage et d'isolement.

J'aspire à me ressentir.

C'est l'enfer à l'intérieur, déchiré entre une retenue de plus en plus perçue comme

défensive et comme une mise à distance, et un désir de me partager ou en tout cas D'ÊTRE AVEC.

Le désir d'être avec moi l'emporte.

Je ne me retiens plus, je dis des choses longtemps retenues, interdites en moi, ou difficiles à dire dans un rapport direct : ma rage, ma déprime, ma confusion, mes lieux de doute, mes réserves.

Dans un mouvement imprévu je me mets à te parler et à me laisser te dire mon désarroi, sans m'arrêter, sans me taire, à laisser sortir mes peurs profondes, et tout ce qui vient avec. Jusqu'au bout.

Un instant de lumière apparaît en moi, lumière et chaleur vivifiantes.

Puis un sentiment de peine immense, et la sensation d'une dislocation corporelle, comme si mon corps se défaisait en mille morceaux.

Je continue à vivre.

Je respire.

Je respire de mieux en mieux.

Quelque chose de fondamental s'est ouvert en moi.

Je suis à un autre niveau avec moi-même.

C'est comme MON ÊTRE sans interdit, MON ÊTRE assumé.

Je me nomme en moi que je viens de vivre un moment que je pourrais qualifier de mini-psychose, de coupure de moi-même.

Et, à la réflexion, je me demande quand j'étais le plus coupé de moi-même : est-ce avant de m'ouvrir, au moment où je tenais le coup, arc-bouté dans une position de résistance et de protection, m'appuyant sur mon corps pour me resserrer, me contrôler, m'interdire de laisser passer ce qui est vulnérable en moi?

Ou bien est-ce dans l'expérience nouvelle, étrange, d'une sorte de fragmentation corporelle, d'étrangeté à moi-même où je m'expérimente sans forme momentanée, mais aussi comme ayant une forme instable?

Et je me dis que c'est peut-être la recherche d'une nouvelle forme qui est en train de se faire.

Ce sentiment de recherche d'une nouvelle forme demeure vivant en moi, il semble

s'installer comme un mouvement.

Il reste présent.

J'apprivoise cet un espace attendu depuis toujours.

Ce sentiment d'être en vie dans cet espace instable est accueilli comme quelque chose de précieux.

Dans ce lieu, je ne suis plus seul.

J'ai davantage la sensation d'être avec l'autre, moins menacé et moins frustré.

Mes lieux de doute, de crainte, d'impuissance demeurent.

Ils sont moins enfermés, ils sont plus associés à de la vie.

### **Retour sur l'expérience de rencontre**

Je peux voir autrement différentes expériences : comment on essaie de s'arranger tout seul pour éviter sa propre vulnérabilité, l'inconnu de son expérience sensible.

Je vois aussi que cette ouverture plus grande au corps et au monde arrive à l'imprévu, de façon inattendue, dans une sorte d'involontaire, pas nécessairement quand on le voudrait.

Ce rapport que l'on pourrait qualifier d'ontologique me qualifie en tant qu'être humain.

Il ne peut se produire que dans la rencontre. Car c'est dans la rencontre que l'éclatement ou l'ébranlement de l'organisation corporelle se produit, donnant ainsi accès aux éclatements antérieurs.

L'élan pour socialiser est naturel et vital mais lorsqu'il se fait par-dessus l'accès à son propre vécu ou bien à celui de l'autre, cet élan n'amène pas à la rencontre. Il amène à une sorte de rapport d'évitement. Par exemple, l'agir sexuel ou autre forme d'agir par-dessus son vécu suscite la méfiance et produit une distance. La rage retenue fait son effet, ses ravages, à notre insu.

Impossible de se laisser rejoindre, de se laisser être vulnérable quand le rapprochement physique/émotif est encore associé à du rejet, à de l'humiliation, à de l'abandon, à de la méfiance.

La peine encore latente qui n'a pu être ressentie sommeille au profond de soi dans un manque de soi, que l'échec du rapprochement laisse entrevoir subrepticement. On s'amène sans le savoir dans le rapport avec ce handicap compensé par des mécanismes d'adaptation. Une rage latente et inaccessible produit une mise à distance dans le rapport.

S'assumer dans le rapport.

Se porter.

S'y vivre.

Être ce qui EST dans la rencontre, pour moi, c'est le spirituel.

Que cela arrive dans la rencontre, pour moi c'est grand.



Espace limité qui s'ouvre.

Limites partagées, limites franchies. S'ouvrir, se fermer, un mouvement intérieur se fait.

Quelque chose de grand se vit.

### **Conclusion**

Que l'on soit fermé ou ouvert, les deux états sont à recevoir de son être, du moment que quelqu'un est là, la complétude humanisante est possible et toute vie devient reçue dans le spirituel.

Le chemin du rapprochement vers Soi n'est jamais fait de façon définitive. Il est à faire et à refaire continuellement. Devenant peut-être plus familier à force de le faire, mais toujours rempli de surprises. Ce chemin est relatif à la structure et à la subjectivité de chacun : plus les lieux convoités sont logés à l'enseigne du manque et de la douleur, plus leur approche est exigeante et imprévisibles sont les résultats. La vie et la mort s'y côtoient.

Quand je parle de fragments psychotiques, je parle d'une sensation d'éclatement, d'un vécu corporel dans un lieu intérieur qui avait été construit pour se protéger d'un éclatement ou, à tout le moins, d'une menace dans le contact. Ce lieu est comme envahi de protections qui se mobilisent dans un rapport direct intime et qui interdisent aussi cette intimité. Ce lieu est expérimenté comme fragile lorsque l'on y a accès.

Dans la coupure, c'est toute l'intégrité de la personne qui est à la fois protégée et refusée. L'impossibilité d'abandon de Soi isole la personne. Tout autant que le risque de Soi fait de la vie.

Il faut que quelqu'un soit là et que quelqu'un ait été là pour que le chemin se fasse en Soi.

Merci à Aimé d'avoir été là avec notre couple pour nous accueillir dans les lieux impossibles, lieux d'absolu, aux confins de la rupture, lieux menaçants et dangereux.

Merci à Marie ma compagne pour sa soif insatiable de ma présence.

# DE L'ABSENCE... À SOI

Brigitte Ortiz

brigitte.ortiz@wanadoo.fr

*Penser et se souvenir, avons-nous dit  
est la manière humaine d'établir des racines,  
de prendre sa place dans un monde  
où nous arrivons tous tels des étrangers<sup>1</sup>.*

Hannah Arendt

Ce texte est le témoignage de cette immense difficulté à cheminer pour tenter de se relier, d'être rejointe, de se rejoindre soi et rejoindre les autres. Ne pas pouvoir se rejoindre est désespérance. Consentir à la souffrance en soi est un chemin d'accès à soi, un chemin où la perte de sens paradoxalement devient le lieu de l'élaboration d'une possible rencontre à la condition qu'il y ait un autre désirant présent quelque part pour soi, en soi...

## **L'accès à soi : l'autre en soi**

Tout se bouscule en moi depuis le colloque à Québec. En rentrant, je ne me reconnaissais plus de l'extérieur comme si je ne savais rien de cette enveloppe corporelle, de ce corps qui est pourtant le mien.

Cela se cherchait tellement à l'intérieur, vous et moi, vous aviez réussi à venir me toucher là au cœur du corps que je suis, vous veniez en pointer l'absence.

Un espace venait de s'ouvrir, la possibilité au manque d'être.

J'avais entrouvert la porte à mon insu et vous aviez réussi à me déloger en acceptant, consentant, accédant à mon enfermement. Et si ma langue étrangère, ce mélange incompréhensible de deux langues que j'avais intimement liées dans leurs sonorités au-delà du bilinguisme, avait été ma façon à moi de faire face à l'incompréhension de l'histoire, de refuser la séparation, la perte de cette terre d'accueil et de garder au creux de moi le lien. Une façon de survivre au désespoir silencieux, à la terreur de m'être retrouvée sans corps, d'avoir perdu ce corps touché d'odeurs, baigné de couleurs et de sonorités, tout cet univers sensoriel qui m'avait servi enfant d'enveloppe corporelle.

Toucher à cet univers sensoriel, de cette façon-là, c'est m'ouvrir au vivant en moi dans le lieu même de la coupure, c'est provoquer la rencontre avec l'involontaire. Depuis, je découvre la vie, ma vie, comment j'ai été, puis je me suis condamnée à l'errance, à la privation, à l'abandon, tous ces lieux de grande pauvreté, si peu habités, qui me laissent si démunie dans le rapport avec les autres et que j'essayais de me cacher et de cacher aux autres.

---

<sup>1</sup> Arendt, Hannah. (2005). *Responsabilité et Jugement*. Lausanne : Payot.



## Le corps enjeu de rapport

Aujourd'hui, j'ai le sentiment que cette expérience de l'errance me constitue, que c'est dans cette violence de la fragilité du lien en moi, que s'est enraciné mon rapport à moi-même et aux autres.

Toute cette vulnérabilité me laisse entrevoir une plus grande lisibilité de l'isolement, une autre approche de la solitude en moi et dans mon rapport avec les autres.

Je ressens la possibilité d'être plus avec moi, en moi, malgré toute cette agitation, cette façon quasi obsessionnelle de faire face à la terreur du manque en me racontant des histoires qui ont pour fonction de m'envelopper corporellement pour apaiser l'angoisse. L'angoisse, qu'il n'y ait personne à m'attendre quelque part, aucun lieu où m'enraciner, pas de corps pour me recevoir. L'exil, exilée de son propre corps, coupée de sa propre lignée, asservie au corps de l'autre pour lui éviter le manque et ne pas le sentir en soi. C'est dans ce « sans corps », cette recherche sans fin d'un corps où être, que se situe mon expérience de l'errance.

Je découvre l'ampleur de ma difficulté à rester là corporellement, toute une organisation de l'évitement du rapport et dans le même temps de son désir, l'ambivalence radicale et à la fois l'inattendu de la rencontre.

J'en ai fait l'expérience à l'occasion des crises d'angoisse, peurs, paniques, sensations d'état limite, qui se sont multipliées, aggravées, lors de ma rencontre avec le groupe en abandon corporel.

Le sentiment dans ces moments-là d'une bascule possible de tout le corps dans la « folie », l'affolement que cela provoquait en moi de ne pas savoir ce qui se donnerait alors à voir de moi, d'impensé, d'impensable.

Les crises survenaient dans la foule, en voiture sur les voies rapides, sur les ponts mais aussi sur l'eau ou dès que je décidais de faire un régime alimentaire ou que je sautais un repas.

Ce qui caractérisait la crise c'était sa menace dans le temps; elle était en train de venir. J'en reconnaissais les symptômes. Alors j'entrais dans la terreur qu'elle ne m'envahisse, me submerge, de l'effondrement corporel qu'elle pourrait provoquer, de la perte de connaissance et de la mort qui pourrait s'en suivre en voiture.

Elle se traduisait par des vertiges, des sueurs froides, des maux de ventre, des gestes incontrôlés par exemple lutter contre mon bras qui veut tourner le volant et se coller sur le camion d'à côté que je suis en train de doubler... Une sorte de combat intérieur très puissant, vie/mort, une ambivalence radicale, apparition/disparition, je veux être vue et entendue et dans le même temps je ne veux pas qu'on me voit. Je ne peux pas prendre corporellement le risque de la rencontre, toute mon énergie ayant été mise au service de l'évitement.

Je n'avais que très peu de mots pour parler de ce quelque chose qui m'arrivait à mon insu, me plongeait brutalement de façon complètement inattendue dans autant d'émotionnel et se traduisait sur le moment par toute une agitation corporelle pour essayer de faire face au pire à venir, repousser le plus loin possible l'envahissement, jusqu'à la prochaine fois.

Je vivais dans la crainte à chaque fois renouvelée du moment où je ne pourrais plus faire face alors que je ne faisais pas face.

Je me retrouvais dans la coupure, incapable d'élaborer quoique ce soit, de me relier à quiconque, privée de toute réalité autre que cette projection dans ce vide à venir.

### **Un corps de rapport**

J'ai été soumise à cette menace indéfinissable mais imminente qui menaçait ma vie, jusqu'au moment où lors d'un séminaire, j'ai été réveillée en pleine nuit par une crise d'angoisse. Prise de vertige, dans la peur de basculer dans ce vide, de sauter hors du temps et de l'espace, je constatais tout à coup, que la crise n'était plus à venir, mais que j'étais en train de la vivre, là ici et maintenant. Je me suis dit comme pour consoler l'enfant enfermée dans la sidération que je suis dans ces moments-là, cette enfant que j'avais été et que je ne suis plus aujourd'hui, qui avait eu si peur nuit après nuit de et dans son corps réellement menacé, qu'il n'y avait peut-être pas à chercher autre chose que ce qui se passait là en moi, consentir à ce temps et à cet espace-là. L'instant était précieux, je m'abandonnais au vécu de l'abandon sentant combien j'avais été délaissée, abandonnée, sans regard, sans repère, isolée, combien j'étais démunie face à tout cela et paradoxalement cela m'apaisa profondément. Je ressentais dans l'instant une profonde solitude sans pour autant me sentir seule mais accueillie par une humanité naissante en moi et tout autour de moi.

C'est là que s'est opérée la bascule dans le temps et dans l'espace, dans ce consentement à la rencontre de tout cet abandon en soi, de toutes ces constructions qu'il avait fallu mettre en place et maintenir au-dessus de l'énergie réelle, de ce corps, pour cacher jour après jour ce vécu d'utilisation, ne pas sentir la violence du collage, la terreur du manque, l'impossibilité de faire face à l'absence, la menace de l'autre incorporée.

Je réalisais combien ces constructions m'étaient familières, que le vide à venir était le seul chemin possible du désir dans cette impossibilité à rentrer en contact autrement avec le réel.

J'avais vécu dans la crainte de l'effondrement de cette construction que la rencontre avec le groupe ébranlait dangereusement et dans l'effroi de la rencontre en soi avec tout ce vécu d'abandon qui aujourd'hui me donnait d'être.

### **Le chemin du désir**

C'est lors de ma rencontre avec le groupe en abandon corporel que j'ai séparé les lieux de l'art et de la thérapie devenus trop protecteurs. Le groupe dans l'atelier d'arts plastiques ou en abandon corporel m'offre à des niveaux différents, un lieu d'apprentissage, où vivre, exister, avoir, prendre une place, être au milieu des autres. Ces lieux de confrontation avec les autres sont interdépendants et me permettent de me reconnaître, d'investir charnellement, c'est-à-dire consentir à être de cette chair et de ce sang qui nous constituent, le rapport à l'autre, aux autres dans le lieu de la thérapie sans passer par ce médiateur qui a été autrefois la couleur.

J'apprends à rester dans ce lieu de la présence si dangereuse de l'autre dans le plus fragile de soi, en soi alors que rien ni personne n'a jamais pu vous rassurer.



C'est là que j'arrive dans ma recherche et en tant que thérapeute, à sentir comment dans mon rapport avec les autres, toute tentative d'approche pourrait être vécue dans un premier temps corporellement de façon indifférenciée comme violente. Il me faut faire tout ce chemin de l'organisation de ma propre violence dans mon rapport au corps, tenter d'habiter toute cette agitation émotionnelle qui me submerge, ce vécu d'abandon qui provoque un état de panique, mettant comme un écran entre moi et l'autre, brouillant, « confusionnant » le rapport, me maintenant en état d'évitement, à la limite de la rupture. C'est dans ce cheminement que la peinture m'est précieuse, elle me permet d'apprivoiser la violence du rapport de force que la présence de l'autre provoque en moi.

Elle est le lien, cet entre-deux de la rencontre entre moi et les autres à l'intérieur de moi, ce lieu d'expérience de la différenciation, du soi, de soi en soi.

Habiter en soi cette violence initiale, inhérente à mon organisation d'être me permet peu à peu de la distinguer de celle du choc, de l'ébranlement, de l'irruption de l'autre en moi quand il vient volontairement ou involontairement me révéler un lieu d'absence en moi. La proximité n'est pas dans la similitude des événements mais dans cette expérience en soi du choc de la rencontre, qui fait tout à coup apparaître l'absence, le manque à être, l'inhabité de soi, tous ces lieux inconnus, laissés à l'abandon ou abandonnés en soi.

Ce mouvement comme tout mouvement de vie me ferait violence dans la difficulté de différencier en soi la vie de la mort, je me retrouverais à nouveau dans l'ambivalence radicale.

Dans un premier temps, le choc s'ajoute, se confond avec la violence initiale et reste incompréhensible. Il m'impose de me décoller, tous les symptômes de l'angoisse sont à nouveau éveillés. Je suis perdue mais je ne suis plus en danger même si dans l'instant le lien semble se rompre, je découvre qu'il est mis en suspens, comme porté à l'intérieur de moi par l'involontaire.

Il me faut consentir à toute cette désorientation, pour qu'un espace se libère en moi comme un vide créateur où la vie puisse se glisser, une aire de circulation où je puisse faire l'expérience de la rencontre à l'occasion de l'autre avec moi-même dans mon propre corps et non plus dans le corps de l'autre, donnant ainsi à chacun d'être le corps de son expérience, de prendre corps dans le rapport.

Un aller-retour permanent entre ce vécu corporel d'un corps miroir narcissique, isolé, en manque d'être, à un corps différencié source d'émotions éveillées puis accueillies en soi, dans le rapport aux autres et avec les autres.

### **L'apprentissage de la proximité**

Au retour du colloque, j'avais perdu ce regard extérieur sur moi, je ne me reconnaissais plus, plus les yeux pour me voir à l'extérieur de l'extérieur, vous me montriez un chemin en dedans comme une échappée, ouvrant un espace de rencontre à l'intérieur de moi, en moi avec vous, créant un lieu où se rejoindre dans la difficulté du rapport, s'y rencontrer.

Depuis, j'ai le sentiment qu'après avoir très longuement cheminé, fait et refait le chemin, persuadée qu'il n'y a pas d'issue, j'arrive de façon très inattendue quelque part réellement, dans un monde dont je découvre la proximité corporellement. Un monde si différent de ce

monde pré-défini qui me renvoyait toujours à coté, dont je me sentais si loin, qui me semblait inaccessible.

Je rencontre en moi des lieux surprenants, inattendus dans leur vide et paradoxalement si touchants, s'offrant à moi, ouvrant à chaque fois un peu plus dans l'instant, si je consens à me recevoir, un espace pour être, m'invitant à prendre le risque de la rencontre. Ce qui est le plus inattendu dans ces moments-là c'est de ressentir la douceur de la fragilité du lien comme une promesse de vie, d'une ouverture à soi, en soi, donnant tout son sens à prendre soin de soi, comme s'accompagner en soi, même et surtout quand cela s'abandonne.

Ce mouvement de la vie en soi me laisse entrevoir la possibilité que je puisse recevoir la vie comme elle est organisée en moi, que j'ai une destinée qui a son propre cheminement, qu'il me faut en respecter les étapes car chacune a du sens en elle-même.

### **Conclusion**

Ma vie a été réellement menacée dans l'enfance, la menace est restée éveillant peu à peu tout au long de la vie dans un combat vie/mort à l'intérieur de moi, les lieux d'abandon, abandonnés en soi. Paradoxalement la menace intégrée m'a maintenue en vie dans un rapport d'évitement me donnant avec beaucoup de puissance autant la vie que la mort.

Aujourd'hui, j'ai un peu plus accès à la violence de la fragilité du lien en moi, là où je disparaîs, je tente d'apparaître, le changement de position et l'ouverture dont je fais l'expérience m'encouragent, me rassurent, me soutiennent corporellement.

Je n'aurais pas de mot pour vous dire l'importance qu'à pris dans ma vie, cette recherche, votre présence, la vie en soi et à l'intérieur de moi. Combien j'apprends dans le rapport, du rapport et j'y trouve un lieu réel d'existence. Je découvre en moi au milieu de toute cette violence faite dans mon corps, que ce soit par l'autre puis par moi, un lieu de tendresse pour toute cette humanité qui se cherche en chacun de nous et que je peux enfin rejoindre, c'est là le lieu du spirituel pour moi, le lieu de la rencontre en moi avec tous les autres.





# LA SPIRITUALITÉ D'OÙ JE VIENS, D'OÙ JE VAIS, ET D'OÙ JE SUIS

Hubert Massé

hubertmasse@videotron.ca

## La spiritualité d'où je viens

Pour moi, la spiritualité, le spirituel, ce n'était pas naturel; ça ne venait pas de l'intérieur, ça venait de l'extérieur. En fait, ça ne venait de nulle part, c'était là. C'était la religion. C'était tellement là que je ne savais pas que c'était là. Ce n'était même pas la religion, c'était tout ce qu'il fallait faire et surtout ne pas faire. Cette forme de spiritualité s'est imposée à moi comme une réponse à une question que je n'avais pas. Aujourd'hui encore je cherche la question : Qu'est-ce que la spiritualité? Pourquoi la spiritualité? Dans le temps, ce n'était pas une question, c'était plutôt une sensation. C'était comme si la vie dans laquelle j'étais devait être consacrée à une autre vie dans laquelle je n'étais pas. Comme si la vie dans laquelle je croyais être n'était que le prélude à une autre vie que je n'arrivais pas à concevoir. Comme si je n'étais qu'un projet, égaré, en route vers un objectif beaucoup plus facile à rater qu'à atteindre, et dont le ratage serait lourd de conséquences. C'était l'enfer. C'était tout ce qu'il fallait faire pour aller en enfer et tout ce qu'il ne fallait pas faire pour aller au ciel. Ce n'était pas simple, ce n'était que paralysant, c'était à rester mort pour ne pas mourir. Vivre c'était un peu comme traverser un champ de mines. Bouger, vivre, c'était risquer sa vie. Restait l'immobilité, vivre minimalement, faire le mort. C'était le lieu du bien et du mal, du ciel et de l'enfer, de la vie et de la mort. Une spiritualité qui me mettait en garde contre tout ce qui de moi et des autres constituait un danger pour moi et les autres. Je sentais comme une invitation pressante à la désincarnation et à la réincarnation. Pourtant, il y avait le « mystère de l'incarnation »... Une invitation à quitter le corps que l'on était, qui risquait d'être et de faire le mal, pour intégrer le « corps mystique », le lieu où seul le bien pouvait exister. C'était le monde à l'envers. C'était vraiment l'enfer. Et tout cela pour ne pas rater le ciel. Ou plutôt, le ciel pour échapper à tout cela. Pour moi, l'enfer a vraiment précédé ou créé le ciel. Si l'histoire de l'humanité ressemble un peu à la mienne, ce que je crois, le ciel serait né de l'espoir et peut-être de la nécessité d'échapper à l'enfer, à l'intolérable, à la vie peut-être. Et pour moi, cet intolérable est demeuré longtemps imprécis avant que je puisse en faire un peu l'expérience. Comme si, sans que je le sache, la religion m'avait finalement prêté des images pour m'approvoiser à la présence de cet intolérable. C'est maintenant que je peux dire cela.

Dans mon expérience le sens de la vie n'était donc pas à chercher, il était à suivre. Il était déjà tout tracé, tout institutionnalisé, pourrait-on dire. Pour moi, la spiritualité, le sens de la vie, ça ne se présentait pas comme une question. La vie n'était pas à comprendre, et encore moins à vivre; elle était surtout à sauver. Paradoxalement, c'était comme si ma vie devait être consacrée à éviter les dangers qu'elle représentait pour moi. Et la tâche de la spiritualité, incarnée par la religion, était de m'informer de ces dangers et de m'aider à les éviter. J'étais loin de me douter que le sens de ma vie, comme je suis en train de le comprendre et d'en faire l'expérience en écrivant ce texte, était déjà tout tracé en moi. Je le croyais tout tracé en dehors de moi, à suivre plutôt qu'à vivre, et souvent à « contre-sens »



de moi-même... J'étais loin de me douter aussi que j'étais déjà, à ma manière, engagé dans cette recherche du sens de ma vie. Ce fut un événement heureux de ma vie quand j'ai découvert que cette recherche du sens de ma vie s'était amorcée en moi bien avant que j'en fasse l'expérience. J'en suis encore surpris, et souvent ému...

### **La spiritualité d'où je vais**

Il m'a fallu beaucoup de temps pour apprivoiser l'idée que cette spiritualité qui était la mienne, même si elle était fortement supportée par cette institution extérieure qu'était la religion, venait surtout de moi, était moi... institutionnalisée. Il a été important pour moi de croire que la spiritualité était un lieu vers lequel j'avais à aller plutôt qu'un lieu que j'étais déjà et que j'avais à habiter. Alors que je croyais l'institution religieuse responsable de la négation de moi-même, ma longue et laborieuse démarche en abandon corporel m'a permis de réaliser qu'un fort mouvement de désincarnation m'habitait, nécessairement, avant tout enseignement religieux. Elle m'a permis de consentir, au moins partiellement, à cette forme singulière et involontaire d'incarnation que je suis, y compris ce fort mouvement de désincarnation. Comme si toute ma vie était consacrée à essayer de ne pas être ce que je suis... Comme si, paradoxalement, dans mon histoire personnelle, comme dans celle de l'humanité peut-être, la désincarnation ou plutôt la non-incarnation avait dû précéder l'incarnation. Il m'a fallu encore du temps pour réaliser que je n'avais pas le choix de cette forme d'incarnation; qu'elle n'était pas à faire ni à refaire, qu'elle était déjà toute là, disponible à être et à être habitée. Beaucoup de temps aussi pour réaliser la forte parenté entre ma forme personnelle de spiritualité et ce mouvement de désincarnation qui m'habite. Pour réaliser que la spiritualité ne serait donc pas, comme je le croyais, une carte de route pour le ciel; mais plutôt la trace de ma trajectoire vers le corps que je suis. Ce serait ma façon d'habiter le corps que je suis. Comme si pour « habiter le corps que je suis », je devais nécessairement passer par « habiter le refus du corps que je suis ». Tout un changement de trajectoire!!

Dans cette réflexion sur la spiritualité, m'est revenu souvent le mot « rédemption »... Il y avait aussi, il me semble, un « mystère de la rédemption »... Oubliant tout le contenu de l'enseignement religieux rattaché à cette notion, je m'en suis remis à la seule définition du dictionnaire pour questionner le sens de ce mot. On y parle de « rachat » et de « racheter »... Littéralement, pour racheter, il faut d'abord avoir possédé et avoir vendu ensuite... Toujours littéralement, nous pourrions poursuivre en disant : « Nous aurions vendu quoi, à qui, et pourquoi?! » Et la réponse pourrait être : « Nous aurions vendu notre âme au diable, parce que nous ne trouvions pas preneur pour le corps ». Nous pourrions penser que « racheter », ça parlerait de reprendre possession d'une possession première que nous aurions perdue, d'une dépossession... peut-être. Mais nous n'avons que le paradis terrestre pour nous parler d'une première possession dont nous nous serions dépossédés. Et cet événement m'apparaît de plus en plus comme un passage « arrangé » dans toute cette histoire de l'humanité. S'il y a eu possession, elle aura été de bien courte durée. Peut-être n'y en a-t-il pas eu, au départ, de possession... Cela pourrait vouloir dire que c'est plutôt la non-possession que la dépossession que nous aurions à « racheter ». Paradoxalement, la non-possession aurait précédé la possession, et le « rachat » parlerait de la douloureuse privation de soi d'où nous venons. « Vendre notre âme au diable parce que nous ne trouvions pas preneur pour le corps », ça pourrait vouloir dire que nous étions

d'abord non-prenables parce que non-possédés ou non-possédables et que nous avons dû créer quelqu'un responsable de cet état, et, un autre capable de nous prendre, de nous racheter... Peut-être que vendre notre âme au diable c'est la seule façon que nous avons trouvée pour conserver, secrètement, notre corps d'abord imprenable.

