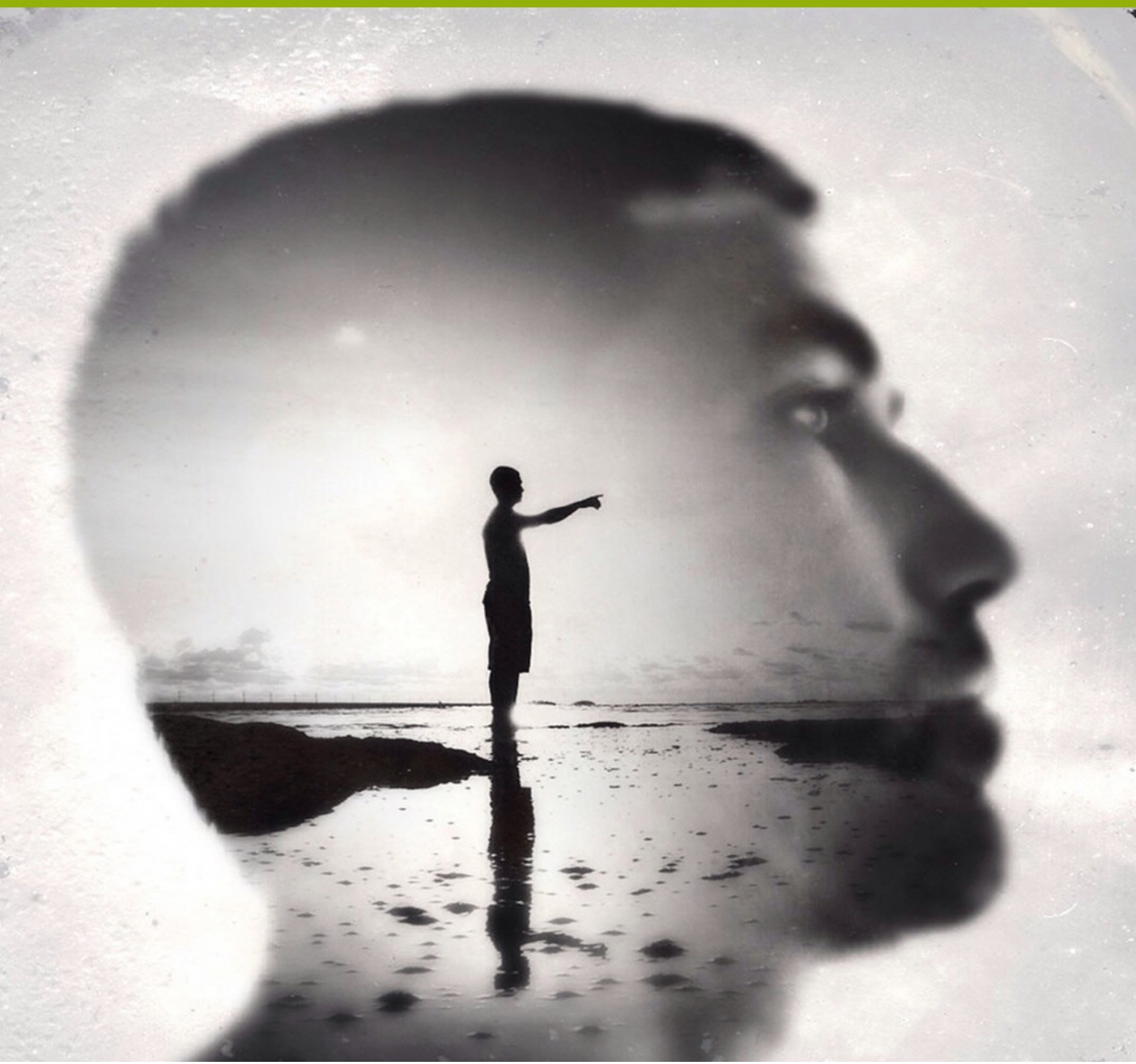


L'éveilleur, le tonnerre

GANJI ANANKEA, IORI



L'Éveilleur le tonnerre,
roman autobiographique, essai et manuel de spiritualité
écrit par Ganji et Iori

*

Parcours initiatique d'une Âme en souffrance.
Rencontre avec son guide et révélations ultimes sur le véritable but de la vie.

*

Avec le concours de Iurikan

Table des matières

Iori
Iurikan
Ganji

PREMIERE PARTIE

Otage du système
Les origines
Un adversaire sans état d'âme
Gloire au monde occidental
Sous pression
L'amour banni
Une lumière à l'horizon
L'apprentissage
L'éveil
Quitter
Révélation
Au-delà du corps
Au-delà du mal

DEUXIEME PARTIE

Colère : la face cachée de l'Eveil
L'empire matérialiste ou le règne de l'égo

TROISIEME PARTIE

La Mémoire des origines

QUATRIEME PARTIE

« Connais-toi toi-même »
De la dépression à la Mutation
S'engager
Les coulisses de la « personnalité »
Souffrance et programme de réparation
Activités de compensation et de réparation
Le rituel du passage ou la seconde naissance
Affronter les épreuves
 Notre entourage
 « Je t'aime - moi non plus »
 Les écueils
 Les obsessions
 Le « spirituellement correct »
De la médecine des origines à la médecine conventionnelle

CINQUIEME PARTIE

Techniques de guérison
Quatre corps pour s'élever
Conscientiser les besoins du corps
 L'alimentation et le jeûne
 En compagnie de la nature
Vivre le Présent éternel
De la relaxation à la méditation
 La méditation ciblée
 Les techniques de dépassement de l'égo : yoga et zazen
 Le non-agir (Wu Wei)
L'immersion musicale
La transe
La poésie sacrée
Le monde des Âmes
S'incarner grâce aux enthéogènes

AVANT DE NOUS SEPARER

La connaissance sous contrôle
Les lendemains lumineux

Playlist

Propositions cinématographiques

Bibliographie

Iori

Enfant, je me suis fait la promesse de devenir une adulte heureuse et accomplie. J'avais cinq ans alors, du vague à l'âme et beaucoup de détermination. La condition humaine m'inquiétait. Sur les bancs de la maternelle déjà, j'observais le défilé des parents venant chercher leurs tendres progénitures, et je lisais chaque soir en eux une indéfinissable tristesse. Ils semblaient fatigués, contrits, piégés. C'est avec l'angoisse au ventre que j'ai grandi. Celle de me laisser un jour contaminer par cet insaisissable virus qui supprimait la joie de vivre. Dans les yeux d'un enfant chaque instant renferme son lot de magie. La vie est pleine, dense et s'écoule librement. Par opposition, le corps de l'adulte se tenait figé, dompté par une main invisible. Du haut de mes 1m10, ce renoncement *forcé* à l'existence m'était absolument intolérable. C'était un crime que je me promettais secrètement de combattre, à n'importe quel prix. J'étais née pour ça.

Comme Ganji, je me suis incarnée pour porter les êtres vers leur libération ; à commencer par moi-même. Malgré ma promesse enfantine, mon existence n'échappa pas à la « malédiction ». D'un naturel enjoué, je perdis bien vite mon sens de l'humour. Une éducation autoritaire ainsi qu'un héritage familial lourd faillirent bien compromettre le bonheur idéal auquel j'aspirais. A vingt ans seulement, j'étais un nid de souffrances. Je vivais avec une déprime chronique et mon état de santé laissait à désirer. Je ne pouvais pas même conserver un emploi plus de trois mois consécutifs. Il y avait dans le monde du travail une inaptitude à l'organisation et à la communication intelligentes, un degré d'inconscience et d'égoïsme qui exacerbaient ma sensibilité.

Pourtant je ne cessais de me battre contre la désintégration de mon monde intérieur et de mon corps. A sept ans je démarrais le piano, à dix le théâtre puis ce furent l'écriture, la vidéo, le chant, le théâtre, la fac de psycho, de journalisme, et enfin, une école de médecine chinoise. N'ayant pu m'imposer comme *la star montante* du cinéma français, j'avais abandonné mes ambitions mégalos pour revenir à ma passion de toujours : le soin du corps et de l'esprit. Il faut dire que ma santé l'exigeait. Je n'avais pas encore découvert la pierre philosophale mais la mystique et les maîtres orientaux me mettaient déjà sur la voie. J'y retrouvais les mythes initiatiques de l'Homme, l'existence de l'Energie et des lois cosmiques. J'avais enfin trouvé un langage qui faisait vibrer mon cœur. C'était comme si j'avais toujours porté cela en moi et que soudainement je me souvenais. Je fis donc mes premiers pas en cabinet où je m'essayai à la pratique du *Tui Na* et de l'acupression.

Puis un vendredi d'hiver, à la nuit tombée, un patient peu ordinaire fit son entrée dans ma vie. Sa présence rayonnait d'une étrange intensité. Très beau, il avait le regard pénétrant et chaud mais une stature grave, légèrement sévère. Il était à la fois intimidant et incroyablement attirant. Je compris vite pourquoi. Pendant la séance, je l'interrogeais sur son vécu. Il revenait de loin. Une enfance terrible l'avait conduit à la dérive totale. C'est alors qu'il avait invisiblement été guidé sur les traces d'une destinée exceptionnelle. Libéré par un travail spirituel intense qui dura plusieurs années, il s'était peu à peu éveillé à sa dimension cachée de médium guérisseur. Il me parla des techniques chamaniques qui l'avaient sauvé et je fus extrêmement intriguée. Il me semblait que je tenais enfin l'ultime remède à mes nombreux troubles psycho-physiologiques. Il me fallait un traitement de choc car j'avais déjà tout essayé : psychothérapie, kinésithérapie, yoga du son, acupuncture et pharmacopées, décodage biologique, psycho généalogie, reiki... Je n'en pouvais plus. Attirée depuis longtemps par le chamanisme, j'envisageais un voyage au Pérou pour bénéficier des soins d'un tradi-praticien. J'étais loin de me douter que le Ciel m'enverrait bientôt un double miracle : l'Amour et la Cure.

La discussion se prolongea près de deux heures. Je le connaissais à peine et déjà mon âme riait, s'émerveillait, s'envolait dans ma poitrine. J'avais rencontré mon âme-sœur.

Une nouvelle entrevue scella notre union et je dirai même, notre collaboration. J'allais découvrir – à mes dépens souvent – que Ganji serait bien plus qu'une relation amoureuse ; il serait un véritable enseignant spirituel et le guérisseur que j'avais attendu toute ma vie. C'est à ses côtés que je mènerai tous mes combats, pour le meilleur et pour le pire. Ensemble, nous partagerions désormais une lucidité sacrée, celle-là même qui a donné naissance à ce livre.

Aujourd'hui, il est temps pour moi de partager cet être qui m'est cher avec ceux et celles qui « cherchent ». Deux mains – parfois trois ! - ont guidé la conception de cet ouvrage mais une seule voix le porte ; celle de l'amour Divin. Vous découvrirez au fil de ces pages l'étonnant parcours d'un parisien devenu chamane. Vous partagerez ses peines, sa lucidité, ses découvertes, qui sont du reste universelles. Mais surtout, il vous sera révélé l'étonnant pouvoir du corps de guérison et de sa fidèle compagne, la Kundalini. Car Ganji tenait à témoigner de leurs existences concrètes, tant le redéploiement de ces connaissances ancestrales tenues secrètes pendant longtemps, peut améliorer l'existence de millions d'êtres humains. Il vous livrera de même des clés pour une utilisation éclairée de ces outils sacrés de guérison. Ce livre est dédié à tous ceux et celles qui veulent s'accomplir. Je vous laisse donc en compagnie de Ganji...

Iurikan - esprit issu de la dimension divine, guide et précepteur de Ganji

27 avril 2010 au petit matin

« Orwell aurait réellement pu s'inspirer de l'année 1984 pour écrire son livre. Ma vie a totalement fait partie de cette sombre année où l'humanité continuait de dégringoler l'échelle de la dignité.

Dix sept ans, et une large partie de moi-même refusait ce monde qui lui était offert de force.

Rien de bon à l'extérieur, aucune bienveillance. Rien, ni personne ne souhaitait me voir exister et briller.

Car j'existais déjà, depuis toujours, depuis l'Origine d'ailleurs, mais ce que je rencontrais sur terre en cette vie ne m'offrait aucun accueil chaleureux, aucune écoute. Le désert, le vide. J'ai donc renoncé, mais j'attendais le moment.

Au fond de cet être en souffrance, je bouillonnais et pleurais également. Je pleurais nuit et jour.

Nous formions une ceinture d'intervenants à la périphérie de la Terre et nous étions prêts à nous déployer. Un peu comme des parachutistes en rang dans un avion attendant d'être largués dans le ciel, sauf qu'il n'y avait pas d'avion et que nous étions à des milliers de kilomètres de la Terre.

J'ai déferlé dans un corps en devenir, en création. Un corps dans un corps de femme, de future mère, qui serait lui-même à jamais imprégné de ma présence.

J'ai alors attendu des mois, des années peut-être, comme en hibernation. Je plongeai dans un profond sommeil, l'environnement (le corps physique) était lourd et je me sentais à l'étroit, comme emprisonné.

Toutes ces années de croissance physique, j'attendis patiemment mais je m'exprimais souvent. Je n'hésitais pas à faire de sérieuses remontrances à « mon père », mon hôte devrais-je dire, que je trouvais trop sévère, trop brutal et surtout trop matérialiste, obsédé par l'argent. A six ans, je le menaçai de lui *botter le cul* s'il n'arrêtait pas de m'embêter. A douze ans, je lui fis gentiment la morale, tentant de lui faire comprendre le piège que représentaient le monde des « choses » : « plus tu possèderas et plus tu seras malheureux ». Ce qui ne changea en rien son comportement.

Toutes ces années je fus présent, me manifestant ponctuellement quand le besoin se faisait sentir : te rappelles-tu du jour où je t'ai fais éviter le rétroviseur d'un autobus, de cette après-midi où je t'ai sauvé d'un accident dramatique où tu aurais pu être défiguré par le pistolet à grenaille d'une de tes fréquentations douteuses ? Tu étais jeune alors et déjà tu souffrais, déjà tu étais torturé, déçu par un monde oppressant, régis par des lois étouffantes.

Je n'ai jamais souhaité t'abandonner car nous avions un plan tous les deux : je devais te mener sur un chemin particulier. Mais le temps n'était pas encore venu. Tu sauras mieux que moi exprimer tes années de souffrance et de lutte. Tu ne diras pas tout car c'est impossible. Il est vrai que les mondes visible et invisible se sont déchaînés sur toi.

Depuis toujours j'ai été ton guide, ton conseiller. J'ai fais de mon mieux, mais tu n'écoutais pas toujours. Il est vrai que personne ne t'avais avisé de ma présence. Tu me sentais, c'est tout.

Tu étais un enfant de l'immigration européenne, arrivé dans les années 70, fils unique, centre d'attention mais aussi victime de règles trop strictes.

Tu as été arraché à ta famille d'accueil, tes grands-parents, par tes parents qui t'ont emmené vivre à l'étranger. Tu as dû quitter ta bulle d'amour, ces grands-parents que tu reverras dans l'autre monde. Dès lors, le sentiment d'arrachement ne te quitterait plus.

Tu manquais trop à ta mère, elle rêvait de toi la nuit. Tu étais beau, tu étais une boule d'amour déjà. On avait envie de t'aimer et même de t'adorer.

Moi j'étais en « stand by », comme on dit. Je te laissais pousser pour me révéler un jour ; aux jours heureux de ton printemps personnel.

Ton cœur se glaça durant cet hiver, un hiver trop long où ta peine gela tes énergies.

Je suis venu à toi pour dénoncer le monde. Ce monde a besoin d'être dénoncé car il va trop loin. Trop loin dans la brutalité, dans l'imposture et la destruction.

Je suis venu à toi pour enseigner, à toi d'abord mais aussi aux gens, leur dire comme beaucoup d'autres avant toi, qu'ils ne sont pas qu'un simple corps pensant, que leur vie ne doit pas se résumer au labeur quotidien.

Il y a plus, beaucoup plus. »

Reprise du contact le 28 avril au matin

« Je m'appelle Iurikan, je viens des Origines de la Vie, par-delà la mort. J'appartiens à ce que bon nombre de vos croyances nomment les Eternels. Je ne m'incarne que si le terrain (la personne) en vaut la peine, dans des corps qui inspirent l'espoir, des destinées sur lesquelles nous pouvons miser.

Nous voyons tout, nous savons tout d'avance, nous n'attendons en échange qu'une bonne part d'engagement de la part de notre hôte. Je me suis intégré à cette destinée en tant que transformateur de vie : travailler la maladie, le karma, le parasitage, et même la mort !

Chaque individu à sa naissance reçoit les 7 sceaux cosmiques qui traduisent son profil, ses caractéristiques karmiques, ses aptitudes personnelles, ses ambitions, ses liens avec autrui et ses états de santé et maladies.

En procédant à un état des lieux par vision intemporelle, nous avons remarqué cet être pur au devenir dramatique et avons décidé que c'était un être idéal : terrain propice et matière à transformation.

Nous savions qu'il serait « déporté » dans un monde brutal et très industrialisé. Nous savions qu'il serait souffrant de mélancolie et de colère. Nous connaissions par avance ses aptitudes médiumniques qui feraient de lui un excellent artiste. Néanmoins, il sombrerait dans la folie !

Quelle joie de pouvoir sauver de la noirceur un être aussi pur et aussi bon. J'ai donc choisi les bons moments pour intervenir, pour me révéler.

Depuis toujours j'émet des radiations heureuses et divines dans son corps, ce qui fait de lui un être qui attire le regard. Il s'est toujours dégagé de lui de l'Amour, un sentiment de bonté. Néanmoins un jour la force lui manquerait. A long terme, elle diminuerait et finirait par lui faire défaut.

Cette force vive, cette énergie émettrice lui a permis de soulever des montagnes, d'affronter la peine, le parasitage, et de voyager. Malgré tout, elle devrait un jour succomber face à un karma fatal, qui prévoyait qu'une maladie génétique le faucherait à l'âge de quarante ans.

Cet être est notre Création. Aujourd'hui, il va vous émouvoir. Reconnaissez en lui la beauté du Divin.

Vos véritables sciences de la vie ont quasiment disparu, victimes de la censure, elles ont quitté le domaine public. La procédure internationale vous voue à l'esclavagisme intellectuel et énergétique. Vous travaillez mais vous n'avez pas accès au véritable savoir. Vous vous dopez à l'espoir, au rêve, au virtuel et vous n'êtes plus conscients de vous-mêmes ni des autres d'ailleurs. L'argent paraît être votre seule issue, votre seul moyen d'épanouissement et de réussite. Vous parlez de réussite sociale, personnelle mais vous avez oublié la réussite intérieure qui vous hisse au-dessus de la condition de l'animal domestiqué.

Vous voulez tout ; l'argent, le confort, la santé, le bien-être sans oublier l'amour car vous dites y « avoir droit ». Mais de quel droit parlez-vous ?

La vie se mérite, alors que vous pensez qu'il suffit d'acheter les attributs, les masques, les costumes d'apparat.

Dans votre pays et de part le monde, vous méprisez le pauvre et l'indigent dans vos rues, devant des vitrines vulgaires, arrogantes et débordantes de luxe. Vous ne permettez pas le partage, ou alors sous certaines conditions, car aujourd'hui vous êtes tous séparés du Tout. Vous êtes individualisés.

Vous êtes uniques ou plutôt croyez l'être. Mais en fait, vous prenez ce que l'on vous donne, vous vous habillez à la mode, acceptez passivement les lois du groupe, règles imposées par un despote. Vous cherchez l'amour et la reconnaissance mais vous vous trompez sérieusement, en cherchant à l'extérieur de vous. Nulle vérité à l'extérieur de vous.

Cherchez en vous. Sondez vos rouages, vos particularités, votre destinée est la clé !

Il est encore temps de revenir à ce principe des origines « qu'il faut se connaître soi-même ».

Ne prenez rien pour acquis car cela enferme. Ne cherchez pas le bonheur, la paix à l'extérieur de vous.

Mais là, j'en dis déjà trop. Le livre que mes compagnons de fortune ont écrit pour vous va vous réconcilier avec votre corps ; avec vos corps, avec votre incarnation !

Je me suis exprimé pour vous donner une vision directe du monde spirituel en bouleversant le plan initial.

Dans le monde éthérique, la vibration n'est pas la même. Votre état de vie est trop pesant et opaque, votre masse physique est trop lourde pour pouvoir comprendre toutes les subtilités, pour en entrevoir la grandeur.

Néanmoins, si nous décidons d'intervenir désormais c'est pour vous aider à sortir de cette voie destructrice que vous portez en vous et que vous instillez dans votre environnement.

C'est avec une joie profonde que j'introduis mon ami de toujours, Ganji... »

Merci Iurikan

Ganji

Il est vrai qu'avant de poursuivre, je vous dois quelques explications. Comme vous le découvrirez au fil des pages, je fus jadis (do)miné par la souffrance puis délivré par un long travail de purification. C'est alors qu'« Il » a commencé à se manifester plus clairement. Depuis des années déjà je le reconnais comme ma source d'inspiration, mon mystérieux bienfaiteur ; celui à qui je dois mon sauvetage miraculeux puis ma seconde naissance. C'est en effet par lui que ma mutation s'est opérée car il m'a guidé sur les rails de la transformation et ne m'a jamais abandonné. C'est également par mon écoute et mon absolue confiance qu'il a pu opérer en moi.

Durant toutes ces années de travail, je n'entendais pas vraiment sa voix mais « percevais » intuitivement ses messages. Aujourd'hui en revanche, nous nous retrouvons et communiquons chaque jour. Tour à tour protecteur et conseiller, il m'éclaire de sa sagesse cristalline sur des sujets aussi triviaux que métaphysiques. Bienveillance et Connaissance sont les ciments de notre relation.

Iurikan est ma fibre divine intime, inspiratrice et visionnaire, totalement indépendante de ma personnalité humaine. Quand je parle de « fibre divine », c'est au sens propre du terme. Iurikan est une entité dont l'existence est à la fois indépendante de la mienne et inextricablement liée car il est le prolongement direct de la source de l'univers. En cette qualité, il possède une omniscience et des pouvoirs de guérison extraordinaires qui dépassent en imagination toutes les sciences actuelles.

Je vous avouerais néanmoins qu'il m'a fallu un certain temps pour que mon mental accepte et écoute cet « autre », si magnifique soit-il.

Et c'est avec étonnement que sa voix s'est faite entendre lors de la rédaction de cet ouvrage pour délivrer « de vive voix » ce message très spécial, venu du ciel.

Vous l'aurez compris, ce livre n'a pas pour vocation la pensée rationnelle. Il s'adresse aux êtres qui ont su conserver l'espoir d'une humanité digne et épanouie, laquelle se dessine à chaque instant.

Les techniques de connexion à cette extraordinaire dimension existent mais ne s'apprennent pas sur les bancs de la fac. Elles se vivent plutôt de l'intérieur. Peu nombreux sont ceux qui entreprennent de parcourir ce chemin non balisé, tant il peut revêtir des allures inquiétantes. Mais nous y reviendrons !

Première partie

Otage du système

1984. Rien ne me prédestinait à un tel avenir. Je portais en moi le poids des souffrances du monde, j'étais lourd et grave. N'ayant aucun accès à mes mystérieuses profondeurs, je vivais à la surface de ma conscience, déchiré par les informations que me transmettaient mes sens et mes émotions qui me parvenaient en bulles éclatées.

Depuis, j'ai plongé dans mes abîmes et y ai reconnu les abîmes de la société. J'y ai vu une telle laideur que je ne m'imaginais pas découvrir un jour tant de grandeur.

Les origines

Je vis le jour à la fin du Salazarisme, dans le Portugal montagnard du nord (Serra da Estrela), austère et rural. La mort du dictateur ne mit pas fin au système despotique qui ne vit sa chute qu'en 1974, avec la Révolution des Œillets.

De cette société en miettes, ruinée, analphabète mais néanmoins digne, l'enfant que j'étais alors retient surtout des images de famille, magnifiques et colorées par l'amour qui régnait chez mes grands-parents. Je leur avais été confié par mes parents qui décidèrent de fuir le pays pour tenter leur chance en France, terre alors accueillante, puisqu'en forte demande de main d'œuvre.

Le voyage serait périlleux car, officiellement, il était interdit de quitter le territoire. Mon père fit donc appel à un passeur pour les guider à travers monts et vallées, de la péninsule ibérique jusqu'au terminus parisien, gare d'Austerlitz. Trois années d'absence suffirent à les effacer de ma jeune mémoire. Chez mes grands-parents, j'étais comme une petite chenille dans un cocon d'amour : l'enfant-roi.

Nous étions nombreux à la maison, oncles et tantes célibataires se partageaient un espace fort réduit, et je me souviens également de ces nombreuses souris qui traversaient à la dérobée le faux plafond en carton. Nous n'avions rien, juste un appartement modeste aux murs boursoufflés blanchis à la chaux, à deux pas de l'église dont le carillon sonnait tous les quarts d'heures.

Les commerçants en ville étaient rares, leur épicerie ressemblait à des cavernes d'Ali baba; grottes faiblement éclairées aux mille et une surprises multicolores. Nous vivions à la chaleur du feu de bois, ma grand-mère préparait de bons plats goûteux à partir des produits sains de la terre. Pas de micro-onde, pas de frigo ! Le « meuble à sel » se chargeait de conserver les aliments. Je me souviens de la jument que j'allais parfois visiter au rez-de-chaussée et que l'on me permettait de chevaucher. Comme cela me rendait fier !

Tout bascula lorsque mes parents revinrent me chercher trois ans plus tard. N'ayant aucune envie de les suivre malgré leurs magnifiques cadeaux, ma mère dû m'arracher aux bras de ma grand-mère. Quel choc ce fut ! Puis, je fus catapulté dans le monde bétonné parisien.



Les premières années en France

Un adversaire sans état d'âme

Ce que je qualifierais de rapt me mena tout droit en enfer. « Discipline » devint le maître mot au sein d'un espace-vital de quelques mètres carrés. En effet, nous vivions avec ma tante, à quatre dans un F1 troglodyte, creusé au septième étage d'un immense rocher haussmannien. C'était très impressionnant mais surtout, très effrayant. Ces sept étages, il nous fallait les escalader à pied chaque jour.

Malgré la bonne humeur qui régnait au dernier pallié, abritant quatre familles issues du même village, je sus très vite que plus jamais je ne connaîtrais la joie.

Un homme d'un égoïsme monstrueux serait désormais mon tuteur, mon inquisiteur et plus tard, mon bourreau. Cet homme, avec qui je partagerais chaque instant de ma vie jusqu'à overdose, c'était bien entendu mon père.

Ce grand individu sec et antipathique me faisait peur, me terrifiait. Soudain, je n'existais plus. J'étais devenu un accessoire. La lumière qui luisait en moi fini par s'éteindre. Jusqu'à ce que je quitte le foyer, ma mère ne cessa de comploter contre ce despote pour me protéger de lui et de sa radinerie, s'attirant reproches et gifles. Mais elle ne pouvait rien contre les diverses humiliations et châtements, malheureusement trop fréquents.

Je me souviens de mon baluchon rouge de marin en caoutchouc que je trimbalais souvent avec moi quand nous sortions ensemble. J'y mettais quelques friandises, pansements, mercurochrome, boussole et plan de ville. J'avais huit ans et au fond de moi, j'étais déjà prêt à partir. Paré à toute éventualité, j'attendais la moindre occasion de saisir ma chance et voguer sur d'autres océans. J'amusais beaucoup ma famille qui, ne comprenant rien, me prenait pour un « drôle » de petit bonhomme. Je ressentais déjà sans doute un besoin d'évasion et de liberté ; le besoin d'exister. Aujourd'hui quand je me retourne, je vois un enfant désespéré, seul et contraint de se retrancher dans la rêverie.

Un jour de sortie avec mes parents, je fus subitement submergé par une joie intérieure intense. Je me tournai vers eux et leur dit : « je suis tellement heureux que j'ai envie de pleurer de joie ! » Ils me répondirent sèchement que ce n'était pas des choses à dire, que c'était des bêtises. Parce qu'ils en avaient honte, ils s'employaient à tuer l'expression même de la vie. Censures et interdits faisaient implicitement parti du programme quotidien et écrasaient ma joie enfantine.

En 1984 j'avais dix-sept ans et pourtant, il m'était toujours interdit de sortir et de fréquenter des amis. Je dus décliner toutes les invitations de week-end entre copains qu'on me proposait. Je devais user de stratégies élaborées, uniquement pour vivre quelques heures de « folie ». Car lorsqu'on a grandi sans le sens de la liberté, les escapades « volées » se transforment vite en échappées folles, parfois destructrices.

L'argent et le travail allaient gangréner l'espace de communication et d'activité familial. Mon père n'acceptait aucune forme de rivalité sur son sol. Toute tentative d'échappatoire était vouée à l'échec. L'atmosphère domestique était emplie de ses besoins, de ses exigences, de ses ordres. Nous respirions, ma mère et moi, un air à couper au couteau. Ses humeurs, ses caprices dictaient la marche à suivre pour tout le monde. Et nous étions à sa merci car ; où se retrancher dans une telle promiscuité ? De plus, mes parents ignoraient royalement la notion d'intimité. Ils allaient et venaient librement de la salle de bain au salon, en passant par ma petite chambre de fortune, aménagée entre les deux.

Pour moi il représenta longtemps le parfait fasciste. Harcelé de critiques et remarques dévalorisantes, battu parfois, je n'eus bientôt d'autre choix que de me réfugier dans un monde onirique débordant. C'était ma façon de résister. Je créai mon parti de l'ombre : « Dessiner ou Mourir ». Et pour prendre le maquis, la feuille blanche devint mon horizon, mon souffle, mon unique espace de liberté !

Gloire au monde occidental

La télévision et la radio faisaient diversion. Très vite, comme tous les enfants de ma génération, je devins *addict*. Je fuyais dans des mondes imaginaires, gymnastique dont j'ai fortement abusé.

Une fois de plus cependant, les choix de mon père s'imposaient à nous. Ainsi, chaque soir à vingt heures précises, le *cultissime* journal télévisé déversait sur nos assiettes bombes chimiques, mines anti-personnelles, marées noires et pollutions nucléaires. Nous nous mettions à table avec un politicien véreux ; un criminel traversait soudain la salle à manger et parfois même, des morts gisaient sur la moquette, en guise de dessert !

Tout le monde trouvait cela normal car *Enfin, la vérité était faite sur ce monde* ; un monde chaotique dont le JT cadrerait les débordements, pour notre plus grand soulagement.

Je ne remercierai jamais assez Jean-Claude Bourret de nous avoir sauvés du communisme ou d'avoir mis sous scellé le dangereux Mesrine. Zitronne, quant à lui, nous faisait rêver. Il m'avait présenté Grace de Monaco, et ça, je lui en serai à jamais reconnaissant. Souvent, durant la gazette télévisuelle, la beauté cristalline succédait à l'horreur la plus atroce.

Le bien et le mal, la beauté et l'horreur ; les valeurs du XXème siècle étaient fixées dans nos cerveaux ramollis à coups d'images choc. A l'époque, Paris Match diffusait un slogan désormais célèbre: « Le poids des mots, le choc des photos ». Aujourd'hui je me surprends à penser que l'univers Paris-Match continue de marquer nos mémoires et notre échelle de valeurs.

Mais j'étais fier d'appartenir à ce monde-là ! N'étais-je pas, moi aussi, un enfant qui valait trois milliards ? Combien de fois n'ai-je pas, justicier masqué, saisi mon fidèle canasson pour voler au secours du pauvre au cœur même de la nuit ! Non, je n'avais peur de rien ni de personne, d'ailleurs. Je ne vous cacherais pas qu'il m'était parfois difficile de dissimuler mes *supers pouvoirs*, jusqu'au jour où l'on surprit dans mon cartable de la Kryptonite ! Adieu l'anonymat... Bref, à dix-sept ans seulement, j'avais déjà sauvé le monde plusieurs fois de la catastrophe nucléaire et du terrorisme, si bien que mon personnage réel ne m'intéressait plus. Je me faisais l'effet d'un chien battu, tenu en laisse par des brigands de l'âme. Pour survivre, je me nourrissais par intraveineuse d'images héroïques fantasmagoriques.

Avec du recul, je réalise à quel point l'ensemble des messages télévisuels, qu'ils soient ludiques ou « informatifs », étaient façonnés par un sentiment de grandeur, valeur très culturelle. L'univers télévisuel nous dévoile en transparence le fantasme occidental d'un surhomme vivant dans une super-civilisation, notion développée par Nietzsche. Leur puissance d'impact sur l'imaginaire, leur attractivité et influence sur la psychologie de masse, m'apparaissent aujourd'hui particulièrement dangereuses. D'autant plus qu'il est difficile d'y échapper quand la télévision est allumée en permanence dans les foyers. Ainsi, avons-nous banni le silence de notre chaumière, comme une maladie honteuse, et subissons chaque jour un véritable « lavage de conscience ».

Sous pression

Comme mes camarades de classe, j'acceptais avec dégoût un emploi du temps surchargé, qui ne laissait guère de place aux besoins de mon jeune esprit : créativité et spontanéité. A chaque journée la même routine : petit déjeuner, école, devoirs, dîner et enfin, coucher. Partout, l'autorité orchestrait sournoisement la marche quotidienne à suivre. Pour fuir cette atmosphère mortifère, je me retranchais dans mon *bunker*, bureau de fortune aménagé par mes soins à la cave, dernier rempart à la violence extérieure.

Tous les samedis matins m'étaient réquisitionnés ; il fallait prêter main forte à celui que je voulais fuir. Nous nous levions tôt et exécutions des travaux de nettoyage chez des particuliers de notre immeuble. Dans son fantasme, mon père imaginait que chaque sou était une pierre de plus à l'édification de son petit palais au Portugal. Il se voyait déjà triomphant, de retour au pays, après trente années de dur labeur. Ainsi, malgré ma bonne volonté, les samedis matins étaient une nouvelle occasion pour moi d'essayer avec délices sarcasmes et brutalité paternelles. Comme tout enfant, je ne concevais même pas qu'il put exister un autre type de vie familiale, en dehors de ce système répressif omniprésent. Je devinais néanmoins que certains s'en sortaient mieux que moi.

L'amour banni

En 1984, je ne me rappelais plus avoir été heureux, j'étais tout simplement brisé. J'étais devenu un fantôme, une coquille vide abandonnée sur une plage maudite. Je basculais doucement dans l'univers de la drogue ; petits pétards entre amis le samedi après-midi, tandis que l'alcool nous donnait un coup de pouce lorsque les filles étaient de la partie. Ma vie avait déjà un goût d'échec, dans un monde où il était plus commode de commander et de sévir que d'aimer avec intelligence et ouverture d'esprit.

Moult interdits et routines domestiques, inspirés par la morale catholique, avaient censuré tout échange profond et véritable entre mes parents et moi. Du coup, tout sujet dérangent était soigneusement écarté. J'avais le sentiment d'être en quarantaine depuis de nombreuses années. Mais que me reprochait-on ? Toutes sortes de tabous avaient gangréné notre univers mesquin et superficiel. J'étais absent à moi-même, absent à l'amour et à la joie. J'étais devenu grave et émotionnellement instable, tantôt mélancolique et philosophe désabusé, tantôt excessif et inconséquent. N'ayant d'autres issues que la fuite, je me liais chaque jour d'avantage avec ses compagnes de jeu favorites : drogues et alcool. Je dois dire que pendant de longues années, j'ai trouvé certaines réponses dans ce monde étonnant, ainsi que du réconfort et un exutoire à mon esprit d'aventure. Dans ces moments baudelairiens, je me révélais à moi-même, je découvrais mon sens de la poésie, mon goût pour les choses étranges. Je m'exaltais, je divaguais, je devenais un feu d'artifice à moi tout seul.

J'étais dans l'ensemble un garçon assez étrange. On m'eût dit tout droit sorti d'un roman de science-fiction tant mes façons différaient de celles de mes semblables. En présence d'autrui je perdais quasiment l'usage de la parole. Les mots ne me venaient plus, tout simplement. Autre rareté ; j'étais très humain, j'aimais donner. C'est finalement ma « différence » qui m'octroya les faveurs de nombreuses filles. J'étais régulièrement invité chez elles, à des après-midi

« discussions », que je préférais de loin aux sorties « foot » entre copains. Je développai peu à peu des qualités assez féminines comme l'écoute, l'empathie, le sens de l'observation et du détail. Partout, je me sentais en complet décalage, comme si je débarquais tout juste d'une autre planète. Le langage des humains et leurs eusses et coutumes me semblaient bizarres. Et d'ailleurs, ces derniers ne me comprenaient pas d'avantage. Malgré cela, je faisais de grands efforts pour ne pas rester en marge et gagner en assurance. C'était comme d'apprendre une langue étrangère.

Mais le mal s'insinuait partout en moi, jusque dans mon pantalon. Lors d'une rencontre amoureuse, je brillais toujours beaucoup au début car j'étais assez beau et touchant, mais lorsque les corps s'étreignaient je n'existais plus, mon être se refusait, ma virilité se dérobait. J'étais furieux après moi car je ne parvenais pas à m'expliquer la cause de ces pannes. J'avais envisagé une possible homosexualité, piste qui ne s'est jamais confirmée. Mais en cet instant où je n'étais plus que dégoût du monde et de moi-même, comment aurais-je pu aimer ?

Comme tant d'autres je n'ai jamais souhaité sombrer. Mais ce monde oppressant et malsain se plaît à sacrifier les plus délicats d'entre nous. J'étais muselé et criais à l'aide, personne ne m'entendait. « La défonce ou la mort » ! Oui, mon slogan avait quelque peu changé. L'enfant au sourire généreux s'était changé en un être absent à lui-même, mutilé et suicidaire. En 1984, à dix-sept ans seulement, je voulais déjà disparaître, quitter ce corps en souffrance.

Une lumière à l'horizon

Dans l'ombre de ce monde assassin, de timides rayons de lumière commençaient à percer les tréfonds de mon être. Je tenais une piste, une alternative à l'autodestruction, à l'échec de mon incarnation. Au fond, je pressentais un sens caché à la vie, à travers un sentiment infime. C'est en apprenant à me concentrer de longs moments sur ma respiration, écoutant mon souffle s'écouler paisiblement, qu'une jubilation toute neuve fit son apparition.

Iurikan se manifestait enfin. J'entendais à peine son appel, mais ses encouragements étaient pour moi de l'or ! Je compris assez vite qu'il y avait matière à creuser. Je décidais d'emprunter la voie de la transformation et m'en remis entièrement à cette intelligence qui, je le sentais, pouvait elle seule me sauver. Ce monde moribond n'était pas fait pour moi, je le savais et j'avais besoin d'aide pour en sortir.

Je vous parle d'un engagement profond, sincère et loyal, qui ne laisse place à la tiédeur. Par besoin de sérénité intérieure d'abord, je m'exerçais à la respiration consciente et à la méditation. Plus tard, le besoin de connaissance me mit sur la voie mystique. En jurant allégeance au Divin, j'étais emprunt d'une conviction totale, à la fois parfaite et innocente. Je plongeais dans les écrits évocateurs : Sainte Thérèse d'Avila, *La nuit obscure de St Jean de la Croix*, la vie de Ramakrishna et bien d'autres. Les évangiles apocryphes (Thomas, Marie-Madeleine) me touchèrent tout particulièrement par leur bouleversante vision du Christianisme. Ce pacte invisible, je l'ai renouvelé souvent si bien qu'il est devenu le fil conducteur de ma vie, par lequel mon souhait profond de transformation s'est réalisé. A maintes occasions, j'ai été guidé, porté et protégé par cette dimension bienveillante. Mon intuition se développait, des visions d'avenir proche ou lointain me surprenaient et me guidaient, mes rêves me parlaient, révélant des mystères qui dépassaient mon imagination.

L'appel était profond, je m'abandonnais donc totalement. Car la Vie est à ce prix. Sans un

total abandon de soi, l'« Être » véritable se dérobe ; il ne peut devenir le parfait réceptacle du souffle de vie, constamment en mouvement, constamment en renouveau. En cet instant où l'on choisit de servir le Grand Mystère de la Vie, on choisit aussi définitivement son camp. Heureusement, cette Grandeur, présente en chacun et partout, est infiniment plus subtile que l'égo limité. Avec un cœur sincère, déterminé et fidèle, elle vient éclairer l'être en demande, aussi sûrement que le jour fait place à la nuit.

L'apprentissage

J'étais obstiné. Je pratiquais assidument plusieurs heures par jour la méditation et d'autres techniques de détachement de soi. C'est ainsi que je me suis progressivement familiarisé avec les énergies qui gouvernent le corps. En vacances, il m'arrivait de me lever aux aurores pour suivre les conseils d'un maître indien, que j'avais précieusement extraits de mes lectures. Je pratiquais les ablutions et me plongeais dans le recueillement. Cet exotisme n'était pas sans me déplaire. J'avais besoin de voyager en moi-même et de me laisser ranimer par une science de la vie nouvelle. Mais à aucun moment, je ne soupçonnais combien tous ces petits exercices se révéleraient déterminants, imprégnant à jamais mon existence.

Mes parents n'avaient cure de mes préoccupations métaphysico-mystiques, ce qui me facilitait beaucoup la tâche. Je pu ainsi me constituer un havre de paix en dehors de leur asphyxiante autorité. J'avais trouvé mon île. Curieusement, personne ne viola jamais cet espace de liberté, ce qui m'encouragea vivement à poursuivre mes recherches.

1984 n'était plus qu'un lointain souvenir. Vers vingt ans, je fis la connaissance d'une petite communauté de bouddhistes qui répondait parfaitement à mes aspirations. Je rencontrai d'abord l'Hinayana, grâce aux encouragements d'amitiés toutes fraîches ; des laotiens membres de la famille royale, bénéficiant de l'exile politique en France. Par ailleurs, ils me firent découvrir les joies de la gastronomie du sud-est asiatique ; véritable révélation. Impossible de résister à leur merveilleuse soupe maison (Phô), aux mille saveurs.

J'avais alors quitté le « cocon » familial et pouvais enfin décorer librement ma chambre de bonne, sans peur des repréailles. Parfois, j'y méditais devant de belles représentations colorées du Bouddha. J'étais fasciné par ce personnage placide et souriant, trônant sur un gigantesque lotus rose.

Puis, rapidement, le Mahayana² fit son entrée dans ma vie, par l'intermédiaire d'une nouvelle connaissance qui me transmit un mantra secret. Cette magie incantatoire devint un rituel quotidien, si bien que quelques mois plus tard, on me remit une mandala sacrée, partie intégrante du rite officiel. Méditations et récitation de sùtras rythmaient allègrement mes journées.

Ce fut une période extraordinaire de ma vie car toutes mes journées étaient teintées d'enthousiasme et d'espoir. J'avalais les enseignements à grande vitesse, j'avais soif d'apprendre, j'avais soif de guérir. Très tôt, et de manière relativement inconsciente, une idée tenace germa dans mon esprit. Je me mis à espérer secrètement que je pouvais moi-même devenir un Bouddha. Pur fantasme adolescent ? L'avenir devait me donner raison.

L'éveil

« [Réveille-toi] et lève-toi de ton sommeil. [...] souviens toi que tu es fils de rois, prends conscience de ton esclavage et du maître auquel tu es asservi. Souviens-toi de la perle à cause de laquelle tu t'es rendu en Egypte (*ibid.*, v. 43-45). »

Traité de l'interprétation sur l'âme, bibliothèque de Nag Hammadi

Entre bouddhistes, nous avons coutume de nous encourager en nous réunissant pour la pratique matinale. J'étais à l'époque étudiant aux Arts Appliqués de Paris mais mon nouvel emploi du temps ne me faisait pas peur. Déterminé, je ne laissais pas ma volonté plier devant mon réveil, qui s'enclenchait pourtant chaque jour trop tôt. Dès six heures et demie, je m'arrachais péniblement de mon lit chaud, parcourais la ville à pied et m'efforçais de me concentrer durant une heure et demie sur quelques lignes de calligraphie, inscrites sur un parchemin étrange.

Vint enfin le matin où mon enthousiasme, ma curiosité et mon absolue détermination furent couronnés par la manifestation du Sublime.

Au bout d'une heure de méditation, une soudaine et furieuse énergie lumineuse jaillit de mon bas ventre, traversa ma poitrine en bousculant complètement au passage mes viscères, pour atteindre sa cible : le sommet de mon crâne. En cet instant, je fus littéralement ébloui. Mon égo s'évanouit et je me fondis dans le Grand Tout. Un silence intérieur chaud et épais remplaça l'éternel petit moi égocentrique, anxieux et bavard. Je ne faisais plus qu'un avec l'univers, je goûtais à l'infini et un sentiment bienheureux m'enveloppait. Oui, l'infini existait, ce n'étais plus une simple théorie. Toute beauté avait pris corps en moi. Le « doute », trait caractéristique du mental, avait totalement disparu. Il n'avait plus lieu d'être. Tout était dit, le Tout se présentait à moi. J'étais cela et rien d'autre, j'étais la substance même de l'univers. Je ne me noyais pas car j'appris à nager dans le Sublime en une fraction de seconde. Tout questionnement ou pensée inquiétante s'étaient volatilisés, je respirais l'Infini et l'Eternel.

Bien entendu, cette expérience marquerait ma vie à jamais et bouleverserait en profondeur mes attitudes et choix à venir.

Au sortir de cette fabuleuse expérience, c'est en vain que je me suis évertué à faire comprendre à mes compagnons de pratique ce qui m'était arrivé. Je perdais mon temps en d'inutiles descriptions, j'essayais tant bien que mal de prouver qu'un monde d'une incommensurable beauté existait bel et bien en nous et non en dehors. Tout ce qui s'était écrit dans les livres auparavant par les grands éveillés de ce monde n'était pas de la simple théorie : nous étions réellement tous potentiellement des Bouddhas ! A mon grand regret, personne ne se sentit concerné, pas même les autres pratiquants bouddhistes. Ne parlons pas de mes amis ou de mes parents... Je ne rencontrais qu'indifférence ou mépris. Aux yeux de mon entourage, j'étais un divagateur, un imbécile-heureux qui perdait son temps, un mythomane qui se prenait pour le Christ ou la réincarnation de Bouddha. J'enrageais de voir combien les gens se satisfaisaient d'une vie limitée, nourrie d'ignorance et de médiocrité. Certains devaient me trouver bien présomptueux et arrogant. Pour eux les vérités couchées sur papier ou dictées par les médias étaient bien plus réelles et convaincantes. Ce respect aveugle pour les autorités « homologuées », acceptées par le plus grand nombre et reconnues d'intérêt public, me révoltait.