Je viens donc de cette spiritualité que je n'ai pu reconnaître qu'en la plaçant en dehors de moi. Il m'a fallu passer par la dénonciation de l'institution comme responsable de mon « détournement de moi-même » pour graduellement comprendre que je participais à cette « spiritualité venue d'ailleurs ». Je me rends compte que je viens d'une spiritualité de « l'après et de l'ailleurs »... Et il m'a fallu du temps pour réaliser que la spiritualité pourrait parler « d'ici et maintenant », et que ce « déplacement » dans l'espace et dans le temps dont je pourrais me croire victime ou coupable pourrait s'avérer un répit nécessaire plutôt qu'une erreur de parcours.

### **La spiritualité d'où je suis**

Donc, contrairement à mes croyances même récentes, la spiritualité serait autant une provenance qu'une destination. Elle serait même plus : elle serait le lieu de rencontre de l'une et l'autre, un lieu de mouvement, un lieu d'être. Il me faudrait dire : la spiritualité d'où je viens, d'où je vais, et d'où je suis. Comme un confluent... Un lieu de rencontre de tout ce que je suis, de tout ce qui est, que je le sache ou non, que j'y consente ou non. À ce lieu, toutes les formes de mouvement seraient de l'être, de la spiritualité peut-être... La violence, le sadisme, le mépris, la souffrance et le mal, autant que l'affection, l'oblation, la tendresse, l'amour, le bien et le bien-être. À ce lieu, la vie n'existerait pas sans la mort; ni le bien sans le mal; ni le ciel sans l'enfer. L'éternité durerait une seconde, et une seconde serait éternelle. Nous serions dans la paradoxalité, en dehors de la causalité, le lieu où tout ce qui est ne peut qu'être, où tout ce qui est serait de l'être à recevoir et à habiter, qu'on y arrive ou non. Une réalité « renversante » que je n'ai pu aborder qu'en la contournant d'abord de très très loin...

Face à certains événements de ma vie, il m'arrive souvent de me demander : « Est-ce de la vie ou de la mort? Suis-je dans un mouvement de vie ou de mort? » Comme si les deux logeaient dans des endroits différents, mais faciles à confondre. Je suis en train de comprendre, assisté par les autres, que les deux logeraient finalement au même endroit. En réfléchissant à ce texte, m'est venue cette phrase un peu surprenante qui ressemble à une réponse : « Je viens du ciel et de l'enfer, et je crois que j'y retournerai, car la vie m'a appris que je n'ai pas à choisir, car les deux logent au même endroit ». Et plus tard m'est venue cette question qui aurait pu précéder cette apparente réponse : « Pourquoi deux chemins conduisant à ces lieux apparemment si différents que sont le ciel et l'enfer voyagent-ils si près l'un de l'autre que l'on risque toujours de les confondre? ». Ce seraient des lieux très proches qu'on tenterait d'isoler en opposant le ciel et l'enfer, le bien et le mal, la vie et la mort. Isoler l'intolérable. Là où je crains mourir, ce qui pourrait être vrai, je pourrais aussi être en train de vivre. À ce lieu, la vie serait aussi menaçante que la mort, et les deux parleraient de maintenant. Ce serait maintenant, l'après et l'ailleurs dont parleraient le ciel et l'enfer. Quand je constate la difficulté du « maintenant », du « mourir-vivre » et du « vivre-mourir », je commence à comprendre un peu mieux la nécessité d'institutions comme le ciel et l'enfer. Elles se chargeraient de remettre à plus tard le trop-plein de



maintenant. Je savais déjà que la vie que nous sommes a d'abord dû être déposée dans des institutions en dehors de nous; mais contrairement à ce que je croyais, l'institution ne serait pas un lieu extérieur de dépôt; elle serait plutôt le mouvement et la forme intérieure du nécessaire dépôt. C'est en moi que se ferait ce mouvement de dépôt à l'extérieur. Déposer pour pouvoir reprendre progressivement.

Alors que je croyais l'institution responsable de mon refus de moi-même, je découvre qu'elle m'offre plutôt le consentement graduel à moi-même. Elle le fait sans que je sache que tout cela se passe en moi. Elle le fait en me proposant un lieu de dépôt pour que mes peurs et mes maux à vivre me semblent d'abord venir de l'extérieur. C'est en l'accusant de me les avoir donnés que je pourrai graduellement les reconnaître comme miens. L'institution n'aurait donc pas créé les interdits et les morts temporaires dont elle me permet de l'accuser. Elle ne serait que l'instrument que nous nous sommes donné, singulièrement et collectivement, pour nous les approprier en les niant d'abord, en les sublimant, ou en les reportant à plus tard. Pour les recevoir, nous avons dû d'abord nous en sentir les victimes plutôt que les sujets. Nous avons dû nous en sentir coupables avant de nous en sentir capables... un peu.

Pour moi, la spiritualité a toujours eu saveur de culpabilité. Mais, contrairement à ce que je croyais, la culpabilité n'aurait pas engendré l'institution; elle serait plutôt une création ou une forme de l'institution. Mais il me faut reconnaître en même temps qu'elle ne vient pas de l'institution religieuse, elle lui est antérieure. Elle serait plutôt la forme singulière d'institution que s'est faite en moi pour me donner le temps et l'espace pour recevoir la vie que je suis et que j'ai à habiter. Et sa pédagogie serait de me laisser croire que si j'arrivais à « faire ce qu'il faut », je n'aurais pas à « être ce que je suis ». Comme forme singulière d'institution, ma culpabilité serait ma participation personnelle à l'effort universel pour porter l'irrecevable de moi et des autres en le déposant dans des institutions singulières et collectives. Ce serait comme « passer par ailleurs » pour ne pas rentrer directement chez soi. Pour se donner le temps d'apprivoiser le non-rencontrable qu'on aura à rencontrer. Cette façon de « perdre du temps » serait une façon de « gagner du temps » pour que s'accomplisse ce qui, rapidement, ne pourrait pas s'accomplir. Il faut du temps pour être.

Comme la culpabilité, toutes les formes d'institutions semblent surtout favoriser une restriction de mouvement, et elles le font sûrement. Mais ce serait par cette même restriction du mouvement qu'elles le favoriseraient. C'est cette limitation même du mouvement qui créerait un espace pour ce même mouvement. Sans cette limitation, toutes les possibilités de mouvement disponibles en même temps seraient trop menaçantes, voire paralysantes. Il ne pourrait donc pas y avoir de mouvement. Ce serait la restriction même du mouvement qui en autoriserait graduellement le risque. La culpabilité, comme institution, contiendrait et l'interdit et le mouvement. L'interdit précéderait même le mouvement.

Que toutes ces possibilités de mouvement ne puissent pas être là en même temps cela induit le temps, la nécessité du temps dont on a parlé précédemment. Cela invite à prendre le temps. Cela impose le temps que ça prend, qu'on se le donne ou non. Il m'en a fallu du temps, justement, pour réaliser que nous ne pouvions pas être d'emblée ce que nous sommes; mais que nous étions une possibilité d'être, que nous avions à devenir ce que nous sommes. Tout ce temps que je croyais perdu qui m'était ainsi redonné.



## L'institution, la spiritualité, et moi

Malgré toutes ces réflexions sur la spiritualité et l'institution, il m'apparaît difficile de définir la spiritualité... Malgré aussi toutes mes allusions à ce que pourrait être la spiritualité, je me rends compte que je reste avec mes questions du départ: Qu'est-ce que la spiritualité? Pourquoi la spiritualité? Même si je suis sûr que tout ce que j'ai dit parle de la vie, je ne suis pas sûr que ce soit de spiritualité dont je parle... Je demeure habité par l'idée que j'essaie encore de donner une réponse à une question qui n'est pas la mienne, mais qui me vient de l'extérieur. Il me faut cependant réaliser jusqu'à quel point je me sens « engagé » dans cette réflexion à propos de la spiritualité. Cet intérêt, lui, ne me semble pas venir de l'extérieur. Comme il est un peu tard pour reculer, il me faut donc prendre le risque de poursuivre. Qui sait, peut-être que, contrairement à ce que j'ai toujours cru, les réponses précèdent vraiment les questions et répondent ainsi aux lois de la paradoxalité plutôt qu'à celles de la causalité linéaire?! Je prends donc le risque des quelques formulations qui me sont venues; peut-être me fourniront-elles des questions!

La spiritualité serait ma façon à moi, singulière, involontaire, et déterminée de me donner de l'espace et du temps pour habiter, au moins partiellement, les possibilités d'être que je suis... Pour m'approcher le plus possible de l'être devenu que j'ai à devenir. Ma spiritualité serait ma façon à moi, singulière et déterminée, de recevoir ma vie en consentant à la forme d'institution que je suis comme m'exprimant singulièrement. L'institution que je suis serait l'expression de ma subjectivité, de mon « esprit », de ma spiritualité. La spiritualité, ce serait l'institution-incarnation singulière et déterminée que je suis, reconnue et consentie comme mon être singulier.

Même si aucune de ces définitions ne me satisfait complètement, elles me suggèrent toutes certaines pistes. D'abord, elles m'obligent à constater que la spiritualité semble refuser de se laisser enfermer dans une définition qui se voudrait trop hâtive... Et c'est probablement ce que je tentais de faire... Peut-être aussi que la spiritualité est un mouvement vers soi plutôt qu'un lieu ou un état définitivement atteignable. Enfin, il me semble que ces formulations parlent toutes plus ou moins directement de « coïncidence ». Peut-être la spiritualité serait-elle surtout le moment de la plus grande coïncidence possible entre moi et moi; entre moi et tout ce qui de moi m'est difficile ou impossible d'être. Dans mes mots de tous les jours, je souhaite souvent arriver à être « vis-à-vis » moi-même, ne serait-ce que quelques instants. Coïncider avec moi-même. Être, ne serait-ce que quelques instants, le plus près possible de tout ce que je suis. Un moment plutôt qu'un lieu; un moment qui suppose le mouvement...





# LE SPIRITUEL, C'EST NOUS!

Karin Seeley

karinseeley@hotmail.com

Le spirituel pour moi est avant tout un Souffle, un Son, une Pulsation, une Vibration qui vient du fond des âges jusque dans mes cellules. Je viens de ce Big Bang qui est à l'œuvre encore et encore dans chacune de mes cellules et ça appelle... ça appelle à plus d'Être.

Ce Son, cette Pulsation sont très réels pour moi, aussi réels que la chaise sur laquelle je suis assise. En revanche, dès que je tente d'en parler, je me demande si je ne délire pas. Je me trouve confrontée à une double difficulté : prendre le risque d'en parler et peut-être de délirer ou de me taire et rester seule, muette, interdite devant la tentative de décrire un parfum ou le bruit du papillon qui s'envole.

De toute façon, je vais en faire une histoire. Et il n'y a pas moyen de faire autrement.

Le spirituel est partout, tout le temps. Le spirituel? Ça n'existe pas!

Comment faire de la place à ces deux affirmations?

Le spirituel est partout. S'il existe, il est partout, dans chacune de nos cellules, depuis la nuit des temps, dans l'air que nous respirons, dans chaque feuille de chaque arbre de chaque recoin du monde.

Écrire cela me semble une évidence, un fait incontestable, presque une loi physique. Et je pourrais m'arrêter là car j'aurais déjà tout dit, il n'y aurait plus que le silence.

Et le silence pourrait être aussi un évitement. Éviter de sentir, ressentir comment ça vient me chercher, me rencontrer dans ce corps.

L'air, l'eau, le feu, la terre. Je suis faite de tous ces éléments, ils me constituent. Le spirituel est au cœur des éléments, traverse tout, est partout. Comment je le sais? Je ne le sais pas! Ce « *je ne le sais pas* » veut dire deux choses : 1. Je ne sais pas si le spirituel est partout. 2. Je ne sais pas comment je sais qu'il est partout.

Et à nouveau, je pourrais tout aussi bien me taire. Je me sens sans voix, sans certitude, sans connaissance.

Comment pouvoir rester dans cette tension insupportable qui voudrait porter à la fois une chose et son contraire? Comment faire de la place à mon corps et à mon esprit, au visible et à l'invisible? Ce que je sais pour sûr c'est que ÇA cherche. J'ai longtemps pensé que c'était moi qui cherchais, mais aujourd'hui je me sens autant cherchée que je cherche. ÇA cherche à plus d'Être et c'est dans le corps que ça se passe.

Le spirituel, je ne peux ni le toucher, ni le saisir, et encore moins l'expliquer. Je ne peux que tenter de me laisser parler à travers l'émotion, les vibrations que cela dégage en moi. Et cela devient rencontre. Rencontre entre quelque chose d'indicible, d'indéfinissable et ce corps qui a une façon bien spécifique d'appréhender ce monde.

Qu'est-ce que je dis quand j'affirme que le spirituel est partout et depuis la nuit des temps? Ce qui m'interroge, c'est cette ténacité intérieure qui veut que cela soit ainsi, qu'il faut que

cela soit ainsi. Cette question, ce mystère du spirituel m'habite depuis aussi loin que je m'en souviens, sans elle je ne sais si j'aurais survécu à un monde qui m'apparaissait comme absurde, fou, sans intérêt. Enfant, le poids de ce mystère avait plus de réalité que les gens qui m'entouraient. Ce sens qui m'échappait devenait une formidable et inespérée raison de vivre.

J'étais habitée par une foule de questions : « Où suis-je? Qu'est-ce que je fais là? Qu'est-ce qu'ils font là? » Des pourquoi à n'en plus finir...

Je m'agrippais à ces questions comme on s'accroche à des bouées de sauvetage. S'il y avait toutes ces questions, c'est qu'il devait aussi y avoir des réponses. Et tant que ces questions m'habitaient j'étais en vie, en quête.

Je me rends progressivement compte que parler du spirituel c'est toucher à quelque chose de très intime de moi, très secret et ça pourrait bien m'aller de ne pas avoir de mots pour en parler, que ça reste comme c'est... comme je suis!

Un mystère.

Un mystère vivant.

Je suis quelqu'un qui peut passer de formules, pouvant paraître lapidaires et qui sont pour moi profondément vécues (*Le spirituel n'existe pas, il est! 1+1=3! Je suis du temps, de la matière et de l'énergie accumulée! Je suis CELA!*) à un profond silence où je serais sans mots.

Et puis il y a aussi des images et des sensations qui viennent et reviennent et bien qu'elles s'imposent à moi, je ne saurais pas comment les expliquer, comment les articuler pour que cela donne des mots, des phrases, un peu de sens. L'image d'une croix, une simple croix en bois... Rien que d'accueillir cette image, ça me donne envie de pleurer et de me taire. Et je vais tenter de rester là, juste là, à cet endroit précis où il m'est si difficile d'être.

Et je n'y suis déjà plus.

Et c'est là où je suis.

Ce mouvement que je viens de décrire est toute ma vie. J'y suis complètement et je n'y suis complètement plus!!

Et je me retrouve une fois de plus là, sans savoir que dire, avec l'idée que je n'ai rien à dire, rien à écrire et que je ferais mieux de me taire.

Et j'entends Simone... c'est le mouvement qui est important.

Rester dans ce mouvement c'est me replonger dans ces pleurs qui pleurent... sans mots. Sans savoir pourquoi ça pleure. Et je vis avec ces pleurs, que je qualifierai du fond des âges, et aussi avec cet émerveillement d'être en vie, d'être dans un corps. Et puis il y a une tentative quasi désespérée de vouloir faire de la place en moi à ces deux mouvements qui me semblent si difficiles à concilier.

La question n'est pas de savoir si ces deux mouvements sont réels, pour moi ils le sont. En revanche, je me demande pourquoi il est si important de les concilier? Probablement parce que je sens confusément que de les opposer, ou de les vivre comme étant opposés, me laisse avec un goût de manque, d'inachevé.



Il y aurait comme un grand vide entre ces deux mouvements, un vide qui serait fait d'un plein inconnu et qui me semble aujourd'hui aussi mystérieux qu'attirant. Toucher cet espace me laisse sans voix, ça fait comme un grand silence.

Je deviens mutique.

Je me sens prise entre deux choses opposées, comme deux énergies opposées, l'une créatrice et l'autre destructrice. Les deux ayant une force colossale, égale et tout aussi valable. Aussi indispensable que la pluie et le soleil. Et moi, je suis au centre, encadrée, délimitée, contenue par ces forces. Et je veux désespérément faire de la place aux deux.

Je suis en contact avec ces trois sensations qui ne se mélangent pas. On pourrait les appeler le bien, le mal et entre les deux un lieu d'absence ou neutre. En fait, ce lieu d'absence est proche de la stupéfaction. Le plus étrange est que ça ne se mélange pas. Les trois existent au-delà du bien et du mal et ça me stupéfie. Ne rien vouloir d'autre que d'être là.

Tout à coup, la question du spirituel me paraît loin, où peut-être si proche, qu'elle n'a plus lieu d'être. D'être là, habitée par ce mouvement à trois composantes me donnerait à penser que le spirituel est là, dans ce que je vis. Je me sens trois. Je suis trois. Chaque partie étant un tout. Il n'y a plus lieu de concilier quoi que ce soit, tout est dans l'ordre des choses, je sens ces trois choses et en même temps ce trois n'est qu'un. Un et un ça fait trois et ça fait un aussi.

Moi qui disais plus haut que je voulais faire de la place à deux opposés, à une chose et son contraire, au visible et à l'invisible, je me demande si en fait je ne cherchais pas plutôt à faire de la place au trois, c'est à dire à cet espace si peu habité par moi et qui est sans voix, sans mot, sans avis. Toucher cet espace me met doucement en contact avec un aspect de moi sidérée, interloquée, médusée, choquée, et les questions de mon enfance reviennent, insistantes. Qu'est-ce que je fais là? Qu'est-ce qui se passe?

La différence est, et elle est de taille, est que je n'ai plus peur de devenir folle. Il y a de la place en moi pour les entendre. Je ne m'agrippe plus aux questions mais à ce que ça me donne à vivre. D'ailleurs je ne m'agrippe à rien du tout. Je suis là avec tout ça.

C'est pourtant bien toutes ces questions qui m'ont donné la vie. J'ai tant espéré trouver des réponses qui m'auraient permise d'être en paix, tant espéré qu'un jour je pourrais accepter toutes les guerres et les injustices sans que cela me fasse mal. Tant espéré de ne plus avoir même à me poser de questions. Aujourd'hui, je ne pense pas que je serai jamais en paix, j'espère bien que les injustices vont continuer à me faire mal et j'espère aussi mourir avec plein de questions.

Je trouve mystérieux et bouleversant qu'il puisse y avoir un lieu, **le corps**, où les questions puissent être posées, reçues et parfois même habitées. Que serais-je sans question? Que serait une question sans personne pour la recevoir? Nous nous donnons vie réciproquement.

Le mystère du spirituel reste entier et c'est tant mieux. Le mystère est vivant, terriblement et merveilleusement vivant. Nous sommes vivants, terriblement et merveilleusement vivants.

La question reste posée : qu'est-ce que le spirituel? Et si la réponse était dans le simple fait de pouvoir se poser la question?



# **À L'ÉCOUTE DU SILENCE**

**Modératrice : Ariane Meyenberg, Genève**





Le silence est ce *lieu d'attention*, cette ambiance qui permet de recevoir ce qui gronde, ce qui vibre ou résonne en moi, du chuchotement jusqu'au fracas. Je comprends le silence comme un *état de veille attentive* qui me tire de la routine de l'absence, cette belle enjôleuse distrayante qui tire un voile sur ma vie. Le silence me fait apparaître à moi-même puis, aux autres, autant muet que parlant mais toujours dans un registre de présence subjective. Le silence est *espace intérieur* et *temps d'incubation*, moment d'intimité qui précède la parole et la fonde dans la rencontre avec soi. Ce temps avec moi, chargé de toute ma vie qui s'élabore au pas à pas, en résonances et en sensations corporelles, en idées furtives, en perceptions qui s'imposent et se mettent en fuite tour à tour, ce temps est moment de mouvance et d'errance où vibrer et se durcir se chamaillent. Le silence est cet espace de recherche dans lequel se dévoile la trame de ma vie, une vie que voudrait bafouer et renvoyer le premier raisonnement venu. Ce temps d'intimité avec moi-même, ce temps de silence, c'est l'ancêtre de ma parole et la forge de mon propos vivant qui devient un aval de mon intériorité plutôt que le témoignage d'un savoir pointu. Parole qui invite au silence. Parole à textures particulières faite de regards qui touchent, de postures, de rythmes et d'intonations qui témoignent de la fibre même de ma vie à ce moment. Parole *portée par mon corps* qui vibre et se tend.

Ce silence dévoile aussi la vie de l'autre puisqu'en étant avec moi-même, entièrement, je permets à l'autre d'être ce qu'il est, sans réserve, sans conseil dissuasif et sans interprétation distrayante. Je joue mon essentiel rôle d'humain qui se rencontre dans sa subjectivité et rend possible à l'autre le contact avec lui-même. Il y a là une circularité où chacun s'éveille dans ce qu'il possède d'unique humanité. C'est une « *co-naissance* » au sens où en a parlé Aimé Hamann. Charles Taylor a reconnu l'importance de l'*interdépendance* à tout âge et en particulier pour l'enfant :

*Même comme adulte tout à fait indépendant, il y a des moments où je ne peux comprendre ce que je ressens à moins de pouvoir en parler avec un ou plusieurs interlocuteurs particuliers, qui me connaissent, qui possèdent une certaine sagesse ou avec qui j'ai des affinités. Cette incapacité n'est qu'une ombre de celle qu'éprouve l'enfant. Chez lui, tout serait confusion, il n'existerait aucun langage de discernement sans les conversations qui fixent ce langage pour lui. C'est ce que signifie : on ne peut pas être un moi par soi-même. Je ne suis un moi que par rapport à certains interlocuteurs [...]. Un moi n'existe qu'à l'intérieur de ce que j'appelle des « réseaux d'interlocution »<sup>2</sup>.*

Cette nécessité de l'autre, le philosophe Axel Kahn l'affirme avec clarté :

*Sans l'autre, sans son influence éducatrice de mon esprit, je ne suis presque rien et n'ai sans doute pas accès à la conscience de moi. Sans moi, l'autre est tel que je serais sans lui. L'humanisation d'Homo sapiens passe par cette autoconstruction de soi qui exige le contact avec l'autre, la reconnaissance de sa singularité<sup>3</sup>.*

Cela pose le **rapport aux autres** comme **essentiel** et le **silence**, ce lieu de présence en amont

<sup>2</sup> Taylor, Charles. (2003). *Les sources du moi. La formation de l'identité moderne*. Montréal : Les Éditions du Boréal, p. 57.

<sup>3</sup> Kahn, Axel. (2007). *L'homme, ce roseau pensant... Essai sur les racines de la nature humaine*. Paris : NiL éditions, p. 35.



de la parole, comme une **condition fondamentale** et comme **l'espérance de la rencontre avec soi et avec l'autre**.

### **Le silence comme refuge**

Il y a aussi le silence glauque, épais, monde du secret et du dissimulé, celui qui nous protège du contact avec soi et nous installe dans l'absence. Par moments, cela est un chemin nécessaire et notre seule façon de pouvoir vivre : une vie à l'étroit dans laquelle il y a peu de place pour soi, pour être éveillé à sa réalité subjective. Il nous faut battre en retraite, renvoyer sa vie en casemate et s'afficher en parades trompeuses. C'est le monde narcissique, fabrique d'images interposées, comme des écrans placés devant notre subjectivité *inaccessible* parce qu'elle est impossible à recevoir sans le rapport aux autres, ou *refusée* parce qu'elle nous écorche trop, nous amenant dans l'inconfort et les malaises. Être narcissique, c'est affirmer, sans le savoir nécessairement, que je suis dans mes limites et dans mon incapacité d'être autrement. Le comportement narcissique conforte et console en écumant l'expérientiel, le trop vif et le trop difficile à recevoir; il laisse juste un peu en contact avec soi-même, en éveil minimal, protège de l'incandescent de sa vie et met un baume sur la souffrance. Une privation incontournable de soi-même! En un sens, être narcissique c'est avoir de la compassion pour soi-même, ne pouvant être davantage en contact et devant se placer sous protection, sous fausse représentation, sous définition provisoire, sous invention même. Le « comportement narcissique » c'est, à notre insu, *se façonner* une image, une identité factice parce que l'écho des parents et des autres nous a tellement manqué.

Maintenant, je saisis mieux l'importance des défenses, des résistances. J'ai un regard de tendresse pour mon organisation et celle de mes clients. Je regarde « *l'institution* » en chacun de nous comme la gardienne des précieuses *archives* de nos vies, *archives* où sont stockées et encryptées les données signifiantes mais irrecevables de notre parcours d'être humain. Cela m'émeut beaucoup de saisir que notre propre organisation *nous contient au complet* et que nos défenses et nos refus constituent *l'interface* de nos expériences subjectives non reçues. Notre propre institution n'est donc pas à éliminer comme une « toxine mentale » mais plutôt à recevoir comme essentielle, comme une empreinte identitaire. Je comprends que le silence, comme position de recherche, correspond à ce lieu où la rencontre devient possible autant avec les stratégies de distance à soi-même qu'avec le contenu de ce qui est protégé. Être vivant m'apparaît être la capacité de recevoir autant l'un que l'autre, les deux étant constitutifs de la vie. Je dirais même que les deux m'apparaissent être identiquement la vie. Le silence, cette qualité de présence subtile, lorsqu'il rend possible, *en alternance*, voire *en simultanée*, la rencontre avec la difficile et privante expérience de se défendre ou la rencontre avec la douloureuse expérience d'habiter de soi-même ce dont on se coupait, *c'est de la vie*. Cette rencontre devenue possible avec l'expérience de la fermeture et de l'ouverture à son être, avec, en soi, *la mort et la vie enlacées comme des amants inséparables*, c'est le chemin de l'humanité singulière. Il y a là un *mouvement vital*. Ce contact intime avec sa vie, avec le mouvement de sa vie, c'est l'instant où la connaissance fait place à l'ontologie.