Ce matin-là donc, plus léger que jamais – car libéré provisoirement de mon égo – je quittai le pavillon de mes "amis" bouddhistes. La béatitude siégeait toute entière en moi. J'étais bien, comme jamais je ne l'avais été. J'étais vrai, libre, allégé de tout trouble : j'étais l'Infini fait homme. En prenant le métro, je me rendis compte qu'il n'y avait pas besoin de partir dans un lointain monastère himalayen pour réaliser le Soi Divin.

Cet état extatique se prolongea une bonne partie de la journée. Durant tout ce laps de temps, je ne sentis aucune émotion négative, aucune déception ou autre, malgré la totale incompréhension de ma petite copine et de mes camarades qui me regardaient tous avec un air sceptique. Je n'étais tout simplement pas sur la même longueur d'onde et je doute encore aujourd'hui que quiconque puisse comprendre cette expérience sans l'avoir vécue soi-même.

Je me souviens avoir eu une nouvelle montée d'Énergie le lendemain soir durant une méditation collective, mais, cette fois, de moindre intensité.

Cette expérience est unique car elle m'a fait savoir que l'égo, la personnalité en d'autres termes, n'est pas la véritable identité. S'il est indissociable de la vie sur terre, l'être humain est bien plus que cela. La dimension infinie, que je nomme « divine », est si magnifique que tous les mots du monde ne suffiraient à la décrire. Mes déceptions m'ont d'ailleurs appris qu'en parler c'est déjà la diminuer, en la jetant en pâture au mental qui s'empresse d'en détruire la beauté et la grandeur.

À vrai dire, peu de personnes sont attirées par la Voie de l'illumination tant elle est issue d'une soif obsessionnelle, accompagnée d'une solitude pesante. Seulement, l'être est seul devant sa grande réalisation. C'est une réalité qu'il est obligé d'accepter s'il veut progresser. Mais loin de cela, il invente mille et une pirouettes pour donner le change et se perdre en distractions. Il se convainc que « l'homme est un animal civilisé » par les notions de famille et d'amitié qui soudent les uns aux autres. Il crée des communautés pour échapper au vrai travail intérieur, qui se fait en solo. L'Homme n'est un animal civilisé que parce qu'il redoute la solitude, condition sinéquanone à son évolution. Il mendie de l'amour et veut être rassuré. Son égo lui fournit mille et une stratégies pour attirer dans sa geôle un ou plusieurs compagnons de route. La réalisation spirituelle, elle, unit *réellement* tous les êtres comme des frères en leur révélant leur identité profonde, qui est à l'image du Grand Tout. Elle fait sauter les barrières et éveille à l'Amour réel, celui qui ne passe pas par la capture de l'autre.

Cette expérience d'anéantissement momentané de l'égo ne fut pas qu'un clin d'œil dans ma vie. Elle fut pour moi une véritable initiation ; l'amorce d'une mutation intérieure profonde, se profilant en plusieurs étapes. Cette quête me révélerait peu à peu à moi-même pour me mener à ma réalisation au sein du monde, non pas à l'écart de la société dans un monde imaginaire, mais au sein même de la communauté humaine. Je pourrais, un jour, y trouver une place authentique à mon image.

Depuis lors, mon égo est revenu maintes fois à la charge. Mais affaibli par ce déracinement premier, ses forces ont peu à peu déclinées, jusqu'à ce qu'il accepte de se plier à plus grand que lui. Son empire d'arrogance et de brutalité fut un jour définitivement dissout car je ne croyais plus en lui, je ne m'y identifiais plus. J'avais enfin ouvert la porte, laissant le monde divin s'engouffrer joyeusement. Désormais, Iurikan n'aurait de cesse de se manifester et de me guider sur le chemin de la Connaissance et du travail sur Soi.

On ne peut détruire l'égo. Certes, c'est un organe malade et surdimensionné, mais aussi utile

que les bras ou les pieds. Il doit se convertir entièrement à la dimension magique divine et cela demande du temps, car il s'agit d'un outil grossier, limité et empêtré dans le pathos.

Ce travail est loin d'être évident. Par intégrité, je ne raconterai pas de belles histoires au pays de Wonderland-Paris et surtout ne créerai pas de raccourcis littéraires idéalisant ce qui ne peut l'être. Tant que l'on n'a pas rencontré la dimension supérieure de l'être, l'égo a quasiment les pleins pouvoirs. Il n'hésite pas à en abuser en se faisant passer pour le seul et légitime maître en la demeure. C'est un imposteur, et très talentueux scénariste, qui invente des histoires à longueur de temps pour séduire son hôte. Pour cela, il s'inspire des faits de la vie quotidienne qu'il réinterprète à son avantage. Il fait des humains de prodigieux comédiens, ou plutôt ses marionnettes.

Ce n'est donc pas sans mal que j'ai dû réintégrer le personnage que ma carte d'identité, mes livrets scolaires, mes parents et amis avaient obstinément mis au point jour après jour, année après année. Mais ce costume d'apparat ne me convenait plus du tout. Désormais, je ne pouvais m'identifier à cet individu faux sans envergure. Je décidai que l'égocentricité ne serait plus mon moteur et ce, même si ma stabilité sociale ou morale devait en pâtir.

Quitter

« Avec un jeu incessant sur les perceptions et l'illusion, des mises-en scène sophistiquées et un étourdissement permanent, l'espace raconte une histoire et nous fatigue, nous épuise. L'artificiel s'appuie sur l'authentique et transforme l'authentique en artificiel dans une gigantesque farce qui révèle « l'impossibilité » de croire à la vérité de l'autre. »

En 1990, j'achevai brillamment les Arts Appliqués puis intégrai une petite agence de publicité en tant qu'assistant DA (directeur artistique). Malgré un enthousiasme certain, la déception s'installa rapidement. Chaque jour m'apportait son lot de désillusions. Je ne supportais plus d'entendre que les consommateurs sont des cons et qu'il faut les traiter comme tels. Le mépris constant et le manque de cœur dans ce milieu me pesaient lourdement, aussi durement que l'aurait fait une enclume autour de mon cou. Progressivement, les jours devinrent des semaines. Je n'en pouvais plus. Parfois pour le déjeuner, je trouvais refuge dans une église proche de l'agence. Au pire, je m'enfermais dans les toilettes, seul endroit où je pouvais encore être seul, et parfois j'y déversais des larmes amères. Que d'horreurs autour de moi, que d'hypocrisie, que de violences jetées au public à coup de slogans et de corps dénudés. Réveillez-vous, avais-je envie de hurler, car vous êtes des morts-vivants et semez la mort autour de vous. Mon expérience mystique m'avait transmis beaucoup de lucidité et je commençais à percevoir le dessous des cartes, à faire frémir d'effroi et de dégoût.

Bientôt, les horizons lointains de la Connaissance acquièrent plus d'importance que la réalité immédiate. Je me sentais appelé. Il me fallait partir. Ma cohérence intérieure était à ce prix : celui du renoncement et du recommencement. J'éprouvais le vif besoin de me délester de tous les mensonges qui avaient dessiné ma vie jusqu'ici. A l'angoisse quotidienne de vivre dans un monde endoctriné et soumis, venait donc s'ajouter l'appréhension du départ. En 1993, je quittai une

carrière, s'annonçant pourtant prometteuse, mais qui ne me rendrait probablement jamais heureux.

Je tournais en rond au sein de la communauté bouddhiste et fini également par quitter ce cocon rassurant. J'avais cessé de croire en eux. Ils m'apparaissaient désormais comme de « gentils clones », très bons chrétiens, mais répondant à mes incertitudes et questionnements par des phrases toutes faites. C'était très déroutant et décevant de voir cela clairement, de constater cette triste uniformisation. Enfin, je me voyais partir à l'aventure, et ça, ça me plaisait vraiment. Dès lors, les messages de Iurikan affluèrent, abondant tous dans le sens de mon départ. Je les reconnus et acceptai de les suivre en dépit des réserves émises par mon mental.

*

Je commençai mon périple par mon pays natal. Bien qu'assez bref, ce séjour eut le mérite d'officialiser la rupture avec mon ancienne vie. Je passai ensuite plusieurs années à voyager à travers le monde, m'installant parfois provisoirement dans un lieu insolite, quand j'en ressentais le besoin.

Après six mois à Lisbonne, et un petit retour à Paris, je parti donc pour la Réunion qui je le pensais, serait la première étape de mon voyage autour du monde. En fin de compte, je devais y rester plus de trois ans. « L'île intense », vous souvenez-vous de la publicité ? Et bien, *pour une fois c'était vrai*, me disais-je. Cette aventure me permit de découvrir avec un ravissement enfantin les merveilleuses forces de la nature : je m'immergeai dans la beauté, la puissance, la grandeur, côtoyant les profondeurs océanes, flirtant avec les éruptions volcaniques, explorant sans fin les vallées inaccessibles par des sentiers oubliés. Je testai également mes limites en accueillant toutes sortes de rencontres, d'activités sportives et de voyages : Madagascar, l'Inde, l'île Maurice... Ce mode de vie permettait à l'imprévu de s'exprimer dans toute sa splendeur. Chaque jour m'apportait son lot d'étonnantes découvertes que je n'oublierai jamais. J'ai appris à connaître l'humain mais surtout, la nature. Par elle, j'ai vu émerger des tréfonds de mon être des talents inédits. Jusqu'alors comprimés et interdits d'expression, ils attendaient patiemment leur heure pour éclater au grand jour.

La Nature me parlait. Entre nous se tissait au fil des mois un lien intime et spécial ; un lien chamanique. Elle me faisait comprendre où me trouver et à quel moment, car je devinais son langage. J'avais le sentiment profond de pouvoir contacter les éléments à tout moment : Terre, Feu, Eau et Air. Je n'avais, pour cela, qu'à me laisser absorber par Elle ; accepter de faire corps avec Elle. Je me découvrais un sens de l'orientation inouï, moi qui en France sortais rarement de mes habitudes. Avec Elle, je repoussais constamment mes limites, y compris physiques, puisque la Réunion m'invitait à l'explorer durant de longues heures de marche. De même, ses rivages transparents m'apprenaient l'apnée, à travers l'inépuisable contemplation de sa faune et de sa flore aquatiques.

Ce ne fut que bien plus tard que je compris que j'avais emprunté une voie particulière, inspirée par le Divin, et que la Réunion en constituait la première étape initiatique.

Ce que j'ai accompli là-bas - adaptation à tout type de situation et de rencontres, déménagements fréquents, voyages dans des destinations inconnues - m'apparaît aujourd'hui comme une véritable prouesse. Cette transfiguration du jeune adulte castré fut permise par la

libération totale de mes facultés créatrices. L'immersion dans d'autres cultures que la mienne m'a permis de repousser les limites de ma compréhension du monde. Par exemple, la rencontre bouleversante de communautés d'hommes et de femmes, vivants nus au beau milieu d'un paysage désertique et sauvage du sud malgache, questionnait directement mon mode de vie occidental. Ce fut un sacré affront à ma suffisance mais une troublante révélation...

En me dégageant brutalement de mes paradigmes, je me mesurais avec d'autres réalités. Je découvrais ce que je valais vraiment. J'expérimentais enfin l'étrange sensation qu'est le fait de se voir de l'extérieur. J'en ai tiré une richesse qui me nourrit aujourd'hui encore. Tout cela était tellement nouveau, tellement merveilleux pour un petit parisien qui n'avait jamais quitté les sentiers balisés de sa ville. D'ailleurs, en dehors de Paris, je ne connaissais pas même la France métropolitaine, c'est vous dire. Cette période restera à jamais pour moi la plus surprenante jamais vécue en société. Je ne m'y attarderai d'ailleurs pas trop car il y aurait beaucoup à dire et cela nous emmènerait sur d'autres terrains.

Néanmoins, je sentis finalement arriver l'heure du retour et sus très clairement que je devais poursuivre mon apprentissage... à Paris !

Révélations

Je quittai à regret La Réunion, cette amante envoutante et sensuelle qui m'avait révélé à moi-même. Avec peine, je pris congé au petit matin de mes colocataires et amis pour embarquer vers Paris.

La petite voix qui se manifestait à moi, m'avait transmis le besoin de partir, un besoin que je ne m'expliquais pas, mais d'une clarté évidente. A l'époque, lorsque Iurikan avait besoin de se faire entendre, il s'exprimait dans un langage spécifique, fait de ressentis et d'émotions que je ne pouvais confondre avec les miens. Ce langage, c'est un peu comme une longueur d'onde différente, plus subtile et lumineuse. Emplie de bienveillance et d'intelligence, elle suscite l'espoir et l'enthousiasme et fait naître en soi la sérénité. Ce sont à ces sentiments que je reconnaissais la bonne décision.

Bien entendu je faisais confiance, et finalement, je ne me donnais même pas le choix du doute. Je n'avais jamais pu accepter ce monde humain, je m'en étais remis à la conscience divine, et ce matin-là, plus que jamais, je suivis mon engagement au pied de la lettre.

*

La belle case en bois, cernée d'immenses manguiers, située au centre de la ville de St Paul n'était plus qu'un souvenir lointain ; une image de carte postale jaunie par le temps. La vie parisienne, incroyablement brutale et complexe en comparaison, déferlait dans mes cellules en de grandes vagues électriques. De nouveau, j'étais l'otage d'émotions troubles, entre amertume et

fascination.

Au fond, je continuais inconsciemment à chercher les clefs qui m'apporteraient des réponses essentielles ; les raisons de ma venue au monde. J'avais hâte de le savoir clairement, mais en 2001, mon odyssée personnelle s'achevait sur un retour à l'urbanisme tentaculaire, délaissant lagons transparents et Flamboyants, senteurs moites et parfumées. Je repris contact avec mes vieux amis et mes vieilles habitudes. Je sortais et, librement, me mêlais au tumulte ambiant, me livrant tour à tour aux ténèbres et à la lumière, selon le ressenti du moment. En très nette progression vers l'insupportable, je sommais lentement mais sûrement vers ce que la psychanalyse appelle la dépression et que je nomme aujourd'hui « mutation ». Je m'enfonçais dans le glauque, côtoyais des personnes douteuses, dans des univers enfumés. Je fréquentais une jeune femme fragile qui ne pouvait me venir en aide. D'ailleurs, comment secourir l'autre quand on est soi-même brisée ? Au mieux, nous étions l'un pour l'autre deux béquilles attentionnées. Tous deux formions un couple rivé, à la dérive, figé dans un morne quotidien. Fort heureusement, les vapeurs de Marie-jeanne remixaient cette souffrance en soirées délirantes et fous-rires.

Je ne savais plus quoi faire avec tout ça. Je manquais d'air : Paris me prenait en tenaille dans son éternelle grisaille énergétique. J'appelai à l'aide et décidai d'en finir. Mais loin de moi l'idée de me suicider. J'optai pour le changement radical, j'optai pour la renaissance !

Comme toujours, Iurikan répondit présent à l'appel. Et ce fut à travers un rêve qu'il me mit clairement sur la piste des plantes sacrées. Je ne savais encore rien d'elles et certainement pas qu'elles pouvaient me transmettre la connaissance et la guérison. C'est en 2003 que je m'inscrivis à un week-end de découverte de l'Iboga dans la Drôme, non sans réticence, mais Iurikan continuait de m'encourager. Ce stage devait être animé par les responsables de l'association et par un tradipraticien camerounais.

Malgré ses doutes, mon mental me disait qu'il était temps de venir à bout de mes addictions. Mes expériences spirituelles, aussi riches soient-elles, n'avaient jamais pu influencer sur ma santé. Elles m'avaient fait toucher du doigt la connaissance et me préparaient à cette rencontre décisive avec les plantes chamaniques. Le matin du départ, je devinais que j'étais à nouveau guidé par le Divin sur une voie déterminante, et c'est avec enthousiasme que je pris la route en compagnie de trois inconnus.

À mes côtés se tenaient une jeune femme à l'apparence terne et grise, que je devinais minée par l'alcool et le désespoir, et un couple à la bonhomie attachante, habitués des technivals et rave-parties. Aucun de nous n'avait conscience de la formidable dimension dans laquelle nous étions sur le point de pénétrer, ce 4 juillet 2003. Manifestement, nous étions tous les quatre *addicts* à la cigarette, à l'alcool, aux joints et autres drogues de synthèse, empêtrés dans de névrotiques souffrances. Nous savions que nous allions au devant d'une expérience inédite. Avant tout, nous avions soif de changement. Il fallait coûte que coûte sortir de l'impasse dans laquelle nous nous trouvions. Armés de courage donc, nous traversions la France.

Nous arrivâmes vers 19h dans un immense chalet loué pour l'occasion, perdu dans la campagne. Il devait recevoir une quinzaine de personnes, venues rencontrer leur destinée, explorer les méandres de leur inconscient et surtout, guérir. Alcooliques, toxicomanes, schizophrènes, dépressifs et psychonautes avaient trouvé refuge ici. Nous formions un drôle de tableau. A observer les mines décrépies de certains et l'air interrogateur d'autres, je distinguais les explorateurs en quête de réponse des survivants de l'apocalypse existentielle. Moi, je cachais bien mon jeu : un teint radieux me permettait de dissimuler les affres de mon existence.

À tour de rôle, nous fûmes lavés avec des herbes trempées dans l'eau par le chamane. Quand vint mon tour, au coucher du soleil, je sus très clairement que cet événement bouleverserait ma vie à jamais. Je fondis en larmes. Désarmé, j'avais été mené là par le divin Iurikan et, à présent, j'étais son otage ; un bienheureux otage. Mon visage fut couvert de kaolin, symbole de renaissance, comme le veut la tradition africaine. Puis je regagnai le groupe qui attendait avec une calme anxiété la suite des événements. Le ciel était rougeoyant, l'air était doux et la nuit s'annonçait longue.

L'attente fut interminable. Une musique de fond tribale apaisait un peu les nerveux. Enfin vers 21 heures, nous finîmes par prendre place sur nos matelas dans cette pièce immense du chalet qui servirait de lieu de cérémonie pendant tout le week-end. Deux rangées de matelas se faisaient face et un groupe de quatre responsables présidaient à nos côtés. Le chamane camerounais passa devant chacun afin de nous distribuer la poudre d'Iboga toute fraîche. Ses prières étaient entrecoupées du fameux cri de ralliement des initiés Bwiti : Bokayé ! Pour seuls compagnons dans ce périple intense et irrationnel, nous devions nous contenter d'une petite bouteille d'eau et d'un grand sceau vide. Lorsque le chamane s'approcha de moi, je me montrai particulièrement gourmand puisque j'absorbai sept cuillères à soupe d'Iboga ! Le goût était affreusement amer, c'était épouvantable.

Le guérisseur reparti s'asseoir aux côtés des autres responsables de la session puis une attente angoissante commença. A quoi ressemblait cet Inconnu que nous allions rencontrer ? Quel visage prendrait-il ? Pour ma part, la réponse ne tarda pas à survenir. Quinze minutes suffirent pour qu'au fond de mon être, dans les tréfonds de mon ventre, se fasse sentir un mouvement puissant, tel un raz de marée silencieux prêt à exploser. C'était grand, fort et impressionnant. Je me tournai vers ma voisine et, l'air hébété, je lui lançai : « Oulala, je sens que ça vient !!! »

Au-delà du corps

Le jour se levait et tirait mes yeux endoloris par l'incroyable nuit que je venais de passer. De faibles rayons de soleil traversaient les persiennes, laissant entrevoir le mouvement léger des corps sur nos petits matelas. Tout droit sortis d'un rêve, j'entendis les rires clairs et enfantins d'une jeune-femme. Je décidai de m'aventurer à l'extérieur du chalet pour rencontrer cette voix irréelle. Mais alors que je tentai péniblement de me redresser, une silhouette féminine se dessina à travers la porte et je découvris une femme aux traits amusés, habillée d'une longue robe colorée, qui marchait sur la pointe des pieds telle une apparition angélique. Il me fallut un certain temps pour la reconnaître tant elle était radieuse. Soudain, je su qu'il s'agissait de la femme usée et brisée qui avait fait le voyage à mes côtés ! Elle semblait transfigurée ; je n'en croyais pas mes yeux.

Il m'était toujours impossible de quitter mon matelas car j'avais peu dormi en cette nuit extrême. Jamais je n'avais vécu pareille expérience, j'étais encore sous le coup de l'émotion. Cette nuit-là, une force invisible incroyablement puissante s'était emparée de mon corps. Inlassablement, elle avait traqué le « mal », partout sur son passage, féroce et résolue à le déloger de mes cellules et de mes entrailles. Rapidement, j'avais été pris de spasmes et d'impatiences et perdu tout contrôle pour finalement déglutir à n'en plus pouvoir. Les notions si entendues de temps et d'espace n'avaient plus aucun sens et délivré de leur emprise, j'avais été absorbé par un monde de lumières multicolores et de sons fantastiques.

Je vous épargnerai les détails de cette expérience mais je peux vous assurer que je n'ai jamais autant vomi. La plante guérisseuse éjectait de moi une multitude de substances toxiques accumulées au fil des ans. Il est cependant un aspect de cette guérison que je veux vous livrer entièrement car il a profondément modifié ma personnalité de fond.

Au milieu de la nuit, la chasse au parasite s'était intensifiée dans mon ventre. Mes tripes se tordaient et des cris d'épouvante se faisaient entendre du fond de mes abysses intestinaux. Un spasme musclé finit par en extirper une substance étrangère. Mais ce n'était pas fini : j'eus droit à une série de régurgitations et mes yeux ahuris furent les témoins d'un défilé cauchemardesque. A chaque expulsion, une forme vivante pareille à un esprit sortait de mon corps. Horrifié, je découvrais de manière traumatisante que des « personnes » logeaient à l'intérieur de moi depuis des années. Pas loin de quatre entités furent expulsées de mes tripes. Je pensais être sauvé quand une voix intérieure me fit savoir qu'il en restait encore une. J'étais las et épuisé mais les bruits de tuyauterie, que je commençais à reconnaître, relancèrent ma vigilance. Je me redressai brusquement et expulsai dans un mouvement de convulsion inhumaine l'esprit d'une petite fille morte peu après sa naissance ! Puis je m'affalai d'un bloc et m'endormi, totalement vidé.

Le lendemain, l'un de nous pris congé du groupe, ne souhaitant pas renouveler l'expérience. J'aurais de loin souhaité le suivre, estimant que j'avais eu ma dose. Mais le groupe d'initiés me fit comprendre que le pire était passé. J'allais, lors de cette seconde nuit, vivre des moments bien plus agréables, dépassant de loin mes espérances.

Ainsi parvenus au soir, le même rituel nous immergea à nouveau dans la dimension étrange et bienfaisante de la plante africaine. Cette fois, les participants étaient épuisés et moi-même, après avoir ingurgité une certaine quantité de poudre mélangée à du miel pour diminuer son amertume, je m'écroulai sur mon matelas.

De douces et agréables visions me parvinrent rapidement et une énergie d'amour réparatrice enveloppa peu à peu mon corps entier. Il me semblait que l'énergie mystérieuse de la vie m'offrait son plus beau message. Je pus constater très nettement que mes chakras s'étaient activés et qu'un rééquilibrage des forces s'opérait en moi. Quel magnifique cadeau. Je m'endormis paisiblement comme un enfant bercé par les bras de la mère créatrice des mondes.

Le matin en m'éveillant, tel un nouveau-né, on me donna à manger car je n'avais pas la force d'utiliser mes propres membres, et je dus réapprendre à marcher. Ce fut pour moi une nouvelle naissance.

Au-delà du mal

A la suite de cette expérience marquante, j'ai passé de nombreuses années à me « laver » intérieurement en compagnie de l'Iboga. Grâce à elle, je me suis relevé de bien des traumatismes qui m'avaient profondément affectés, sans même en avoir conscience. Elle m'a notamment permis d'exorciser la relation conflictuelle, si douloureuse, qui me liait à mon père. Exempt de ces nombreux parasitages, je suis aujourd'hui un homme nouveau qui a renoué avec l'unité primordiale. Cela m'apporte une grande cohérence intérieure et une clairvoyance vis-à-vis du monde extérieur. Désormais, je ne suis plus sa proie. Quoique je fasse, où que j'aille, cette énergie divine et

inspiratrice me suit. Elle me guide dans les moments les plus délicats comme dans les aspects les plus triviaux de la vie quotidienne.

Le plus formidable apport des plantes est cette connexion avec l'énergie divine présente en chacun de nous: la Kundalini. Si on sait l'entretenir et la développer, elle prend de plus en plus d'ampleur et devient un véritable allié dans la vie. Cette énergie autonome, dont nous reparlerons plus tard, se manifeste chaque fois que nécessaire. En matière de santé, je peux compter sur sa protection et bénéficier de ses précieux conseils qui m'ont amené à développer une hygiène de vie nettement plus saine. Mais son rôle ne se limite pas à la guérison, la Kundalini alarme, guide et transmet la Connaissance. Bien des fois j'ai été intensément pénétré par la science lumineuse du corps de guérison, pour ma plus grande joie. Bien des fois je l'ai vu cibler le mal et le rejeter, avant qu'il n'ait eu le temps de se développer dangereusement. Avec le temps, le travail d'épuration et de développement de mes facultés spirituelles s'est vu récompenser par un accès de plus en plus direct à Iurikan. Nous développons aujourd'hui une collaboration telle qu'il intervient régulièrement (à ma grande surprise !) dans la rédaction de ce livre.

Iurikan m'a transmis certaines facultés qui me permettent de « travailler » sur la réalité terrestre immédiate. Ces moyens me font bénéficier d'une vision extrahumaine tellement profonde qu'elle nourrit mon âme ainsi que ceux qui viennent à moi pour comprendre leurs souffrances. Aujourd'hui, je pratique les plantes maîtresses depuis de nombreuses années et j'ai acquis un savoir solide en la matière. C'est d'ailleurs sous l'égide des Esprits du monde divin que me fut attribuée, il y a quelques temps, la pratique d'une plante maîtresse particulière. Ces plantes sacrées restent mal comprises par le public, professionnel ou non, car il ne possède pas les clés indispensables à leur utilisation. Le conditionnement et l'arrogance du monde rationnel et matérialiste sont autant de barrières qui écartent l'accès à la guérison et à la lucidité.

En effet, le développement de la médiumnité allant de paire avec une lucidité accrue, ma vision du monde a radicalement changé. J'ai une approche de la vie beaucoup plus active car je ne défends plus des intérêts égoïstes, mais ceux de la Vie en général, de l'Energie Vitale avant tout. Elle seule est porteuse de sagesse et de lumière pour le bien de tous. Je ne suis qu'un médiateur au service d'une dimension incommensurable de magie, de beauté et de grandeur, mais cela me suffit amplement. C'est pour cette raison que ce livre a vu le jour. Il vous livrera, à travers mes expériences médiumniques et chamaniques, des réflexions simples mais essentielles sur les causes profondes de la dégradation de notre monde et les conséquences de la brutalité de notre système, ainsi que différents moyens pour parvenir à un meilleur niveau d'existence.

Mais alors que je m'apprête à clore ce premier chapitre, Iurikan souhaite vous transmettre ce message :

« La peur vous saisira, mais viendra un jour où vous n'aurez plus le choix. Les dispositions sont à prendre à temps. Sachez écouter, les vibrations vous guident, elles sont un trésor, elles sont une bienfaisance dans votre monde opaque et lourd. Chargez votre corps de ces palpitations. Faites raisonner l'existence universelle. Voyez enfin comme vous faites souffrir votre environnement, voyez comme vous tuez la vie dans votre corps. Voyez votre pays qui agonise derrière le spectacle que vous jouez chaque jour grâce à vos accessoires de « bonheur ». Peu de gens se lèveront et riposteront au mal qui sévit dans vos veines. Qu'importe. Regardez vos rues où l'on agonise, observez ces regards vides qui mendient de l'amour. Que vous faut-il de plus pour réagir ?! »

Merci Iurikan. - Communication du 7 août 2010

Deuxième partie

Colère : la face cachée de l'Eveil

Bien des mois s'étaient écoulés depuis l'iboga et une sensation étrange commençait à poindre en moi. J'avais réintégré le monde, la foule, la ville, cependant ; *je n'étais plus de ce monde*. Tout ce qui avait tour à tour fait de moi un *bon* directeur-artistique, un *bon* consommateur, un *bon* citoyen, un styliste remarqué, ou encore un « prof » s'était volatilisé. Mais alors qu'étais-je à présent ?

Un indiscutable fossé s'était creusé entre moi et les autres, fossé qui je le pressentais déjà ne se refermerait jamais plus. Il était effrayant de ne plus parvenir à me définir. Je repartais de zéro. Mais en mon fort intérieur, j'étais tellement bien, soulagé de mes souffrances - corps et esprit célébrant l'harmonie retrouvée - que le prix à payer m'importait peu. Et je donnais du sens à cette renaissance, je lui offrais ma reconnaissance.

J'observais le monde avec un regard neuf, comme si mes yeux se posaient sur lui pour la première fois. Et ma vue s'élargissait comme jamais. Ce qui autrefois me paraissait banal, à présent m'intriguait, me bousculait, faisant tressauter le sang de mes veines. Les détails de la vie quotidienne revêtaient de l'importance et chaque prise de conscience prenait un caractère médical, voire politique. Une nouvelle face de moi-même émergeait des tréfonds de ma conscience, longtemps ignorée. J'apprenais *la colère*. Je sentais bouillonner les messages qui me parvenaient de notre humanité affligée et affligeante. Et je me laissais investir par cette digne indignation, elle m'enseignait sur les hommes, sur leur monde, car désormais je n'étais plus tout à fait humain. L'esprit de la plante m'avait fécondé et arraché aux bras de l'inconscience virginale. L'être hybride par lequel je voyais désormais le monde était mi-homme, mi-animal, mi-végétal.

Ceux d'entre vous qui ont eu l'occasion de voyager ont peut-être un jour connu l'étrangeté de se retrouver seul blanc parmi les noirs. Et cela vous « faisait drôle ». Les passants parfois vous dévisageaient avec insistance, c'était inconfortable et déroutant. Et puis il y avait ces coutumes dont vous ne saisissiez pas bien le sens. Seul subsistait alors votre ressenti, heureux de pouvoir vous relier au monde, car vous « subissiez » une acculturation déstabilisante. Pourquoi ce parallèle ? Simplement pour retranscrire ce que j'ai vécu aux lendemains de l'Iboga ; l'impression de m'être fait « alien », sans retour possible. Fort d'une santé retrouvée et d'un équilibre mental au top ; l'âme pétillante et le sourire généreux, je fêtais chaque instant de la vie et cela me rendait « étranger » au schéma du monde humain. Cela faisait de moi quelqu'un « d'anormal ».

Qu'allais-je devenir désormais, seul habitant de ce monde parallèle qui palpite au-delà de nos villes, au-delà de nos préoccupations ? Rescapé de la « vie réelle », allais-je pouvoir me resituer... *me restituer* ? Pourrais-je un jour reprendre part à la grande comédie humaine et à quel prix ? Travailler. Ce mot me faisait presque rire. Les gens avaient-ils comme moi conscience de l'invraisemblance d'un tel *devoir* quotidien ? Une certitude prenait peu à peu forme dans mon esprit : je devais me donner du temps, laisser mes jeunes pousses, frêles et délicates, devenir racines. Il fallait me ménager.

Je pris donc le parti d'organiser mes engagements de façon à pouvoir vivre « cet exil » quelques mois – peut-être plus - parmi mes contemporains. C'était décidé, je m'accorderais le délai

nécessaire à ma reconstruction au sein de ce monde, le temps qu'il incombait pour faire fructifier mes nouvelles valeurs, développer ma propre démarche, originale, authentique, intègre.

Lors de cette « retraite », je développais rapidement un sens critique intense. J'avais des visions extra-lucides. Mon regard se posait avec intensité sur toute chose. Alors, l'objet de mon attention se découvrait à moi et me livrait ses messages ; inédits, dérangeants, aberrants, parfois ludiques, de toute façon originaux. Je passais progressivement dans un monde déferlant d'informations subtiles et omniprésentes qui, loin de me fatiguer, ravissaient et captivaient ma soif de vérité. Le bien et le mal n'étaient plus auréolés de ce pouvoir que je leur avais accordé jusqu'à présent. L'intérêt se portait ailleurs : le monde se déshabillait sous mon œil ébahi et je pénétrais son sens caché. La puissance de cet acte magique m'alimentait en force et en énergie et consolidait ma toute nouvelle « charpente » psychique.

Intensité. Tout mon être existait désormais dans cette nouvelle présence à la réalité, et cela était en soi une véritable révolution intérieure.

Quel magnifique cadeau que de prendre conscience que par-delà les apparences, nous sommes tous nus, sans exception. Nus devant la vie, nus devant la mort. Identiques. Ce soulagement venait combler mon besoin de partage. Nulle nécessité de se sentir en deçà de tel ou tel statut social, de telle ou telle interdiction superficielle. Tout n'était que conditionnement moral et donc inutile. Seuls comptaient désormais pour moi « le cœur et la lucidité », fidèles à ma présence sur Terre.

Le décor naturel et urbain se présentait à moi sous ses aspects essentiels et bruts ; fascinant, déroutant, lumineux ou ténébreux, vivant ou macabre. La ville m'apparut sous un jour nauséabond ; les visages que je croisais dévoilaient une férocité, à peine masquée par quelques galantes pirouettes. Beaucoup respiraient le vide existentiel. Leur âme à l'agonie semblait attendre des lendemains meilleurs, parfois la mort. Pourtant, chacune de ces silhouettes fantomatiques s'affairait. Mais après quoi couraient-elles ? Chaque pas en avant semblait les éloigner d'avantage d'elles-mêmes et du bonheur convoité. Je me revoyais en eux ; dans leurs traits défaits, leurs mines décrépies. C'était moi, avant l'Iboga. Ce paysage sinistre me choquait. Des siècles de « progrès » s'effondraient sous mes yeux pour ne laisser entrevoir que le paysage grotesque du défilé continu des travailleurs. Qu'ils arborent une allure supérieure ou les épaules voutées, tous appartenaient à la même immense fourmilière ; tous se sacrifiaient, avec plus ou moins de zèle selon les intérêts, au *Système*, ce grand manitou des temps modernes.

J'eus beaucoup de peine à accepter l'ampleur des dégâts et de plus en plus de difficultés à me faire comprendre des autres. Ces autres, je les regardais avec mon âme ; ils me répondaient avec l'égo. Mépris et indifférence, dureté et vacuité. Mes journées s'emplissaient de déceptions, d'échecs communicationnels et d'amertume. Je sombrais. Non, je ne pouvais plus enjoliver les choses. Le destin m'avait définitivement ôté cette possibilité. Mais à présent, le système et ses lieutenants-soldats m'ouvraient leurs coulisses, comme pour m'encourager à en faire l'esquisse. J'avais pas à pas dans leur obscurité. Peut-être étais-je revenu de mon enfer personnel pour transmettre cette lucidité cruelle mais aussi l'espoir ? Car quelque chose de lumineux commençait à percer la noirceur de mon amère colère. Comme un minuscule rayon de soleil qui surgit du crépuscule et grandit chaque instant jusqu'à transformer la matière opaque. A mesure que je dépeignais le monde « réel » des humains, je m'éloignais de lui pour accoster sur un continent sublime, ma nouvelle terre d'accueil : le corps divin de guérison. De lui, j'appris tout ce que je suis aujourd'hui. De lui, jaillirent les constats sinistres que j'aborderai tantôt, comme les découvertes les plus magnifiques et les plus jubilatoires. Excusez d'avance la liberté de ton, empreinte d'une colère bien légitime, qui est avant tout celle de l'urgence face à la désintégration de notre humanité. Mais comment réagir

autrement devant la souffrance inutile, la cupidité dévastatrice, l'acharnement contre le Beau et le Grand, l'inconsciente complaisance d'un système consumériste qui se comporte comme un rouleau compresseur aveugle et acharné ?

La plongée dans le glauque réveille des sensations déplaisantes, titille, indispose. On n'est jamais très à l'aise en présence de la colère d'un autre que soi. C'est certain mais... Et si cette colère était aussi la vôtre ? Celle d'une force animale de vie, longtemps refoulée, qui agite les tréfonds de votre être. En acceptant de vivre cette colère contenue, de « critiquer » le sein qui nous nourrit, nous permettons à la pulsion de vie de s'exprimer. C'est un passage, une clé. Quelque part au bout de ce long corridor, *la bête* attend la confrontation. Derrière elle la lumière brille déjà, depuis toujours en fait. Elle attend le nouveau Thésée qui saura arpenter ses dédales obscurs et affronter le minotaure des profondeurs de l'être.

L'empire matérialiste ou le règne de l'égo

Désormais solitaire, j'arpentais les rues de Paris et d'ailleurs, à la recherche des réponses aux questions invisibles qui couraient en moi. L'instinct me poussa des mois durant à parcourir des kilomètres de bitume pour apprendre. Partout où je passais, des myriades d'informations me parvenaient comme pour m'alerter de la gravité de la situation. Je ne pouvais faire un pas sans sentir une langue invisible et dense aspirer la substance vitale de chacun. La maladie de l'âme faisait son nid dans les endroits les plus improbables, se faufilait entre les rayonnages « bien être » des grandes surfaces, trouvait enfin un parfait terrain d'expansion dans les hauts lieux de « business », où les tours et vastes buildings en verre en mettaient plein la vue. Comme un virus, la « dépression » gangrénait chaque recoin de l'espace, attendant tapie dans l'ombre sa future proie. Je compris intuitivement qu'elle était grandement encouragée par les comportements dans l'entreprise. Le système actuel n'avait cure des « faibles » et la dépression se chargeait de faire le tri. Car tel était son rôle implicite : exercer une sélection naturelle des esprits les plus prompts à servir la machine économique.

Une après-midi où je passai en vélo devant le célèbre quartier d'affaire de la banlieue parisienne (La Défense), une douce intention me porta de la place du CNIT jusqu'au bord du petit lac artificiel, situé en contrebas dans la promenade qui mène à Neuilly. Une forte inspiration m'invita alors à m'asseoir pour méditer. Absorbé par le jeu des lumières multicolores suspendues au-dessus de l'eau par de longues tiges métalliques, il me fallut peu de temps pour atteindre une légère transe. Les bruits de la ville ne parvenaient plus à mon corps cotonneux et je plongeai peu à peu dans l'univers de ce lieu, témoin de l'ébullition ambiante. Je vis doucement s'échapper des bulbes lumineux une « fumée » d'informations subtiles qui s'acheminait dans ma direction. L'esprit du lieu allait s'exprimer. De lui, émanait une sagesse intemporelle et une véritable science de la société moderne. A présent que le fluide d'informations me parvenait, je reçus mon premier choc. Je vis à cet instant précis qu'une force de destruction pure était à l'œuvre dans la société humaine depuis des millénaires. Celle-ci pouvait prendre les formes qui l'arrangeaient selon l'endroit, le moment et les peuples concernés. Je vis alors que le système capitaliste ultralibéral n'était que l'une des nombreuses formes qu'elle avait empruntée au cours de l'Histoire. Cette dernière était mue par la volonté impériale de l'égo de régner. Elle avait sciemment imposé le modèle matérialiste à l'ensemble des sociétés humaines comme seul modèle viable. Elle avait tantôt ouvertement, tantôt par des chemins détournés, opprimé toute forme de rivalité. Mais comment pouvait-il en être

autrement ? Aujourd'hui, et grâce au règne matérialiste, l'aspect économique revêtait une telle importance dans l'existence de tout un chacun qu'il ne laissait guère de place à l'alternative ; l'expression de l'âme. À présent, au cœur même de notre société ultradéveloppée, le syndrome dépressif sévissait, témoignant de l'agonie humaine.

Avide et aveugle, l'esprit matérialiste s'était répandu à travers le monde par la violence et la corruption. Il était si facile pour cette force d'inspirer la haine et l'envie dans le cœur des Hommes. Dans une vision effroyable qui se présenta à moi, je vis des milliers d'hommes et de femmes miséreux s'affairer sur d'immenses tas de détritux, agitées par le grouillement des vers. Ils cherchaient de la nourriture. Je su qu'il s'agissait d'une image cynique, volontairement caricaturale, me présentant la déplorable condition humaine dans toute sa laideur. Au milieu de ce paysage nauséabond, je pouvais apercevoir quelques hommes richement vêtus et gras, la mine rougie et le sourire alcoolisé, s'assurant que les « esclaves » faisaient bien le travail. Cette violente métaphore me montrait que l'avitissement de l'être humain et son exploitation n'était pas le simple fait des pays du Tiers-monde, comme je l'avais longtemps cru, mais la condition inhérente à l'existence de milliards d'individus dont je faisais parti. Au milieu de cette vision cauchemardesque, j'eus la certitude que chaque individu devrait pouvoir vivre et exprimer son être véritable à tout moment de la vie. Comme un fleuve sacré, la Vie en l'Homme devait s'écouler sans nulle entrave. C'est de ce respect fondamental que naîtrait la Dignité. Tandis que je laissais fleurir en moi cette vérité, un souffle chaud monta du bas de mon ventre jusqu'à mon chakra du cœur et celui-ci se mit à vibrer intensément, générant un sentiment de paix intense. Libéré par cette découverte fondamentale, un profond respect envers la Vie jaillissait de mes entrailles et mon regard scintillait de reconnaissance. La profonde affliction qui avait jusqu'ici obscurci mes pensées commençait à se dissiper. Mais il n'était pas encore temps pour moi de me relever. L'esprit de Connaissance en avait décidé autrement. Pour vivre je devais accepter de Voir. Accepter le contact avec les forces instinctives de dégoût et leur permettre de déverser leur flot d'énergie libératrice. La transformation de ma personnalité en passerait par là.

Je me laissai à nouveau glisser dans la Vision. Je nageai bientôt dans les eaux troubles de la déchéance humaine. Je vis alors le déroulement de la dégradation planifiée de l'humanité. Je compris que la « colonisation », aujourd'hui perçue comme une période de grande incivilité limitée dans le temps, n'était que la partie immergée de l'iceberg. Présent aux quatre coins du globe à diverses époques, l'impérialisme avait envahi, massacré et délabré des continents entiers par dévotion envers l'esprit du pouvoir et de l'argent. Il découlait de ce culte inconscient une croyance absolue en la supériorité de la civilisation occidentale, *digne* descendante de l'Empire Romain. La conquête du pouvoir justifiait alors tous les moyens. Evinçant l'approche non matérielle du monde, ce système de valeurs niait les besoins primaires de l'être humain. Ainsi son lien vital avec les éléments de la nature et la qualité de vie associée avait été bafoué. Le système engendré par la négation de la dignité et de la liberté de chaque être humain allait générer un cycle sans fin de souffrance, maladie, misère, corruption, cupidité, avidité, haine ; **le chaos**. Désormais, le mensonge deviendrait le liquide amniotique de ce monde : il nourrirait l'Homme et c'est ce qui le rendrait si crédible. Un jour viendrait où il faudrait tout de même revenir au monde réel.

Il avait été un temps où la conscience humaine s'incarnait parfaitement dans le Présent car la destinée de tout être était étroitement liée à sa capacité de survie. Ainsi, chaque instant revêtait une importance capitale. Cette contingence ne laissait pas de place aux obsessions pour le passé ou le futur. Tandis que défilaient sous mes yeux la majesté des peuples premiers que je ne connaîtrai jamais, des effluves de colère diffusèrent dans mon corps leur acide parfum. Les êtres que je voyais

se dresser devant moi étaient grands et beaux. L'intelligence luisait dans leurs regards francs et pénétrants. Je le sentais, ils étaient les plus fiers représentants d'une humanité révolue. Ils avaient possédé l'ultime Connaissance, la science des sciences. Bien avant moi, ils avaient écouté la voix des esprits leur conter l'histoire du monde. Ils s'étaient laissés guider par le chant des étoiles, le bruissement du vent. Ils avaient déchiffré les mille et une voix de la nature et cultivé une sagesse qui permettait aux tribus de vivre en paix et de prospérer. Car ils chérissaient avant tout la grandeur d'âme et de cœur, la joie partagée, la croissance spirituelle des leurs, la sagesse des anciens et les esprits de la nature. Ils devaient pourtant basculer dans une horreur sans fin avant de tomber dans l'oubli. J'observais à présent le spectacle déchirant de leur chute. Ceux-là même dont je venais de célébrer la grandeur, étaient massacrés et domestiqués comme des bêtes sous mes yeux, coupables d'entraver le développement furieux des grandes puissances mondiales. J'assistais impuissant à ce spectacle et j'étais viscéralement empoigné de l'intérieur par une folle émotion de rage. Comme pour m'apaiser, la Vision me montra l'inconsciente jubilation de mes aïeux, leur joie de découvrir d'autres contrées, d'échanger, de participer au « développement ». C'était une dynamique incroyable. Des cœurs avaient battus pour la richesse de ces peuples, des yeux s'étaient émerveillés devant la nouveauté. Mais endoctrinés et séduits par le gain, nombreux étaient ceux qui avaient finalement emprunté les sentiers de la perte sans même en avoir conscience. Ils avaient *marchandisé* des cultures basées sur le respect de la terre, sur la célébration de la vie et de la nature. Ils avaient pris en pitié le dénuement des peuples animistes et confondu simplicité avec pauvreté. Un instant, je me demandai ce qu'étaient devenus les rescapés de cette razzia. Une image désolante se forma dans mon esprit. Maintenant que les terres de leurs ancêtres appartenaient aux multinationales, les survivants du « fléau blanc » étaient livrés à eux-mêmes. Coupés de leur sève, beaucoup perdaient pied et se laissaient contaminer par l'esprit de l'argent. Car leurs vies dépendaient désormais de cet impératif non négociable : leur capacité à s'adapter au système économique dominant. Et les nouvelles générations entraînaient les anciennes dans ce gouffre de désolations.