## Mon rôle de psychothérapeute

Le *silence* est incontournable et essentiel. Il est d'une grande implication et transforme ma pratique de la psychothérapie. Celle-ci a maintenant plus à voir avec le silence fait en moi qu'avec l'étalement de connaissances. Faire *silence* c'est, en tout premier lieu, offrir à l'autre ma propre *condition intérieure* faite de présence et d'éveil à ma subjectivité. L'impact de cette présence à moi-même, façonnée dans le silence et qui éveille l'autre à lui-même m'a fait considérer comme une nécessité l'émergence d'une position psychothérapeutique fondée sur la *capacité d'être* du thérapeute. Cette position psychothérapeutique transcende les savoirs. Elle ne peut être réduite à des techniques à appliquer. C'est une expérience subjective qui engage le psychothérapeute à « être », à intervenir à partir de sa vie éveillée par l'autre, ses connaissances étant mises en veilleuse, comme un écran de fond.

Faire silence et être avec soi-même en invitant l'autre à faire silence aussi, c'est une expérience fugace, évanescence et non permanente. Cela se passe dans l'instant puis disparaît. C'est travailler en terrain fragile. Faire silence, c'est se faufiler au moment de l'étalement, repérer la passée entre inspiration et expiration, c'est flairer la fissure à travers les signes du corps et gagner un lieu de soi et de l'autre qui n'apparaissait pas jusqu'alors. Le silence, c'est aller en milieu interdit, c'est s'affairer dans les lieux de fuite et de refus, avec audace et doigté. Le silence s'insinue. Il cible la trame de fond et ose d'abord faire l'expérience d'un temps sans réponse. Le silence atteint et ébranle mais il offre d'avancer en cordée, en assurance relative pour entreprendre un passage risqué : un « trekking » incertain sur le faite d'une montagne et sur ses corniches étroites. Métier de funambule dans lequel psychothérapeute et client portent l'intense expérience humaine que constitue le risque d'être soi.

Ces parcours vers soi que j'initie comme psychothérapeute, ils me bouleversent. Je me sens parfois et soudainement au cœur de l'humain. Par moments, il n'y a plus que les regards intenses, le rythme plus lent de quelques paroles, le souffle qui s'entend et la vie qui prend place et se déploie dans toute sa majesté. Comme des notes de musique qui se découpent sur le silence et prennent leur juste intonation dans le rapport nécessaire des uns aux autres. Un voyage dans l'humanité! C'est l'arrivée sur les lieux mêmes de sa vie, c'est « être » *les lieux de sa vie*. Instants de pleurs et de sanglots, de rires éclatés, de pause interdite où parler devient nuisance et profanation. L'humanité est si souvent bloquée, elle est empêchée d'être pour raison de haut coefficient de difficulté. Se taire dans ces moments vifs de contact avec soi, dans ces trouées d'être qui communiquent l'élan de vie et où arrivée et départ se confondent! Être de parole économe dans ces moments qui ramènent en terrain de dignité, qui en modifient la perspective et en changent le *centre de gravité* pour le ramener à l'intérieur de soi! Se taire dans ces moments de silence et de rencontre qui donnent accès à la dignité de l'être reçu, fondée de l'intérieur! Il me vient une réclame irréprouvable : **Taisez-vous! Taisons-nous!**

Je me rappelle de moments de grande intensité dans ma pratique. Moments de secousses qui disloquent puis ressoudent. Des moments, en quelque part sur le chemin de la colère conduisant, au pas à pas, à la peine profonde du rejet et de l'abandon, sur celui de la jalousie qui occulte la souffrance imprenable du manque d'avoir été touché du regard qui reflète et rassure de sa propre existence, des moments sur le sentier de l'impasse qui anesthésie l'expérience de la honte et de l'humiliation, sur le chemin hurlant de la



déchirure laissée par la mort d'un enfant, je me rappelle de moments sur le chemin de l'illusion qui mène, inévitablement, à pleurer l'impossible. Je me souviens de moments de temps suspendu où s'imposent de longs regards intenses de mes clients, à peines supportables, des regards, je dirais, chargés de toute une vie, des regards et des souffles qui se touchent presque, dans lesquels tout peut être et se résoudre, pour un instant. Minutes d'éternité! Il m'a semblé que dans ces brefs instants, nous étions près de la spiritualité.

Dans mon travail de psychothérapeute, il en faut du silence pour dénouer les barricades, pour déjouer les cerbères sans les déclarer hors jeu. Un silence qui laisse mon corps réagir, se mobiliser au gré des impacts, se tendre et se placer en position de me recevoir. Dans ces instants qui peuvent devenir de longs moments, je ne sais pas toujours exactement ce qui m'arrive. Cela m'inquiétait. J'en suis maintenant rassuré. Il m'apparaît incontournable d'être *un corps d'expériences qui s'élaborent plutôt qu'un corps su à l'avance*. Cela me rappelle une expérience saisissante dans un atelier de formation, par ailleurs fort stimulant. Je fus débouloonné d'un coup lorsqu'il m'a semblé qu'en référence à une typologie des émotions, la réaction subjective du thérapeute à un extrait d'entrevue nous était suggérée; elle devenait, de ce fait, normalisée. J'ai compris, dans ma subjectivité bien sûr, qu'il allait de soi d'éprouver de la peur devant la rage meurtrière exprimée dans la séquence visionnée. Quelque chose s'est alors brisé en moi, je veux dire qu'une prédisposition s'est annulée. J'ai pu ressentir en direct la *fragilité* de la présence à soi qui relève du monde de l'être et non du monde de la didactique. Je n'avais pas eu peur. Ça aurait pu. J'avais été saisi, aux aguets dans un moment qui m'apparaissait vital, une mise au monde à ne pas déranger. J'étais d'un silence attentif, d'un silence qui fait corps avec, *un silence passeur*. J'étais d'un silence à *ne pas nommer*, pour rester et prendre part à ce corps à corps, pour être engagé dans la lutte d'un être ligoté qui se secoue, se déprend et veut vivre. En me rappelant cela, j'ai la frousse en pensant que l'Abandon corporel aurait pu être une *approche* plutôt qu'une *position psychothérapeutique*.

Cette vie éveillée dans les paroles qui réclament le silence en soi, elle m'émeut. Elle est spécifiquement humaine, je veux dire d'essence humaine. Comme plusieurs, je cherche ce qui nous fait humain, ce qui nous démarque de l'animalité. Je pense depuis longtemps, de façon plus sentie maintenant en m'appuyant sur des observations empiriques dans ma pratique, je pense donc que la capacité de recevoir sa subjectivité constitue une caractéristique spécifiquement humaine. Être humain inclut fondamentalement de *pouvoir faire l'expérience de soi*. J'ai toujours cherché des appuis en dehors de l'Abandon corporel qui m'avait placé plus radicalement sur cette piste tout de même difficile à recevoir en cette époque de rationalité et de grands égards pour la science et le cerveau humain. Ainsi, je fus jadis ravi des liens que faisait Albert Jacquard entre intelligence, capacité d'éprouver des émotions et capacité d'être en rapport avec les autres. J'ai savouré la prise de position de Francis Fukuyama qui écrivait :

*Alors que beaucoup voudraient inscrire la raison et le choix moral des hommes comme les caractéristiques humaines uniques qui donnent à notre espèce sa dignité, j'objecterais que la possession de la gamme complète des émotions humaines est au moins aussi importante,*



*sinon plus*<sup>4</sup>.

Je suis tout éveillé lorsque le philosophe Axel Kahn parle du regard sur soi et de la capacité de s'interroger et d'être conscient de soi comme une caractéristique essentiellement humaine. Je suis attentif à la reconnaissance de la nécessité de la subjectivité par plusieurs auteurs et chercheurs qui veulent donner une place à la vie implicite inscrite en nous.

Toutefois, je suis souvent dérangé par la façon de dire d'auteurs qui discourent sur fond d'écran de changements à favoriser, de régulation des émotions, d'explication des processus en cours. Leur langage est imprégné d'un savoir qui m'apparaît abandonner l'humain en nous. Je suis curieux de la recherche scientifique. Je suis avide de lire que l'on découvre de plus en plus clairement des liens entre psychothérapie et développement neuropsychique. Mais la recherche me laisse effroyablement seul sur le *chemin d'accès* au monde implicite et involontaire, elle me dérouté de la subjectivité essentielle à recevoir plutôt qu'à modéliser. Cela me laisse seul devant l'immense défi d'« ontologiser » la connaissance, c'est-à-dire de *distiller du monde des savoirs ce qui serait singulier*. La science et ses données probantes est ignorante de la vie subjective telle que chaque personne la porte et l'habite de façon unique. En expliquant la vie humaine, ce qui est tout de même très précieux et nécessaire, la science la quitte aussi. Tout reste à faire, dans un autre monde, celui de l'être. Cela me ramène à l'exigence rigoureuse d'une recherche où le contact avec *l'intimité du rapport à soi et à l'autre* aurait toute l'attention. Cela me ramène à la nécessité du silence. Dans ma recherche, j'ai souvent pensé au silence des temples. Comme si le silence des cathédrales avait été un marqueur de mon parcours, un appel au silence comme j'en témoigne maintenant.

### **Le silence des cathédrales**

Il m'empoigne. Comme la bête qui se jette sur sa proie.

Après notre colloque de Nantes, en 2003, j'eus envie de revoir la cathédrale de Chartres. Le train me mena à la paisible ville que les citoyens avaient désertée en ce mois d'août. Excité, je repérai les flèches et reconnus les arcs-boutants. Passé le portail, il était là, massif et noir, le silence. Au bout d'un petit temps d'acclimatation, je retrouvai le vertige de mon premier regard sur la nef racée et majestueuse, le souvenir de ma tendresse pour l'humilité des vieilles chaises de bois. Je cherchai avidement le bleu des vitraux, sentis l'usure creuse du pavé. Je n'avais pas encore entendu flotter ce filet de musique céleste : dix-sept hommes et femmes, des anges, chantaient, *a capella*, des airs d'une polyphonie ancienne. Tout au fond du chœur, le directeur musical les déplaçait en petits groupes qui se répondaient.

J'ai vécu là un moment particulier, très proche de moi, un moment d'intense émotion, bien au-delà de la beauté de la musique. Il m'a semblé que tout était d'un seul coup devenu simple en moi, comme si tout s'était distendu et pouvait se résoudre. Un moment où tout pouvait exister, dans une synthèse qui dénoue les batailles et les crispations corporelles correspondantes bien mieux que mes séances d'étirement musculaire Stott Pilates. Je me sentais relié à l'univers, plus grand que moi seul. L'espace de quelques airs, j'ai fait

---

<sup>4</sup> Fukuyama, Francis. (2004). *La fin de l'homme. Les conséquences de la révolution biotechnique*. Paris : Gallimard, Collection Folio actuel, p. 297.

L'expérience d'être mon propre thérapeute, comme si le rapport de présence à moi-même avait pu subitement s'installer *en prenant appui sur tous les silences qui m'ont été offerts dans ma vie*, à l'occasion des autres. Ce moment sacré était fait de tous les rapports vécus à Nantes, de tous ceux de ma vie sans doute éveillés par le rapport des chanteurs entre eux auxquels je me reliais. Je me trouvais bien loin de la connivence des temples qui met à l'abri de soi dans un silence d'institution, un silence de privation, mais nécessaire. Le silence des cathédrales, ce pouvait donc être une occasion de vibrer à moi-même, pourvu que les autres aient éveillé en moi cette prédisposition. Le silence des cathédrales, ce fut ce jour-là l'occasion de faire silence en moi, d'habiter mon propre temple d'être humain, ce fut un silence plein de singularité où tous les autres hommes pouvaient être inclus et reliés.

### Oser sa vie

Le silence atteint. Sa force est paisible et bousculante à la fois. Une invite tenace et persévérante à *oser sa vie*. C'est ce qui m'émeut tant dans ma pratique de la psychothérapie. Je me souviens des mots d'Aimé Hamann alors que nous attendions pour payer notre note d'hôtel, à Nantes : « *Va profondément au fond de toi* ». J'y tends moi-même et je soutiens mes clients à oser leur vie. Aujourd'hui, ce n'est pas ce qu'on nomme « maladie mentale » qui m'apparaît être le drame, mais bien davantage la *position* que l'on prend soit pour l'ignorer, soit pour la solutionner, d'une telle façon qui fait *passer à côté de sa vie d'humain* pour finalement *la perdre*, comme le rappellent d'ailleurs ces derniers mots de Christiane Singer :

*Il n'y a que perdre sa vie qui ait toujours le même visage : ne pas oser parier sur « l'homme intérieur », sur l'immensité qui nous habite. Ne pas oser l'Élan fou, l'Éros fondateur<sup>5</sup>, ne pas plonger vers l'intérieur de soi comme du haut d'une falaise. J'ai plongé. J'ose le dire, oui, cul par-dessus tête, j'ai plongé<sup>6</sup>.*

Ce chemin du « *se recevoir* », tout ce chemin d'*alternance* entre *l'expérience d'ouverture* et *l'expérience de fermeture* à soi, c'est *l'espace spirituel*. C'est ce *parcours de recherche*, ce *mouvement vers soi et de soi* parsemé de doute, d'incertitude et d'embûches. Dans cet *espace spirituel* que je vois surtout comme *le chemin vers la singularité*, il y a des moments de grâce, des moments sacrés, moments d'une infinie tendresse, de révolte ou de heurts, des moments qui surprennent, comme si le mouvement se renversait, paradoxalement, faisant apparaître tous les humains et permettant, de ce fait, de toucher à *l'universalité* : une *rencontre intime et saisissante avec soi et tous les autres hommes*, comme une *étreinte qui libère*.

<sup>5</sup> Note du rédacteur : j'ajouterais « *le Thanatos fondateur* ».

<sup>6</sup> Singer, Christiane. (2007). *Derniers fragments d'un long voyage*. Paris : Albin Michel, p. 136.

## Références et bibliographie

- American Psychological Association. Division 32, Humanistic Psychology. (2001). *Recommended Principles and Practices for the Provision of Humanistic Psychological Services: Alternative to Mandated Practice and Treatment Guidelines*. Task Force for the Development of Practice Recommendations for the Provision of Humanistic Psychological Services, 38 pp. <http://www.apa.org/divisions/div32/pdfs/taskfrev.pdf>
- Beauchemin, Jean-François. (2006). *La fabrication de l'aube*. Montréal : Éditions Québec Amérique.
- Bellet, Maurice. (2005). *La traversée de l'en-bas*. Paris : Bayard.
- Boutet, Richard. (2005). La parole : lieu de subjectivité et témoin de la rencontre avec soi. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre*. pp. 311-317. Québec : Québec.
- Cozolino, Louis. (2002). *The Neuroscience of Psychotherapy: Building and Rebuilding the Human Brain*. New York: W.W. Norton & Co.
- Cyrułnik, Boris. (1993). *Les nourritures affectives*. Paris : Éditions Odile Jacob.
- Delisle, Gilles. (2006). *Dimensions neurodynamiques de la psychothérapie des troubles de la personnalité*. Congrès 2006 de l'Ordre des psychologues du Québec. Notes de présentation. Montréal.
- Deshais, Gilles. (2005). La subjectivité comme lieu de rencontre. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 321-329). Québec, Québec.
- Dubé, Clémence. (2005). De l'absence de soi à la rencontre : le consentement à la subjectivité. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 23-27). Québec, Québec.
- Fukuyama, Francis. (2004). *La fin de l'homme. Les conséquences de la révolution biotechnique*. Paris : Gallimard, Collection Folio actuel.
- Guillebaud, Jean-Claude. (1999). *La refondation du monde*, Paris : Seuil.
- Guillebaud, Jean-Claude. (2001). *Le principe d'humanité*. Paris : Éditions du Seuil.
- Hamann, Aimé. (1996). *Au-delà des psychothérapies : l'abandon corporel*. Montréal : Les éditions internationales Alain Stanké.
- Hamann, Aimé et al. (1993). *L'abandon corporel : au risque d'être soi*. Montréal : Les éditions internationales Alain Stanké.
- Jacquard, Albert. (1988). *L'équation du nénuphar : les plaisirs de la science*. Éditions Calman-Lévy.
- Kahn, Axel (2007). *L'homme, ce roseau pensant... Essai sur les racines de la nature humaine*. Paris : NiL éditions.
- Miller, Alice. (1983). *Le drame de l'enfant doué : à la recherche du vrai soi*. Paris : Presses universitaires de France.



- Pelletier, Roch. (2003). Narcissisme et subjectivité : une perspective ontologique. Dans *Actes du colloque (de recherche en abandon corporel) 2003 : De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique* (pp. 167-169). Nantes, France.
- Schore, Allan N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. New York: W.W. Norton & Company.
- Singer, Christiane. (2007). *Derniers fragments d'un long voyage*. Paris : Albin Michel.
- Süskind, Patrick. (2006). *Sur l'amour et la mort*. Paris : Fayard.
- Taylor, Charles. (2003). *Les sources du moi. La formation de l'identité moderne*. Montréal : Les Éditions du Boréal.



# JE SUIS

Madeleine Turrettini Reverdin

maturev@bluewin.ch

Étrange expérience que celle de me préparer à ce colloque. Voilà des mois que le thème du spirituel m'habite. En moi et hors de moi, ancré dans ma chair et m'observant tel un regard extérieur. J'ai envie de parler et j'ai envie de me taire. Il me semble que dès que je m'apprête à parler, je sors le spirituel de moi-même, le mets à l'extérieur et le chosifie. Me taire me permet de rester au-delà des mots, à la fois dans une apesanteur et dans une rencontre plombée avec la vie enfermée en moi.

Toujours une chose et son contraire, un flux et un reflux, un mouvement perpétuel. Ce que j'avais écrit un jour j'avais envie de l'effacer le lendemain. Est-ce le propre de l'esprit de l'homme de ne pouvoir s'immobiliser en un point sans qu'immédiatement apparaisse son contraire? La quête de l'homme que l'on nomme quête spirituelle serait-elle cette course éperdue pour trouver le repos alors que nous sommes profondément des êtres divisés? Maître Eckart écrit dans le sermon 21 :

*C'est la béatitude de l'âme que Dieu soit un... parce que l'âme ne possède pas l'Un, elle ne trouve jamais son repos, jusqu'à ce que tout devienne Un en Dieu.*

Maître Eckart m'aura accompagnée pendant ce travail, de près ou de loin. Il aura été comme un fil reliant le cœur de mon être et mes errances. Il semblait donner un sens à ce que je ne comprenais pas de moi. Je reconnais dans ses écrits cet élan qui m'habite et cette impossibilité à nommer ce vers quoi je tends sans sortir immédiatement de cet élan. Peut-être m'a-t-il aidée à concilier en moi ma démarche en « abandon corporel » et mon engagement dans l'église.

J'ai eu envie de prendre la parole dans ce colloque car je me sens infiniment reconnaissante envers l'abandon corporel, envers Aimé Hamann et tous ceux qui avec lui ont œuvré dans le sens de cette rencontre avec nous-mêmes sans à priori, sans jugement et qui nous permet de reconnaître ce qu'il y a d'universel dans chacun de nous. Le thème de notre colloque me semblait être une occasion rêvée : je suis engagée dans le cadre de l'église protestante de Genève dans un groupe qui propose un espace de silence et de prière, petit office hebdomadaire dans lequel une grande place est réservée à l'écoute de la Parole et au silence. Le spirituel tombait à pic et j'espérais témoigner de mon expérience d'être à la fois à l'intérieur d'une institution et dans une démarche d'abandon corporel. Je ne savais pas que ce serait si difficile!

D'un côté une invitation à consentir à tout ce que je suis; de l'autre un engagement important pour moi et que je ne voulais pas ébranler. Comment m'ouvrir à mes doutes, à mes incompréhensions, à mon sentiment récurrent de faire des gestes ou de poser des actes publics, comme prier ou officier, par-dessus un mystère total qui me laisse sans voix, sans repère et souvent sans sens alors que la foi dans mon esprit requiert une adhésion totale? Et d'un autre côté ce mystère justement d'une paix qui parfois m'envahit lorsque je lis des textes de la bible ou de grands mystiques ou que je prépare un office. Comme si à ces moments-là je me laissais être douce à mon âme et arrêtais de me torturer en faisant de



chaque voix intérieure une vérité absolue à contempler puis à abattre. Y a-t-il un lieu au-delà du champ de bataille?

Depuis longtemps j'essayais, et toujours en vain, de concilier ces deux démarches qui, sans être opposées, s'opposaient en moi. L'institution donnait une forme à ma quête spirituelle. Après avoir traversé des déserts intérieurs et fréquenté différents gourous, me retrouver dans une église dont la foi reposait sur la Bible me rassurait. La vérité n'était plus la parole d'une personne mais était à chercher dans la résonance en moi des textes de la Bible, livre vieux de plusieurs siècles et dont la pluralité des auteurs me donnait confiance. J'y retrouvais mes racines. Ce fut d'abord une longue lune de miel. Je suivais les enseignements d'Ignace de Loyola et m'appuyais sur la discipline qu'il propose. J'ai rencontré des personnes magnifiques qui m'ont parlé de leurs chemins de foi jalonnés de déserts et de grandes joies. Mais je n'osais regarder en face mes propres doutes. J'avais encore besoin de certitudes et je ne pouvais prendre le risque de découvrir que je n'étais pas à ma place dans ma communauté. Celle-ci me donnait une sorte d'enveloppe narcissique où je trouvais une identité. J'avais peur de mon côté iconoclaste, peur de trahir ceux qui me faisaient confiance et de devoir les quitter.

Les critiques et les attaques des participants contre l'église dans les groupes d'abandon corporel me blessaient, me mettaient en colère et me menaçaient. Même si je pouvais reconnaître le bien-fondé de leurs critiques, j'avais l'impression que l'on tentait de détruire la seule chose qui tenait debout en moi, parce que hors de moi. L'intouchable n'était pas l'église, mais moi dans un espace où toute mon espérance avait été mise dans mon appartenance à cette institution. Toute mon espérance pour ne pas toucher à ce lieu de totale désespérance et d'absence, absence de moi que je confondais avec l'absence de l'Autre. L'image de ces pasteurs qui tentent de toute leur âme de sauver ce bateau qu'est l'église et qui, souvent à bout de force et à bout d'espoir, sont menacés de sombrer à leur tour illustre l'effort que je faisais même inconsciemment pour ne pas sombrer à mon tour dans une obscurité. Et pourtant des doutes j'en avais et ma démarche en abandon corporel m'empêchait d'en faire l'économie. J'avais l'impression d'être enfermée dans des mots dont le sens est infiniment plus vaste que les mots. Croire en Dieu? Ne pas croire en Dieu? N'est-ce pas déjà chosifier Dieu? Dieu serait-il une idole? Poser des actes, communier de pain et de vin; comment croire totalement à ce que l'on fait? Et que faire de ces instants où tout cela paraît une mise en scène?

La foi est un élan et non une connaissance ou une certitude. Et pourtant comment parler de Dieu sans mots qui le figent?

La lecture de Maître Eckart me rassurait :

*Les paradoxes sont un moyen pour Eckart de nous empêcher de clabauder sur Dieu tout en parlant. Chaque fois que nous croyons pouvoir installer notre pensée dans une conviction sur Dieu, il nous en chasse, affirmant la vérité opposée. Il n'y a pas de synthèse à ces antithèses, pas de conciliation à ces oppositions. Dieu est un Dieu vivant dont nous ne pouvons fixer les traits.<sup>1</sup>*

Je sentais à la fois un espoir et quelque chose de désespéré et de désespérant dans cette

<sup>1</sup> Eck, Suzanne. (2003). *Jetiez-vous en Dieu, Initiation à Maître Eckhart*. Paris : Cerf, p. 115.

tentative d'aller vers, de tendre les bras vers un « innommable », un « inconnaissable », un « insaisissable ». Il y a tant de force dans cet élan vers... ce que Maître Eckart appelle « Néant ».<sup>2</sup>

Je me débattais avec les textes de la Bible. Pour une raison inconnue je n'avais plus envie de les méditer. J'avais envie d'être en dehors d'eux, de les lire mais de l'extérieur. En dehors de ce « devoir croire » et de ma culpabilité à ne pouvoir y arriver complètement. Les rejeter aurait été aussi douloureux que de ne pouvoir y adhérer avec une foi de charbonnier.

Je crois que tout cet automne j'ai tenté de me dégager de l'institution en moi. Celle qui me demande d'obéir, d'adhérer sans questionner. Je me sentais seule, traître envers tous ceux qui m'avaient accompagnée, face à un vide. Combien de fois ai-je parlé de l'épreuve du « petit banc » de méditation où le silence est tellement silencieux qu'il a un goût de mort ou alors il n'est qu'agitation et distraction. Tout en moi renâclait devant cette rencontre quotidienne avec moi-même. Je craignais par dessus tout de découvrir que j'avais utilisé l'église, Dieu et la communauté pour ne pas être seule. Car seule j'étais ce vide que je rencontrais sur le « petit banc » ; et que faire face au vide si ce n'est le remplir et y mettre Dieu? Était-ce cela ma foi? Et comment se faisait-il que je me laisse aimer et puisse aimer à mon tour cet être invisible et intouchable alors que mes relations affectives étaient si souvent douloureuses? Dieu devenait-il ce Tout Autre qui me permettait de faire l'économie de ma peur de l'autre?

Le spirituel est certes cette rencontre avec soi-même. Y a-t-il autre chose à rencontrer que soi-même? Où se loge l'Autre, le Tout-Autre dans cette rencontre? Y a-t-il une différence entre le Tout-Autre et moi-même?

Tout l'automne j'ai vécu ce combat entre ma foi et ce questionnement incessant qui m'habitait et auquel j'avais identifié l'abandon corporel. J'en avais fait deux absolus, deux forces qui s'affrontaient en moi et me laissaient dévastée. Et pourtant au cœur de moi-même, dans une intimité profonde avec moi-même, il y avait un lieu au-delà du conflit, un lieu au-delà du doute, de l'affrontement et de l'accusation. Un lieu de silence. Pas le silence programmé du petit banc mais un silence plus vaste. Un silence devant lequel j'avais envie de faire silence.

Les mots de Maître Eckart me revenaient :

*La déité est donc un lieu de secret, d'intimité, de pureté... C'est un visage de Dieu, une présence de Dieu sur laquelle on ne peut rien dire, rien exprimer et qui elle-même n'exprime rien, n'agit en rien, mais se contente d'être.*<sup>3</sup>

Je me suis même demandé si cette lutte entre le croire et le pas croire, entre l'abandon et la maîtrise n'était pas une façon de me donner existence, un mouvement narcissique pour me sentir vivante. Dans l'affrontement je me heurte et je peux sentir la vie en moi alors que dans l'abandon au silence je me dissous. Mon être perd ses limites et se fond dans un infini

<sup>2</sup> Voir Jarczyk, Gwendoline et Labarrière, Pierre-Jean. (2000). *Et ce néant était Dieu...* Paris : Albin Michel, Spiritualités vivantes.

<sup>3</sup> Eck, Suzanne. op. cit. p. 113.

que je ne connais pas. Cette expérience de dissolution me terrifiait et m'amenait à créer des formes et à les faire s'opposer pour ne pas disparaître.