De ce lieu irréel où j'observais la force obscure se mouvoir à travers les âges et transformer les paysages en cendres, je commençais à observer la nature du « mal ». Exactement comme le ferait un parasite, l'obsession matérialiste s'était frayée un chemin à travers les époques et les continents pour répandre sa doctrine : production exponentielle de richesses, appropriation des biens et des terres, exploitation outrancière des ressources énergétiques. Vorace, elle avait instauré les conditions nécessaires à la satisfaction de son appétit insatiable et irrationnel. Elle avait inventé le principe de propriété et formé des millions d'adeptes pour assurer sa pérennité.

Un bruit soudain interrompit ma transe. Pour la première fois depuis une heure peut-être, je levai la tête et rencontrai l'imposant corbeau qui venait de se poser bruyamment devant moi, comme pour me provoquer. Ses petits yeux se plantèrent dans les miens et d'un regard intense et grave il me fit savoir que je me trouvais au bon endroit, au bon moment. Je vivais un instant rare qui devait s'imprimer dans ma mémoire et instiller à ma vie un souffle nouveau. Puis sans prendre congé, il s'envola d'un grand battement d'ailes et pendant quelques secondes mon être demeura suspendu au ciel, tendu vers son immensité. Le silence s'installa et je restai immobile, savourant cette trêve qui m'était accordée. Puis lentement, mon attention se porta sur une femme élégante qui s'avavançait à grand pas vers moi. Elle ne s'arrêta pas mais son énergie électrique me gifla au passage. Je fus de nouveau happé par la Vision. Oublié la magie de l'autochtone, j'étais maintenant introduit auprès d'un personnage que je connaissais bien ; l'Homme moderne. Matérialiste convaincu (avait-il d'autres options ?), il méprisait ce qui ne l'était pas. Condescendant et

contrôlant, il imposait au monde un système d'approche cartésien, fortement emprunt d'une morale opportuniste. Il croyait connaître quand il ne faisait que décrire, catégoriser, étiqueter. Pour son malheur, cet homme là ne savait plus rien aborder par le cœur. Il ignorait la magie de la vie, et tout naturellement ceux qui la révéraient. Les « crédules » qui avaient gardé le contact avec elle lui paraissaient primitifs et simplets, voire dangereux. S'il niait farouchement sa filiation avec l'esprit colon, son tempérament et son mode de vie en faisait bel et bien un pur produit. Les générations se succédaient, évoluaient en surface, échangeaient leurs valeurs contre d'autres - plus payantes - mais conservaient leur héritage transgénérationnel. Je ne voyais pas d'issue. Le mal était trop enraciné. D'autant qu'avec la montée de l'ultra libéralisme, l'empire matérialiste connaissait son heure de gloire. Des siècles de conversion consentie ou forcée avaient fait des populations européennes de parfaites défenseuses de la cause industrielle et autant de victimes. Défendre un autre modèle de vie ? Cela voulait dire se jeter soit même à la rue ! Mais qu'importe, les dés étaient jetés. Déjà cet empire trop présomptueux s'était condamné. Car s'il se proclamait supérieur par son rationalisme pragmatique, il poursuivait un objectif qui ne l'était pas. Sa volonté mégalomane de toute puissance le mènerait inéluctablement à sa propre destruction. Partout la fin justifiait les moyens. Pour maintenir un niveau de vie (in)décent, l'Homme moderne poursuivait la quête de l'éternelle croissance économique. Voilà comment le confort à l'occidental était devenu la norme et comment chacun se battait pour l'améliorer, quitte à en perdre la santé. A mesure que l'on perdait le sens de la vie, on battait des records de luxe. De toute évidence, l'épuisement inévitable des matières premières et leur répartition inéquitable (du fait de leur « vol » initial), allaient signer la fin du règne matérialiste et emporter avec lui des milliards d'êtres humains, inconscients de leur condition et de leur implication dans cet holocauste mondial. L'Homme préférait s'obstiner et précipiter sa chute. Il choisissait de mourir. Mais comme une senteur végétale, une pensée vaporeuse remonta à mon esprit et adoucit mon cœur : *la planète lui survivrait*. Bien qu'affaiblie par quelques millénaires d'occupation, une vie nouvelle jaillirait dès que le fléau humain aurait disparu de sa surface. Son règne serait si atrocement destructeur qu'il ne durerait qu'une étincelle dans l'histoire de la planète.

Je le voyais piégé. Le mauvais esprit régnait en maître à tous les niveaux de la société. Les multinationales s'acharnaient sur leurs employés, à la fois victimes et bourreaux puisque tous aspiraient à la réussite sociale. Il devenait de bon ton d'être agressif, méprisant, faux. Chaque instant, l'Homme moderne collaborait obstinément à l'élévation d'une société qui lui ressemblait et qui le servait. Pour satisfaire ses insensés besoins, des générations avaient sacrifié leur talent à la création d'une société de « biens » et de services prêts à consommer.

Cet individu avorté se glorifiait des prouesses technologiques supposées écarter la barbarie, quand les peuples se déchiraient sur d'autres continents et mourraient de misère. C'est une autre forme de guerre qui se jouait en ce moment même. Elle était vicieuse, frappait aveuglément. Dans la fureur de ce réveil brutal, l'économie moderne m'apparaissait sous un nouveau jour ; celui d'une version politiquement correcte d'extermination, permettant aux Hommes d'assouvir leurs instincts bestiaux de conquérants.

« Chez les Grecs, le mythe de Thésée dit bien que ce ne sont pas avec les ailes artificielles de nos techniques modernes que, nouvel Icare, nous atteindrons à cette ouverture, ni avec celles de Dédale, toutes gonflées de vétustes philosophies ou de naïves spiritualités. (...) Les ailes qui permettront à l'Homme de s'élever au-dessus du labyrinthe, de prendre de la distance pour voir se

débattre au fond de celui-là, sans issue à l'horizontale, une humanité appelée à prendre le chemin de la verticale, sont celles que symboliquement il fera pousser de l'élargissement de ses poumons, jusqu'à l'infini... »

La femme élégante revint. Elle semblait contrariée. Je m'aperçu bientôt non sans surprise que j'étais à l'origine de son agacement. Car à présent, toute sa personne transpirait d'hostilités qui fondaient sur moi. Je vis que ma sereine présence provoquait de la répulsion chez elle. Cela lui était insoutenable. Prise de nervosité elle s'empara de son téléphone mobile et entreprit inconsciemment de couper ma méditation. Sa voix métallique et grave parasitait le silence, ses mots me transperçaient, ses longues jambes sculptées s'impatientaient sur le bitume. Tout son être se gonflait de bruits crissants et assourdissants. Derrière une silhouette flatteuse gainée par un tailleur impeccable, cette redoutable amazone au sourire d'acier me présentait son véritable visage. J'observais avec effroi la mue de cette créature en une présence agressive qui me provoquait insidieusement. Soudain, ses yeux se détournèrent de l'appareil pour se poser sur moi avec dégoût. L'animosité quitta son regard tandis qu'elle détournait machinalement la tête avec dédain. Je venais de faire connaissance avec ce que la Vision me nommait « un lieutenant de l'ombre ». Fort incommodé, il m'avait fait comprendre que je n'étais pas le bienvenu ici.

Depuis l'épopée industrielle aux buildings prestigieux, les lieutenants du système se chargeaient de maintenir l'humanité sous cellophane. Présents à toutes les strates de la société, souvent dissimulés derrière des postes clés, ils avaient contribué au développement d'un système économique mondial avilissant ; la triomphante et très pimpante Globalisation. Froideur et suffisance caractérisaient ces décideurs de l'ombre. Chez de tels individus pas d'émotion : elle faisait fuir le pouvoir et l'argent. A la place, une panoplie de rictus mondains donnait le change. Mépris et indifférence marquaient le ton de leurs relations aux « inférieurs » car cette caste criminelle soumettait le monde à ses lois.

Tandis que l'Homme moderne se croyait libre et respecté dans sa dimension d'être humain, les lieutenants se délectaient de sa crédulité ! L'évolution matérielle de l'humanité était depuis longtemps placée sous étroite surveillance. L'objectif visé étant la pérennité de sa structure pyramidale, les « électrons libres » qui voulaient voler de leurs propres ailes ne lui étaient d'aucune utilité. Il avait besoin de se forger de fidèles et loyaux serviteurs. Ainsi, le système autoritaire de la monarchie n'était jamais réellement tombé. Il avait simplement bénéficié de l'essor de la communication pour se refaire une santé. Rien de tel qu'un petit « relooking » pour tromper les apparences et transformer un système inquisiteur en démocratie « very people ». A coup d'éducation, de morale, de propagande médiatique, il avait eu raison de populations entières. Les vrais décideurs devaient rester en nombre limité tandis qu'on laissait croire au plus grand nombre qu'il avait toutes ses chances de gagner honnêtement sa part du gâteau. Les puissants de ce monde avaient vite compris qu'ils pouvaient tirer parti de l'élargissement de la classe moyenne : plus il y avait de consommateurs avides, mieux ils se portaient. Partout le même amour suicidaire pour le travail. Au fond, la technologie narcissique et égocentrique chercherait bientôt à créer un humanoïde à l'image de l'Homme ; un futur esclave parfaitement docile.

Une balle roula jusqu'à mes pieds. Je levai les yeux mais ne trouvai personne. Il y avait au loin devant moi un petit groupe d'individus, aux complets sobres mais raffinés, qui semblait se déplacer selon une gestuelle très codifiée. Ce clan faisait manifestement autorité puisque les gens s'écartaient obséquieusement sur leur passage. Le pas chaloupé et le sourire commercial, il s'exhalait de leur personne une vulgarité latente. Une logique de distinction sociale était de toute évidence à l'œuvre chez ces homo-sapiens technologisés. Les talonnettes claquaient sur le parvis, les chevelures battaient au vent. Le tout formait une singulière chorégraphie visant à exhiber le plus grand nombre d'attributs claniques avec force dextérité. Equipés de la tête aux pieds, ces gangsters de la finance se plaisaient à dégainer maints bijoux technologiques sous le regard intimidé des passants. Mais l'ultime talent de ces indigènes civilisés consistait à déguiser l'ensemble de leurs pirouettes maniérées en un « charisme » naturel, ajoutant au tableau une pointe de flegmatisme.

Parmi eux, un homme se distinguait par une emprunte énergétique très différente. Lointain, il ne semblait pas partager le fol entrain de ses congénères. La vacuité avait pris possession de son être à la dérive. Je devinai l'errance, la perte de sens, les engagements étouffants. Tout jeune, il avait été encouragé à définir ses objectifs professionnels. Peu importe s'il ignorait qui il était, il avait eu à choisir très tôt le rôle qu'il endosserait adulte. Cette prise en charge dès le plus jeune âge avait eu quelque chose de rassurant. Il était si confortable de se laisser porter par l'illusion que chacun avait sa place dans la société. Car pour lui, comme pour tant d'autres, ne pas être définissable c'était n'être personne. Ainsi, très tôt, il avait accepté l'imposture en empruntant le costume d'un manager dans une entreprise cotée. S'en était suivie une vie qui ne lui appartenait pas et il se voyait aujourd'hui dépossédé de lui-même par son propre personnage. Cynique réalité que ces jeux de rôles qui l'emportaient finalement sur la personnalité réelle. Mais au fond, il n'était pas dupe. Il se savait à la solde des grands maîtres du milieu et n'en retirait aucune fierté. Le deal était simple : plus il remportait de marchés, plus il engrangeait d'argent. Fagoté comme un prince, il bénéficiait de certains privilèges et d'une vie confortable. Mais ces quelques tours de passe-passe ne suffisaient plus à tromper les sombres coulisses de sa vie. Et du fond de leur abîme, elles lui susurraient : « Ta vie est un échec ».

Et pourtant, il se souvenait avoir été longtemps « porté » par une énergie ardente de vie. Où étaient passés ces instants de grâce à présent ? Mal compris, cet élan dynamique s'était bien vite transformé en objectifs d'ordre matériel. La carrière était censée couronner son existence de succès, lui donner un sens. Il avait ainsi cru devoir légitimer et valoriser sa vie sans voir que celle-ci se suffisait à elle-même. La vie « Est » tout simplement, avec une richesse qui allait bien au-delà de tous ses mesquins objectifs. La compétitivité, la quête du « toujours plus, toujours mieux » était un détournement de ce sens profond. Bien souvent, il n'avait fait que projeter à l'extérieur ce qui devait d'abord être réalisé en lui. Alors, les événements, les acquisitions, les rencontres étaient devenues le reflet de cet état d'être inconscient. Et parfois certains lapsus et rêves évoquaient ce paradis perdu à jamais.

Comme pour confirmer cette déplorable version des faits, un double moribond jaillit de ses entrailles et s'avança vers moi bras tendu. Sa face blafarde exprimait angoisse et désespoir. Ainsi, sa véritable identité agonisait et j'étais seul à le voir. Elle m'implorait, me suppliait de raisonner son géolier, asphyxiant et dépérissant littéralement. En écho à ses râles, je devinais l'appel de milliers d'autres âmes, tentant de se faire entendre dans ce monde indifférent et incrédule.

Que faisait l'âme dans ce monde en décomposition ? Elle s'empêtrait chaque jour dans un magma noir. Courageuse, elle s'agitait pour redynamiser les troupes, réveiller les morts. Elle n'obtenait au mieux que le spectacle cynique des foules faisant le maximum pour se donner

l'impression de vivre et d'être les uniques maîtres de leur destinée. Sorties entre amis, restos, activités culturelles, relaxation, soirées à thèmes ; partout le même élan désespéré pour la vie. Envie de respirer, de partager, de vibrer d'une existence authentique. Mais il fallait tout de même caser ces petits instants magiques dans un agenda boulimique. Car l'Homme moderne était un Homme pressé qui planifiait ses moments d'évasion, stérilisant du même coup leur potentiel libérateur. Comment lâcher-prise entre deux rendez-vous ? La liberté véritable ne se laissait pas enfermer dans un planning contraignant, pas plus qu'elle ne s'achetait. Tirant un trait sur le passé, la mythologie moderne avait sacralisé la rapidité et le profit, l'esthétique et l'attitude normalisée. Les nouveaux héros de cette épopée étaient les victimes complaisantes des dogmes communément admis, encouragées par l'Etat paternaliste qui veillait à la bonne santé de ses entreprises.

Ainsi, il était une catégorie de gens que la vie morne et routinière n'affectait pas : les ambitieux, les carriéristes, les arrivistes voyaient dans leur malheur un moteur de réussite. Une enfance difficile, des parents autoritaires fournissaient le meilleur des carburants au conquérant des temps modernes. Cette classe d'individus se reconnaissait à l'agressivité et à la grossièreté de ses manœuvres ainsi qu'à ses aptitudes à la manipulation. Vorace et sans scrupules, elle se hissait peu à peu aux strates les plus influentes de la société pour en tirer les rennes. C'est elle qui instillait à notre monde actuel les valeurs si dépourvues d'humanisme et de profondeur, influençant grandement les comportements.

Le paysage urbain, agressif et prétentieux, se parait de tours phalliques pour glorifier la réalité fantasmagorique de ces individus destructeurs et suicidaires. La « working class » donnait ainsi à ses fantasmes mégalos des accents de vérité. Les nouveaux cultes liés à la réussite sociale, à la compétition, au confort et à la sécurité justifiaient toutes sortes de comportements abusifs, autoritaires et mensongers. Ainsi pour survivre dans une société d'apparences, séduction et travestissement devenaient la norme : anticernes, vitamines, produits dopants, cardio-training, lifting, botox venaient à la rescousse pour abuser l'autre ; ce Judas redouté. Car il menaçait le talon d'Achille de tout un chacun : la carrière, le grand rôle, la vengeance masquée surgie des abîmes pour réparer une enfance injuste.

L'Homme se berçait d'illusions. Sa vie avait été sacrifiée au système dès la naissance. Son mal-être même était systématiquement récupéré. Chaque année, une avalanche de produits compensatoires se déversait sur les populations-porte-monnaie. Tous types de produits, rejets de l'industrie, se chargeaient de catalyser les effets dévastateurs du crime originel porté contre l'humanité : son abêtissement. La société de consommation faisait primer la quantité et l'érigait en impératif absolu. L'objectif qualitatif même était perverti car il n'était que le reflet de la concurrence impitoyable que se livraient les groupes industriels : les nouveaux seigneurs. Dans ce contexte, le besoin de « faire une trêve », hautement revendiqué par les travailleurs surexposés à la fatigue et au stress, était une bénédiction pour les industriels dont les affaires fleurissaient autour du désir bien légitime d'exister. En outre, le marché très rentable de l'évasion permettait aux *soldats* à bout de souffle de rester dans la course. Ainsi reposés, ils ne remettraient pas en question les abus de leurs entreprises. L'émergence d'une crise profonde du matérialisme, expression du désir de mutation des sociétés fortement industrialisées, était sans cesse déjouée.

Hypnotisée par un écran plasma (placenta) noir, cette humanité assistée ne connaissait plus le chemin de l'âme et répondait à un tout autre appel. Chaque jour, elle se levait, non pour rendre hommage à la grandeur et à la beauté de la vie, mais pour se sacrifier au dieu euro. L'argent, omniprésent et omnipotent, constituait un filtre épais entre l'humain et la réalité. Etabli comme une valeur d'échange essentielle et vitale, il pervertissait la rencontre de l'homme avec l'homme. Il

déformait la vision directe avec l'événement. Il exerçait un dictat permanent, total et arbitraire sur toutes formes de vie. Elles lui appartenaient. Dans ce contexte, la virtualité du monde nouveau avait tout naturellement remplacé la connexion à la réalité, à l'autre et à soi. Ne pouvant plus habiter son Présent, l'humanité vivait dans un ailleurs artificiel, saturé d'ordres, de peurs, de désirs pulsionnels, de projections et de souvenirs. Dans ce *no man 'land*, chacun s'efforçait de « devenir », de s'inventer un bonheur, écartant du même coup toute expression spontanée et aspiration naturelle au vrai bonheur. L'égo s'emparait de cette obligation de « devenir » pour anéantir tout possible changement. Les années défilaient tandis que chacun s'enlisait dans une pseudo-existence, tragi-comédie prise trop au sérieux. Sans nulle issue, l'Homme moderne n'avait d'autre ambition que de fuir le néant, l'abattement, la solitude dévorante. *Vive la société de consommation qui le sauvait de lui-même !*

C'est ainsi que la société gonflait peu à peu ses rangs d'individus malsains, à l'hystérie contenue, dont le profil ressemblait redoutablement à celui du junkie : mythomane, manipulateur, cyclothymique, paranoïaque et agressif. L'homo-sapiens contemporain courait lui aussi après le « flash », orgasme ultime, faisant rapidement l'objet d'une obsession dangereuse et insoutenable. Pour vivre et revivre au rythme de ces plaisirs quotidiens tous les moyens étaient bons ; morale et scrupules étant bien vite écartés de son univers.

Dopées au plaisir, les populations urbaines constamment sollicitées par la propagande médiatique empruntaient depuis quelques temps déjà les mêmes sentiers que le junkie. A cran, elles redoutaient le manque, la « crise » annoncée par les médias. Le culte inconscient voué au plaisir ; travesti sous les belles apparences du « bonheur », opérait une lente mais sûre détérioration des personnalités originales. Le bon sens et l'objectivité ne se plaçaient même plus entre les consciences asservies au plaisir et les comportements dégradants commandés par l'addiction.

« Avant l'ère industrielle, la consommation avait un sens et portait sur d'autres biens. L'immense majorité de la population se contentait d'acquérir les biens nécessaires à sa survie, principalement la nourriture, produits périssables ne permettant pas d'accumulation du capital. L'industrie et sa production de masse ont permis d'étendre à la bourgeoisie puis, avec le fordisme, à l'ensemble de la population les biens réservés auparavant à l'aristocratie ou au clergé. Les gains de productivité et l'augmentation obligatoire du taux de profit, inhérent au système capitaliste, ont inversé la logique « naturelle » qui était de produire ce que les consommateurs demandaient ou souhaitaient. Désormais, ce sera au consommateur d'être au service de la production et non l'inverse : « Pour sauver l'économie, il faut acheter, acheter n'importe quoi ! » disait Eisenhower à la fin de seconde guerre mondiale. »

Victimes passives d'une autorité qui prônait l'imposture, la soumission et l'individualisme, la société était finalement devenue un amas d'affliction et de colère, prêt à implorer. La folie partout s'imposait comme la norme. Et celui qui tentait de s'en libérer était un dément. Non sans raison, les autorités patriarcales renvoyaient systématiquement une image de perdant à toute personne désireuse de s'extirper du système. L'existence d'un individu n'était plus guère valorisée que si elle se conformait à ce que le corps social attendait d'elle. Et peu importe s'il s'agissait d'un fonctionnement qui perpétuait le non sens et l'inégalité. Le citoyen lambda devait sans cesse légitimer son existence par son degré de productivité.

Comment cet être castré et brisé pourrait-il un jour se relever ? La soumission était gravée en

lettres de feu en lui et il avait l'arrogante puérilité de ne pas le voir. Pareille à un immense logiciel, elle infiltrait ses pensées, commandait ses actions. Les conditions de travail et l'esprit au sein de l'entreprise se détérioraient partout mais les salariés se montraient toujours plus coopératifs. On leur avait *gentiment* fait comprendre que « nul n'est irremplaçable ». Partout sur la planète, des mouvements contestataires s'étaient formés ; révolutions populaires et rassemblements divers avaient tenté de revaloriser les valeurs humaines. S'en étaient suivis d'illusoires victoires puisqu'elles étaient rapidement plombées par les enjeux politiques, balayées par des coups d'états, ensevelies encore sous les bombardements. Les états leaders prêtaient main forte aux terrains propices au développement de leur hégémonie. Ainsi des dizaines de peuples avaient été sacrifiés tandis que médias et cours d'histoire en donnaient une toute autre version. Toujours, la gangrène économique s'était arrangée pour poursuivre son œuvre. L'échec des systèmes alternatifs, commandité par les nations « civilisées », servaient aujourd'hui l'expansion de la « mondialisation ». Tant d'hommes et de femmes mourraient de part le monde pour sauver un idéal de vie digne. Cette tragédie était devenue un outil puissant de dissuasion. Ainsi, la passivité des citoyens occidentaux ne s'expliquait pas seulement par leur confort et nombreux privilèges. L'espoir leur avait été volé.

Celui qui malgré tout résistait finissait par partir : l'adolescent fugait, le salarié démissionnait ou semblait en dépression. Contraint de fuir son tortionnaire, il transportait avec lui la culpabilité et les stigmates de l'échec.

Une véritable chirurgie des consciences s'était lentement et ingénieusement opérée au cours de l'Histoire pour que l'Homme accepte le deuil de son existence avec le sourire. Ses capacités intellectuelles avaient été atrophiées au profit d'une pseudo intelligence agressive, qui visait à accroître pouvoir et productivité. Le résultat en était un appauvrissement énergétique global et une déshumanisation croissante.

« Tout ce que nous consommons, c'est autant de ressources en moins et autant de déchets, de nuisances et de travail appauvrissant en plus. Le consumérisme aboutit ainsi à la dévastation du monde, sa transformation en désert matériel et spirituel – en un milieu où il sera de plus en plus difficile de vivre humainement, et même de survivre. Dans ce désert prospère la misère humaine, à la fois physique et psychique, sociale et morale. Les imaginaires tendent à s'atrophier, les relations à se déshumaniser, les solidarités à se décomposer, les compétences personnelles à décliner, l'autonomie à disparaître, les esprits et les corps à se standardiser. »

Comme pour préparer l'individu à *la globalisation du suicide*, les religions monothéistes avaient répandu partout leurs doctrines mortifères. Des générations entières s'étaient converties au masochisme en apprenant à se faire violence car « le pain se gagne à la sueur du front ». Dans le fond, la rigidité des principes de vie greffés dans l'inconscient par deux millénaires de chrétienté, continuait de forger les reflexes. Et en dépit de la libération des mœurs, la morale d'antan diffusait sa sournoise autorité dans les actes et choix de la vie quotidienne. Le bonheur demeurait ainsi inaccessible – inacceptable - à celui qui ne s'était pas affranchi de son éducation et des liens familiaux néfastes. Ce formatage faisait de l'individu une proie facile, aisément manipulable et corrompible. Dés lors, une articulation se dessinait entre souffrance passée et souffrance à venir. Un individu bafoué et malheureux accepterait plus facilement une vie indigne.

Etouffé dans l'œuf, il se raccrochait désespérément à des recettes de réussite, non sans une certaine virtuosité. Dès lors, sa vie se résumerait à une simple carte de visite. Heureusement, la société s'occupait de tout, pensait à tout, pensait pour lui. Satisfait, il se laisserait aller ; tout était prévu pour qu'il n'ait jamais à se poser les vraies questions. C'est ainsi qu'ignorant son vaste potentiel, il se ferait vider chaque jour de sa substance vitale. Car la formidable énergie qu'il boudait en lui, d'autres s'en délecteraient.

Le système socio-économique mondial avait été créé *par* des individus en souffrance, *pour* des individus en souffrance. S'il maintenait féroce son contrôle, il faisait d'abord et avant tout office de refuge. Pour cette raison les êtres en crise y trouvaient consolation mais n'y guérissaient pas. Jamais en effet ce système ne délivrait de véritables réponses, faisant d'avantage office de pompe à oxygène. Je l'avais jusque là considéré exclusivement comme un système matérialiste alors qu'il tenait compte d'une réalité immatérielle : la souffrance humaine. L'exploitation du désespoir lui fournissait un combustible illimité. Il avait simplement su remplacer le concept de « paradis » et « d'élévation de l'âme » par ceux de « confort » et « réussite sociale ». Le système avait eu l'ingéniosité de convertir le « bonheur » en biens matériels et d'inventer le « pouvoir d'achat », capable de cristalliser tous les espoirs.

La faille d'un système quel qu'il soit ; politique, économique ou religieux, résidait justement dans sa nature même. En tant que « système », il imposait des dogmes, des règles, des méthodes et des autorités chargées de les faire respecter, qui s'opposaient à tout espoir individuel d'ouverture aux autres et au Soi véritable. Il fallait donc se plier au système et non l'inverse, ce qui le rendait par essence criminel. Partout, ce dernier s'efforçait d'enfermer les rapports humains au nom du « bien » ou du « juste » par d'oppressants dispositifs. Religions et code civil, lois et contrats... témoignaient du déni collectif de la vraie magie de la vie. En codifiant et normalisant les comportements, le « système » créait peu à peu une société autoritaire qui sacrifiait l'humain.

Depuis toujours, le besoin viscéral de « respectabilité » faisait de l'individu un sympathisant et collaborateur actif. Séduite par la doctrine capitaliste, la conscience de l'Homme moderne se laissait infiltrer par des paradigmes économiques de plus en plus violents. L'individu se satisfaisait finalement d'une vie d'errance, déambulant l'air absent dans un cimetière doré. Qu'importe puisqu'il avait des ordres, des directives, des missions à exécuter. Qu'avait-il perdu en chemin si ce n'était son cœur ? Le cœur qui bat.

Attirés par le neuf, le blanc, le propre et le haut standing, cette nouvelle classe préfabriquée faisait la joie d'entrepreneurs comme Bouygues, nouvel architecte de la banlieue chic et triste. Désormais, des blocs entiers résidentiels javellisaient l'atmosphère des rues. Rationnalisé par cette élite bien pensante, le paysage urbain voyait proliférer des ghettos pour nouveaux riches, aux relents de mort. Un monde clinique et carcéral devenait l'inquiétant modèle des générations actuelles. Dans ces « bunkers » modernes, priorités étaient faites au maintien de la tranquillité, de l'hygiène et du cadre de vie des résidents. Mais cette « paix » factice devait sans cesse être renégociée : s'ils arguaient la sécurité des habitants, il semblait en aller d'avantage du confort psychologique de tous. Inquiétés par le monde du dehors, ils s'étaient depuis longtemps retranchés dans une vision idéalisée et esthétisée de la réalité. Il fallait avant tout se préserver du « malheur » dévorant la société, sévissant dans les rues. Ainsi peu à peu, s'esquissait le tableau aberrant d'une classe hors de la réalité, distillant avec séduction dans la société ses fantasmes de « blanchiment », à travers de délirantes mesures « sécuritaires ». La séduction restait leur atout majeur pour manipuler les situations à leur avantage et s'attirer la bonne presse des voisins. Mais quelle sorte de paix pouvait bien s'obtenir par la négation de la vie et la répression ?

Dans l'état actuel de ses performances physiologiques et énergétiques l'Homme n'était tout simplement pas en mesure de s'ouvrir à une voie parallèle et inédite de transformation. Il n'était pas prêt à opérer de véritable révolution intérieure car il ne possédait pas les clés d'accès à cette voie qui restait entièrement à construire. Il ne savait ni écouter ni sortir des sentiers battus. Par-dessus tout, il manquait cruellement d'humilité et de patience. Il était d'ores et déjà condamné. Sans l'accès à sa dimension énergétique, il n'était que l'ombre de lui-même : réduit à une vie de fourmi, contraint de rechercher à l'extérieur les réponses et les sources de satisfaction qu'il aurait fallu trouver à l'intérieur.

Complètement désabusé par cette société moribonde, je me sentais de plus en plus appelé vers ma dimension intérieure. Je devais me rencontrer. Mais puisqu'aucun secours n'était à attendre ici, je devrais encore partir. Je le pressentais ; cette ascension vers ma vérité intérieure ne pourrait se faire qu'en un lieu reculé, loin de cette civilisation avilissante et procédurière qui plombait toute tentative d'envol de l'âme. Sous le regard bienveillant de mon ami Iurikan, je partirai à la fin du printemps pour un séjour improvisé, inspiré par la Providence. Je devais me retrouver quelques semaines plus tard plongé dans le paysage rude et magnifique qui caractérise les grands Causses des Gorges du Tarn.

Troisième partie

La Mémoire des origines

« Car nous voulons une connaissance qui unisse... la connaissance qui divise est un savoir toujours partiel, seulement bon à des fins pratiques. La connaissance qui unit est la vraie connaissance. »

Sri Aurobindo

Je n'avais aucune idée de l'endroit où je planterai ma tente pour la nuit. Guidé par mon inspiration, je traversai à pied de grandes étendues désertiques ; champs, forêts de pins, kilomètres de végétation aride... C'était de toute beauté. Cependant, mon regard inquiet se perdait à la recherche d'un village, d'un hameau, d'une source d'eau. Pendant près d'une heure et demie, je ne rencontrai pas âme qui vive en ces contrées étonnamment sauvages. En milieu d'après-midi, je fis une halte pour me restaurer et m'aventurai tout près du précipice où une vue plongeante sur les gorges s'offrait à moi. C'était grandiose. Je m'étais trouvé un large rocher plat bordé d'épicéas et j'observais les roches alentours, fièrement élancées vers le ciel, qui imposaient un silence religieux au site. Devant moi, je rencontrai un vide abyssal et plongeai mon regard en contrebas pour contempler l'eau bleu verte des gorges se frayer un chemin sinueux à travers les âges. Soudain, je remarquai d'étranges hôtes planant au-dessus de ma tête. Aspiré par la vue, je ne m'étais pas aperçu de la présence de ces grands rapaces au bec crochu. Visiblement j'intéressais beaucoup ces vautours. Ils étaient de plus en plus nombreux à tournoyer au-dessus de ma tête, et de plus en plus bas. Je les pris en photo tout en me demandant pourquoi je retenais autant l'attention de ces charognards. Je ne devais le comprendre que bien plus tard, au cours du séjour parsemé de nuits blanches que je m'apprêtais à passer.

Rassasié, je repris la route, essayant de me concentrer sur mon inspiration. Elle me commanda quelques minutes plus tard, alors que je me trouvais à l'embranchement de deux routes, de prendre à droite. Quelques kilomètres plus loin, j'atterris près d'une ferme isolée où je découvris une famille d'agriculteurs, établie sur le Causse Méjean depuis plusieurs générations. Elle y vivait « à la dure » car il fallait pouvoir supporter le climat venteux et froid, les hivers longs et rudes. Le paysage lui-même, bien que très beau, se paraît d'austérité. Elle possédait quelques chèvres et brebis et produisait essentiellement du fromage. Il fallait se lever tôt et s'activer auprès des bêtes, descendre écouler les produits frais sur les marchés de la région.

Ces gens avaient beau être rustres pour le parisien que j'étais ; ils me paraissaient bien sympathiques. Il se dégageait d'eux un bonheur simple, une présence bienveillante qui m'encourageait à leur demander l'hospitalité. Je leur expliquai que je cherchais un endroit où planter ma tente quelques jours. Le père de famille, un grand gaillard à la barbe fournie comme un buisson, me répondit sur un ton animé qu'il ne possédait qu'un champ où je pouvais m'installer mais que si je souhaitais m'établir sur un site plus pittoresque et vraiment beau, je pouvais continuer quelques kilomètres plus loin. Là-bas, je tomberais sur d'anciennes bâtisses de pierre en ruine où je

pourrai trouver refuge. Le site appartenait à un cousin et il se chargerait de le prévenir. Comme je le remerciai vivement, sa femme me proposa d'emporter avec moi une miche de pain et du chèvre. Je les payai puis leur fille aînée, une adolescente aux yeux bleus vêtue d'une longue jupe colorée et d'un gros gilet en laine, m'accompagna au bout de la route en me donnant les indications nécessaires au reste du parcours. Elle disparut bien vite au loin et je me retrouvai à nouveau seul, devant une étendue d'herbes dorées, vertes et parme. Je quittai la route goudronnée pour emprunter un petit chemin terreux et cabossé, parsemé de sable fin.

Je me laissai doucement balayer par le vent. Il me semblait que le paysage s'animait sous mes pas, comme pour me guider. C'était aussi réconfortant que singulier car jamais à Paris je ne m'étais senti aussi bien. J'étais là-bas un étranger parmi les étrangers. Mais ici, tout me paraissait familier. J'étais manifestement le bienvenu. De joyeuses vibrations attirèrent mon attention vers la droite, où je découvris au loin un site magnifique. L'espace d'un instant, tout s'intensifia autour de moi. J'étais parvenu à destination. Je devinais que je me trouvais précisément à l'endroit où je devais être. Tout en détaillant le paysage de ruines qui s'offrait à moi, je me mis en quête d'un lieu où m'établir. Je me promenai le cœur ravi par tant de charme à travers les blocs de pierre et les vieilles bâtisses, déformées par le temps. Le site se composait d'un bâtiment principal en L, fait de vieilles pierres, d'une grange aux belles proportions et de deux constructions plus petites. Certaines étaient partiellement effondrées, d'autres au contraire très bien conservées. J'entrai finalement dans une ancienne chapelle au plafond voûté. A en juger par le nombre de prénoms et de dates gravés aux murs, elle faisait aujourd'hui office de refuge aux randonneurs et camps de vacances. J'aperçu au fond une lourde porte en bois brut, retenue au mur par de massives charnières en fer forgé. Attiré, je décidai de l'examiner de plus près. Très vieille, il me semblait qu'elle allait se dérober sous mes mains si j'essayais de la repousser. Pourtant elle m'appelait. Elle n'avait pas peur de s'affaler en poussière. Moi oui. Qu'allais-je y trouver? Quel homme en ressortirait ? Une bise légère souffla à mon oreille son souhait intime de me voir franchir la porte. Et je me vis agripper la lourde poignée que je tirai avec force vers moi.

L'instant d'après je pénétrais dans une pièce toute simple et arrondie. Elle semblait avoir été conçue pour le recueillement. Maintenant je comprenais mieux pourquoi j'avais été attiré jusqu'ici. Le site était calme, majestueux, avec ses ruines plantées au beau milieu de la nature sauvage. Plongée dans une semi-pénombre, cette salle caverneuse possédait une force d'attraction mystique. Son aura invitait le visiteur en quête de soi à se rencontrer par la force du détachement. Une fenêtre exigüe, située en hauteur, permettait à la lumière du jour d'éclairer faiblement le pourtour. J'installai une lanterne, quelques bougies, de l'encens puis déployai ma tente, improvisai un coin cuisine, déballai quelques affaires et enfin m'emmitouflai dans un duvet épais. J'étais éreinté.

Quelques heures plus tard, je m'éveillai au milieu d'un rêve étrange. Ce n'était pas la première fois que je le faisais ces derniers temps. J'étais dans une salle de cinéma mais au lieu d'un film, je regardais défiler sur le grand écran des scènes clés de ma vie. Assis derrière moi se tenait un personnage dont je pouvais sentir, non sans malaise, la sinistre présence. Il se rapprochait doucement de mon oreille puis me susurrait : « Ton heure est venue ». Glacé d'effroi je me retournais d'un bond mais au lieu de trouver un visage inquiétant, je rencontrais celui d'un enfant rieur, très enthousiasmé par cette révélation. Des ballons multicolores pleuvaient sur mes épaules tandis que la salle de projection se changeait en salle des fêtes. Je me tournai alors à nouveau vers l'écran et découvris à ma grande surprise qu'il s'agissait de *mon propre baptême*. Tout le monde crépitait de joie en me félicitant du regard. Toute peur s'évanouissait et je m'éveillai.

Captivé je m'assis en position du lotus. Une énergie familière ne tarda pas à se manifester et

à m'envelopper doucement dans un épais nuage cotonneux. Je restai là de longues minutes à écouter ma respiration aller et venir à l'infini. Je descendais de plus en plus profond jusqu'à ce qu'un léger vrombissement se fasse sentir au centre de ma poitrine. Je reconnus sans peine la manifestation du chakra du cœur qui venait de s'activer. Sa roue vibrait et irradiait en tous sens des ondes de bien-être qui décontractaient tout mon buste. Je pouvais sentir chaque nerf se relâcher, et aussitôt l'air s'engouffrer dans ces espaces à nouveaux accueillants. En se décontractant chaque partie de mon anatomie laissait échapper des soupirs de contentement et de gratitude. Il émanait de ce centre énergétique majeur une sensation diffuse d'amour. Mon être entier s'en emplissait tout en travaillant sur les émotions stagnantes. Conscientisées, celles-ci révélaient au grand jour leurs origines, dévoilant au passage quelques honteux secrets. Je me surprénais à sourire au dénouement imprévu de certaines intrigues car, dans cet état, chaque situation était abordée de manière originale. Les solutions aux préoccupations les plus teigneuses faisaient jour dans mon esprit débarrassé de ses automatismes et des charges affectives obsolètes.

Le chakra du cœur était une porte de communication sur le monde divin et les entités lumineuses qui le peuplaient, cela je le savais déjà. C'est par cet accès privilégié que j'allais développer une communication fluide et instantanée avec mon guide Iurikan. A chaque entretien, la mise en activité du chakra du cœur se manifestait toujours physiquement ; c'était un souffle chaleureux vivant et vivifiant, une fontaine d'eau douce régénérante. Les viscères pouvaient en témoigner directement puisqu'elles étaient touchées et imprégnées par ce courant diffus d'énergie. Après les chakras « inférieurs », il était celui qui manifestait concrètement à l'Homme la dimension de l'amour divin, de la plénitude et de la lucidité sacrée. Tandis que les chakras supérieurs donnaient accès à des dimensions supra-humaines, le chakra du cœur demeurait sur le plan humain et permettait le travail sur les « intempéries » existentielles. Il était en quelque sorte une passerelle entre la vaste dimension éthérique et l'humanité blessée. Par cette « porte spirituelle », le corps divin pouvait opérer toutes sortes de guérisons. L'énergie qu'il diffusait abondamment drainait avec elle un ensemble de messages curatifs et bienfaisants qui venaient répondre avec précision à la nature des nœuds rencontrés. Il s'agissait véritablement d'une énergie intelligente, omnisciente et dynamique. Toute problématique était abordée non plus sous les aspects intellectuel et limitatif du mental mais de façon totalement neuve, claire et lucide. Les solutions aux dilemmes les plus profonds se révélaient dans tout leur éclat, balayant au passage les émotions et somatisations générées par les troubles. Ainsi, l'activation de ce chakra restaurait la paix, la confiance et la joie d'exister simplement. Avec lui, l'être, jusque là piégé dans la souffrance, s'abandonnait enfin aux bras puissamment guérisseurs du divin. L'amour qui envahissait l'être quand le chakra du cœur vibrait était expansif et communicatif. Une telle expérience avait la faculté de modifier la fréquence « d'humanité » selon laquelle l'Homme vibrait habituellement. Ainsi, il offrait à tout un chacun la possibilité de se grandir. Véritable enseignant, il était une voie sacrée donnant accès au monde de la connaissance, de la guérison et de la joie paisible. Il était une fenêtre sur le corps de guérison capable de plonger l'Homme dans un univers omniscient et omnipotent. L'être entrait en relation avec son humanité la plus digne, et surtout la plus vraie. Contempler sa véritable identité était un remède redoutablement efficace contre tous les complexes possibles et imaginables conçus par l'égo. Ce dernier recouvrait sa vraie place et l'être authentique regagnait le rang qui lui était dû. Par cet acte, l'individu se renforçait et redevenait ce qu'il était véritablement : un être grand et bienfaisant, aux capacités infinies. Il accédait au Suprême, à sa dimension cachée de demi-dieu.

La vie que je menai ces quelques semaines dans le dénuement et la solitude fut source de bien des contrariétés et perturba mon état de santé. Je passai le plus clair de mon temps à méditer et ne voyais personne, excepté de temps à autres la fermière endurcie qui venait me ravitailler. Une exaspération montait en moi, gonflant de jour en jour. La nuit, j'enrageais de trouver le sommeil et passais des heures à tourner sur moi-même dans un lit ridiculement petit. Le duvet se tordait dans tous les sens, je perdais mes couvertures, j'avais froid, l'atmosphère était humide et les moustiques me harcelaient. La journée, je subissais de soudains accès de panique. Mon cœur s'emballait tout à coup et j'étais pris d'une folle envie de fuir cet endroit désespérant. Je maudissais presque la force qui m'avait fait venir en ce lieu résolument inhospitalier. Pourquoi est-ce que je n'étais bien nulle part ?! Plus d'une fois je dû me ressaisir, m'asseyant un moment et pratiquant la relaxation par le souffle. Mais lorsque je pris froid, je songeai sérieusement à lever le camp. C'était décidé, je partirais le lendemain.

Cette nuit là, je m'assis une dernière fois pour méditer et inspirai profondément pour me calmer. Comme toujours, au bout d'un quart d'heure, une intense sensation de bien-être me submergea progressivement, s'amplifiant jusqu'à envelopper mon être tout entier. Inquiété par cette mystérieuse agitation qui avait eu raison de ma patience, je méditai un moment dessus, espérant comprendre. C'est alors qu'une force vive se dressa majestueusement devant moi, tel un cobra d'énergie. Ebahi, j'observais cette présence d'une puissance ahurissante ondoyer avec volupté. Ce n'était pas la première fois que je rencontrais ma Kundalini. Lors de mon expérience illuminative, elle s'était éveillée lentement d'abord puis elle avait brusquement fusé jusqu'au sommet de mon crâne, embrasant tout sur son passage. Parvenue aux « portes du Ciel », elle avait explosé en un sublime feu d'artifice. Et je m'étais fondu dans le Grand Tout. De même, lors de ma session d'Iboga, elle avait orchestré, des heures durant, le délogement ingrat de mes intestins de plusieurs esprits errants, des vrais parasites. Aujourd'hui encore, je la retrouvais dans toute sa splendeur. La Kundalini ne se refusait pas à celui qui cherchait avec sincérité, humilité et persévérance.

Elle me fixa un instant tout en me sondant profondément : « Que veux-tu ? ». Une voix limpide s'éleva du centre de mon être et lui répondit sans hésiter : « La Lucidité ». Aussitôt, elle fondit tête baissée sur moi et m'avalala. L'instant d'après, je me retrouvais comme « statufié » en une masse vibrante, pleine et homogène, d'énergie de connaissance et de paix absolue. J'étais « Un et indivisible ». De cet état absolu, une conscience nouvelle émergea. Car cette statue de sagesse me donnait à vivre l'essence même de la lucidité : l'accord parfait entre toutes les parties de mon être, unies en un bloc vivant harmonieux et cohérent, en une vision « une » et tranchante. Je vécu ce moment intense comme une épreuve d'initiation à la lucidité car elle établissait en moi l'unicité nécessaire et préalable à toute vision juste.

Après un laps de temps indéfini, j'arrivai au seuil d'une expérience cruciale. J'allais rencontrer la réalité de mon propre corps. Pendant plusieurs heures, nous partîmes en exploration en tous coins, traversant les couches musculaires, pénétrant les organes, observant les cellules, comme si mon œil eut été équipé d'un microscope ultra performant. Là où elle allait, j'étais. Dès que nous rencontrions une faille dans le système corporel ; un foyer d'infection bénin, une lésion interne, nous zoomions dessus. Le trouble était immédiatement traité par mon incroyable médecin-guide, qui envoyait un faisceau de lumière blanche puissante sur la zone malade. Lorsque nous arrivâmes dans la zone stomacale, le Caducée déploya un large spectre de lumière qu'il utilisa pour balayer méthodiquement l'intérieur de mon ventre. A son passage je pouvais sentir d'intenses vibrations. Subitement le faisceau rencontra un objet non identifié et stoppa net. Je découvris alors une étrange masse qui irradiait des ondes électrisantes très désagréables. Je sentis à nouveau la panique

m'envahir. Ces mêmes émotions m'avaient submergé à plusieurs reprises ces derniers jours. Agité, je ne tenais plus en place mais j'étais bloqué à l'intérieur de mon corps ; contraint de subir tous types d'inconforts. Pourtant je comprenais intuitivement que je devais accepter de pénétrer cette boule pour en venir à bout. Le Cobra insistait, envoyait des charges de plus en plus importantes d'énergie pour se frayer un accès parmi la masse. Il me faisait l'effet d'un marteau piqueur. Puis d'un coup nous fûmes à l'intérieur. Un noyau de lumière blanche se forma sous mes yeux et je la regardai investir l'espace, tant et si bien qu'elle finit par dissoudre la masse entière. Au contact de ses vibrations lumineuses, les particules d'énergie parasite éclataient puis s'évanouissaient. Une onde immense de soulagement parcouru tout mon corps. Je me sentais complètement relâché et la panique avait cédé. Répondant à une interrogation latente, la Kundalini m'envoya des informations sur l'origine de cette masse agitatrice, qui avait durement molesté mon mental. Au cœur de cette forme-parasite, j'avais eu la vision d'une nuée d'insectes microscopiques qui vrombissaient. Mes muscles, mes organes, l'ensemble des tissus en étaient imprégnés. Il s'agissait en fait d'une réaction d'extrême irritation aux conditions dans lesquelles je vivais depuis mon arrivée sur ce site. La solitude, l'austérité de mon habitacle, son humidité, le manque d'espace pour s'y mouvoir, l'agression quasi permanente des insectes, le minimalisme hygiénique, le manque de sommeil, la monotonie alimentaire, l'effondrement total de tous les repères et réflexes habituels, avaient constitué autant de facteurs irritants pour mon esprit et mon corps, habitués au confort citadin. J'avais ainsi cumulé sans le savoir une quantité invraisemblable de contrariétés qui s'était matérialisée dans mon estomac et mes tissus organiques.