Pourtant au cours des mois j'ai senti petit à petit le combat s'éloigner et l'envie de me taire prenait le dessus. Mes doutes par rapport à ce que je pouvais croire perdaient de leur importance. Des cloisons en moi tombaient. Je comprenais que toute énergie de vie est mouvement et l'élan spirituel en moi n'appartenait pas à une église qui détiendrait la Vérité mais que cette église à laquelle j'appartenais était le véhicule de mon être. Et que tout mon être est spirituel. Qu'aucun homme ne peut échapper à cette dimension. Tout chemin de vie est un chemin spirituel que l'on se dise athée, agnostique ou croyant; tout chemin de vie y compris l'horreur et le meurtre.

Je pouvais sortir l'abandon corporel de la chapelle dans laquelle je l'avais enfermé. Il n'y avait plus une école qui doit se heurter à une autre, mais une approche de mon être avec mes doutes, mon besoin d'appartenance et mon absence à moi-même. L'abandon corporel et le chemin spirituel se confondaient pour se vivre au jour le jour, dans la rencontre avec moi-même et avec l'autre, dans ce qu'il me fait vivre et me révèle de moi-même. Il y a quelque chose d'étonnant à penser que chacun de mes gestes peut être habité de ce spirituel, que chaque geste peut être une prière. Non pas une prière adressée à quelqu'un mais une prière à travers la conscience habitée de cette dimension spirituelle de l'être.

Sur le chemin de la préparation à ce colloque, mon père âgé de 95 ans tomba très malade et voilà que son corps atteint d'escarres infectées et inguérissables se défaisait lentement, bien avant la mort physique. C'était ma première expérience de mort lente d'un être proche. Je voyais mon père vivant dans un corps qui se meurt. Qu'est-ce qui meurt quand nous mourons? Un corps, un esprit, les deux, sont-ils dissociés l'un de l'autre ou une seule et même chose?

Face à cette mort que je croyais imminente, j'ai eu besoin de me rassembler au cœur de moi-même. J'étais comme un animal en attente, la nature avant l'orage. J'attendais quelque chose qui me dépassait complètement, la fin d'une vie, la chose la plus banale et la plus vertigineuse qui soit. La radicalité du départ à jamais, l'inconnu tout aussi radical de « l'après-la-mort ». L'abîme de ce passage vers un au-delà dont nous ne connaissons rien. La foi pour certains peut aider à traverser cet abîme, mais l'abîme reste là. Devant cet inconnu de l'« après la mort » je sentais que je ne pouvais que m'incliner. Toute mon intelligence, tout mon savoir se heurteront toujours devant ce mystère. Est-ce que toute démarche spirituelle n'est pas pétrie de cet inconnu, de ce mystère de la mort, de cette terreur de l'abîme?

Est-ce là le début de ma foi? Ne pas savoir reste terrifiant. Pour ne pas risquer l'implosion intérieure que peut engendrer l'obscurité absolue de l'inconnaissance, je dus rassembler toutes mes forces pour « être », habiter ce corps qui est le mien et que je suis et c'est à travers cette expérience qui côtoyait la mort que je me suis sentie naître à moi-même.

Ainsi ce « Va vers toi-même » ne sera pas, comme je l'ai cru longtemps, une réalisation professionnelle ou affective de mon être, mais un savoir profond, animal, biologique que j'existe. Expérience humble et infinie. Humble parce que vécue à travers la matière de mon corps. Mais le corps est-il séparé de l'esprit? Et infinie car cette expérience d'être est infiniment plus vaste que moi. C'est un « je suis » où le moi et le Soi de Jung se rejoignent,



où à la fois j'existe comme être différencié et relié aux autres.

J'ai commencé à penser à ce travail en automne dernier en imaginant parler du silence. J'ai rencontré le combat intérieur puis la mort. Par moments, et parfois pendant des mois, le silence s'imposait. Je n'avais plus envie de parler. Je ne savais même plus ce que je cherchais à dire. Je m'interrogeais sur le fait même d'écrire sur le spirituel. N'était-ce pas là tenter de récupérer par le mental quelque chose qui ne fait pas partie du mental? N'étais-je pas en train de me harceler dans cet effort d'écrire? En même temps je sentais que j'arrivais au bout de quelque chose. Mon mental lâchait prise et le silence s'installait.

Le silence est un temps où mon être est en repos. Étrangement je crois qu'aujourd'hui le silence ne me quitte plus jamais tout-à-fait. Il m'habite même lorsque je parle ou me débats dans une chose ou une autre.

Le silence est une expérience d'intimité et d'ouverture vers « plus large que moi », une expérience de densité et d'espace. Le silence est de l'ordre de l'être. Le silence est car je suis.

## **Bibliographie**

Eck, Suzanne. (2003). *Jetez-vous en Dieu, Initiation à Maître Eckhart*. Paris : Cerf.

Jarczyk, Gwendoline et Labarrière, Pierre-Jean. (2000). *Et ce néant était Dieu...* Paris : Albin Michel, Spiritualités vivantes.



# L'INNOMMABLE DU SPIRITUEL

Marie-Stella Denat

marie-stella.denat@laposte.net

Tout quelque chose en condensé est à l'intérieur de moi et voudrait tant dire de cet acharnement que je mets à vouloir présenter une communication à ces colloques d'abandon corporel. Mon inscription est parmi les premières, je clame à qui veut bien l'entendre que je voudrais communiquer, et ce depuis deux ans déjà, si ce n'est pas quatre!

Je ne sais pas pourquoi je m'accroche tant à cette volonté de communiquer.

C'est un peu comme si c'était l'occasion pour moi de laisser émerger une forme spécifique, dont aujourd'hui je sais encore si peu de chose.

C'est comme si j'avais reconnu quelque part, un espace possible à me laisser être, un espace me permettant d'entrer en connaissance avec moi-même en même temps qu'avec vous.

Déjà en 2003, au colloque de Nantes, l'expérience fut pour moi toute particulière et très singulière : Entendre et résonner, d'une façon si profonde et si surprenante. En vous écoutant, en me connectant avec chacun de vous par l'intermédiaire de vos textes, j'avais accès à des parties fractionnées de moi-même qui m'étaient jusqu'alors encore inconnues.

Prendre une place à ce moment là et contribuer à l'élaboration des actes a peut être participé au fait de pouvoir rester,  
quelque temps encore,  
un peu collée,  
aux bouts de mots et de phrases que j'entendais,  
comme pour entendre encore un peu,  
quelques échos,  
quelques miettes,  
de ce qui, en moi, avait été touché.

Puis ce fut la traversée d'un désert aride et douloureux où :  
le désir fût mêlé à la déception,  
le mouvement à l'immobilisme,  
le silence comme un lieu d'expression,  
le trouble associé à la clarté,  
l'absence comme unique lieu de présence,  
et bien d'autres encore paradoxalités et contradictions...



*Subjectivité et rencontre* était le thème du colloque dernier : comme ça m'avait parlé!

Dans mon impossibilité à m'emmener physiquement parmi vous, ce fut seule et silencieusement, par l'intermédiaire de vos textes, que j'ai pris le moyen de vous rejoindre. Mais c'est aussi avec la présence de mes fidèles compagnons de route, les plus anciens, comme les plus nouvellement arrivés sur ma route, que le chemin s'est poursuivi jusqu'ici.

Cette année, l'occasion se présente à nouveau. Le désir toujours aussi fort me pousse à chercher une porte d'entrée pour me présenter, pour vous parler, mais comment?

Sur quelle poignée m'appuyer?

Mon mouvement premier, fut d'envoyer quelques lignes en réponse au rappel d'informations de Jacqueline Comeault, comme une bouée de « raccrochage ». Je voyais le colloque prendre forme avec une construction des communications, j'imaginai la place et les possibilités de me présenter se réduire, et pareil à un cri qui aurait pu dire : ne fermez pas, je suis là! J'ai proposé ce qui me paraissait proposable à partir de moi; un témoignage!... Mais de quoi?

Ce premier élan fut suivi d'un autre mouvement intérieur, qui cherchait à tisser le déroulement d'une histoire, voulant partir de quelque part.

J'aurais voulu trouver un bout qui serait désigné comme le premier, le début, le commencement, cherchant à articuler ce qui se présente de moi et qui cherche à se dire, avec le thème de ce colloque, sur lequel je cherche désespérément une accroche.

Alors j'ai commencé en d'autres lieux et de multiples manières, par faire le récit des différentes expériences spirituelles que j'ai vécu : disparates, hétéroclites, parfois saugrenues, c'est à la recherche de guérison, dans un mouvement de vie incessant qui se cherche et qui cherche à comprendre que je les ai traversées.

Mais pour l'heure, je cherche à sillonner sur le sens que je donne au thème de ce colloque et aux mots qui le présente : « Les spiritualités et le spirituel : les recherches de sens et le sens que l'on est ». Qu'est ce que cela veut dire pour moi? Comment est ce que ce thème résonne en moi?

Une dynamique intérieure s'anime en moi, pareil à un mouvement en recherche de signification et de signifiant, mais cette agitation intérieure ne m'entraînerait-elle pas vers un ailleurs de moi-même??

Ne pouvant résister à ce mouvement qui cherche à dérouler, ranger, organiser de l'histoire, mon histoire, j'ai commencé par faire une sorte de panorama rétrospectif des différents

chemins que j'ai empruntés. Une impression illusoire me laisse penser que ce détour me donnerait l'occasion de m'accrocher à un point de départ, qu'il me donnerait peut être une consistance, un ancrage dans une histoire, me rassurant ainsi sur le fait que je pars de quelque part,  
pour aller quelque part,  
même si je ne sais rien au fond,  
du début,  
du contenu,  
et encore moins du lieu où ça va.

Pourtant, il me viendrait de vous dire en guise de témoignage,  
combien et comment,  
le spirituel a pris dans ma vie, la forme d'un chemin qui me conduit peu à peu,  
qui me nourrit aussi,  
dans une quête de sens,  
vers le sens que je suis.

Je pourrais alors presque dire que si les chemins que j'ai traversés sont assimilables à des chemins spirituels, ils m'apparaissent comme ayant été une multitude de directions empruntées dans ma vie vers une infinie recherche de sens de qui je suis. C'est par cet aspect des choses que j'articule la question du spirituel, des spiritualités avec la notion de quête et de recherche de sens sur mon existence.

Alors, sous la forme d'un témoignage, je pourrais commencer à vous parler de ces différents chemins spirituels que j'ai empruntés et traversés, tous centrés vers cette recherche du sens de ma vie et de mon existence. Tout en écrivant je me sens et me voit raisonner, cherchant à expliquer la particularité du travail que je fais en abandon corporel depuis dix ans, cherchant à expliquer comment il me permet d'approcher peu à peu le sens que je suis.

Mais tout en écrivant,  
en tentant d'écrire quelque chose,  
de laisser surgir,  
me voilà comme souvent,  
sous l'emprise de mon mouvement de butinage...

M'y revoilà de nouveau convoquée à ce mouvement désorganisé, fractionné, morcelé.  
Mon esprit oscille de toute part et mon mouvement est pareil à un butinement.  
De raisonnement en résonance, c'est comme si, il m'était impossible d'appréhender en une seule fois et en un morceau quelque chose.  
Oser entrer et laisser aller ce mouvement qui va, qui vient.

Ne pas pouvoir faire autrement que de me laisser traverser et transpercer par ce mouvement qui me conduit, même dans l'écrire,  
à un surgissement de formes par morceaux,  
copiés, coupés, collés,  
dans d'autres morceaux écrits avant, ailleurs,  
me ramenant inlassablement à moi, dans ce lieu là du découpé,  
là où en fait, je chercherais bien autre chose.

Je me rends compte par exemple que c'est à l'occasion d'une réponse à quelqu'un,  
d'un texte ou d'une partie du texte de quelqu'un,  
ou de ce qui se dit à l'occasion de quelqu'un  
ou de ce que j'entends lorsque quelqu'un parle  
que je me surgis : quelque chose surgit de moi, me surprenant moi même,  
dans une forme toute particulière.

Je me rends compte aussi là tout de suite, qu'en partant de l'endroit où je cherche à articuler tous les mots qui composent le titre de ce colloque pour arriver à raisonner sur le sujet, je me trouve toute surprise, en résonance, dans le lieu même où ces dix années de travail en abandon corporel m'ont conduite.

Lieu de moi même qui se découvre,  
lieu où les mots me paraissent comme absents,  
lieu où la forme me semble manquer,  
lieu où l'écrit m'était impossible mécaniquement, physiquement,  
lieu ou forme, mots, écrits surgissent alors tout involontairement,  
à l'insu de moi même je pourrais dire finalement,  
et tout en même temps!

Ces dix années parcourues en abandon corporel m'ont conduit à beaucoup me questionner en essayant de « *prendre la position d'être soi même...* » comme je l'ai entendu dire par Aimé Hamann.

Oser prendre cette position là.

S'approprier à cette position là par l'intermédiaire des autres, à l'occasion des autres,  
dans le rapport aux autres.

Pour moi, c'est le chemin de la désorganisation la plus complète que je traverse par cette position.

Faire place en moi à cette organisation complètement désorganisée,  
moi qui avait passé tant et tant de temps,

tant d'énergie et tant d'argent,  
à tenter d'organiser quelque chose et certainement que c'était important,  
mais pour découvrir au final tout cet incompréhensible chaos!

J'ai le sentiment de m'éloigner du thème sur lequel je me suis inscrite, alors je cherche à revenir pour raisonner. Mon mouvement de butinage me conduira à Wikipédia pour tenter de définir, voire de contenir « *la spiritualité, (du latin spiritus, esprit)* », et me permettra de récolter quelques fragments d'explication : La spiritualité se présente « *par opposition à la matérialité (corps, instincts, la chair, etc.)* ». La spiritualité se définirait « *par les activités qui se rapportent à l'esprit et à sa vie (expression vie de l'esprit)* ». La spiritualité « *désigne ainsi, entre autre, un ordre de réalités religieuses et mystiques, et concernent la capacité que possède l'être humain de s'interroger sur son existence et sur sa place dans l'univers* ».

Comme c'est difficile,  
trop difficile pour moi de m'arrêter sur le sens de ce mot... le Sens... et le mot...  
Je m'efforce alors de savoir si le chemin que j'ai parcouru jusqu'ici aurait à voir avec les spiritualités et le spirituel.

D'origine sicilienne, nourrie par une culture méditerranéenne associant le christianisme maternel au communisme revendicatif paternel, il me semble que la question du divin apparenté à Dieu et à la religion n'a jamais pris corps à l'intérieur de moi.

Troisième et dernière enfant, née en région Parisienne, au sein d'une famille, vivant douloureusement pour certains de ses membres, l'immigration, mon rapport au divin et à la religion s'est tout d'abord ancré dans le déni et le non-sens.

Du plus loin que je me souviens,  
Dieu, le divin, la religion et ses croyances furent tout d'un bloc, d'abord rejeté, puis questionné,  
pour finalement être ignoré au profit d'une interrogation centrale et obsessionnelle sur le sens de mon existence.

La recherche de sens m'habite depuis toujours il me semble. Mais le sens pour moi, au départ, c'était pour comprendre.

COMPRENDRE pour COM-PRENDRE : prendre à l'intérieur de moi pour me construire et peut-être m'apaiser.

Comprendre une langue d'abord,  
avec le sens des mots pour expliquer celui des MAUX. Mais le sens des mots, depuis le début, depuis mon entrée dans le langage semble me faire défaut.  
C'est comme si le mot surgit,  
m'imprègne de sa musicalité et se présente à moi avant la signification.

Ce n'est qu'après sa venue que me parvient la question de ce qu'il veut dire,  
sous l'aspect d'une question.

Avant le mot, c'est le vécu par « l'in-pression » : l'ex-pression de mon corps qui s'imprime  
en moi de façon surprenante,

saisissante parfois, troublante souvent.

C'est à l'occasion des autres, dans ce que je vis par l'intermédiaire des autres.

C'est bien dans le rapport,

à l'autre,

à quelque chose et/ou à moi même peut être

que je suis « impactée : prise dans l'impact »,

empoignée, martelée,

« empreintée aussi : comme sous empreinte »,

que l'extérieur, ou l'intérieur, je ne saurais même plus trop où se situent les limites,

que l'extérieur ou l'intérieur donc me parvient.

Et l'abandon corporel dans tout ça : C'est quoi pour moi, l'expérience de l'abandon  
corporel?

Je me sens convoquée à me questionner pour rapprocher le spirituel de l'abandon corporel  
en cherchant à faire du lien. Il ne me serait pas venu l'idée de ce rapprochement tellement  
je vis l'esprit d'un côté, et le corps de l'autre.

Esprit et corps, ces deux mots mis ensemble me conduisent à « l'esprit du corps ». Cette  
nouvelle association de mots m'apparaît tout à coup comme une nouvelle définition,  
comme un sens nouveau que je pourrais donner au spirituel. Comment pourrais-je dire  
alors, à partir de là ce qu'est pour moi le travail en abandon corporel? Comment parler,  
comment décrire, comment rapprocher ce chemin parcouru depuis toutes ces années au  
spirituel comme étant l'esprit du corps? Comment faire du lien entre les spiritualités et  
mon implication dans cette recherche? Comment vous parler du sens d'être que ces  
expériences, à chaque rencontre renouvelée, me donnent à vivre? Comment vous décrire,  
comment mettre des mots sur ces notions spirituelles lorsque pour moi, l'expérience est  
charnellement corporelle!

Mon expérience en abandon corporel est pour moi cette expérience troublante et  
tumultuante de mon corps de langage.

Cela se passe comme si peu à peu, chemin faisant, je découvrais ma langue de corps.

Une langue très particulière qui m'apparaît souvent comme étrangère par son étrangeté.

Une langue qui me conduit à ce que je ne sais pas de moi même,

par surgissement, par jaillissement,

activée dans le rapport aux autres, dans l'interaction avec les autres de façon directe ou  
indirecte,

me faisant faire l'expérience que sans les autres, l'accès à moi ne peut se faire, tant je me vis comme difficile d'accès, comme limitée...

« *L'abandon corporel n'est ni une application de quelque chose ni une technique* » : plusieurs fois j'ai entendu cette phrase avec laquelle je suis bien d'accord!

L'invitation qui nous est faite dans ce travail, je l'ai saisie pour ma part comme une invitation à l'exploration, et c'est là que je retrouve quête et recherche de sens!

Explorer ce qui est, comme c'est.

Explorer comment la vie, ma vie est organisée pour moi, en moi, à l'occasion du rapport à l'autre.

Explorer et peu à peu, m'accrocher par le corps plus que par la raison, m'approcher peu à peu et sentir ce que peut vouloir dire : « *habiter sa subjectivité* ».

Une chose est de l'entendre, de croire le comprendre,

Une autre est de le vivre et d'en faire une expérience singulière, faite et à refaire en permanence.

Je mesure aujourd'hui combien il m'était tellement plus facile de camper sur mes certitudes,

plus facile aussi d'approcher le monde par une vision bien représentée et bien arrêtée des choses,

des autres, de la réalité,

jusqu'à ne plus sentir,

jusqu'à me perdre,

jusqu'à m'oublier.

« *Être présent à soi, c'est faire l'expérience du corps à l'intérieur duquel je suis* » disait quelqu'un en 2003 à Nantes. Il me semble que cette expérience chaque fois renouvelée de nos rencontres en abandon corporel me permet de faire régulièrement l'expérience corporelle du rapport à moi-même, tellement surprenante et inconfortable, parfois tellement rebutante aussi, comment apprivoiser cela?

Faire l'expérience de laisser être la vie telle qu'elle est organisée en moi,

aller à la rencontre de ce qui émerge, comme cela émerge,

avec la forme que ça a...

Écrire, ou même parler,

oser prendre et/ou donner forme.

Oser laisser surgir ce qui émerge de moi, et qui prend forme en le disant,

laisser se dire ce que mon corps « s'exprime »,

sentir et consentir à ces différents lieux d'impacts que me font vivre ce que je ne sais pas et ne connaît pas de moi, dans mon rapport aux autres, dans mon rapport à vous.



Laisser être ce qui est dans l'impossibilité d'être autrement,  
 me faisant faire l'expérience régulière et récurrente, honte de ce qui surgit,  
 sentiment de décalé, de pas adapté, et parfois même d'inapproprié.  
 Consentir à ces mots qui m'habillent de nudité!  
 Apprivoiser ce langage de corps, et ce corps de langage,  
 Approcher l'ensemble de ces lieux d'être que je suis,  
 pour ne rien en faire, et parfois même, ne rien pouvoir en dire.  
 Vivre l'insupportable de cette image de moi qui m'est ainsi renvoyée,  
 là où je voudrais tant, ÊTRE, et surtout AP-PARAÎTRE autrement.

Comment dissocier le spirituel des spiritualités et m'interroger sur la question de l'âme,  
 mon âme, sur la question de l'esprit, mon esprit? Questionner âme et esprit? Chercher du  
 lien? Quel lien?

Comment ne pas dissocier l'esprit du corps, mon esprit de mon corps, cette enveloppe sans  
 laquelle la vie ne peut me parvenir... peut être?

Comment alors associer et relier mon esprit et mon corps, sans lequel il m'apparaît  
 impossible qu'il puisse y avoir un quelconque rapport?

Mon corps qui m'encombre pourtant si souvent, contre lequel je me heurte comme je peux  
 me heurter aux limites extérieures,

Mon corps comme outil de langage qui me permet de sentir et d'entrer dans un monde de  
 rapport,

Mon corps au travers duquel il me semble que je peux parler de présence à moi-même,  
 mais la présence à soi, qu'est-ce donc au fond? lorsque mon corps, se trouve posé là, habité  
 de toute une vie, d'une densité de vie intérieure, et ne me donne que partiellement accès à  
 toute cette vie,

Mon corps me laissant démunie, dépourvue, habitée d'un sentiment de pauvre et de  
 misérable.

Si je peux appréhender le spirituel c'est étant « l'esprit du corps »,

Si je peux entendre et me laisser sentir les spiritualités comme étant « la vie de l'esprit ».

Alors, il me vient de multiples questions :

Qu'est ce que je vis donc lorsque je me vis comme traversée voire transpercée,  
 particulièrement dans les expériences que je fais du travail non verbal?

Quelle est cette vie en moi, la vie que je porte?

Quel sens aurait donc ma vie, cette vie qui se manifeste à travers moi comme étant mon  
 corps?

Quel autre sens lui donner que celui de la vivre, mais de la vivre partiellement, tellement il

me semble que l'absence m'habite si souvent?

Vivre l'absence comme un lieu de présence, avec le sentiment de ne pas y être,

Vivre cette présence à moi-même, que je pourrais qualifier de « *sans moi* » ou encore de « *avec moi comme ça?* ».

Comment consentir à cette vie-là en moi dont je sais si peu de chose?

Comment assumer le plus en plus de moi-même?

Lorsque le moi-même m'apparaît comme désintégré!

Sans préhension possible, vulnérable...

C'est dans ce mouvement incessant de questionnement,

Martelée par d'infinies questions qui appellent des réponses remises immédiatement et systématiquement en question, je tourne en rond dans ces déambulations avec l'impression de ne plus rien comprendre de rien.

Je me trouve alors dans l'impossibilité de mettre un terme à cette communication, d'envisager une fin, une conclusion, à l'endroit où les choses m'apparaissent être avant tout un début. Il me semble alors pouvoir consentir à être dans ce point d'étape comme une ouverture à moi-même, entrer peut-être dans l'inter-dit du silence pour faire silence et être avec moi-même, arrivée que je suis à ce commencement-là!





## **QUÊTES DE SENS, QUÊTE DE SOI**

**Modératrice : Catherine Amarantini, Maniwaki**



# L'INTERSTICE DU MANQUE : PASSAGES ENTRE L'ORGANISATION D'ÊTRE ET LA CONDITION DE L'ÊTRE

René Pelletier

renepelletier@internetvip.qc.ca

Avant que l'écriture ne s'impose comme lieu de recherche et de parole, une impression vague et insaisissable ne cessait de m'interpeller. Bien que j'en parlais autour de moi, c'était chaque fois peine perdue. Remué par ce que je disais et rejoint par ce qui en retour m'était dit, je n'arrivais toujours pas à me déposer. Ce qui m'habitait m'échappait sans cesse. Durant plusieurs semaines, tant bien que mal, j'ai suivi cette expérience qui demeurait toujours aussi fugace que fugitive jusqu'au moment où, sans crier gare, un mot s'est imposé en moi et, du coup, il a fait sens au fourmillement qui m'agitait depuis un certain temps. Le « manque ».

Ce mot, le manque, éveille divers aspects de nos expériences de vie. Il fait écho, de prime abord, à tout ce qui dans notre histoire n'a pas eu lieu, à toutes les privations qui l'ont jalonnée. De même, il renvoie à ce qui est évité, coupé, éteint et refusé de soi. Il y a beaucoup à dire – et à redire – tant des manques vécus en nous-mêmes que de l'expérience du *manque de soi*. Mais il me semble qu'il y a autre chose à approfondir, autre chose qui, sans exclure les aspects nommés précédemment, renvoie à la condition même de l'être.

L'expérience du manque que j'aimerais développer à travers ces lignes est celle d'un lieu en soi à la fois troublant et agissant. Comme forme particulière de notre organisation d'être, le manque se trame soit derrière la volonté de tout comprendre et de tout posséder, soit derrière l'envie de tout éteindre et de tout fuir, de nous-mêmes comme de l'autre. Paradoxalement, c'est aussi de ce lieu que s'éveille le *désir*, autant celui de *se recevoir* que celui de se relier aux autres. Il me semble que *consentir* à l'expérience de se vivre comme jamais rassasié, jamais accompli et jamais entier nous mène vers ce qui nous dépasse, ce qui est autre et ce qui est plein, et donne accès à une recherche de sens qui, sans jamais se tarir, appelle au *spirituel*. Ce sont ces dimensions de l'expérience en soi, avec tout ce qui de ces mouvements nous réveille et tout ce qui de ces passages nous échappe, qui me conduisent à nommer ce lieu *l'interstice du manque*.

## L'errance : du refus de soi à la recherche de sens

Aborder l'interstice du manque comme expérience à être et saisir ses diverses émergences comme mouvement de vie (et de sa vie) ne sont pas tâche facile. Sentir l'insatiable, l'insuffisant et l'inachevé en soi ne peut qu'éveiller un déchirement intérieur, voire la peur et la honte.

De ces manques qui s'inscrivent en nous, il y a tout ce qui a fait défaut tout au long de notre vie. Qu'il s'agisse de pertes, d'abus, de rejets ou de violences, ces marques qu'arborent notre histoire et notre corps donnent lieu à des espaces intérieurs qui ne cessent de hurler « famine ». Au-delà de ces tragédies, il importe de ne pas oublier tous ces



petits événements vécus au quotidien qui, eux aussi, peuvent devenir des lieux obscurs et souterrains. Pensons à ces absences jour après jour répétées, à ces besoins maintes fois banalisés, à ces gestes d'affection toujours attendus, en somme, à ces carences qui, tout au long du parcours de notre vie, s'agitent et nous grugent. Habités de manques, tout mouvement intérieur ne peut que faire mal et l'impulsion première qui en émerge et qui s'impose est de mettre à distance tout ressenti. Mais de terrer ces lieux douloureux au plus profond de soi laisse sans repère, sans direction et sans parole. Et en l'absence d'ancrage en soi, tout semble absurde et vide de sens. Il ne reste plus alors que l'errance.

Quand l'impression d'être un étranger parachuté sur terre s'impose ou quand le sentiment d'être perdu sur son propre territoire s'installe, nous pouvons chercher à peupler cette vie qui nous échappe afin d'en effacer toute détresse. En s'activant à gauche et à droite, en s'embarquant dans des routines, en s'imposant une direction, des projets ou des objectifs, en s'inventant des mondes imaginaires, en s'étourdissant de compréhensions, en s'effaçant derrière les idées reçues, les apparences ou les croyances, bref en se remplissant (parfois avidement) de tout ce qui est en dehors de soi, ça peut un certain temps aller. Mais ces « fioritures » ne résistent pas longtemps au manque. Le vide et la peur refont surface d'un simple mouvement de vie. Et chaque fois, de retour à l'errance, rien ne s'avère réellement satisfaisant, ni suffisamment rassurant.

Lorsque nous sommes habités de manques, l'errance est le seul mouvement possible. L'errance nous pousse à travers quelques traces de vie, sans pour autant désigner un lieu défini à l'avance, une « terre d'accueil » où trouver refuge. Sur le chemin de l'errance, tout est inattendu et dérangent, mais tout peut être révélateur et porteur de sens. L'errance est recherche, certes une recherche douloureuse et incertaine puisqu'elle se fait dans le refus de soi, mais c'est une recherche malgré tout. Comme le dit Jean-Michel Atlani (2001) : « *consentir à l'expérience d'être perdu permet d'être en chemin.* »

L'errance vient – comment pouvons-nous l'oublier – d'un déchirement, d'une détresse, d'un enfermement d'où aucune parole ne sort. Néanmoins, l'errance indique la possibilité et la nécessité d'un chemin qui sans relâche tend à rejoindre l'être que nous sommes. De l'errance, il y a recherche, à travers ce qui échappe, à travers ce qui angoisse, à travers ce qui sème la honte et le doute, à travers ce qui nous effraye. Il y a recherche d'existence, il y a mouvement me semble-t-il, de là où la vie dérange avant de pouvoir donner sens.

### **Le vertige : arriver tout en soi**

Alors que l'existence en soi est peu possible, que des constructions se sont élaborées pour survivre au manque, le fil de notre vie ne peut se démêler d'un seul coup. D'une vie longtemps enfermée, du « *manque de soi* » (voir Dubé, 2005), prendre le risque d'arriver en nous-mêmes demande à traverser tout un espace de désolation. Ce qui a été mis en jachère ou en veilleuse, sous surveillance ou sous vide, écarté, enfermé ou coupé, tout cela risque d'apparaître et de revendiquer sa place.

Parler du passage, long et sinueux, entre le manque de nous-mêmes et la présence à soi, c'est relater un parcours qui s'est inévitablement peuplé de moments de douleur, de découragement et de débordement, comme de réconfort, d'apaisement et de rencontre. Ce qui se vit de prime abord comme un gouffre infranchissable, en prenant le temps de

s'expérimenter, de s'habiter, de se découvrir, devient peu à peu un territoire pour se reconnaître. Et étant, cet espace donne le « vertige ».

Le vertige, c'est l'expérience à la fois incertaine et tangible que quelque chose en soi s'éveille et prend forme. Parfois, c'est en contemplant la nature que le vertige s'éveille : un ciel infiniment étoilé qui révèle une assurance hors du temps; une mer déchaînée qui donne force et mouvement. Parfois, c'est à l'occasion soit d'un rêve ou d'une expérience corporelle que le vertige s'impose : traverser un pont suspendu à une hauteur démesurée pour arriver sur son continent; explorer une habitation où les murs se rétractent et disparaissent pour laisser place à un bien-être profond; fouiller au plus creux de la terre et accéder à une enfilade de grottes qui conduisent jusqu'à chez soi. Toutes ces expériences indiquent sans détour, il me semble, la complexité de notre propre existence et la profondeur de la vie contenue en soi.

C'est par le terme de « *l'indéfinition* » que Claire Fréchette (2005) exprime cette place faite en soi aux possibles qui, avant de prendre forme et de prendre sens, demandent à être reçus. Le vertige, c'est d'être là avec tout nous-mêmes, avec toute la vie qui nous habite, sans jugement et sans a priori. Le vertige, c'est le risque pris à chaque pas en soi qui, aussi petit soit-il, nous déstabilise et nous enracine tout à la fois. L'expérience du vertige appelle à ce qui est en devenir, à ce qui est en gestation, à ce qui est en friche. Du vertige, jusqu'au plus profond de soi, il y a des nécessités qui nous poussent à *être* et ce faisant, même petit, même incertain, même fugace, rend possible la dignité d'être, non pas celle qui est revendiquée et qui est prise, mais celle qui se reçoit.

Parler du vertige dans ces termes exige par contre de ne pas oublier que, ce qui est, c'est nous-mêmes, c'est-à-dire notre propre expérience subjective avec tout ce qu'elle offre de singulier. L'interstice du manque convie à notre expérience tel qu'elle se vit et tel qu'elle se dit en nous-mêmes, en toute *subjectivité*, de même qu'à ce qui en soi n'est jamais tout à fait accompli.

### **Les mises à mort : prémices de la rencontre**

Que de l'interstice du manque s'inscrive ce qui n'est jamais tout à fait achevé, il s'y loge aussi la faim d'un rapport à l'autre, d'un écho qui à l'occasion de l'autre donne à *être*. Mais là où en soi ça ne connaît que la désolation, la *rencontre* ne peut qu'être menaçante et toutes les raisons sont bonnes pour s'arranger seul. De peur de se voir submerger d'une avidité vécue sans fin sans satisfaction possible, vaut mieux déjouer tout contact, et rester sur sa faim et se vivre sans besoin ni désir légitime.

De peur que le rapport à l'autre mène à la douleur d'être, nous pouvons nous demander à être autrement et nous accommoder aux attentes (réelles ou construites) de l'autre comme nous pouvons demander à l'autre de se changer et de s'accommoder à notre satisfaction. En faisant l'économie de ce que peut éveiller la *rencontre*, en se dépossédant et en dépossédant l'autre, tout ça donne l'illusion de vivre le contact comme un bonheur tranquille. Mais loin de l'apaisement espéré, les refus de soi et de l'autre – de ces mises à mort – éveillent malaise et trouble aussi bien en l'un qu'en l'autre, et l'un comme l'autre sont ramenés à leur propre organisation d'être. Dans ces relations « tissées bien serrées », le sentiment d'inadéquation ou de culpabilité, de même que l'impression d'être injustement



traités ou faussement jugés, peuvent à tout moment émerger de nos moindres recoins intérieurs.

De ces présences qui nous atteignent et de ces relations qui trébuchent, d'une façon ou d'une autre, le rapport à l'autre nous ramène et nous confronte au manque. Et dans un monde où ça s'est toujours arrangé dans la distance de soi et de l'autre, il me semble que les prémices d'une *rencontre* ne peuvent qu'attiser colère et révolte.

La révolte, dans ses premiers contours, peut apparaître lors de la mise en échec d'un rapport à l'autre qui se veut sans remous. Ces colères, bien qu'elles surprennent, éclaboussent et incriminent, servent en fait d'écran au refus de ce qui nous habite et de ce qui nous échappe. La révolte à l'intérieur de soi peut de même se manigancer dans des lieux avides d'un écho de l'autre, mais échaudés par trop de carences et de blessures. Que ces effusions de colère prennent la forme de l'accusation, du ressentiment ou de la vengeance, en réalité, elles indiquent sans aucun doute la lutte qui est là en soi entre le refus et le désir *d'être*, de ces mouvements qui nous prennent sans cesse d'angoisse. La révolte sommeille également dans « *l'en bas* » (Bellet, 2005), dans des lieux au plus creux de soi où aucun lien et aucune vie n'existent. Ces éclats et ces colères défendent ce territoire de toute intrusion et expriment, me semble-t-il, la déchirure qui s'éveille lorsqu'il n'y a pas d'autre choix que celui de faire de la place à l'autre pour *être* et que la peur de se voir abusé, humilié ou manipulé risque de nous submerger.

Avec colère, la souffrance se dit. Elle dit le manque, la déchirure, le *seul*. Quand ça se dit avec colère et douleur, ce n'est toutefois pas le revirement espéré. Dire à l'autre le manque fait qu'on est deux, mais ce deux n'est pas ce qui est attendu ou imaginé, c'est-à-dire un deux rempli de satisfaction et de béatitude. Il y a *rencontre* dans la douleur d'être. Ne s'approche pas qui veut du « *seul* » en soi sans que cela devienne intolérable et apeurant. Et atteints de cette manière et dans ces lieux autant la vie est désirée que, de ces douleurs, la mort puisse nous sembler douce.

Dans le rapport, comme l'autre se révèle chaque fois distinct de ce qui peut être attendu et comme ce qui risque d'être touché à l'intérieur de soi dérange et bouleverse, inévitablement un choc a lieu. L'autre suscite en soi, et nous suscitons inévitablement en l'autre, autant de vulnérabilités que de susceptibilités qui nous révèlent, l'un et l'autre, l'un à l'autre. La *rencontre* se fait rarement sans heurt et, de l'interstice du manque, des mises à mort ont lieu avant qu'il ne soit possible de consentir, ne serait-ce que l'espace d'un moment, à tout ce qu'elle éveille et révèle en nous-mêmes.

Tel un déchirement entre l'élan vers l'autre et l'angoisse du rapprochement, de même qu'entre la reconnaissance de ce qui nous habite et la dépossession de soi et de l'autre, il me semble que la *rencontre* suit un parcours où se mêlent et s'entremêlent le manque et la mort. En tant que condition de l'existence, le passage à la *rencontre* demande à traverser le lieu de l'*ambivalence* et ce chemin est à refaire maintes fois et, chaque fois, il y a à consentir à ce qui est pour *être*.

### **La conscience d'être : mouvements et temps du désir en soi**

De prime abord étonnant, nous pouvons saisir que de l'interstice du manque s'éveille le désir. À notre corps défendant, le manque crée une nécessité qui va au-delà du risque que

peut représenter la *rencontre* de soi et de l'autre. Sans manque, il n'y a plus rien : aucune recherche, aucun mouvement, aucun déchirement qui nous amène à *être*... La vie n'est plus. Le désir s'éteint.

Tel que mis de l'avant par Aimé Hamann, le *désir* est une organisation fondatrice de l'être qui s'accomplit dans l'interdépendance et la paradoxalité. Porteur de toute l'humanité, même refusé, le *désir* va vers son propre accomplissement et se retrouve tout autant dans les fuites et les coupures de soi que dans tout détour qu'il prend en nous en tant qu'organisation d'être (Hamann, 1993).

Ce que la position en abandon corporel permet de dégager, c'est que le *désir* – dans le devenir et l'inachevé de la matière (Hamann, 2005) – rend l'expérience du manque inévitable en soi. Tels un passage obligé pour *être*, le manque est autant l'évitement que l'accès à nous-mêmes, tous deux à recevoir puisque porteurs de vie.

Des mouvements du désir, la première impression qui apparaît est celle voulant que notre organisation d'être nous empêche d'exister pleinement, qu'elle est arrêt, mort et manque. Mais cette expérience il me semble, bien que réelle, est davantage celle d'une organisation non habitée, absente d'elle-même. Dans l'expérience de *se recevoir*, notre organisation est nécessitée par la vie. Le désir a besoin d'un lieu pour prendre forme, d'une structure pour s'exprimer, d'un contenant pour se déployer. Ainsi, à travers l'organisation qui est la nôtre, plus que d'exister, le désir devient : il s'incarne et il se « corporalise ». Faire l'expérience du désir, tout en étant présent à comment c'est organisé en soi, fait en sorte que la vie peut s'exprimer dans ce qu'elle a de plus particulier.

Parallèlement, certains mouvements du désir (peut-être plus souvent qu'il n'en paraît) peuvent se manifester dans l'absence de soi. Qui ne s'est jamais ou empiffré au-delà de toute faim, ou lancé dans des activités d'envergure épuisant toute énergie, ou engagé spontanément et entièrement face à l'autre sans égard aux conséquences et aux limites? Le désir suit le chemin de son accomplissement, peu importe les obstacles (Hamann, 1993). Il semble bien qu'en se réappropriant le désir, en y faisant de la place dans notre organisation d'être, son expression peut y insuffler un mouvement de sens et faire en sorte que quelque chose d'autre – qui jusque-là échappait – puisse avoir lieu en nous-mêmes.

Habiter les mouvements du désir à travers notre organisation d'être fait naître et nous donne pleinement vie. C'est peut-être ça le spirituel. C'est d'offrir au désir la possibilité de s'accomplir à travers soi, dans la prise de conscience de mouvements qui ne peuvent se prévoir à l'avance, et d'en laisser émerger le sens dans son expression la plus particulière afin qu'il puisse devenir autre.

La conscience de nos propres déterminismes, qu'ils soient coupure, absence, privation, manque ou mort, permet de réaliser pleinement que la vie nous dépasse à chaque instant, que chaque expérience est plus que ce que nous pouvons recevoir, et que chaque moment est plein de nous-mêmes. C'est peut-être aussi ça le spirituel. C'est d'être en soi, habité des mouvements et des expressions de la vie dans un espace qui, reçu comme c'est, appelle à ce qu'il y a de plus humain en soi et qui, hors du temps, nous dépasse d'une fois à l'autre indéfiniment.

Prendre conscience de la vie et vouloir son existence – parfois avec avidité – placent chacun d'entre nous face à ses finitudes, et demande à apprivoiser et à porter tous ces lieux qui

nous habitent et qui nous échappent. Et tous ces lieux en soi nous permettent de vivre ce qui autrement deviendrait intenable et qui ne serait que constamment évité. Ainsi, pouvons-nous dire que le spirituel chevauche le déterminé et l'indéterminé, à l'interstice de la vie et de la mort, pour devenir le « *chemin de l'interprétation particulière de la vie en soi* » (Hamann, 2006).

### **Le commencement : lieu de passages**

« Désirer fait souffrir » dit Gilles Desmarais (2005). Le *désir* n'apporte pas la béatitude et l'apaisement maintes fois espérés, mais il peut entraîner un mouvement d'existence qui nous submerge au-delà de nos déchirements, parfois même au-delà de nos misères. L'interstice du manque conduit à se sentir incomplet, parfois sans mots et sans repères, mais il est paradoxalement aussi le moteur de notre vitalité, l'élan de notre recherche de sens, le mouvement qui amène à l'autre et au *plein*. L'expérience du manque est le fondement de la conscience d'être en soi. Le manque précède la vie et marque le passage à *l'ontologique*, c'est-à-dire au « point de rupture »<sup>1</sup> qu'est *se recevoir*.

Dans *se recevoir*, habiter l'interstice du manque donne lieu à des élans de vie qui, comme un raz-de-marée, frappent là où le seul réside en nous-mêmes. De ces moments en dehors du temps qui parfois ne peuvent qu'être appréhendés et pressentis, l'expérience de *se recevoir* s'ouvre sur ce qui est au-delà même de soi, au-delà de ce qui peut intérieurement se prendre. Tout étant accueilli comme c'est, ne serait-ce que l'espace d'un moment, ce qui est habituellement vécu comme une solitude incontournable est, du coup, plénitude d'être. Tout devient commencement et éternité. En tant que condition de l'être, il me semble que le manque ouvre, en bout de ligne, sur ce qui ne peut qu'être pressenti ou entrevu puisque chaque fois nous dépassant.

Dans l'émergence de ce texte, à l'encontre de toute attente, ce qui aurait pu n'être qu'un appel s'est transformé en nécessité de saisir ce qui m'échappait, et cela depuis longtemps. Sur ma route *d'écrivain*, au point de départ, j'ai senti la nécessité de dire pour ne pas me perdre et c'est devenu un lieu de sens et un espace pour *être*. À travers ces lignes, j'ai eu à consentir pour apparaître à mes propres yeux, mais peut-être encore davantage pour apparaître aux autres. Comme le soulève Gilles Deshaies (2005), l'écriture à partir de la position de l'abandon corporel est un lieu de recherche et une expérience de *co-rencontre*.

J'arrive au bout du souffle qui a accompagné ce mouvement d'écriture et le doute me dévore intérieurement. J'aborde quelque chose qui m'est singulier et que j'espère malgré tout rassemblant. Je ne peux me dire plus que ce qui est là pour l'instant, et je me sens loin d'un achèvement. Je me dois d'oublier toute conclusion. Je me vois à la lisière de ce qui peut se prendre un peu en moi, au commencement de ce qui peut devenir *autre*. Mais ça m'échappe et ça m'angoisse. Et je voudrais encore tout posséder et tout contrôler. Je suis à la remorque de ce qui m'habite – de ma propre organisation d'être – et de ce qui me submerge en même temps, dans l'espace qu'est *l'ambivalence*, à l'interstice du manque.

---

<sup>1</sup> Extrait des échanges avec Gilles Deshaies et des commentaires reçus des participants lors de la présentation du projet de texte sur le thème du manque au Séminaire de recherche en abandon corporel (Mai 2007; St-Élie-de-Caxton, Québec).

## Bibliographie

- Atlani, Jean-Michel. (2001). Le thérapeute, alchimiste de l'humain, temps accumulé, matière en devenir. Dans *Actes du colloque (de recherche en abandon corporel) 2001 : Être psychothérapeute en abandon corporel* (pp. 43-60). Montréal, Québec.
- Bellet, Maurice. (2005). *La traversée de l'en-bas*. Paris : Éditions Bayard.
- Deshaies, Gilles. (2005). La subjectivité comme lieu de recherche. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 321-329). Québec, Québec.
- Desmarais, Gilles. (2005). L'impact de sa subjectivité sur l'autre : l'accès à soi. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 71-80). Québec, Québec.
- Dubé, Clémence. (2005). De l'absence de soi à la rencontre : le consentement à la subjectivité. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 23-27). Québec, Québec.
- Fréchette, Claire. (2005). L'indéfinition : une voie d'accès à soi-même. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 271-275). Québec, Québec.
- Hamann, Aimé. (2006). *Le spirituel*. Entrevue avec Aimé Hamann réalisée par Nicole Racine-Lazure (Juin, 2006). Montréal, Québec.
- Hamann, Aimé. (2005). *La subjectivité*. Entrevue réalisée et transcrite par Nicole Racine-Lazure (Juillet 2005). Montréal, Québec.
- Hamann, Aimé. (2003). Recherche ontologique en psychothérapie. Dans *Actes du colloque (de recherche en abandon corporel) 2003 : De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique* (pp. 17-31). Nantes, France.
- Hamann, Aimé. (1993). Les origines et les fondements de l'abandon corporel. Dans Aimé Hamann et al. *L'abandon corporel : Au risque d'être soi* (pp. 17-66). Montréal : Éditions Alain Stanké.



# LA MISE EN ABYME II : LE RAPPORT D'ÉLIMINATION, DU MEURTRE AU MANQUE, PORTER L'ABSENCE

Denis Matthey-Claudet

denis.matthey@demarches.ch

## Fragment, la chute

Quel est le sens de la vie au regard de la vastitude de l'univers en expansion...

Je me souviens, enfant déjà enfant encore, la nuit, porté à questionner le sens du vivre.

Lorsque le nez vers les étoiles regardant l'infini des cieux, je me souviens de ce moment de pur vertige me saisir. Ivre, vivre la sensation de ma première « mise en abyme »... Basculement violent, comme une conversion, être non plus happé par l'infini mais dans une chute, être ramené à moi, parmi les hommes. Vide!

Je suis le début et la fin de toutes vies.

Là où le sens cherché au-dehors c'est moi cherchant, ce que je ne savais pas encore être l'autre pour se connaître.

C'est un moment où la perte du sens, cherché au-dehors, fait creux au-dedans. Vide démuné.

Absence première.

## Vous dire

Il y a deux ans, j'ai présenté sur la mise en abyme<sup>1</sup>.

C'est un texte sur le vertige de la mise en danger de son existence, pour ouvrir à la vie et aux autres, pour entrer en rencontre. Mais c'est aussi lorsqu'au pied de la lettre, dans le non-sens, sans aucun recul, sans distinction entre dedans et dehors, lorsqu'une intériorité s'ouvre par le meurtre, la chute, le choc et la répétition, lorsque qu'un passage s'ouvre... Représentant dans la représentation, un signifiant pour le signifié. Signifier.

La mise en abyme c'est la présence dans l'absence, lorsque le meurtre est fondateur du monde.

Depuis 2005 je suis resté attelé à mon mouvement de recherche, car je ne sais pas écrire autre chose que d'être dans cette approche là.

---

<sup>1</sup> La mise en abyme : Le non-lieu de la rencontre comme rencontre? Du meurtre essentiel au mythe fondateur, de l'agir au consentir. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 187-192). Québec, Québec.

J'ai beaucoup écrit.

Six semaines avant notre colloque, je m'étais donné quinze jours pour ramasser toutes mes notes et mes écrits, pour me mettre dans un mouvement d'écriture qui puisse rassembler dans un même corps ma présentation.

Le premier jour de ce temps dans un climat tendu, avec détermination je me suis levé de ma chaise, et dans une encouble, me suis écrasé par terre. Petit accident, grande chute! Ça m'a fait basculer dans un état de choc, état de choc dans lequel je me suis senti tout à la fois bien présent, ne ressentant que peu l'atteinte, et complètement absent, ne pouvant plus être là, décalé de ma propre vie, n'ayant que peu de moyens pour reconnaître la réalité de ce qui m'arrivait. Ça a désorganisé ma vie, je n'ai rien pu écrire, et je suis toujours là sans texte.

Je voulais me ramasser.

Je me suis ramassé!

Et comme redressement c'est un passage par l'allongement.

Et moi qui voulais parler de l'absence et de l'élimination, j'y suis.

Et l'innommable fut.

Arrivant là avec toutes sortes de morceaux de fragments étant moi-même... mais comment dire ça...

L'importance de me risquer, d'être là avec cette absence de texte, présent, ne rien présenter.

D'un jet, j'ai ramassé quelques questions qui sont la substance de ma réflexion pour me permettre de faire présence dans l'absence de texte organisé.

### **Comment?**

Ma recherche est fondamentale. Depuis que je me connais me connaissant, elle habite mon mouvement de vie, dans des enjeux de vie et de mort... Cette recherche touche au tréfonds dans le drame de l'être en vie, beauté et horreur, essence paradoxale de l'homme... ce passage par l'abyme, passage par les ténèbres. C'est ma vie depuis ma naissance et c'est ma recherche pour y être rencontre.

Mais le fondamental se niche dans le plus banal, et le tréfonds habite juste au revers de la surface, se révélant par l'Autre, et par l'autre qui le porte, d'abord absent, inaccessible insaisissable, comme moi-même.

Tout est toujours là à chaque instant et en tout lieu. J'ai fait choix d'y aller pour y être, c'est ma recherche d'être en vie.

Depuis que je me connais me connaissant.

Voici en quelques mots ce qui attend d'être écrit<sup>2</sup>, en toute subjectivité.

Comment en toute subjectivité

Comment

puis-je nommer l'innommable

Comment en toute subjectivité

Comment

le mal peut-il être le bien lorsque le mal est le tout l'autre

Comment en toute subjectivité

Comment

le meurtre peut-il être fondateur de l'autre

Comment en toute subjectivité

Comment

l'élimination de l'autre est présence de l'autre

l'élimination de l'autre me fonde et le reconnaît

Comment en toute subjectivité

Comment

la puissance destructrice peut-elle être créatrice

Comment en toute subjectivité

Comment

le suicide, l'élimination de soi est présence de l'absence

Comment en toute subjectivité

Comment

mon plus profond désespoir peut-il être mon avenir

Comment en toute subjectivité

Comment

le mouvement d'élimination est le fondement de la vie

---

<sup>2</sup> Pour la suite de cette recherche, pour la suite de ce texte, vous pouvez consulter le site dédié à l'adresse internet [www.demarches.ch/elimination](http://www.demarches.ch/elimination)

Comment en toute subjectivité

Comment

le rapport d'élimination est-il constitutif de la matière

Comment en toute subjectivité

Comment

mon enfermement est mon ouverture à la vie

Comment en toute subjectivité

Comment

assumer le manque d'où l'on vient

Comment en toute subjectivité

Comment l'absence

Comment être en toute subjectivité

Comment porter la mort donnée et reçue sans mourir d'absence

Comment les noces de l'enfer et du paradis...

Comment?

Comme ça

Comme moi

Comme JE

Mais par-dessus tout l'être avec toi

pour être avec tous

surtout si l'on se TUE

Comment

en toute subjectivité

né de tous

comment

co-

...

### **Bibliographie et références**

Et pour la suite de ce texte, qui va s'écrire petit à petit, consultez le site dédié :  
[www.demarches.ch/elimination](http://www.demarches.ch/elimination)

Matthey-Claudet, Denis. (2005). La mise en abyme : Le non-lieu de la rencontre comme rencontre? Du meurtre essentiel au mythe fondateur, de l'agir au consentir. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 187-192). Québec, Québec.



## L'INTERMITTENCE : UN INCONTOURNABLE DU MOUVEMENT CORPOREL EN QUÊTE DE SPIRITUEL

Jean-Yves Levasseur

jy3levasseur@yahoo.ca

Ma présentation portera principalement sur *l'intermittence* dans le corps, un *mouvement* qui me semble essentiel au *spirituel*. Que nous le voulions ou non, nous passons d'un état à un autre sans que nous puissions l'expliquer avec certitude, du moins par la voie de la causalité. Il me semble que l'intermittence de ces passages n'est pas un hasard mais une constituante de ce processus.

### **Spiritualité... à se perdre!**

Depuis ma toute petite enfance, je suis habité par des questions existentielles et spirituelles. Je me souviens, entre autres, d'un moment qui ne m'a jamais quitté jusqu'à aujourd'hui. J'avais alors 6 ou 7 ans. À la brunante, assis par terre avec des copains, le dos contre la maison, nous regardions le firmament. Constatant nos âges, nous nous projetions dans le temps. Je réalisais qu'en l'an 2000, j'aurais 50 ans. Atteindre le prochain millénaire me réjouissait. Mais à ce même instant, je ressentais qu'il y avait eu tout un temps avant et qu'il y aurait tout un temps après. Je réalisais mon arrivée dans un monde commencé bien avant moi et qui se prolongera bien après. Je n'aurais qu'une durée limitée et éphémère. Heureusement que j'étais bien appuyé contre la maison et même sur ses fondations car le vertige m'a saisi. Je ressentais cet infini à se perdre. Par chance, mes copains étaient là, mes parents et, bien sûr, la maison aussi. J'avais un besoin urgent de me raccrocher pour ne pas me perdre, ne pas me désorganiser. En vous écrivant ces mots, je ressens encore l'intensité de ce moment, à la fois insupportable et attirant.