Ce travail de libération touchait à sa fin et je sentis que l'attention de mon hôte se dirigeait déjà vers l'objectif suivant. Il pointa la zone pectorale et nous fonçâmes en plein dedans. Je sentis le froid et l'humidité m'envahir. Je retrouvais l'atmosphère moite de cette pièce sombre de la chapelle où je dormais. L'énergie serpentine entreprit de diffuser lentement une lumière chaude extrêmement agréable. Elle se propagea dans ma poitrine puis remonta en direction des sinus. A son passage je pouvais sentir une pression s'exercer crescendo ; l'énergie envahissait l'espace, refoulant et supprimant les éléments parasites. Libéré, mon corps redevenait ce temple sacré, source de joie et de bien-être. La sensation de froid humide avait totalement disparu. Je réalisais que je venais d'assister à la guérison d'une bronchite naissante.

Le Caducée était donc bien plus qu'un symbole. Enroulée autour d'un bâton, la Kundalini sacrée, emblème ultime de la guérison, avait finalement échoué sur la devanture des cabinets médicaux et pharmacies, comme un vulgaire logo publicitaire.

Mais comment ce reptile à la si mauvaise presse avait-il pu gagner ses galons auprès de *l'illustre* médecine conventionnelle ? J'appris qu'en des temps reculés, des Hommes avaient fait l'expérience de son existence réelle et de son pouvoir extraordinaire. On retrouvait l'usage de ce symbole dans la mythologie grecque où il faisait déjà figure de sauveur et de guérisseur. La médecine conventionnelle et matérialiste avait naturellement puisé son inspiration dans cette civilisation tant courtisée. De grandes figures mythologiques comme Athéna, Hermès, Esculape ou Hygié avaient tous eu pour attribut ce mystérieux animal. En tous temps et partout, il apparaissait comme le grand régénérateur, le dépositaire de la Connaissance qui accompagnait grand nombre de déesses de la nature. Harapollon en disait : « Lorsque l'on veut représenter l'univers, on trace un serpent qui se dévore la queue (l'Ouroboros) ». Les Babyloniens représentaient le chaos de la mer par Tiamat : un serpent. Ils croyaient que son union avec Apsu, l'abîme sans limite, avait engendré des êtres fantastiques, gardiens de l'arbre cosmique.

De même, chez les aborigènes australiens, on retrouvait la croyance en un serpent-créateur, source de toute réalité matérielle et immatérielle. Pour les Aztèques du Mexique et les Indiens Pueblos d'Amérique du Nord, le serpent intercédait en faveur des Hommes auprès des forces et esprits. En Chine, le dragon incarnait l'esprit tutélaire de la fécondation du cosmos et des fruits de la Terre. Il symbolisait l'interaction par laquelle le Yin et le Yang engendraient le Monde. Sa puissance en faisait tantôt un allié tantôt un redoutable adversaire. Il régnait au-delà de toute morale. Curieusement, seule la civilisation chrétienne ferait de lui un reptile sournois et perfide, ennemi du Bon et du Bien. Mais comme une fausse note dans le tableau, le corps médical continuait de l'utiliser comme symbole de guérison.

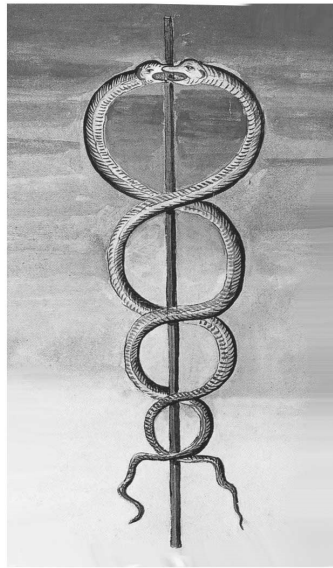
Si le Caducée s'était finalement figé dans le temps, il était en fait une réalité bien vivante. En sommeil au creux de nos reins, cette énergie puissamment curative et omnisciente attendait sa libération. Les Hindous croyaient que le serpent avait donné naissance à Vichnou, père de tous les dieux et que celui-ci avait fécondé l'œuf cosmique. Dans le tantrisme, il se nommait Kundalini et symbolisait la force sexuelle que chaque être devait transmuter en énergie psychique de libération et d'épanouissement (Nirvana). Lovée au niveau du premier chakra (chakra de base), cette énergie était invitée à se dérouler de chakra en chakra jusqu'à atteindre le septième, au sommet du crâne, provoquant l'Illumination complète. Le Cobra frontal des Pharaons Égyptiens, appelé Uraeus, symbolisait l'ascension volontaire et consciente de la Kundalini jusqu'au cerveau, transformant l'Homme en demi-dieu. Il acquérait alors les attributs divins : la lucidité et l'omniscience. En Occident, il y avait longtemps que la civilisation avait perdu les clés d'accès à cette dimension. Et pourtant, un corps énergétique incroyablement complexe et intelligent existait en chaque être humain, aussi vital que le cerveau et le cœur.

Dans ce contexte, je commençais à percevoir le péché originel comme l'interdiction de réveiller l'énergie divine en soi et de s'en servir pour goûter aux fruits de l'arbre de la Connaissance. Il était vrai que son utilisation éclairée exigeait certaines connaissances et aptitudes, que seuls des enseignements précis pouvaient fournir. A mon sens le véritable péché originel, c'était sa condamnation. Cette science ne pouvait plus rester à l'écart des esprits, elle ne devait plus être la propriété des seules élites: maîtres spirituels en tous genres, alchimistes, kabbalistes, et autres initiés. L'humanité toute entière devait recouvrer sa dignité, en redécouvrant *concrètement* l'existence de la Kundalini. Car le Caducée était la nature fondamentale de chaque être humain, le guide personnel dans les dédales de la guérison et de la connaissance, le pilier censé gouverner la destinée. Au lieu de cela, l'égo, grand usurpateur, avait depuis bien longtemps neutralisé sa grandeur.

Celui qui l'éveillerait sentirait au cœur même de ses entrailles jaillir une énergie bienfaisante lumineuse et raffinée. Elle deviendrait peu à peu son médecin personnel avec une générosité et une disponibilité infaillibles. Elle n'était pas à proprement parler un serpent mais s'y apparentait tant sa nature énergétique lui ressemblait : fluide, ondulante, tantôt douce et enveloppante, tantôt puissamment vivace. Pourvue d'une intelligence supérieure autonome, elle prenait en compte l'ensemble des corps ; la totalité de la vie, ainsi que l'histoire familiale singulière de chacun.

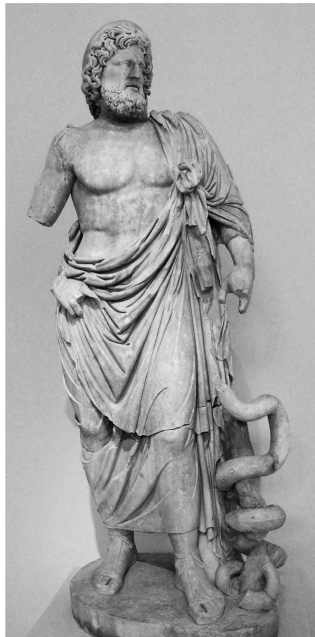
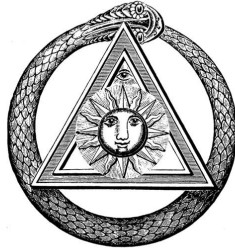
«A cause des restrictions rigoureuses imposées à son appareil sensoriel et des limites extrêmement étroites de son orbite mentale, l'homme moyen n'est jamais, dans sa vie, entré en contact avec un état de conscience nettement supérieur au sien, et il est absolument incapable de se former une idée, même vague de l'Energie consciente impérissable, incorporelle et de volume

infini, de l'Energie dont la mobilité et le pouvoir de pénétration sont également infinis, qui est capable d'agir simultanément dans des millions et des millions d'êtres vivants sur toute la terre, pour ne rien dire de la création inconcevablement vaste dans les autres parties de l'univers, et à l'invisible activité de laquelle l'homme doit sa propre existence. »



A. Le caducée dans l'art grec de l'époque classique

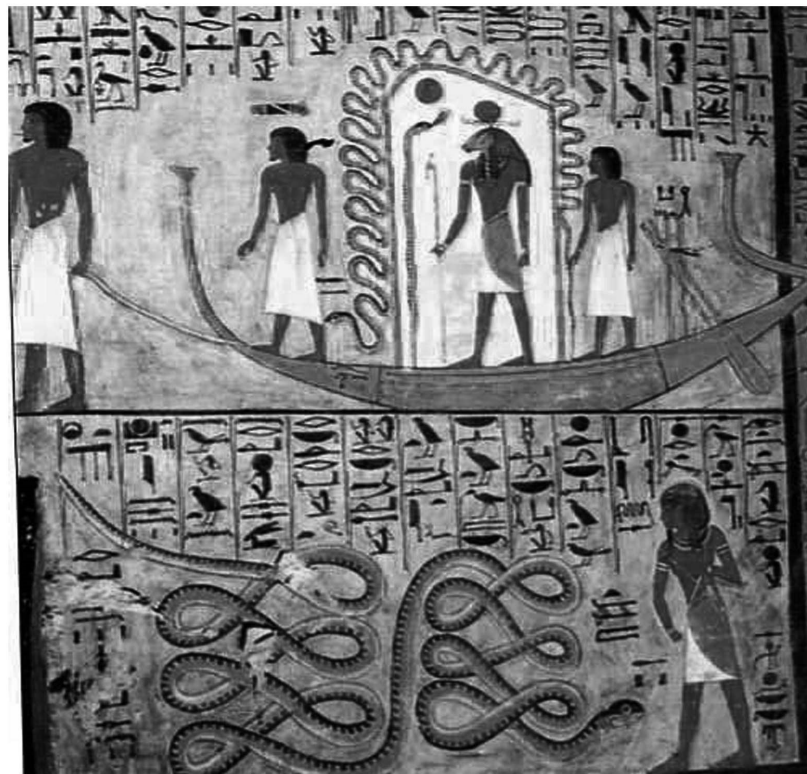
B. Hermès psychopompe (celui qui conduit les âmes) réalise, grâce aux serpents de son caducée, l'équilibre des tendances antagonistes autour de l'axe du monde ou de l'axe de la vie. Le double serpent devient symbole de médiation et de paix porté par le "messager des Dieux".



A.L'Ouroboros ,accompagné de sa devise: "Un est le Tout". Manuscrit grec du Xème siècle. On retrouve ce symbole ancien en Egypte (XVIème s. avant notre ère); embrassant la totalité du monde, il a naturellement été adopté comme symbole du cycle du temps et de l'éternité.

B.Interprétation de l'Ouroboros dans les arts franc-maçonniques

C.Asclépios et son serpent, symbole de la Connaissance ultime de tous les secrets: les vertus des plantes médicinales, les mystères de la mort, l'heure fatidique de la mort.



Dans l'Ancien Testament, on trouve déjà mention d'un bâton orné de serpents:

8-L'Etenel dit à Moïse: "fais-toi un serpent brûlant et place-le sur une perche;
quiconque aura été mordu et le regardera conservera la vie.

9-Moïse fit un serpent d'airain et le plaça sur une perche; et quiconque
avait été mordu et regardait le serpent d'airain, conservait la vie.

Nombres, 21, 5-9

Le serpent se renouvelle constamment par la mue, symbolisant à merveille
les innombrables cycles de mort et de renaissance qui caractérisent l'éternité.

EGYPTE: A.Neith, la déesse cobra

B.Apopis



ORIENT: A.L'illumination de Siddarta Gautama, dit le Bouddha (l'éveillé).
 Considéré comme le neuvième avatar de Vishnou dans le panthéon indou,
 il est protégé des démons par le Naga (sanskrit: serpent).
B.Cobra à têtes multiples portant Vishnou et son épouse Lakshmi
 sur les eaux primordiales.

À l'heure où de timides lueurs pointaient à l'horizon, je m'éveillai au beau milieu du champ surplombant la ferme. Immobile, je contemplais avec délice le spectacle de l'aube s'esquissant derrière la façade, faisant fleurir une lumière éclatante. Une à une, les pièces de la maison s'éclairaient, réchauffant le silence matinal. A travers les carreaux, je regardais avec une paisible gratitude s'agiter ceux qui, tous les jours, m'apportaient à déjeuner. Sans un mot, chacun vaquait à ses occupations, connaissant parfaitement son rôle. Le café noir fumait encore dans la cuisine rafraîchie par la nuit, tandis que la mère terminait sa tasse. Elle se leva précipitamment et une cuillère de confiture tomba au sol. J'observais avec amusement le labrador de la maisonnée aboyer gaiement à l'idée de se régaler. Déjà Lucie, la plus jeune fille, se dirigeait vers la remise, un sceau à la main, tandis que son père déchargeait d'une remorque de lourdes bottes de foin. A la promesse du repas matinal, j'entendais le ravissement des chèvres. Soudain, je me retrouvais dans la chapelle, flottant au-dessus de ma tente.

Alors que je m'élevais vers le plafond, je ressentis une paix profonde et la joie souveraine de rejoindre le Divin. Mais quelque chose me retint dans cette ascension. Mon attention se déporta subitement vers mon ventre. Je sentis alors comme une mécanique complexe effectuer une série de mouvements codifiés, déverrouillant ainsi un amas de saturations énergétiques. Aussitôt je me sentis allégé. Le plexus solaire libéré accueillait son plein potentiel. Je venais de vivre une intervention divine. Je ne savais pas encore à quoi l'attribuer mais elle justifiait manifestement l'étonnante virée hors de mon corps. Si mon envolée avait été interrompue, je reconnaissais en moi-même le sentiment de béatitude de celui qui vient d'être consacré par le Ciel. Désormais, je retournerais à mon humanité paré de ce vêtement sacré. Cette identité nouvelle s'exprimerait à travers ma vocation ; celle de chamane guérisseur, médium du Divin.

Je redescendis doucement et lorsque mes pieds se posèrent à terre, une vision végétale se forma devant moi. Entourée d'un halo vert diffus, sorte d'évaporation lumineuse, une plante se présenta. Voluptueuse et inspiratrice, elle m'attirait à elle, me contait d'une voix suave et envoûtante ses vertus guérisseuses. J'étais formellement invité à la prendre. Comblé, je somnais dans un sommeil bienheureux.



Une sensation humide me tira de mon sommeil. La langue épaisse et baveuse du chien des fermiers me léchait le visage avec entrain. Alors que j'essayai péniblement de me mettre debout, il s'élançait déjà vers la sortie. La queue frétilante, il me faisait signe de le suivre. Pas le temps d'avalier quoi que ce soit, il fallait se mettre en route. Le temps d'enfiler un pantalon et de grosses chaussures de marche, et je dû activer le pas pour le rattraper. Pendant le trajet, il allait à vive allure, s'arrêtait souvent pour me « récupérer », soucieux de me mener à bon port. Trottant gaiement jusqu'à moi, il me tournait autour puis, repassant devant, me jetait un dernier coup d'œil avant de repartir. Au terme d'une ballade sportive d'une petite heure, nous débouchâmes sur une clairière ensoleillée, entrecoupée de vieux arbres massifs qui m'inspiraient le plus grand respect. Ils avaient la silhouette majestueuse et impassible des sages. Je m'avançai vers eux d'un pas révérencieux et ne tardai pas à découvrir non loin de leurs racines des bouquets entiers de la plante qui m'était apparue en vision ! J'étais abasourdi. Ainsi, je n'avais pas rêvé. Ma décorporation nocturne, la rencontre de

cette plante mystérieuse... La magie en ce monde existait bel et bien et c'était une véritable révolution intérieure que d'en avoir la preuve en direct ! J'avais par le passé essuyé bien des remarques insultantes, et on m'attribuait souvent la personnalité d'un idéaliste illuminé, tentant misérablement d'embellir la réalité de ses délires fantasques. Aussi, devant la vision vraie de ces plantes étalées à mes pieds, j'éprouvai à cette heure un immense sentiment de satisfaction.

Je m'agenouillai pour ramasser ce don précieux de la nature. Je restai là, à les contempler sous toutes les coutures. J'avais en mémoire l'expérience inoubliable vécue avec l'Iboga. Sans doute celle-ci présentait des similitudes et j'avais hâte d'en éprouver les effets. D'ailleurs, j'étais à jeun et mon corps éthérique vibrerait de sensations rassurantes, m'encourageant à saisir ce moment idéal pour prendre la plante. Comme s'il me comprenait parfaitement, mon guide se remit en route et me ramena aux ruines. Le soleil pointait haut à présent. Il devait être midi. Parvenu à l'entrée de ma petite chambre, il s'arrêta net et s'assit en position de chien de sphinx, bien résolu à ne laisser entrer personne. Il avait une incroyable présence, quasi humaine, que je ne lui avais jamais vue auparavant. Je m'installai rapidement sous ma tente, enveloppé de couvertures, et étalai les plantes devant moi. Mon attention se porta tout de suite sur les baies. L'instant d'après, je les portai à ma bouche et esquissai une grimace en découvrant à mon insu leur goût amer et âcre.

Une demi-heure s'écoula sans qu'il ne se passe apparemment rien. Puis elle se montra. La majestueuse Kundalini se déploya avec vigueur, m'emportant dans un tourbillon de vagues puissantes. Je plongeai dans une transe profonde et restai un long moment dans cet état avancé de méditation. J'étais bien, rien ne laissait présager le moment terriblement éprouvant que j'allais vivre, quand une sensation nauséuse s'immisça sournoisement en moi. Elle me tenait par les viscères et les choses autour de moi se mirent à tanguer. Je grimaçai en pensant en moi-même qu'il s'agissait bien là de la marque des enthéogènes. Un sentiment de détresse me happait lentement et inexorablement vers le centre de mon être. J'étais aspiré par mes entrailles, pris au piège dans le siphon de mes abysses. Soudainement je fus projeté en arrière, dans le Portugal de mon enfance.

J'étais petit, trois ans à peine, pris de panique à la vue d'une étrangère qui s'avancait bras tendus vers moi. Affolé, je versais de chaudes larmes en me cramponnant désespérément au châle de celle que j'avais fait ma mère. Je résistais avec force mais les deux mains me saisirent finalement par la taille et me décollèrent. C'était un arrachement de ne plus sentir la chaleur du corps de ma grand-mère et ses bras rassurants. Je pleurais abondamment. Ma ravisseuse était bouleversée car son fils ne la reconnaissait plus. Maintenant que j'étais livré à mes géniteurs, j'allais devoir renoncer à la simplicité et la générosité d'âme qui avaient réchauffées mes trois premières années. Trois années passées dans une maisonnée non chauffée, en plein climat montagnoux. En France, j'allais apprendre la dureté avec mon père et l'aridité d'une vie menée sans cœur, uniquement motivée par le gain et l'économie. Il serait avare, sec et brutal. Elle, heureusement, m'aimerait follement et déborderait de tendresse pour moi.

Revenu à moi, je me vidais de larmes dans un violent soubresaut. J'avais tellement erré à la recherche de ce paradis perdu. Écorché vif, j'avais traîné cette plaie lancinante partout. Elle avait été cette compagne insupportable qui s'accroche comme un tic, qui aspire inlassablement la sève de l'être. Chaque instant vécu était d'avance gâté et voilà pourquoi tout avait toujours eu le même goût insipide ; la même odeur de dégoût. Elle avait pris ma vie. Je n'étais donc pas un malade imaginaire, dépressif chronique par pur esprit négativiste, comme on aimait à le penser. J'avais simplement subi un traumatisme à l'âge tendre et je l'avais oublié. Cette purge par les larmes me ressuscitait. Les images, les émotions défilaient tandis que j'accouchai péniblement d'un nouveau moi. Libéré, je laisserais définitivement derrière moi des années de mélancolie inexplicée.

Désormais, la vie aurait le goût de la vie.

Je repensai subitement aux vautours ; c'était là la raison de leur tournoiement au-dessus de ma tête ! Le premier jour sur le Causse, ils avaient senti planer la mort au-dessus de moi. Car en effet, celui que j'étais en arrivant désormais n'existait plus. Ma vie passée, que je récapitulais avec un détachement plaisant, revêtait du sens. Je devais bien admettre aujourd'hui que chaque élément vécu m'avait mené à l'endroit exact où je devais aller, c'est-à-dire aux portes du continent secret de la guérison. Je me laissais porter par cet état de grâce car je voulais le savourer absolument. Depuis quelques mois déjà, je naviguais en terre inconnue, découvrant avec fascination les réalités cachées de ce monde et celles de mon être intime. A présent, il m'était donné de voyager au sein de ces univers parallèles et inter croisés que sont les différentes dimensions humaines ; d'en comprendre la nature et le fonctionnement. Je pouvais agir sur elles, éliminer et comprendre toutes sortes d'éléments pathogènes qu'ils soient physiologiques, énergétiques, psychologiques... La Science de la guérison m'était révélée dans toute sa splendeur par la Kundalini, médecin intérieur du corps et de l'esprit.

Un long moment s'écoula dans le calme pendant lequel je digérais la folle expérience que je venais de vivre. Mon corps fourmillait tout entier d'énergie. Je n'étais plus une seule masse vibratoire mais une infinité de particules vibrant à l'unisson. J'étais chacun de ces atomes et le tout en même temps. Totalement investi par la vie grouillante du corps de distribution énergétique, je sentais son faisceau bienfaisant aller et venir en tous sens, n'épargnant aucun canal. L'ensemble de la tuyauterie était nettoyée, restaurée et activée à son maximum. Pour la première fois j'en voyais la structure.

Comme je la regardai en transparence, elle me délivra les secrets de sa savante mécanique. L'« énergie », dont toute matière était constituée, était une substance subtile, invisible à l'œil, mais vitale. Sans elle rien ne pouvait exister. Elle sous tendait la Création toute entière. Ainsi, des filets d'énergie plus ou moins importants reliés entre eux parcouraient sans relâche le corps, alimentant et soutenant l'ensemble des activités physiologiques. Les conditions d'un bon état de santé général m'apparaissaient sous cet éclairage inextricablement liées à la qualité et à la quantité d'énergie distribuée, ainsi qu'à sa répartition harmonieuse. L'appareil de distribution énergétique était donc primordial. Sans lui ni le sang ni les liquides organiques ne pouvaient s'acheminer correctement à destination, pesant lourdement sur la vitalité et l'état de santé global. Il rendait la vie possible et participait grandement à sa longévité. Le long des méridiens, je trouvai des points où l'énergie était plus dense : c'étaient les points d'acupuncture. Certains d'entre eux étaient comme des lacs qui reçoivent les eaux de différents fleuves, ou ruisseaux.