Heureusement, à l'époque de mes six ans, il y avait des réponses toutes faites. Ayant grandi dans l'univers catholique des Canadiens français, vous comprendrez que j'ai pu me détacher du mur de la maison car il y avait bien d'autres murs pour me raccrocher. Mais peine perdue, je n'ai jamais pu me résigner de façon absolue à toutes ces réponses, y relevant toujours plein de contradictions. Mon questionnement n'a donc pu s'arrêter là. D'ailleurs ce n'est pas pour rien que je suis assis ici.

J'aborde donc le thème de ce colloque avec la même sensation, la peur de m'y perdre. Par moments, j'ai l'impression que je ne devrais pas m'exprimer dans ce colloque, tellement j'ai peur de n'avoir rien à dire ou tout simplement le besoin d'éviter le sujet. À d'autres moments, je ressens un besoin urgent de me relier à vous. J'ai des choses à vous dire, il est nécessaire que je prenne le risque. J'aborde donc ce thème comme un enfant devant l'immensité, avec cette peur de s'y perdre. J'ai un pied sur le solide et l'autre dans l'infini. Prendre le temps de saisir l'insaisissable par l'écriture - et je tiens à vous le dire - me donne le vertige et il s'arrête par l'engourdissement.



## Le corps avant tout

Depuis que je suis au monde dans ce corps, j'entends le hurlement du désir, les cris de la chair, la satisfaction et la frustration des besoins, les plaisirs et les souffrances, les espoirs et les désespoirs. Depuis que j'habite ce corps et que j'en reconnais progressivement l'existence, j'en cherche sa portée, sa destinée, sa finalité. Je cherche le sens de notre présence sur terre, et ce, le plus souvent à mon insu. La spiritualité pourrait-elle définir les contours de cette recherche?

La spiritualité m'apparaît comme un concept qui regroupe tous les efforts du corps pour comprendre le sens de son existence. Je dis bien « corps » car la pensée n'est pour moi qu'une dimension de cette recherche, qui, elle, englobe tout le corps. Manger, dormir, faire l'amour, toutes les réalités ou manifestations du corps seraient incluses dans cette quête de sens. Tout est un effort d'être, d'habiter la totalité de son être, devenir « un corps étant » plutôt « qu'un corps en attente d'être ». Être implique la conscience d'être. Être, sans en avoir la conscience, réduit l'existence dans ses possibilités d'être. Aussi n'être que dans le savoir, sans être dans le corps qui le porte, en réduit la puissance à du pouvoir et de la faiblesse.

La souffrance humaine est tellement grande à porter. Une vie de désirs, de besoins, de manques qui le plus souvent ne peuvent exister, mais, tout de même, une vie qui demande à être reçue. Il y a tellement de pulsions, de désirs, de besoins qui s'expriment bien malgré soi. L'être humain doit s'adapter à sa propre réalité et à celle qui l'entoure. Il doit développer toutes sortes de mécanismes plus ou moins acceptables pour pouvoir porter sa réalité qui le dépasse. La spiritualité pourrait être une délivrance, mais aussi un enfermement. Elle peut devenir un jeu de pouvoir sur soi et sur les autres, mais aussi un espace d'ouverture où toute la vie humaine peut être reçue, un espace d'être à l'infini d'où le sens ne cesse d'évoluer. Rapide???

Ce questionnement qui m'accompagne depuis toujours a commencé à prendre racine depuis que je participe à la recherche en abandon corporel. Effectivement, comme je l'ai déjà mentionné dans mes textes précédents, l'absurde était pour moi la seule vérité. Je n'avais aucune certitude, aucune croyance qui me satisfaisait pleinement. D'ailleurs mes énergies se concentraient presque principalement à en faire la démonstration. La place faite au corps en abandon corporel devenait pour moi un lieu d'espoir afin que quelque chose puisse prendre du sens. Rien dans ce qui m'avait été proposé jusque-là ne me donnait de réponse satisfaisante à ma réalité corporelle. Par exemple, je ne comprenais pas « aimer son prochain comme soi-même » alors que je ne m'aimais pas et que je n'aimais à peu près personne. Je ne comprenais pas les paradoxes : amour et haine, désir et dégoût, corps et âme, les liens entre la sexualité, l'amour et la spiritualité, etc.

Progressivement au cours de ma recherche, ma réalité corporelle a pu trouver un sens qui la respecte et qui ouvre sur des compréhensions de ma vie et de la vie. L'absurde qui reste en moi et autour de moi m'indique les chemins de recherche et de construction plutôt que les impasses et la destruction. Le corps est donc devenu pour moi la base de toutes mes recherches de compréhension. Consentir à être, ce qui est, sans chercher à être autre, m'ouvre le chemin de la connaissance et m'oblige à abandonner un savoir qui n'était que défensif à la vie réelle. J'aimerais cependant dire que je considère les défenses nécessaires à



la vie et toujours nécessaires à ma survivance, mais peut-être de moins en moins, ou certainement pas dans un absolu.

### Un rêve...

Après tous ces préambules et devant la complexité que représente cette thématique sur le spirituel, je n'arrivais pas à cerner le sujet de ma présentation. Quel bonheur, un matin en me réveillant, quand le souvenir d'un rêve envahit mes pensées. Il était court, mais inspirant. Le contexte était flou, confus, insaisissable. Je me souviens seulement de quelqu'un qui me disait : « *Ta présentation au prochain colloque portera sur l'intermittence* ». Je me suis réveillé avec ce concept et rien d'autre. J'étais heureux que quelque chose prenne forme pour aborder cette thématique à partir de moi. Depuis, je navigue dans tous les sens pour comprendre ce concept et saisir la place qu'il occupe dans la réflexion qui nous engage tous en ce moment. Le fait que ce concept s'était imposé à moi par voix onirique m'indiquait que j'étais en train de découvrir quelque chose que je ne possédais pas encore, donc en devenir, qui cherchait à être. J'étais aussi rassuré que quelque chose parte vraiment de moi, et plus profondément que de mes constructions mentales, car en matière de spirituel je m'y perdais rapidement. Cette révélation me donnait donc une balise, mais elle obligeait mon implication. La suite de la tâche ne fut pas facile bien qu'elle soit devenue stimulante et inspirante.

### Le mouvement et l'involontaire

« *On a beau dire, on a beau faire...* », comme le dit la chanson de Brel, je crois que l'on change, qu'on le veuille ou non. Depuis quelque temps, ma vie prend des dimensions que j'étais loin de soupçonner. Bien sûr je vieillis et mon environnement change, mais ce n'est pas de ces changements-là dont je voudrais vous parler. Ma vie change à sa racine. Je n'ai plus la même perception de ce que et de qui je suis, je ne vous perçois plus de la même manière. Je suis fort différent de ce que je pensais, et vous l'êtes tout autant. Je ne réagis plus de la même manière à ma propre vie et à la vôtre. Mes fondements ne sont plus les mêmes. C'est comme si j'habitais un autre corps. Vous m'êtes moins menaçants, je vous crains moins. Je vois les autres comme des entités séparées de moi. Je suis et vous êtes des êtres différents. Je suis différent, mais en même temps plus lié et plus proche qu'auparavant. J'ai une vie qui prend autant d'importance que n'importe quelle autre. J'ai moins peur d'apparaître. Je me sens moins le besoin de vous plaire. L'opinion de l'autre est une opinion subjective, intéressante à considérer mais pas un absolu, il en est de même pour la mienne. Un espace en moi, pour moi s'est fait, et un espace en moi, pour vous s'est fait. Je ne suis plus une division, je suis un tout et vous l'êtes aussi. Que s'est-il donc passé pour que je ne me reconnaisse plus, pour que mes repères ne soient plus les mêmes?

Aussi rapidement, intensément et d'une façon aussi convaincante que dans le paragraphe précédent, je pourrais affirmer le contraire. Je n'ai rien de changé, je suis toujours le même. Je rencontre toujours les mêmes difficultés, elles reviennent d'elles-mêmes sans que je les cherche. Je reconnais mes mêmes lieux d'impasse, d'absurdité, de noirceur. Je n'ai plus d'attrait à la vie, je me sens désespéré. Pourquoi? Je me le demande.

Pourquoi autant de contrastes, pourquoi ce mouvement, cette bascule qui s'introduit en moi par intermittence et hors de ma volonté. Cette sensation ou ce mouvement me trouble



et me rend parfois au bord de la panique tellement aucune de mes logiques ne tient. Je constate ces mêmes mouvements chez mes clients et ceux qui m'entourent, et ce, souvent avec la joie ou la colère et/ou avec l'espérance ou la désespérance, que le « vent tourne » selon qu'on apprécie ou pas ce qui se passe.

Voilà que mon rêve refait surface. Nous basculons d'un état à un autre, parfois instantanément, sans espace de transition. Un processus complètement involontaire, un processus qui nous prend en charge et nous amène hors de tous les sentiers connus. Mon rêve sur l'intermittence rejoint indéniablement ce mouvement.

Il me semble que la plupart du temps, ces passages se font à notre insu. Soudain, sans que l'on sache pourquoi, une souffrance s'installe, une envie de mourir, une perte d'intérêt, une sorte de désespoir. D'autres fois, une émotion, une sensation, parfois même un cri apparaît, et alors, une paix nous enveloppe, une tranquillité douce du corps. Nous avons presque la sensation d'avoir une âme, que le corps devient une âme ou, dit autrement, une présence à soi. Et à cet instant même où la vie devient supportable, le désespoir disparaît. Nous retrouvons soudainement des énergies et le désir de s'accomplir revient. Nous passons donc d'inactifs à actifs, d'heureux à malheureux, pleins d'espoir à désespérés, de vivants à morts, de morts à vivants, d'amoureux à solitaires et l'inverse. Dans la globalité de notre vécu intérieur, il semble y avoir la vie et la mort, et nous sommes ni vivants ni morts. Nous sommes peut-être ce que j'ai déjà entendu ou lu en abandon corporel : « étant ».

### **Étant : un espace intérieur à habiter**

Si nous nous arrêtons à la définition pure et simple du mot « intermittence », il est facile à comprendre : « de temps à autre, par moments, quelque chose qui revient de manière régulière ou irrégulière ». Cette définition laisse l'impression d'imprévu, qui arrive par intermittence et de manière involontaire. Bien que cette expression soit relativement simple à comprendre, mon rêve m'impose une réflexion plus large et plus profonde. Il me semble, dans le cadre de cette réflexion, qu'il est impossible de dissocier les trois éléments : mouvement involontaire, espace et intermittence. Jusqu'à maintenant, j'ai parlé de mouvement involontaire. Maintenant, il y a la dimension d'un espace qui se fait en soi par intermittence et qui contient des dimensions d'une puissance qui me dépasse et que je souhaite arriver à décrire ou du moins à circonscrire. Et cet espace n'apparaît que par intermittence et de manière totalement involontaire. Essayer de le créer est peine perdue, car l'effet serait vain et plutôt de l'ordre d'une construction, sans la vie qui l'habite.

Nous sommes tous habités de préoccupations de tout ordre, tant physique, psychique, intellectuel que matériel, relationnel, social, moral, voire spirituel. Entre toutes ces réalités, lorsque nous consentons à être tout ce que l'on est, en laissant toute compréhension, tout savoir, en restant là sans agir quoi que ce soit, il arrive par intermittence que nous ayons accès à des sensations, des images, des états qui nous sont étrangers, loin du familier, du connu. Ces réalités nous laissent avec des impressions de richesses, de profondeur que nous sous-estimions au départ. Par exemple, le vide, le temps qui paraît long, le temps qui semble court, rien qui tienne de la logique dont nous sommes habitués. Quelques choses qui ne cadrent pas avec la logique personnelle, sociale, organisationnelle, spirituelle que nous connaissons. Ces états disparaissent au moindre mouvement à qui serait tenté de les saisir. C'est un courant libre sur lequel nous n'avons aucune prise, qui s'empare de nous et

nous prend en charge complètement, sans que nous ayons à être autre que ce qu'il nous commande. Au départ, ces expériences peuvent paraître banales, troublantes, à éviter parfois. Elles peuvent par moments nous désorganiser et nous mettre dans des états complètement paralysants. Enfin, elles peuvent même disparaître avec l'impression qu'elles n'ont pas eu lieu.

L'intermittence semble nécessaire et indispensable à ces expériences. Elles ne peuvent arriver sur commande, elles ne peuvent durer sur commande non plus. Et surtout elles sont insaisissables, elles ne peuvent être contenues dans les mots. Bien sûr nous sommes tentés de les nommer, de les prendre, de les maîtriser afin d'en posséder l'essence et essayer d'en profiter pour survivre et vivre notre condition humaine. Il nous serait difficile de ne pas le faire. Mais hélas et heureusement, elles n'appartiennent à personne, elles sont inscrites dans la chair humaine et orientent toute notre vie et la vie de tout le tissu humain. La seule possibilité que nous ayons c'est d'y consentir, même au risque de notre propre mort car elles nous font vivre et mourir.

Par intermittence, un espace nous habite, il est entre tous les mots, entre tous les raisonnements que nous faisons. Il est au-delà et dans toutes les formes que nous construisons. Il est tout simplement. Dans toutes les formes, il y a des espaces par intermittence, des espaces qui sont et dépassent les formes, des espaces où toute la vie est contenue sans contenant.

Les renversements, par intermittence, que j'ai décrits plus haut, se présentent différemment selon que la tendance se tourne vers la vie ou vers la mort. Je remarque qu'il y a une différence dans ce passage qui me fait basculer de l'un vers l'autre. C'est difficile à exprimer tellement c'est subtil. Lorsque je suis dans un état où je me sens perdu, absent, comme mort, si je rejoins une expérience corporelle, telle devenir ému, ressentir des frissons dans le corps, entendre ou laisser émerger un cri, je reviens à la vie. C'est comme si la sève remontait dans l'arbre, c'est comme si le chemin se faisait de lui-même, comme si ça savait tout seul où ça devait aller. Je pourrais chercher ma route pendant des heures et je ne la trouverais pas. Mais si je suis rejoint par une sensation dans le corps, la route se fait sans que je le sache consciemment et ça consent à y aller sans aucun effort.

Par ailleurs, si aucune sensation ne me rejoint, si je ne suis pas atteint, qu'il n'y a rien, alors le moindre mouvement me demande un effort qui de temps en temps dépasse mes forces. Je bascule dans des comportements qui ne me font pas de bien. Je mange, tourne en rond, fait n'importe quoi qui ne me nourrit pas et qui même me désespère davantage. Je dirais même que ça pousse vers l'autodestruction. C'est comme si le seul désir qui m'habite en ces moments, c'est de me faire du mal, de me tourner contre ma vie et la vie. Je ne veux pas et je ne peux plus voir personne. Je laisse tout se défaire autour de moi. Toutes mes convictions pour me faire une bonne vie ou me faire vivre bien, tombent; j'agis le contraire. C'est comme une vengeance, une violence portée contre moi et je m'éloigne de tous les gens. Mes liens n'existent plus, je suis seul au monde et je ne désire que cela.

Une autre constatation que je fais dans ces moments, c'est aussi le temps et les efforts mis pour éviter d'être rejoint en moi dans le corps. Je peux tourner en rond pendant des heures avant d'arriver à consentir à me laisser atteindre en moi par moi. Même si je sais que la seule issue à ma détresse en ces moments serait de consentir au rapport à moi-même, je me débats longtemps avant de m'arrêter et attendre que je sois touché, que la sève reprenne

son cours dans l'arbre. Parfois je crains de me donner la mort plutôt que de prendre la direction du rapport à moi. Je dirais même que parfois, il faut que je me tue pour que je puisse naître à moi. J'entends par mort, me tuer, m'anéantir dans quelque chose que je ne sais même pas. De là, j'arrive à consentir un peu à laisser la vie, l'énergie vivre en moi.

Il est évident que je suis en lien avec moi dans cette bataille. Toutefois je ne saisis toujours pas l'importance de cette bataille, sa raison d'être. Pourquoi tant se refuser? À l'instant, je n'ai aucune réponse. Je ne peux que constater le fait. Ma compréhension de la vie et de ma vie ne trouve pas de logique ou de raisonnement qui me permette de comprendre. Pourquoi le malheur s'impose tant et bien malgré mon intelligence et mes forces? Pourquoi la souffrance veut-elle autant exister, s'imposer comme par nécessité? Pourquoi y a-t-il une telle proximité entre l'envie de vivre et celle de mourir, entre le plaisir et la souffrance, entre la joie et le malheur? Pourquoi existe-t-il une telle résistance au bonheur et au malheur? Il est souvent aussi difficile de consentir au bonheur, qu'au malheur! Quand je suis heureux, je voudrais que ça dure tout le temps et c'est difficile de consentir à retourner dans sa souffrance. À l'inverse, quand je suis dans la souffrance, c'est difficile de consentir au bonheur, je ne veux plus y croire de peur d'être déçu à nouveau. Rien n'arrive à bout de ce mouvement qui se renouvelle sans cesse par intermittence. Je constate autant ce mouvement chez moi que chez mes proches ou les personnes en démarche avec moi. Je ne crois pas que je sois le seul porteur de cette réalité, elle semble au contraire bien universelle. La position du thérapeute ou du chercheur ontologique dans une telle mouvance n'est pas facile. Cette réalité est vraie pour lui-même autant que pour celle de son client. Il a à se rendre constamment disponible à ce que cet espace se fasse en lui et ouvre le chemin pour lui-même, et cela peu importe que l'autre y consente ou non. Une intention causale, « *Je le fais pour que l'autre y consente* », devient une position d'enfermement.

L'étant serait peut-être un espace où l'intermittence se déplace à sa guise, un espace « qui veille au grain ». L'intermittence ferait jouer les différents aspects de notre réalité et de la réalité dans lequel nous sommes afin d'assurer le meilleur équilibre possible à chacun et, par ce fait, peut-être à toute l'humanité. Je crois que nous avons des possibilités illimitées de développement mais nous avons aussi des limites à ce que nous pouvons recevoir et habiter de notre complexité, tant par l'histoire que nous portons, que par notre devenir. L'équilibre serait peut-être le point de chute où nous arrivons à vivre et mourir dans une conscience supportable de notre réalité et de la réalité. L'insupportable de soi et l'insupportable de la vie humaine nous sont imposés. Il n'est pas naturel de consentir à la douleur, à la souffrance. Il est plus naturel de chercher à l'éviter. Toutefois le devenir humain semble s'imposer et nous proposer d'y consentir. Une fois le chemin ouvert, il est difficile d'y mettre fin ou de retourner en arrière.

L'étant serait donc un espace intérieur à habiter, un espace qui est sans limites, et l'intermittence ferait la gestion de son accès dans le meilleur équilibre possible. Notez que pour moi, l'équilibre n'est pas un état fixe mais un mouvement qui prend progressivement de l'ampleur au fur et à mesure de nos consentements à habiter l'étant.



## L'intermittence : un mouvement corporel constitutif ouvrant au spirituel

L'intermittence serait un noyau qui sépare, une force centrifuge, et qui rapproche, une force centripète. Il n'y aurait conscience de notre existence que dans la mesure où la division en soi existe. La totalité ne peut prendre conscience d'elle-même que dans la conscience de ses parties. Il n'y a qu'en consentant à sa spécificité, à sa singularité et à sa dimension moléculaire que l'ensemble peut devenir une réalité. Ce chemin serait à refaire à l'infini. Plus j'ai conscience de la plus petite partie de ma réalité, plus j'ai conscience du tout ou du moins de m'en approcher. Le désir de la matière de se recevoir, de s'accomplir exige l'intermittence, c.-à-d. exige de se défaire de ses absolus, pour se retrouver dans chacune de ses parties et prendre de plus en plus conscience de sa globalité. L'intermittence serait donc le mouvement corporel constitutif qui détermine les moments de passages entre la conscience que l'on a, à celle que l'on est. Une force centrifuge qui permet de s'éclater en ses parties pour se retrouver dans sa globalité. Elle exige de mourir à soi pour renaître à un soi plus élargi, la force centripète.

Au centre de moi, l'intermittence s'impose. Je ne la choisis pas, elle vient au gré du vent, d'un désir qui veut s'accomplir à travers moi. Je dois y consentir au risque de moi sinon je meurs dans l'inconscience. Je deviens un objet sans but ni fin. Je perds toutes mes différences avec la vie qui m'entoure, je perds toute mon humanité, je perds toute ma spiritualité. Je vis pour vivre, comme un automate, un être sans âme, sans conscience d'exister. Je perds tout sens critique, je deviens une institution de pierres qui ne sert à rien, qui vit sans espoir. Je deviens une brique de l'immeuble sans aucune différenciation d'avec l'immeuble, qui n'a aucune conscience de la brique, ni de l'immeuble. Je reste dans la psychose, soit dans le refus de soi et du mouvement en soi, et donc fermé à toute différenciation.

L'intermittence devient pour moi le passage de la vie à la mort et vice-versa, c'est le chemin de tous les jours, c'est la réalité en mouvement, c'est l'ouverture à être tout ce que je suis dans un mouvement de conscience sans fin. Je suis intermittence, je suis un passage sans fin. Nous parlons souvent que nous sommes que de passage sur terre, mais je crois que nous sommes toujours de passage dans tous les instants. Notre vie et la vie ne s'accomplissent que dans et par cette intermittence. Le passage d'une conscience de soi exige de consentir sans cesse à perdre cette conscience, à en mourir dans un mouvement sans fin de « re-naissance » et de « re-mort », et ce, sans remords. Je pourrais enfin comprendre ici l'ambivalence et la paradoxalité, du moins la nécessité de cette dualité constitutive. L'intermittence est le noyau qui en même temps oblige la dualité mais aussi la relie. Dans l'ambivalence qui nous est fondamentale, l'intermittence nous y oblige, nous rappelle que nous sommes cette complexité. Dans la paradoxalité, l'intermittence lie aussi nos contraires et nous garde ouvert à la globalité de ce que nous sommes, en soi et avec l'univers. La culpabilité qui nous poursuit toujours, à mon avis, viendrait aussi du fait d'essayer de retenir ce mouvement en soi, d'essayer d'avoir l'éternité sans espace d'intermittence, c'est-à-dire sans consentir au mouvement de la vie qui nous porte, nous souffle... En d'autres mots, essayer d'être, en acceptant de se recevoir, d'entendre le cri de la chair, constitue selon moi le seul chemin du spirituel.

Plus je meurs à la conscience de ce que je suis, plus les dimensions de mon organisation apparaissent. Je perçois alors de plus en plus mes difficultés à être : mes ambivalences, ma



paradoxalité, mes réactions affectives, cognitives, etc. Plus j'existe et plus les autres existent dans des entités en interdépendance. Je ne suis plus seul et je deviens une réalité dans un ensemble en devenir. Mais ce n'est pas facile de consentir à tout cela. Il y a à mourir à l'absolu du narcissisme qui souhaiterait être tout, sans avoir à devenir. De là, les rages et les désespoirs s'expriment. Je constate par ailleurs de consentement en consentement, de rage en rage, de joie en joie, de pertes en retrouvailles, qu'il y a un espoir. La vie devient plus supportable et une confiance grandissante s'installe à être la vie et la mort que je suis et que l'on est. Je comprends aussi, en ce moment, la souffrance comme étant intrinsèque à la vie et le refus de souffrir comme étant la plus grande des souffrances.

Comme je l'avais dit précédemment, ce thème m'est venu d'un rêve où il m'était dit que mon sujet de présentation porterait sur l'intermittence. Une intervention du Saint-Esprit, peut-être, mais il m'a bel et bien été suggéré par ma voix onirique. Je me suis alors dit que si ça s'impose de cette manière, il serait peut-être important et utile que je m'y arrête un peu. Je ne sais pas si c'est utile mais je peux dire que cette réflexion, bien qu'inachevée, m'a permis de mettre en place beaucoup d'éléments qui étaient épars en moi et de me contenir dans une compréhension d'un lieu qui me semblait au départ une impasse, mais maintenant, comme une vie à être et à recevoir dans tous ses mouvements.

La spiritualité m'apparaît donc comme l'ouverture au mouvement et à son intermittence dans l'espace infini. Je dirais que c'est l'espace qui est entre l'amour et la haine, le désir et le dégoût, c'est la magie des sens. C'est le déséquilibre-équilibre du mouvement paradoxal. « *Je te hais... je t'aime.* » Ce sont les petits points de suspension. C'est ce qui est contenu entre les pôles. C'est le courant entre les pôles positifs et négatifs. C'est ce qui est contenu dans le noyau cellulaire. Pour le moment, c'est la compréhension que j'ai de la spiritualité. Je crois d'ailleurs que la spiritualité a une réalité bien chimique, physique, bien avant d'être psychique. Consentir à sa réalité corporelle, c'est bien consentir à sa réalité de corps qui est avant tout bio-chimico-physico-psychique. Pour moi, tout est spirituel dans la mesure où cette réalité est reçue par celui qui la porte. Avant cela c'est de l'énergie pure qui n'arrive pas à se recevoir. L'être humain n'est que matière en devenir. Il n'a rien d'autre à faire que consentir au processus qui est déterminé par l'ensemble et non par un singulier. Mais tous ces singuliers conduisent à l'universel. Se recevoir dans sa singularité relie aux autres et les autres se reliait à nous.

En résumé l'intermittence serait l'ouverture et/ou le passage involontaire à l'étant, cet espace intérieur au-delà des formes et des contenants, au-delà des polarités. Un passage qui permet que la vie qui nous habite soit reçue, et ce serait, pour moi, le spirituel. Ce mouvement d'intermittence ouvre sur un espace intérieur contenant une puissance réparatrice et salvatrice. Chacun des vécus humains semble y trouver, dans cet espace, un sens qui nous relie tous dans une globalité qui nous dépasse. La vie devient moins désespérante et son poids est porté par l'ensemble de l'humanité plutôt que par les uns ou les autres. Cet espace ne semble accessible que par intermittence et le plus souvent en-dehors de toute volonté même si une position de recherche est prise volontairement. L'intermittence, il me semble, serait aussi une constituante du processus de recherche ontologique.



# L'AVENIR DE L'HUMANITÉ : ESPOIR OU DÉSESPOIR

Roch Pelletier

pellau@sympatico.ca

## Introduction

Il est 22 heures. J'écoute le bulletin de nouvelles. J'entends qu'en Irak, il y a eu, dans cette seule journée, plus de cent quatre-vingts morts provoqués par l'explosion d'une voiture piégée dans un supermarché. Même chose en Afghanistan, où six soldats sont morts dans l'explosion de leur char blindé sur des mines des Talibans. Au Darfour, le nombre de morts s'élève maintenant à plus de deux cent mille dans les camps de réfugiés. Par ailleurs, réunis en congrès, les spécialistes en climatologie du monde entier confirment que le réchauffement de la planète, dû en grande partie à l'activité humaine, dépasse les projections les plus pessimistes et que nous atteindrons bientôt un point de non retour dont les conséquences seront catastrophiques pour l'humanité.

Je ferme la télévision. Je ne puis m'empêcher de penser que l'humanité est en péril comme jamais dans son histoire. A l'heure actuelle, les stocks d'armements dépassent largement la possibilité de détruire la planète entière et, pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, un seul humain, dans un geste de folie ou de désespoir, a le pouvoir de tout détruire en appuyant sur un seul bouton.

Face à cette réalité, je ne peux éviter de me poser la question : l'humanité a-t-elle un avenir ou est-elle condamnée à se détruire? N'est-elle, dans l'histoire de l'univers, qu'un cul-de-sac évolutif comme il y en a eu tant d'autres? Sinon, quel serait le sens et la direction de cette aventure humaine?

J'ai toujours été habité par ces questions : D'où venons-nous? Où allons-nous? Quel est le sens de l'existence? Y a-t-il quelque chose après la mort? La notion de salut est-elle une question pertinente?

Dans mon enfance et jeune adulte, j'avais cru trouver des réponses dans la foi et dans la croyance religieuse. L'homme y était présenté comme créé par Dieu à son image et à sa ressemblance. La souffrance, conséquence de la faute originelle, était une épreuve nécessaire aux humains pour mériter leur salut. Le bonheur, n'étant pas de ce monde, nous était promis dans l'au-delà. Les grandes vertus à cultiver pour y parvenir étaient la foi, l'espérance et la charité. C'était tout de même une vision claire et rassurante, même si elle entraînait parfois la culpabilité de ne pas y arriver. Une notion que je trouvais particulièrement satisfaisante était celle de la *communion des saints*, cette idée que tous les humains, quels qu'ils soient, de tous les temps et de tous les espaces sont interreliés et interdépendants et que, par la prière, on peut accumuler des mérites pour tous.

L'ébranlement de ces croyances m'a laissé dans une grande béance et une non moindre perplexité : sur quoi d'autre fonder sa foi et son espérance? Comment rendre compte du mal, de la souffrance, de la cruauté dans le monde sans sombrer dans le désespoir? L'ambivalence constitutive est-elle à ce point fondamentale pour les humains que la vie et



la mort soient équivalentes?

Pour un temps, une vision matérialiste m'avait permis d'échapper aux questions du devenir. Je me convainquais que la vie est tout ce qu'on a, qu'au-delà, il n'y a rien d'autre. La mort est un terme et la vie continue chez ceux qui restent, aussi longtemps que la terre continue de nous porter et nous nourrir. Cette rationalisation m'a permis de surseoir temporairement à ces grandes questions, sans pour autant les éliminer.

Deux recherches importantes ont jalonné mon cheminement : mes lectures autour de la nouvelle physique et ma démarche en abandon corporel. J'en parlerai dans cet ordre même si, dans les faits, ces deux perspectives se sont présentées presque simultanément.

### **Physique traditionnelle et nouvelle physique : un nouveau regard sur l'univers**

La physique traditionnelle, celle de Newton et de Galilée, nous avait habitués à une vision du monde que l'on pourrait qualifier de mécaniste. L'univers fonctionne comme une machine, avec des pièces détachées, qui interagissent les unes avec les autres selon des principes physiques mécaniques. Ses lois sont déterminées et leurs effets sont prédictibles. Le temps y est perçu comme cyclique et les cycles se répètent comme le jour et la nuit ou l'alternance des saisons. Les êtres qui l'habitent sont des entités séparées, sans lien organique avec le reste du monde. L'homme occupe une place centrale dans cet univers qu'il est appelé à dominer.

Ma découverte de la nouvelle physique, faite avec d'autres confrères, est venue transformer cette vision du monde. Nous en discutons, nous échangeons nos lectures et nos compréhensions. Elle nous présentait, spécialement avec l'avènement de la théorie de la relativité, de la mécanique quantique et des théories de l'évolution, une vision totalement différente de notre monde. L'univers n'a pas été créé tel qu'il nous apparaît actuellement; il a commencé à partir d'un point et il s'est déployé et continue de le faire depuis quinze milliards d'années. Cette idée de continuité dans l'évolution de la matière jusqu'à nous s'est imposée dans le siècle dernier au point qu'on ne parle plus de *cosmologie* qui serait la description d'un cosmos « out there » mais de *cosmogénèse*, qui retrace l'histoire de l'univers dont nous faisons partie comme un conte, un récit, racontant le déploiement et la transformation continue, dynamique et autorégulatrice de l'univers, les péripéties de son développement, les étapes de sa croissance. La création n'a pas été un événement dans le temps, c'est un processus cosmique continu qui ne cesse de se déployer et qui crée à chaque instant l'espace et le temps.

La nouvelle physique nous présente une vision holistique où l'univers apparaît comme une totalité indivisible, dont les lois ne sont plus mécaniques, mais dynamiques et parfois paradoxales, dans laquelle chaque partie occupe une place organique, vivante et dynamique. Tous les êtres, de l'atome à l'humain, y sont en interaction constante, inter-reliés et interdépendants. Nous retrouvons ici cette idée de la communion des êtres et des choses. Nous, les humains, ne sommes plus les rois de la création, appelés à dominer la nature; nous sommes davantage les fils de la matière dont nous sommes issus.

## **Nous sommes de la poussière d'étoile**

Toute compréhension de nos origines et de notre destinée ne peut se faire sans référence à l'histoire et à l'évolution de l'univers. Les conditions qui ont permis notre existence, les matériaux dont nous sommes constitués, se sont élaborés sur des milliards d'années dans les galaxies et dans les étoiles. Comprendre l'univers, c'est se connaître soi-même comme l'enfant se reconnaît à travers ses parents.

Plutôt que de dire que nous venons de la matière, il serait plus exact de dire que nous sommes de la matière, devenue capable de conscience réflexive, l'état le plus évolué de la matière, du moins dans cette partie connue de l'univers. Nous, les humains, n'avons pas été placés dans cet univers pour l'asservir et le dominer. Nous faisons partie de cet univers, nous en sommes la continuité. Nous sommes les fils de la matière. Les matériaux dont nous sommes constitués, l'oxygène, le carbone, le fer, ont été formés et continuent de se créer dans les étoiles. Rien de cette histoire n'est séparé de nous. Notre destinée comme humains est liée à celle de notre planète, de notre galaxie et tout ce qui est arrivé et arrivera dans cet univers nous affecte et conditionne notre existence de même que chacun de nos gestes se répercute sur tout l'univers. Cette vision de l'univers marque bien la continuité de l'évolution de la matière, son dynamisme, sa recherche de formes de plus en plus complexes et performantes, passant de l'atome, à la vie, à la conscience.

Mais répond-elle à l'angoisse millénaire des humains : qui sommes-nous? Où allons-nous? Quel est le sens de cette aventure humaine? L'humanité arrivera-t-elle à survivre ou sommes-nous condamnés à nous détruire? Pendant tout un temps et encore aujourd'hui, j'ai pensé et espéré que cette évolution se poursuive indéfiniment, que la conscience humaine, partie de presque rien, se développe et s'élargisse au point de mener à la fraternité de tous les hommes, éliminant ainsi les guerres et la souffrance. Force est de constater, cependant, que rien n'est moins sûr. Le poids des souffrances et les traces laissées en nous dans ce processus du devenir humain font apparaître notre ambivalence constitutive. L'évolution constante de l'univers dans le temps et l'espace ne nous garantit pas que cette humanité survivra, comme d'autres ébauches d'humanité n'ont pas survécu. La recherche scientifique la plus poussée, au-delà d'une description de plus en plus précise de la réalité, ne pourra jamais répondre de façon satisfaisante aux questions du sens. Il faut donc chercher ailleurs les réponses concernant les finalités, le sens plus spirituel de notre destinée. Ce qui m'amène à parler de la recherche ontologique menée en abandon corporel.

## **Ma rencontre avec l'abandon corporel**

J'ai commencé ma démarche en abandon corporel à peu près à la même époque que mon intérêt pour la science, animé de la même quête de sens, avec toutefois une différence : alors que la science centre son attention et son expérimentation sur la réalité extérieure, l'abandon corporel place la recherche à l'intérieur du sujet, sur son expérience intérieure.

J'étais donc convié à entrer en contact avec moi-même, à faire l'expérience du dedans, à y rencontrer mon humanité. Bien sûr, j'y retrouvais ma bataille avec le sens et le non-sens, avec l'espoir et le désespoir, avec ma peur de l'enfermement et du cul-de-sac, avec mon idéalisme et mon besoin que « ça » réussisse, que l'aventure humaine, la mienne et celle de tous les humains, ne soit pas un échec, parvienne à sa réalisation, quelle qu'elle soit. J'ai été

et demeure confronté à l'incontournable ambivalence, la mienne et celle des humains, qui, tout en cherchant l'accomplissement, se retrouvent prisonniers de leurs manques, de leurs besoins et des efforts de compensation dans le pouvoir, la consommation, la rivalité, l'élimination et autres traces de notre devenu humain. À tel point que l'avenir de l'humanité est en péril comme jamais dans son histoire. Où trouver l'espoir dans ce déterminisme? Il semble à nouveau que ni le futur dans le temps, ni l'ailleurs dans l'espace ne permettent de fonder une espérance solide pour l'humanité.

Tout au long de ma démarche en abandon corporel, je tente d'appivoiser cette position que c'est ce qui est, qui a à être; que n'importe quoi de mon humanité, reçu, me relie à tous les humains dans une interdépendance radicale. De ce fait, toute chose est amenée à l'Être dans l'ici et maintenant, résolvant ainsi les contradictions et les finitudes de la matière dans la paradoxalité. Je peux accéder à cette compréhension à de courts et fugitifs moments.

Ce dont je suis conscient, c'est de faire l'expérience, parfois, de mon adhésion totale et entière à cette position, comme pouvant résoudre toutes mes interrogations de sens, et à d'autres moments, de me retrouver dans une contestation tout aussi entière et globale. Je constate que pour moi, l'expérience de la paradoxalité est une expérience fragile qui risque toujours de devenir une croyance ou une adhésion intellectuelle.

Toutefois, je dirais que c'est la compréhension qui semble pour moi la plus englobante et qui répond le mieux à mes questions en donnant une dimension spirituelle véritable à cette aventure humaine. Si vraiment, me recevant dans tout mon être, je reçois et accomlis du même coup tous les humains, même les plus marqués, même les plus primitifs, la possibilité de salut existe pour tous, bien qu'elle passe nécessairement par l'individu se recevant, dans cette interdépendance.

Est-ce à dire qu'avec la possibilité de conscience, nous avons acquis cette responsabilité de salut envers l'humanité? Est-ce ce à quoi tend la matière de toute éternité de se donner ce lieu d'accomplissement qui lui permette de transcender toutes ses finitudes? Je me plais à penser qu'il en est ainsi. Je peux réconcilier en moi ces compréhensions que sont la communion des saints dans l'univers religieux, l'interconnectivité de l'univers quantique en science et l'interdépendance constitutive en abandon corporel. Si, comme l'affirme la physique, tout ce qui existe c'est l'énergie, que toute matière n'est en somme qu'une concentration d'énergie organisée et organisante, alors tout ce qui existe, a existé et existera est relié et interdépendant dans le temps et dans l'espace. L'univers n'est autre qu'un grand Corps, traversé par le même désir et tendant à son accomplissement.

Revenant à la question que je posais au début de ce texte concernant l'avenir de l'humanité, on peut dire que l'humanité appartient à ce grand Corps qu'est l'univers et poursuit son destin selon le désir inscrit dans son organisation. Ce destin passe nécessairement par des destructions et des réorganisations, dans lesquelles la vie et la mort sont relatives.



**QUAND LE VIVANT ET LE MORTEL SE CONFONDENT**

**Modératrice : Madeleine Azar, Montréal**



# SE RECEVOIR : UN RISQUE RÉEL DE VIE, DE MORT

Micheline Dalpé

michelinedalpe@videotron.ca

« Au nom du père et du fils et du Saint Esprit. Ainsi soit-il. »

C'est ainsi que commençait et se terminait chacune de mes journées d'enfance. Ces mots, adressés à Dieu, punctuaient aussi tout changement d'activité et cela tout au long de la journée. Jour après jour, j'avais à me plier à ce rituel. Avoir à répéter des mots ainsi et dans autant d'abstraction n'est pas une expérience banale. Il faut dire que c'étaient des paroles d'autant plus abstraites pour moi que je n'avais pas de références concrètes de ce qu'est un père dans ma vie réelle. Ce dernier étant parti alors que j'étais très jeune, je n'avais même aucun souvenir de lui. Des personnes de mon groupe d'écriture m'ont aussi fait remarquer que mon vécu de pensionnaire dans une institution religieuse pendant toute la période de mon enfance devait donner une dimension particulière à mon expérience.

Qu'un sens profond de la vie soit imposé de façon aussi insistante avant même d'en avoir fait une quelconque expérience du dedans, laisse nécessairement des traces en soi. Toutes sortes de traces qui ne peuvent s'inscrire que dans une complexité et dans une grande ambivalence.

C'est nécessairement être confronté constamment au fait que le sens nous échappe. Aussi, cela m'amenait régulièrement à me questionner, à essayer de comprendre ce qui nous était présenté comme étant la seule dimension de la vie ayant une valeur réelle. Avec le recul, je suis portée à penser que cette attitude de questionnement a pu me préparer à *prendre la position de l'abandon corporel, du « fils » qui a tout à apprendre, qui a à s'ouvrir au sens qui nous dépasse, au plus grand que soi.*

Cela peut aussi avoir l'effet inverse et se vivre comme une expérience dépossédante qui ajoute au non-sens, à la noirceur, à l'isolement avec peu de possibilité de se relier, de se sentir une fraternité avec les autres. On peut se sentir mal d'être sans moyens de faire le lien entre ce que l'on exige de soi et ce que l'on sent en soi. C'est une expérience éprouvante de se sentir ainsi « à côté », de ne pas se reconnaître dans ce qui est posé comme étant pourtant le réel par les autres. J'avais très souvent le sentiment d'avoir à rentrer de force dans le rang avec un statut secret d'étrangère. Ainsi, on peut avoir la perception qu'il y a à mener une vie en dehors de soi. On peut se sentir contraint à faire plein de gestes, sans sens réel pour soi. On peut pressentir qu'il y a l'obligation de démissionner par rapport à sa propre vie, l'obligation de se soumettre. C'est alors abandonner sa vie, s'abandonner. C'est s'investir dans l'institution, c'est mourir.

On pourrait aussi tout autant affirmer que c'est prendre le chemin de la mort pour justement préserver la vie, pour survivre. C'est tenter ainsi d'obtenir de l'entourage un peu de ce qui manque tant de présence réconfortante, de reconnaissance de notre valeur, de notre importance pour l'autre. C'est chercher ainsi un minimum pour se garder en vie.

Mais alors, qu'est-ce que la vie? Qu'est-ce que la mort? Comment les distinguer? Il n'est



vraiment pas simple de départager ce qui est de la vie de ce qui est de la mort. Pas simple non plus de savoir de quelle mort et de quelle vie nous parlons. De la vie biologique ou de la vie ontologique? Dans le sens paradoxal ou dans le sens institutionnel?

Je pense maintenant qu'il n'y a pas la mort d'un côté et la vie de l'autre. On pourrait probablement dire plus justement qu'il y a de la vie et de la mort. Il me semble que cela se présente dans de la continuité et non pas dans des ruptures irréversibles. À moins que l'on se réfère plus spécifiquement à la mort biologique de tel organisme particulier. Autrement, il y a co-existence et circulation continue dans les deux directions. La vie et la mort sont ainsi emmêlées l'une à l'autre, intimement liées l'une à l'autre.

Ainsi, des paroles qui portent pourtant l'essence profonde de la vie peuvent donner tout aussi bien la mort que la vie. Et elles ne peuvent que faire les deux à la fois dans la réalité. Ça peut paraître étonnant à prime abord. En effet, on pourrait croire qu'il suffirait d'enseigner le sens, pour que ça puisse se faire et s'intégrer avec le temps. Nous expérimentons que l'accès au sens ne peut se faire que dans une exigeante quête de tous les instants. Chacun a à la faire pour lui-même; a à en prendre le risque, **risque qui est bien réel**. Aussi dans une telle démarche de quête de sens, l'accompagnement s'avère précieux, peut-être même essentiel (« *au nom du père et du fils* »). Il se fait non pas en s'appropriant une manière d'être de l'autre, mais plutôt à partir de la position prise du « se recevoir » à l'occasion de l'autre.

*« Au nom du père et du fils », c'est l'interdépendance, le lieu du passage incontournable au paradoxal, à l'esprit, (« et du Saint-Esprit »). C'est le lieu du spirituel.*

Lorsque ce passage arrive à se traverser, c'est vécu comme un au-delà de tout ce que nous connaissons autrement. Tout se passe dans une nouveauté, sans repère. Nous faisons alors l'expérience que les limites, par exemple de temps et d'espace, ne posent plus les difficultés identifiées auparavant. Aussi, cela me donnerait bien l'envie de nommer cette expérience comme un *Au-delà* de nos « certitudes » familières fragmentées et qui ouvre alors sur des possibilités illimitées. C'est l'expérience vécue du paradoxal.

Le sens, que nous pourrions aussi appeler *l'esprit*, émerge alors, (« *et du Saint-Esprit* »). Il se révèle dans le rapport à l'autre là où il y a un « *père* » et un « *fils* ». Mieux, il y a nécessairement un « *père* » à partir du moment où nous sommes dans la position du « *fils* », qui recevons, habitons la vie éveillée à l'occasion de l'autre. Nécessairement l'autre, (« *Au nom du père* »), nous redonne de notre vie, de notre être. Et inversement, nous sommes le « *père* » pour l'autre s'il est dans la capacité de recevoir ce qui est éveillé en lui et de l'habiter comme étant lui-même et cela peu importe ce dans quoi nous sommes. *C'est la position du « fils » qui fait la différence, qui permet le passage au sens, au spirituel.*

**« Au nom du père et du fils et du Saint Esprit. »**

Cette formulation est abstraite tant que nous n'avons pas de références intérieures de ce type d'expériences saisissantes, de l'impact puissant de l'interdépendance qui laisse des traces profondes en soi. Notre vision, notre compréhension de la vie s'en trouve alors transformée. Et il est inévitable à partir de là d'en faire à nouveau quelque chose, que cela devienne une institution, un idéal, quelque chose qui laisse de côté des parties de la réalité. C'est impossible de faire autrement; ça ne cesse de se refaire. C'est toujours à regret que

j'en fais le constat.

J'ai longtemps pensé à partir de certaines expériences consistantes qu'il suffirait d'accepter, ou mieux de consentir à qui l'on est avec toute l'exigence impliquée, pour que tous les problèmes existentiels soient résolus.

Je percevais la réalité de façon dichotomique et linéaire. La maladie, la souffrance, le pôle négatif de la vie était associé exclusivement à une manifestation concrète de la coupure avec soi. J'étais donc attentive à cette éventualité, vigilante à ce que cela ne se produise le moins possible. Je croyais que là était l'origine des problèmes. Et que cette coupure avait d'abord été imposée de l'extérieur (plus particulièrement par les figures significatives de notre enfance) de manière gratuite, tout simplement par méconnaissance. J'étais loin de me douter qu'elle avait son utilité, qu'elle représentait une fonction importante, voire nécessaire pour protéger la vie. Ne dit-on pas d'ailleurs pour nous référer à cette nécessité : « il faut bien vivre! »?

La coupure avec soi était donc perçue comme une forme de mort tout à fait injustifiée, imposée de l'extérieur. J'étais en contact avec la privation, le manque à être qui me donnait comme la sensation physique de la mort. Cela prenait souvent la forme d'une sorte de torpeur envahissante. J'avais l'impression d'être prisonnière, dans le carcan d'un corps sans vie. C'était presque révoltant de penser que l'on m'avait fait ça, que l'on nous avait fait ça! Il fallait réparer au plus vite et faire mieux. Il s'agissait de laisser être tout de soi, d'avoir tout simplement cette humilité? Je voulais bien. Beau programme de restauration en vue! Être soi me convenait, pas de doute possible. J'ai donc placé l'espoir dans ma capacité à renoncer au narcissisme, à faire le deuil du moi idéal. Y échapper ainsi c'est bien sûr y rester enfermé.

En écrivant ce qui précède, il m'est revenu un souvenir qui a été déterminant pour moi. J'étais dans mon groupe hebdomadaire, les personnes de mon groupe me donnaient leurs réactions suite à mes propos. Mon cœur s'était mis à débattre fort, de manière tout à fait inhabituelle. Pourtant, je voulais rester ouverte et je ne comprenais pas ce qui m'atteignait tant dans ce qui se disait. Je ne l'aurais jamais su si ça n'avait été de ce signe dérangent et évident. La menace était palpable. Mais, je n'avais aucune idée de quoi elle était faite. À partir d'expériences répétées comme celle-là, j'ai commencé à sentir dans des repères intérieurs palpables que j'étais une terre étrangère pour moi-même. J'avais à m'apprendre. Mes définitions ne tenaient pas le coup. Elles étaient insuffisantes. J'avais maintenant à en tenir compte. M'enraciner dans le corps, c'était me donner la possibilité de rejoindre des compréhensions plus profondes, dans la complexité de mon être que je n'aurais jamais pu soupçonner autrement. C'était la possibilité de rejoindre le sens, le spirituel.

Jusque-là, j'attendais cela plus d'une compréhension intellectuelle du fait de ne pas faire de distinction claire entre les termes, « *Esprit* » et « intelligence ». Pour être en mesure d'accéder à une pureté, à « l'*Esprit* », il y avait même déjà eu l'idée d'avoir à m'élever au-dessus des besoins triviaux du corps et des émotions aveuglantes, comme on nous l'enseignait.

Ma réflexion sur les aléas de la subjectivité que je vous ai partagée lors du dernier colloque

à Québec<sup>1</sup>, m'a confirmée l'évidence de l'importance de la position du « se recevoir », celle du « *fil*s », et cela malgré toute la difficulté impliquée, l'exigence plus ou moins tenable, selon qui l'on est, et selon dans quoi l'on est. C'était déjà beaucoup que de toucher autant sa réalité, sa pertinence. Tout ce processus de recherche et d'écriture m'a redonné l'importance, la nécessité de la rigueur de cette position du « *fil*s ». Le « se recevoir » m'est apparu le lieu possible, la prémisse incontournable de connaissance, d'accomplissement, de rencontre, de sens. Le « se recevoir » porte le potentiel de nous ouvrir peu à peu à toutes les possibilités de vie, à toutes ses dimensions, dans un processus d'unification.

L'expérience que nous faisons de notre position de « *fil*s » est devenue peu à peu une assise fiable, le phare pour faire la traversée des tunnels angoissants qui se présentent toujours à moi. Le chemin est toujours à faire, à refaire et les limites demeurent toujours bien palpables, ressenties quel que soit le chemin parcouru. On dirait même que tout concourt à ce que nous le poursuivions, toujours ce chemin. Je me sens constamment ramenée au lieu même où quelque chose m'échappe, au lieu où tous mes acquis se fragilisent, au lieu d'appropriation continu à être.

Quelle exigence que de consentir à voir la route que dans ce pas à pas et d'avoir à la suivre de cette manière! C'est angoissant, déséquilibrant. Il y a aussi à perdre des illusions et ça fait mal et ça semble donner la mort et tellement pas la vie! C'est souvent à ce moment-là qu'Aimé me dit « mais c'est vivant », tout en reconnaissant mon état éprouvant, état qui me semble à moi à la limite du possible. Alors, je ne l'aurais jamais su de moi-même que c'est vivant! Pour moi, c'est réellement la mort ou le danger de mort qui se ressent. Quelque chose se déconstruit vraiment, si je peux parler ainsi. Et ça se ressent dans le corps et c'est débilitant. Et ça se ressent dans mes rapports aux autres et c'est risquer l'éclatement. Et les exigences du quotidien sont toujours là, s'accumulent et ça rend la vie plus lourde et plus insupportable encore. Tout cela me semble vraiment périlleux et je n'ai pas d'autres choix possibles pour autant. C'est ma réalité. Je ne la choisis pas. Je ne rencontre pas le bonheur, la légèreté comme je m'y serais attendue. Avec du recul, je dirais tout de même que c'est vrai que je me sens en contact plus intime avec moi. J'ai le sentiment d'avoir plus d'existence qu'auparavant, de vivre, même si ça m'apparaît si peu vivable, par moments. Autrement dit, je me sens dans ma vie, la seule possible, et ça fait une différence qui a une grande valeur à mes yeux, même si elle m'apparaît mortelle trop souvent, cette vie. À ces moments, ce qui est éveillé en moi est vécu comme du trop à ressentir. Pas l'espace nécessaire en moi ou pas le corps que ça prendrait pour prendre l'intensité, la densité du co-devenu et de vraiment l'habiter. Il devient évident pour moi que ce n'est pas du ressort d'une décision volontaire. Il y a à prendre le temps de l'appropriation possible, que le corps s'y habitue, qu'il puisse absorber l'atteinte. Je ne pense pas que ce soit d'ailleurs sans user ou blesser le corps physique. C'est comme faire un pas de plus vers la mort biologique. Il me semble aussi que la vie ontologique ne peut s'acquérir qu'à ce prix. C'est dire que c'est par l'atteinte que l'accès à l'intériorité ou à la vie ontologique peut se faire. Sinon, on s'identifie à nos idéaux sans ressentir notre humanité. Et l'on se croit.

La rencontre passerait-elle obligatoirement par l'ébranlement intérieur? Le chemin se fait-il

---

<sup>1</sup> Voir la bibliographie

nécessairement au prix d'ébranlements éprouvants successifs où le risque qui se prend alors est bien réel? Je pense à la mort biologique autant qu'à la mort ontologique. Cette dernière peut prendre différentes formes allant du simple retrait à l'auto destruction en passant par l'aliénation. Donc un lieu de mort qui nous a pourtant été nécessaire pour vivre ou survivre.

Il y a des périodes de vie où l'on se sent particulièrement dans la mort, ou en danger de mort. On ressent l'atteinte, l'ébranlement, ça semble se déstructurer. On peut aussi se sentir envahi par une douleur collée au corps qui ne laisse pas de répit et où rien ne peut s'ajouter sans contacter une rage meurtrière, parce que dans le trop intenable, incontenable, là où ça ne peut qu'implorer ou exploser. C'est peut-être ce que l'on nomme un état de détresse. C'est sûrement un lieu de mort, d'élimination de soi, de l'autre. Tuer toute vie invivable lorsque l'espace intérieur s'avère trop petit par rapport à tout ce qui est rejoint profondément, lorsque l'innommable du co-devenu accumulé est actif. À ces moments, c'est du trop gros qui a à passer dans du trop petit. Pas de mots pour se dire encore; juste l'impact corporel à apprivoiser. Cela ne peut se faire que petit à petit, dans un pas à pas hésitant et dans le respect des limites qui se font sentir.

Je peux mieux comprendre la nécessité de l'oscillation continue entre l'institution et le paradoxal; entre la mort et la vie. Des mouvements nécessaires, emmêlés pour faire le chemin du lourd co-devenu accumulé au co-devenir humain.

*« Se recevoir », porter, habiter cette ambivalence profonde à être me semble au cœur du sens de la vie, du spirituel. Toucher à de la mort qui donne de la vie et à de la vie qui peut aller jusqu'à donner la mort physique me semble un paradoxe qui s'inscrit au cœur de notre réalité, de notre spécificité comme humain.*

Que les enjeux de vie et de mort soient liés aussi intimement me semble donner à notre réalité humaine une dimension particulière qui nous incite à une quête de sens, à chercher à approfondir le sens de la vie, à une entrée dans le spirituel.

**« Au nom du père et du fils et du Saint Esprit. Ainsi soit-il ».**

## **Bibliographie**

Dalpé, Micheline. (2005). Les aléas de la subjectivité dans la rencontre. Dans *Actes du colloque de recherche en abandon corporel 2005 : Subjectivité et Rencontre* (pp. 87-94). Québec, Québec.



# L'IMPOSSIBLE / POSSIBLE : UN PARADOXE, UN MOUVEMENT

Anne-Marie Lauterburg

pellau@sympatico.ca

## Introduction

Quand nous avons réfléchi sur la mort, lors des séminaires de recherche en abandon corporel, je me sentais dérangée dans ma conception que j'avais de la vie et de la mort. C'était comme me trouver dans un paysage inconnu et être déroutée par le fait que le soleil ne se lève pas au bon endroit, c'est-à-dire à la place où, selon mes points de repères intérieurs, il devrait se lever.

Pendant tout un temps, j'avais à tenir à la dichotomie vie-mort. J'avais besoin de spécifier « mort biologique », chaque fois qu'il en était question. J'avais surtout besoin de m'attarder au « mourir », plus qu'à la mort elle-même. Mes lectures, mes échanges, l'expérience de fin de vie avec mon père et celle d'un petit groupe m'ont graduellement amenée à une place que j'appellerais l'impossible/possible.

## L'impossible et le possible

Dans le langage courant, impossible et possible s'opposent. Possible signifie : qui peut être fait, obtenu, réalisable, tandis qu'impossible signifie : qui ne peut pas être, qui ne peut pas se faire.

Dans notre enfance, notre jeunesse, les possibles qui se déploient sont multiples et pleins de promesses, peut-être sont-ils davantage orientés vers le faire que vers l'être?

Dès la naissance, tout tend vers l'apprentissage, le possible : le petit enfant qui se met debout, commence à marcher, les premiers mots, le développement du langage, bref, tous les apprentissages qui mènent à l'âge adulte. Les adages, tels que « qui veut peut », « impossible n'est pas français », « l'impossible est le privilège des lâches » nous disent que l'impossible est à dépasser à tout prix ou plus encore, qu'il n'existe pas. Les sports extrêmes semblent bâtis sur ce dépassement continu, sur cet objectif de vaincre l'impossible.

Tout en étant un moteur important pour la recherche et la création, l'impossible, les limites peuvent aussi être marginalisés, voire diagnostiqués en termes de déficiences de tout ordre. L'impossible semble être l'ennemi du possible, il est souvent associé à « baisser les bras », « mettre au rancart », se résigner.

Pourtant, l'impossible est partout dans nos vies, il devient plus accentué à mesure que nous vieillissons. L'ultime limite me semble être la fin de la vie, l'impossibilité d'aller au-delà de la fin de vie.

Il y a des impossibles qui s'imposent d'emblée, dès la naissance. Je ne viendrais jamais d'ailleurs que d'où je viens. La lignée est inscrite d'une façon incontournable dans ce que je



suis, dans ce que je serai.

Essayer d'habiter la réalité de mes limites et faire place à l'impossible met en branle tout un mouvement fait de refus, de colère, de déception. C'est à travers cette bataille que je peux, petit à petit, habiter un peu plus l'impossible et même y consentir momentanément.

### **Expérience de fin de vie avec mon père**

J'ai eu le privilège d'être en présence de mon père pendant 10 jours, du matin au soir peu de temps avant sa mort. Nous avons eu à toucher aux limites, à vivre l'impossible, sans l'espoir pour lui d'aller mieux, de moins souffrir, de guérir même, d'éloigner sa fin de vie; sans la possibilité pour moi de soulager sa souffrance, aux prises avec tout ce que cela remuait en moi, l'impossible et le possible de notre rapport.

Lors de mes lectures sur la fin de vie, j'avais souvent l'impression d'une promesse de « belle mort », pour autant que les personnes impliquées (le mourant et celui qui l'accompagne) soient chacune dans une disposition d'ouverture. Or, quand l'ouverture à soi est possible, elle ne se fait pas sur quelque chose de nouveau ou de beau, il s'agit plutôt d'une plus grande place faite à ce qui est là et qui a toujours été là en chacun de nous.

Dans l'expérience avec mon père, c'est la bataille de vouloir changer quelque chose à tout prix qui diminuait et qui faisait que l'impossible n'était pas juste un espace de désespoir. J'avais l'impression d'apprivoiser des contours de l'impossible que je ne connaissais pas. Les échanges avec mon père étaient les mêmes que durant toute notre vie, la pudeur de toucher et d'être touché était toujours là et pourtant, j'avais l'impression d'entrer dans un espace plus intime dans les limites de notre rapport. Il y avait quelque chose d'incontournable, certes, car la fin de la vie, l'approche de la mort étaient bien réelles. Quand il n'y a pas de lendemain, ça ne change pas le rapport à la vie, ça permet un peu plus que *ce* rapport existe. Est-ce que dans la conscience du « sans lendemain » il y aurait une densité de rapport qui ne serait pas là autrement?

Avec mon père il y avait des moments où, à partir d'un mot, d'un geste, d'un silence, des parcelles du passé s'inséraient dans le présent, dans la fluidité d'un aller-retour, jusqu'au futur que nous savions pourtant très limité. J'avais l'impression que le passé, le présent et le futur n'étaient pas séparés, ils se trouvaient en quelque sorte à la même place. C'est comme si la soumission à l'impossible avait transformé quelque chose en chacun de nous et dans notre rapport au temps. Nous n'étions pas dans une urgence d'accomplir quelque chose, par manque de temps. Nous avions plutôt l'impression d'avoir tout notre temps à l'intérieur du temps « alloué ». C'est comme si les choses changeaient de perspective : le peu de temps donnait tout le temps, on dirait que l'essentiel s'imposait. L'essentiel, je le vivais comme un condensé de la vie, de la mort, du rapport dans l'ici et maintenant. Dans ce temps défini, il y avait une possibilité d'infini. La densité de l'expérience n'était pas distraite par la besogne quotidienne, pourtant cette densité était composée de tous les petits gestes quotidiens.

Quelques mois après la mort de mon père, j'étais en excursion de montagne. Quand je suis arrivée au sommet, après une longue ascension, j'avais la conscience aiguë qu'un jour cette expérience ne me sera plus possible, compte tenu des limites de l'âge et celles du corps. Pendant un instant, j'avais l'impression que c'était dans l'ordre des choses, que le possible



et l'impossible pouvaient coexister. De cette place intérieure, momentanément apaisée, émergeait une sorte de curiosité, un élan pour découvrir le mouvement possible à travers l'impossible.

Peut-être, pendant tout un temps, ne sentons-nous pas l'impossible en nous? Il faut souvent des limites tangibles pour que l'impossible vienne à la conscience. Le possible me paraît être un contenant pour apprivoiser l'impossible et l'impossible reconnu, consenti peut devenir un creuset pour un possible. Ça prend un chemin intérieur pour apprivoiser nos limites et ça pourrait bien être à l'occasion de la maladie, du vieillissement et de la mort que cet apprivoisement se fait. L'impossible nous fait alors passer d'un espace extérieur à un espace intérieur, espace qui était peu voulu et peu habitable auparavant.

### **Expérience d'un petit groupe**

Dans un petit groupe où je suis participante, nous avons essayé depuis plusieurs années de dénouer un nœud d'un enjeu mortel. Nous avons tenté d'aller très loin dans notre vie à chacun, avec la conscience croissante que, malgré les ouvertures faites, quelque chose restait intraversable. A un moment donné, nous étions plusieurs à exprimer, sans s'être consultés auparavant, que nous avions atteint un point où il nous semblait impossible d'aller plus loin. Je pense que ce n'était ni un aveu d'impuissance, ni une expérience de dépossession, mais plutôt un mouvement de consentement. C'est comme s'il y avait à consentir que c'était le plus loin que chacun pouvait aller, que c'était ça notre réalité, que c'était ce rapprochement là ou cette distance là qui étaient possibles entre nous. L'impossible de quelque chose était très réel, très tangible ce matin-là.

Quelque chose a eu lieu à ce moment. Rien de spectaculaire, juste un peu autrement, une ouverture, une brèche, un possible dans l'impossible. Je pourrais dire que c'était juste un peu « à côté » de là où c'était d'habitude, mais ce serait probablement plus juste de dire que ce n'était momentanément « pas à côté », mais que ça faisait un « rester là », où d'habitude nous coupons, nous rompons, nous espérons que ce soit autre chose.

Je trouve difficile de parler de ce lieu-là, car essayer de mettre des mots risque de fixer quelque chose, d'en faire un point d'arrivée, voire un miracle. Il me semble important de faire exister la douleur de cette place intérieure qui est de sentir, dire et être notre impossible, c'est à dire notre organisation d'être qui ne changera pas et qui sera toujours présente dans le rapport à soi et à l'autre. C'est une démarche qui ne se fait pas sans être armé soit pour dire, soit pour entendre. Être armé fait partie de l'impossible et pourtant on a souvent l'attente que l'armure ne devrait pas être si on veut être ouvert. Apprivoiser cette nécessité même d'être armé fait une place à l'impossible qui est souvent le seul possible.

Quand nous avons à consentir à qui nous sommes, que ce soit pour nous-mêmes ou pour nos clients, c'est d'abord vécu comme définitif, avec l'impression que toute possibilité d'avenir est enfermée. Nous sommes loin de nous douter que ce vécu même de définitif, d'impossible, de mortel puisse donner la vie.

### **L'impossible/possible**

La notion d'impossible est, à première vue, plus réelle dans l'expérience de fin de vie avec mon père que dans l'expérience du petit groupe, car dans le petit groupe, tout le monde

continuait à vivre et le définitif n'était donc pas du même ordre.

Toutefois, les deux expériences de fin sans lendemain, de frapper un mur intérieurement, de ne pas avoir d'échappatoire, m'ont donné accès en accéléré à des ressentis qui ont probablement toujours été là. Ces moments de conscience m'ont fait ressentir le déterminisme de ma structure et m'ont amenée dans l'univers paradoxal.

Avoir tout le temps dans le temps alloué donne cette impression que quelque chose ralentit et accélère en même temps. Je pense ici à nos expériences de travail corporel, où il y a un temps alloué à l'intérieur duquel nous ne nous dépêchons pas. Nous avons l'éternité dans les confins du corps; c'est le défini et l'infini.

Lorsque l'incontournable des limites, de l'impossible a une place pour exister, il peut s'engager un mouvement, ne serait-ce que momentanément; l'impossible donne alors autant de sens à la mort qu'à la vie.

## Conclusion

J'ai l'impression que plus une vie est marquée, à la fois dans le corps et dans le rapport, plus la confrontation à l'impossible est incontournable. Mais il n'y a personne qui peut échapper à son impossible. Nous ne pouvons pas nous empêcher d'espérer qu'à cette place quelque chose soit un moteur, un passage, une détente. Faire de l'espace à ce que l'impossible soit le seul possible, c'est un long chemin qui ne peut se faire seul. Peut-être que l'impossible lui-même contient-il le possible, mais nous ne le savons pas encore.

Atteindre une limite nous met forcément en contact avec notre impossible. Est-ce cet impossible qui nous amènerait à une possibilité d'être, à travers nos refus, nos batailles, nos absolus, nos ambivalences et nos peurs?

L'impossible peut pourtant devenir, momentanément, un lieu de repos, de rencontre, de vie, non pas par le fait qu'il n'existe plus, mais par le fait qu'il existe réellement et qu'il n'y a pas à le changer, ni à le transformer. J'ai l'impression que l'impossible/possible s'inscrit dans un mouvement, une continuité de vie, mort, vie, mort...

Quand je me trouve dans ce mouvement et que je peux l'habiter un peu, l'impossible et le possible apparaissent alors comme étroitement liés et la dichotomie vie/mort n'existe pas.

# EN TENTANT D'ÉCRIRE SUR LE MAL

Jacqueline Comeault

comeaultj@qc.aira.com

## Le mal, réalité humaine

En tentant d'écrire sur le mal, je n'arrivais pas, malgré plusieurs tentatives, à prendre une direction précise ou du moins à la maintenir. Tout comme je n'arrivais pas à y renoncer. Le mal sous toutes ses formes est au cœur des préoccupations des humains. Depuis l'origine de l'humanité, la question du mal est omniprésente dans toutes les institutions que les humains se sont données, qu'elles soient religieuses, sociales, politiques ou juridiques. Elle est aussi au cœur de toutes recherches et approches qui s'intéressent au sens de la vie humaine.

On est mal pris avec le mal. C'est un mot qui désigne tout un pan de la réalité qu'on ne voudrait pas qui soit : la maladie, être mal, faire mal, se faire mal, le Mal. On en souffre, on le sent en soi, on le fait subir, on le nomme de toutes sortes de façons, presque toujours comme quelque chose qu'on devrait éviter, dont on devrait se défaire ou guérir. Mais je me dis aussi que si la notion du mal est si présente chez l'homme, sa réalité devrait avoir un sens, une place où il trouverait sa cohérence.

Nous sommes tous, comme humains, touchés par le mal, et mal pris avec le mal. Les humains ont, de tout temps, élaboré des stratégies et échafaudé des systèmes pour composer avec le mal : ce sont les institutions. Si le mal est si problématique et si universel, que peut-on y voir, que peut-on en comprendre?

L'abandon corporel est une position de recherche qui essaie de faire une place à tout de soi-même, à la globalité de l'être, ici et maintenant. Que peut nous révéler cette position sur le mal?

Cette réflexion sur le mal s'appuie donc sur ma longue démarche en abandon corporel, sur cette position toujours présente, même si pas toujours consciente, mais qui sous-tend et pose toute notre recherche.

## Réflexion sur le mal

Le désir de pousser ma réflexion sur le mal s'est confirmé dans une session de Qi Gong. Je devais écrire un dialogue sur ma rencontre avec un élément de la nature. Je me trouvais en haut d'une colline et plus bas il y avait plein de plantes et d'arbres inconnus. Le dialogue qui m'est alors venu parlait de distance et de crainte de tout ce qui était étranger. Ce monde d'en bas, inconnu, m'apparaissait dangereux. Je voyais la position du haut de la colline comme une protection contre tout ce qui aurait pu me faire mal. Ce dialogue m'a mise en contact avec une dimension de mon rapport à l'autre : une prise de conscience de l'existence du mal et de la peur du mal! Et pour moi, le mal, le danger, était tout ce qui était inconnu, était « autre », quelle que soit sa nature, végétale, animale ou humaine.

A posteriori, je constate que l'expérience vécue à ce moment ne s'insérait pas dans le



rapport à l'autre où nous prenons le temps de l'interaction entre soi et l'autre. Elle était restée intérieure, une prise de conscience d'une dimension de mon rapport à la vie. Je m'étais alors sentie distincte de tous ces « autres », en dehors, bien que consciente, à ma façon, de toute la menace de ce qui est « autre ». J'avais senti la peur de ce qui est perçu comme étant à l'extérieur mais aussi comment le fait de le maintenir à l'extérieur perpétuait cette peur. Cette crainte a un impact sur l'autre et peut même rendre le danger réel, concret. Quand on est menacé, on peut être menaçant.

Je crois maintenant qu'il a été utile que cette prise de conscience initiale soit survenue en dehors d'un rapport immédiat à une autre personne. Cela m'a permis de mieux sentir et habiter cette dimension de mon rapport à la vie.

Plus tard, lors d'un groupe d'écriture, raconter cette expérience a été un moment charnière dans la mise en lumière et l'appropriation d'un lieu vulnérable en moi. J'ai vécu cette sortie de l'enfermement comme un moment exigeant mais fondamental pour avoir accès à des compréhensions qui n'auraient pu se révéler autrement.

Je crois que c'est en m'appuyant sur ce cheminement, incluant les étapes décrites plus haut, que l'étape suivante a pu être franchie. Je spécifie « en m'appuyant » car je pense qu'on peut facilement être enclin à attribuer à une expérience particulière le bénéfice d'une compréhension alors que cette dernière se développe plutôt dans une continuité souterraine de prises de conscience plus aiguës. L'expérience qui suit est une de ces percées significatives que l'on a facilement tendance à voir comme causale et même définitive, compte tenu de la nouveauté, de l'intensité émotive et de l'éclair de compréhension qui surgit au moment où elle se vit. On aurait le goût de l'institutionnaliser, d'en faire un point d'arrivée, un repos, voire une religion.

Lors d'un autre groupe d'écriture, j'ai fait un commentaire à quelqu'un, commentaire qui m'apparaissait plutôt banal, inoffensif. Lorsque cette personne m'a fait part de sa réaction, qu'elle m'a dit combien elle avait été touchée et blessée, je fus très étonnée. Mais le fait qu'elle tienne à la « douleur », au « mal » qu'elle avait ressenti, a permis que l'interaction ne soit pas banalisée. Une fois seule, me répétant la phrase que je lui avais dite, je me suis mise à sentir ma propre douleur, mon « mal », un espace douloureux dont j'ignorais l'existence, et qui, à la limite, pouvait m'apparaître comme non fondé, sans cause ou raison.

Ce fut une expérience qui éclairait et reliait plusieurs éléments confus que je tentais de clarifier en écrivant sur le mal.

### **La fonction du mal**

Il a été fondamental de réaliser que ne sentant pas ma propre douleur, mon « mal », il était presque inévitable que je ne puisse pas sentir que je faisais « mal » et qu'à la limite, faire mal peut être une recherche de soi et de l'autre, une recherche d'être. Il ne s'agit pas ici de faire l'apologie du « faire mal » comme prescription pour accéder à soi mais plutôt d'entrevoir la possibilité que le « faire mal » inévitable de la vie ne soit pas inutile et cumulatif. À la limite, nous n'avons pas le choix d'aller à sa rencontre, il est présent dans beaucoup de nos interactions. Qu'on en soit conscient ou non, le mal s'agit constamment.

Dans l'échange qui a eu lieu dans ce groupe d'écriture, il a été important que, de part et

d'autre, chacun tente de faire place à son vécu tel qu'il s'est présenté. Sans quoi l'interaction serait restée au niveau des connivences positives ou négatives comme ça se passe couramment. Habituellement, la subjectivité de l'un et de l'autre reste protégée et ne débouche pas sur une expérience éclairante. Le mal reste alors le mal, c'est-à-dire qu'il n'est pas reconnu, ou s'il l'est, il aboutit à augmenter la distance et la menace dans le rapport.

L'importance de consentir à ressentir et d'oser dire son atteinte m'est apparue capitale. Il est beaucoup plus facile et plus fréquent de ne pas s'arrêter à l'atteinte, de passer outre la douleur, de prendre une distance de soi et de l'autre, d'éviter la subjectivité, la rencontre de soi et de l'autre. Je crois que je n'ai jamais ressenti à ce point et de façon aussi claire la dimension que permet de révéler le fait de prendre le temps et de consentir à faire place à ce qui est.

Quand cette expérience n'est pas possible, comme la plupart du temps, plutôt que de déboucher sur un espace pour être, elle accroît le devenu blessé-blessant, augmente la réaction défensive et rend plus difficile l'éventualité que le douloureux, que la blessure, que le mal deviennent de « l'être ». On peut penser que ce qui est vrai dans une relation entre deux personnes reflète ce qui se passe à l'échelle de l'humanité. Le co-devenu blessé-blessant de l'humanité ne peut pas se résoudre dans des ententes et des négociations, dans la connivence. Il nécessite un autre chemin.

### **Le mal fondateur de l'humanité**

Lors de ce groupe d'écriture, j'ai été frappée par le fait que j'avais, dans un premier temps, mis à l'extérieur cette expérience du « faire mal, avoir mal » pour y avoir accès. Après une discussion avec Aimé Hamann, j'ai mieux compris ce qu'il entend signifier lorsqu'il dit que c'est cet accès même à l'extériorité qui a rendu l'humain capable de relations à un autre niveau que la stricte interaction animale. Dans ce type de rencontre émerge nécessairement un autre mode de rapport qui est unique et qui fait de nous des humains. Cette possibilité de négation du terrible de soi, de l'existence d'un mal placé en dehors de soi, est constitutive de l'humanité. C'est une expérience qui nous rejoint tous comme humain. Mais il y a un tribut à payer. Ce lieu de l'ambivalence, nié chez les humains, continue d'exister sous des formes souffrantes, souvent tordues, qui mettent en danger toutes les relations entre nous, les humains, et même le rapport à la planète. Le fait d'être humain a amené les forces contradictoires de la vie/matière à un autre niveau : celui du mal dans le rapport. Pourtant, on pourrait comprendre que dès que comme humain nous avons placé le mal dans l'autre, nous fondions les connivences, ouvrant la possibilité de l'interdépendance et rendant possible la rencontre de soi à l'occasion de l'autre. Cette possibilité spécifiquement humaine de recevoir ce qui se présente à soi dans « un moment » précis, d'habiter ce rapport à la vie qu'on est, de lui donner corps, donne cette possibilité à tous car nous sommes co-devenus, issus de tous les rapports humains.

La mise à l'extérieur qui protège n'a pas empêché l'humain de se faire mal et d'avoir mal. C'est ce qui a constitué notre histoire, et comme humanité, et en plus petit dans nos relations de connivence. Nous refaisons le début de l'humanité à chaque fois en reconstruisant un lieu qui n'espère aucune ambivalence ou du moins le moins possible. C'est dans ce lieu coupé de soi et de l'autre que se forge une relation pleine d'histoires,



bonnes et douloureuses, qui demeure à risque de se défaire lorsque l'ambivalence reprend sa place et auquel s'ajoute le devenu accumulé dans cette relation. Cette histoire personnelle et humaine est à la fois possibilité de rupture, de guerre et de spirituel.

### « L'absence de faute » et le spirituel

Cette expérience du groupe d'écriture a été très éclairante pour moi : elle m'a révélé que dans l'interdépendance, on se situe en dehors de l'accusation et de la culpabilité; et cela même s'il y a effectivement eu violence et blessure. Ce lieu qui fait accéder à de nouvelles dimensions de soi est un lieu où il n'y a plus de « faute ». Je n'avais jamais ressenti à ce point comment faire toute la place à la violence et à la blessure, leur donner vie en soi, fait disparaître la « faute ». Je me suis sentie au-delà de la culpabilité mais, en même temps, complètement dans la responsabilité. Le donnant dépassait le blessant.

Au cours de cette rencontre de groupe, le cheminement en moi s'est fait en plusieurs étapes, chacune marquée par la fragilité et le risque constant de fermeture, d'arrêt. Chacune des étapes de cette expérience m'est apparue importante. D'abord, il a été essentiel que l'autre réagisse même si sa réaction n'a pas à émerger d'un consentement à sa propre vie. Il a suffi que je puisse, moi, faire une place à ce qui a émergé en moi, à ce que ça me faisait vivre.

En outre, la présence du groupe, dans la rigueur de la position, a été fondamentale pour me rendre à ce lieu du « sans faute ».

Le passage à l'interdépendance, au paradoxal, a été favorisé par des conditions comportant un minimum de menaces : d'abord un lien pas trop chargé avec la personne en cause, un groupe habitué à travailler ensemble et une blessure causée tout à fait involontairement. Je crois en effet qu'il aurait été beaucoup plus difficile de transcender une blessure causée volontairement, dans le but de faire mal. L'offense involontaire serait-elle plus recevable qu'une offense délibérée, haineuse?

J'ai particulièrement ressenti le dynamisme de la position prise de faire de la place à ce qui est éveillé en soi et, dans la mesure du possible, de donner ce qui est reçu à l'autre afin qu'il ait, lui aussi, la possibilité d'avoir accès à lui. Bien que j'aie déjà vécu ce genre de sentiment, je n'avais jamais ressenti une telle plénitude où le bien et le mal étaient indistincts et où tout pouvait contribuer à être.

Sentir « l'absence de faute » dans ce groupe a été une expérience particulièrement puissante. Ce que j'ai ressenti dépassait le « correct » qui rassure, mais qui évacue la subjectivité. J'ai eu un sentiment qui avait plusieurs dimensions dont une très corporelle.

L'expérience m'a plongée dans un temps et un espace infinis, elle m'a donné le sentiment d'être « sans faute ». Momentanément, la dichotomie entre le bien et le mal n'existait plus. Il n'y avait plus que la vie, l'être. Mais je dois signaler que ce moment de grâce a été éphémère. Assez rapidement, je ne ressentais plus avec autant d'acuité la plénitude, la joie et le sentiment de reconnaissance qui m'avaient alors habitée. Mais cette expérience avait ouvert une autre porte en moi : je me suis sentie plus disponible, plus capable de fraternité, et surprise de ressentir une douleur de vivre qui surgit inopinément, sans cause ni explication.

Je pourrais même penser que c'est ce lieu d'innocence, sans culpabilité, que recherchent ultimement les religions et les approches thérapeutiques. Je suis co-devenue dans un contexte catholique, de disciplines psychologiques et de recherche en thérapie d'abandon corporel. Je suis frappée par le fait que lorsqu'il est question du mal, l'autre, le témoin est présent : qu'il s'agisse d'un pasteur qui pardonne au nom de Dieu, d'un thérapeute qui cherche à entendre sans condamner dans la mesure du possible, ou de quelqu'un qui prend cette position de recevoir comme soi ce qui s'éveille par l'autre. Il me semble que toutes ces « positions » procèdent d'une intuition de la possibilité d'interdépendance, du désir de ce que nous appelons le paradoxal.

Cette expérience du mal m'a permis de me relier d'une façon radicale à notre démarche, à la recherche que nous poursuivons en thérapie d'abandon corporel. L'expérience nouvelle de cette place dynamique faite au mal, de ce sentiment qu'il n'y avait rien d'autre à attendre m'apparaît intimement reliée à la position prise et reprise d'innombrables fois jusqu'à ce qu'à un moment, la puissance de se reconnaître subjectif et interdépendant, révèle l'expérience paradoxale, le spirituel.

Je crois que la question du mal pourrait être approfondie presque à l'infini, qu'elle est au cœur de l'expérience humaine. C'est souvent à travers l'expérience « d'avoir mal, faire mal, le Mal », ces lieux violents et douloureux, qu'on peut avoir accès à ce qui est évité, mis à l'extérieur, et qui, intériorisé, nous propulse dans un espace « sans faute », dénué de toute accusation et de toute culpabilité. C'est là que l'ambivalence radicale de la vie, de la matière, peut « être » et accéder à un lieu relationnel dans la subjectivité totale, à l'interdépendance et au paradoxal. C'est cette dimension qui m'apparaît être le spirituel ou, en d'autres termes, l'accession du soi au Soi.