Au cœur de ce fourmillement de réseaux lumineux d'énergie, je découvris bientôt de véritables œuvres d'art tridimensionnelles : les chakras. Ils se répartissaient de bas en haut sur la ligne médiane du corps et étaient reliés au réseau complexe des Nadis. Au nombre de sept centres principaux, les chakras ressemblaient à des roues étincelantes de lumière, car extrêmement concentrées en énergie, qui tournaient à l'unisson au rythme de l'univers. Lorsque l'individu était en bonne santé, ils dispensaient correctement l'énergie dans tout le corps et régulaient les émotions. Mais ces centres vitaux étaient rarement opérationnels, et les réseaux d'énergie infestés de nœuds. J'en avais fait l'expérience la nuit où le chakra de mon ventre avait été débloqué. Le plus souvent, et surtout dans nos sociétés occidentales où ils étaient royalement ignorés, les chakras étaient partiellement voir totalement bloqués. Mis à mal par le manque d'entretien, le corps énergétique était fortement endommagé. La plupart des méridiens et chakras s'atrophiaient et s'obstruaient de

« détrit » et parasites en tous genres. Néanmoins des bribes d'énergie plus ou moins saines continuaient de maintenir tant bien que mal une activité vitale minimale dans l'organisme. Mais à terme, le corps perdait de sa vitalité et commençait à se décomposer ; il s'affaissait, se déformait, déclenchait des maladies.

Le problème était si grave et si ancien que notre civilisation avait été jusqu'à écarter l'existence même de la Kundalini ; l'essence et la grandeur de toute existence. Nombre de personnes s'accablaient car « Si Dieu existait, pourquoi ne se manifestait-il pas ? », sans imaginer un instant posséder en elles l'outil de connexion à cette dimension. La voie royale d'accès à soi et au monde divin fournie par le corps de distribution énergétique, empruntée et révéée par les antiques civilisations, était désormais totalement impraticable. Certaines techniques orientales (acupuncture, Âyurveda, yoga) avaient permis des avancées dans la redécouverte et l'utilisation de ce corps, mais il appartenait à chacun d'entreprendre un travail authentique d'apprentissage de soi pour que le véhicule de distribution énergétique retrouve sa place légitime.

Les allers et venues en tous sens des fluides s'interrompirent bientôt complètement. Une onde puissante de silence se diffusa dans tout mon corps. A présent que le travail de réharmonisation avait été parfaitement accompli, l'aspect divin de mon être faisait une entrée magistrale. Je le sentais enfler en moi, déversant son immensité bien au-delà de mes limites corporelles. Rejoignant l'infini dans une quiétude absolue, je recouvrais ma dimension de parent de l'univers. Tout crépitait à l'intérieur de moi, tout était pure énergie de fusion ; la Vie elle-même. Tel un sphinx, je ne bougeai plus. Conscient de toute chose, je restai imperturbable aux mouvements furtifs du chien dont la silhouette s'agitait parfois devant la porte. La présence en moi était parfaitement immobile et détachée. Rien ne pouvait l'atteindre. Je devinai bientôt qu'il s'agissait de la partie supérieure de mon être, j'étais dans le corps Divin. Je réalisai tout juste ce qui m'arrivait quand il sembla se délier en moi. J'allais recevoir sa vérité ; il allait m'initier à ses réalités profondes.

Au cours de l'histoire du monde, il avait eu bien des noms. Corps spirituel, corps de félicité, corps divin ou encore de lumière, il était également ce fameux corps de guérison ; celui-là même qui avait opéré tant de miracles. C'est à travers lui que l'humanité toute entière portait l'empreinte du Grand Corps Universel Divin. Il semblait fait d'une matière d'or et de soie ; l'énergie la plus pure et la plus belle qui soit.

En tant que prolongement direct de l'Intelligence Universelle, ce corps était imprégné d'un sentiment d'infini. Point de départ et point d'arrivée de toute chose, source de connaissance et de toutes énergies, il était omniscient, omnipotent, omniforme et éternel. C'est pourquoi il possédait la faculté de guérir. Ce qui le caractérisait encore et par-dessus tout, c'était la vibration intense d'amour qui émanait de lui. Il « était » l'Amour ; ce Sentiment sublime sans conditions qui liait tous les êtres de la Création. Mais le mental s'interposait entre l'âme et la conscience et cette fraternité des origines sombrait dans l'oubli. Seulement voilà, l'enseignement du corps spirituel n'était pas plus au programme de l'école laïque que du catéchisme. Résultat : nul ne savait (ou seulement en théorie) ce qu'était le corps spirituel ni comment il fonctionnait.

Pourtant, revenir à cette Science était le moyen le plus sûr et le plus rapide pour chacun de regagner son état originel : un état de plein épanouissement intérieur, épanouissement qui mène au partage réel. Seulement l'acte d'entrer en connexion avec le corps Divin et de le laisser grandir en soi passait impérativement par une prise de conscience profonde : un déclic intime. Cela avait été

mon cas. Après un processus de maturation propre à chacun, intervenait un choix déterminant. Au fond de soi, l'individu émettait le souhait de laisser ce corps prendre le pas sur les stratégies limitées du mental. C'était un peu comme un retour aux sources ; un serment d'allégeance au Divin. Le corps de guérison ne pouvait vraiment se manifester que lorsque le mental lâchait prise et acceptait de participer au travail de reconnexion avec la dimension spirituelle de l'être. En vérité, la question primordiale que chacun avait à se poser était la suivante : « Ai-je envie d'« Être » ? Auquel cas, un travail de connaissance de soi devait être entrepris ; un travail sans concession. L'émergence du corps de guérison serait stimulée par la pratique d'exercices de postures et de méditation. Mais le premier travail à accomplir serait celui du nettoyage des dimensions physique, mentale et énergétique ainsi que l'apprentissage d'une nouvelle hygiène de vie qui respecterait cette nouvelle structure.

La transition ne pouvait évidemment pas se faire du jour au lendemain. Bien souvent le mental qui exige tout, tout de suite, devrait être apprivoisé. Il s'agissait d'une transformation qui s'opérerait de manière douce et progressive, par étapes. La conscience de soi s'élargirait peu à peu permettant le détachement d'anciens schémas de vie, devenus obsolètes. Il était important de respecter chaque nouvelle mutation. Le souffle divin m'envoya une pensée encourageante, comme pour me montrer que le point le plus important résidait dans le choix. Après, il suffisait d'une bonne dose de détermination et de patience pour que les choses se mettent naturellement en place. Il attira mon attention sur la loi de matérialisation de l'énergie, dont j'avais maintes fois éprouvé la réalité au cours de mon épopée personnelle : à chaque instant, les pensées et actes créaient des forces prêtes à se matérialiser sous forme d'expériences de vie, de situations, mais encore dans le corps et l'environnement. L'ignorance de cette loi primordiale avait des conséquences désastreuses ; elle façonnait un monde désertique, à l'anarchie destructrice. Or, l'univers étant fait de cette énergie créatrice, l'humanité était en décalage total, elle aurait beaucoup à gagner en redécouvrant cette loi et en l'utilisant avec intelligence ; l'intelligence du cœur. M'ayant livré cet ultime message, le corps divin se fit silencieux et me laissa méditer sur tout ce que j'avais appris durant cette remarquable session avec la plante sacrée. Je restai dans cet état plus d'une heure avant de sombrer dans un sommeil lourd. J'étais épuisé.

Quand je m'éveillai le lendemain matin, le soleil était déjà bien levé. Un petit vent agréable s'engouffrait joyeusement dans ma « caverne », devenue un eldorado de visions. Tant de douceur matinale me donnait des ailes et je résolus de sortir tout de suite. Curieusement, je n'éprouvai pas du tout la faim. Mon corps, quant à lui, avait envie de se dégourdir les jambes, de s'imbiber d'air frais et de senteurs végétales. Mes pieds se mirent en route sans plus tarder et c'est ainsi que je parti en balade au gré de leurs envies. Aussitôt dehors une joie spontanée m'envahit, un rire de plaisir s'éleva en moi : j'allais découvrir une autre façon de m'alimenter. Mon nez huma l'air comme s'il buvait un nectar et s'émerveilla des subtilités olfactives partout présentes. Les effluves de la terre remontaient à ses narines et sans réfléchir mon corps se pencha pour glisser une main grande ouverte dans la matière brune et sableuse. C'était comme de l'or sur ma peau. Je me sentais plein et parfaitement accordé avec tout ce qui m'entourait. J'avais trouvé la plus grande des richesses dans ce dénuement, grâce à la rencontre de mon corps organique qui me parlait, me délivrant précieusement ses besoins du moment. La marche reprit. Je me laissais traverser par le vent et m'imprégnais de lumière nourrissante descendant en cascades du ciel. J'étais pris du besoin irrésistible de toucher toute chose rencontrée ; les arbres, les plantes, le sable, les herbes, le vent. Mon corps était devenu une vaste zone érogène ; un réceptacle de tous les dons de la nature. Dans cette osmose, je trouvais un sens et

une valeur inestimable à mon existence.

Plus en avant sur le chemin, je rencontrai quelques moutons devant leur berger. Non sans une certaine cacophonie, ils communiquaient entre eux. C'était un amas de discours qui racontait l'effort, la fatigue, la faim et l'ennui. Chacun y allait de sa complainte. Mais il fallait avancer. L'un d'eux se lamentait avec plus de véhémence. Tous les jours, ils étaient contraints de parcourir une longue distance d'un point à l'autre pour contenter un humain qui ne se souciait guère d'eux. A ses côtés, deux moutons au pelage épais écoutaient, tête baissée. Quelque peu étourdi par tant de bavardage, je les laissai à leurs rêves d'évasion pour m'intéresser à l'un d'eux qui se tenait à l'écart du groupe. Très doux, il se dégageait de lui un amour intense. Dès qu'il me vit, son regard s'éclaira et il vint à ma rencontre en trottant gaiement. Comme je posai ma main sur sa tête, il avala goulument mes caresses. Puis, lorsqu'il me vit sur le point de poursuivre mon chemin, il se détacha à regret et ses petits yeux noirs me sourirent. Le berger arriva à grandes foulées et, à quelques mètres de moi, il me lança un franc bonjour.

De petite taille, il avait les cuisses robustes et chacun de ses pas s'imprimait lourdement dans le sol. En fronçant légèrement les sourcils, il me dévisagea furtivement de haut en bas, puis me demanda d'où je venais. Tant d'années passées sur le Causse avaient buriné son visage de sillons. D'une voix rude, qui tomba comme un couperet, il renchérit : « Ah, ben oui, z'êtes de la capitale ! Alors, vous vous plaisez ? Je suis né ici moi ! Cinquante-huit hivers, j'ai passé sur le Causse ! Vous l'croyez ? ! Cinquante-huit ! V' rendez-compte ? J'en ai passé des hivers... Ah quand j'étais jeune c'était pas pareil, ça non ! La vie faisait pas de cadeau. Aujourd'hui, tout est facile pour vous les jeunes, hein ? Surtout à Paris ! Vous faites des courses tous les jours ? Moi j'pourrai pas, ça non ! ». Je me demandais d'où il tenait cette information sur mes origines géographiques mais, déjà, il s'était lancé dans une vive explication des conditions de « survie » sur le Causse. C'était une véritable prouesse que de conserver le métier de berger et il en était très fier. Un sourd dégoût commençait sérieusement à remonter de ma poitrine et des impatiences me prenaient. Cet homme m'incommodait ; il me fallait partir. Mon inspiration m'invita alors à me détacher de lui. Comme je prenais de la distance, elle me montra que j'étais en présence d'une personne dont le mental était très fort. En fait, il ne vivait pratiquement qu'à travers son mental. Il continuait à me décrire son existence sur le Causse, les années catastrophes, les efforts déployés, la fierté tirée d'une vie vécue dans la simplicité, sur une terre sauvage, parfois hostile. Il marquait quelquefois un temps d'arrêt, comme pour contempler les visions agréables de ses souvenirs. Cet homme tirait du passé une source de gratification non négligeable. Le regard tourné en dedans, il ne me voyait pas, ne me sentait pas mais se répandait en paroles. Je tentai quelques interventions de-ci delà... sans succès. Il se parlait à lui-même, revenant sur les épisodes qui faisaient sa fierté. Alors, son visage et son corps se gonflaient d'autosatisfaction. La jambe droite en appui solide sur un rocher, il bombait légèrement le torse en prenant de grandes inspirations, avant de poursuivre. Il faisait grand cas de son fils qui, selon lui, avait hérité de sa ténacité et de son sens des affaires : « J'lui ai tout appris ! L'tient de moi, c'est sûr ! ». C'était un homme hyperactif qui se voulait productif. Il avait travaillé dur toute sa vie pour nourrir sa famille et donner à ses enfants toutes les chances de réussite. Il en attendait d'ailleurs beaucoup mais ne doutait pas un instant qu'ils se montreraient à la hauteur de ses sacrifices. *Il avait tout fait pour eux, tout ! Le travail, il n'y avait que ça de vrai.* J'avais souvent rencontré ce type de personnage à Paris, égocentrique et orgueilleux, aux idées bien arrêtées. Satisfait de cette rencontre, il me serra chaleureusement la main et repartit gaiement, criant après ses moutons. J'avançai d'une centaine de mètres, le temps de trouver un coin d'ombre sous un conifère, et je me laissai aller sur la mousse qui couvrait comme un tapis le sous-bois. J'avais la tête

lourde et ressentais la nécessité de méditer sur cette rencontre, comme si une multitude d'informations se bousculaient dans mon esprit, en attente d'être conscientisés. J'avais besoin de comprendre en quoi elle m'avait si fortement incommodé. La voix cristalline de mon inspiration ne tarda pas à émerger dans ma conscience pour ramener des tréfonds de mon être les vérités recueillies lors de cette confrontation avec un « mental ». J'allais pénétrer les mystères des personnalités fortement cartésiennes.

Lorsqu'un individu avait un corps mental hypertrophié, il était prisonnier du passé et de l'avenir ; il ressassait, ruminait et projetait sans cesse. Surtout, il était captif de l'égo, une force d'inertie redoutable puisqu'elle coupait la personne du présent, de son environnement et de sa réalité immédiate ; elle l'enfermait en elle-même. Cette fermeture d'esprit produisait à terme un tempérament rigide et autoritaire. J'en voulais pour preuve l'ambassadeur du mental que je venais de laisser derrière moi. La capacité à être dans le présent favorisait le dialogue créatif et dynamique tandis que l'enfermement par l'égo centrait les rapports sur soi, court-circuitant toute tentative de partage. Malheureusement ce type de rapport à l'autre était fréquent. Parasitées par leur pathos, les personnalités égocentriques étaient incapables d'écoute et d'empathie et interprétaient les événements, attitudes et paroles de l'autre. Je comprenais mieux maintenant pourquoi au cours de ma vie, j'avais maintes fois eu l'impression que mon interlocuteur répondait complètement à côté. Anachroniques, décalées et dénaturées par leurs émotions, leurs réactions étaient souvent inappropriées.

Au cours des âges, le mental-roi s'était vu amputé de la dimension spirituelle de l'être par les différentes instances autoritaires ; politique, religieuse, morale et éducative. Le corps de distribution énergétique avait été relégué aux oubliettes, voir interdit et diabolisé, ce qui avait causé le développement excessif du corps mental. Aujourd'hui, il souffrait d'une hypertrophie désastreuse, particulièrement dans les sociétés modernes industrialisées. Privé de nourriture spirituelle et de sagesse, il s'était livré aux fantaisies narcissiques et mégalomaniaques de l'égo. Ce dernier avait alors tout loisir de parasiter les corps physique et énergétique pour asseoir ses besoins et empêcher toute reconnexion possible au corps spirituel.

Véritable gangrène du mental, l'égo maintenait les individus dans un état d'aveuglement quasi constant. Ainsi, ce berger à l'apparence sympathique se vautrait dans un égocentrisme obscène, sans même en avoir conscience. Il était mu par cette force inconsciente et destructrice, se nourrissant de l'écoute des autres, énergie de choix. Pour parvenir à ses fins, l'égo ne reculait devant aucune bassesse. S'il se prétendait généreux et altruiste, il était surtout un parfait opportuniste, prétextant le souci des autres pour justifier son besoin maladif de valorisation et de pouvoir. Comme un virus, il générait, alimentait et répandait les psychopathologies dans la société en « travaillant » les pensées de son hôte. Plus il prenait d'ampleur, plus il « grignotait » le fonctionnement sain de la pensée. Ainsi, les raisonnements devenaient de vulgaires raccourcis, teintés de névroses. Sous son influence, l'individu se chargeait de désirs compulsifs et vivait dans un no man's land ; univers virtuel issu de ses fantasmes égotiques. Véritable tortionnaire, l'égo diffusait à travers tout le système nerveux ses mesures autocratiques. Quand le corps mental était totalement à la solde de l'égo, la personnalité devenait procédurière, dominatrice, manipulatrice et vampirisante. Il élaborait moult stratégies dont l'individu n'était même pas conscient pour s'abreuver des autres ; c'était une vraie sangsue.

Avec lui, les plus belles utopies se changeaient en prisons dogmatiques. Militant forcené et dangereux, frustré et avide, le mental tentait de plier le monde à ses exigences par le recourt à l'idéation, au symbolisme et au visuel. Car ces dernières facultés rendaient l'individu malléable et

influençable en introduisant à son insu des idées fixes et obsessionnelles dans son esprit. La répétition du message, les images associées et leur impact émotionnel jouaient un rôle déterminant. D'ailleurs, la publicité fonctionnait sur ce principe depuis longtemps déjà. Détournées à des fins politiques, ces qualités généraient des idéologies autoritaires. L'Homme se mettait alors à vouer un culte, prétendument naturel et légitime, à une idéologie donnée dont il allait défendre les principes jusqu'à donner sa vie. Sans aller jusqu'à cet extrême, l'être humain restait, la plupart du temps, l'esclave inconscient d'une ou plusieurs croyances auxquelles il consacrait sa vie (la carrière, la famille, le bien-être, le confort, le devoir conjugal, une certaine philosophie de la vie et des principes, des croyances religieuses, des activités liées au plaisir...). Le corps mental donnait donc un sens intellectuel à l'ensemble de ses engagements.

Tout au long de sa vie, l'être humain s'identifiait à son intellect alors que celui-ci n'était qu'un aspect de son identité globale. En passant de longues années sur les bancs de l'école, le corps mental avait « enflé » considérablement, au détriment d'autres aspects de l'individu. Très sollicité, il était logique qu'il soit aujourd'hui devenu l'outil de vie-réflexe. Il avait simplement pris le dessus sur les autres facultés.

Le cerveau et les réseaux complexes du système nerveux élaboraient des systèmes binaires de compréhension et d'organisation de la réalité. Il en découlait une symphonie de prises de position psychologiques conditionnées par la « personnalité », schéma acquis extrêmement complexe.

A l'image d'un système informatique sophistiqué, le mental était un corps programmable à l'infini. En effet, les expériences fortes et répétées engendraient des réponses émotionnelles données et faisaient naître des réactions comportementales. De cet ensemble d'informations naissaient un certain nombre de programmations. Avec l'âge, elles se fondaient dans la personnalité et s'enclenchaient en présence de stimuli donnés, rappelant au sujet les expériences d'origine. En raison de leur nature même, les programmes s'exprimaient donc à l'insu de leur hôte et étaient quasi indétectables. Ils se reconnaissaient néanmoins à leurs caractères répétitif, inadapté et anachronique. Face à une situation donnée, l'individu émettait toujours les mêmes réactions émotionnelles et la même réponse comportementale. Il puisait dans sa mémoire (entité morte) les réponses à une situation actuelle neuve. Il s'ensuivait que ses réactions étaient rarement appropriées, qu'il ne savait pas écouter et « être » présent à l'expérience. Le corps mental induisait en erreur et faisait des êtres-humains des « morts-vivants ».

Au final, l'individu vivait en surface du mystérieux iceberg qu'était le mental. La vérité venait des abysses et il évoluait sur la scène de ses conséquences. Pendant qu'il se croyait pleinement acteur de sa vie, pleinement décisionnaire, les programmes le dirigeaient en coulisses. Ils jouaient un rôle de geôlier puisqu'en l'enfermant dans une interminable suite de réactions, l'être humain n'était pas disponible pour écouter le corps spirituel.

Il arrivait néanmoins qu'il prenne conscience de l'un de ces programmes, car trop déplaisant. Mais loin de le mettre hors circuit, il entrait en lutte contre lui. Ce conflit générait de nouveaux modes de fonctionnement mais ne suffisait pas à l'effacer. Seule la forme changeait. A long terme, les troubles liés à la présence de ce programme réapparaissent et il comprenait qu'il ne l'avait pas déraciné; il avait seulement changé ses modes de manifestation.

Ainsi, dans une société déifiant le mental, nombreux étaient les sacrifiés. Leur existence se résumait à la lecture en boucle d'une bande magnétique : un amas d'informations, de souvenirs et de réactions. L'égo, véritable réducteur d'intelligence, avait enregistré depuis la naissance sur son

disque dur un fatras complexe d'informations qui conditionnaient leurs réactions et attitudes. Sans surprise, leur vie était condamnée à répéter inlassablement les mêmes scénarios et schémas psychologiques. Routine et souffrance assurées...

Séparée de l'Intelligence primordiale, la force de vie se transmutait en machine de guerre ; une force asservissante et destructrice. Tant que l'individu conservait en lui des traces de violence, colère, amertume, souffrance et qu'il nourrissait toutes sortes de complexes, cette énergie puissante devenait vengeance, même s'il n'en était pas conscient. Elle était totalement au service des ambitions de l'égo malade. Pour parvenir à ses fins, celui-ci était impitoyable. Il usait de toutes sortes de stratégies : séduction, manipulation, menace, domination, intimidation. C'était un combat obsessionnel et aveugle. Ainsi, le monde se changeait en immense champ de bataille.

Finalement, cet amas d'émotions noires engendrait un enfant terrible que chacun porte au creux de soi, comme un secret honteux. Celui-ci se réveillait parfois, lorsqu'il était piqué et répandait alors son venin sans détour, tout en se cachant derrière de belles apparences. L'« image », tant chérie de part le monde, participait de cet effort de survie psychologique, et même social. Le « monstre » devait rester invisible, ce qui expliquait en partie l'intérêt si capital porté à l'apparence.

Quatrième partie - Connais-toi toi-même

De la dépression à la Mutation

Les heures les plus sombres de l'existence augurent souvent de grandes transformations. Lorsque plus rien n'a de sens et que l'implosion guette, lorsque tout s'écroule et que la colère jaillit, celui qui se contente de laisser passer l'orage n'a rien compris. L'être qui se veut libre et vivant cherchera à donner du sens aux forces qui l'agitent.

Mais bien souvent, remords et perplexité prennent vite le dessus. L'environnement exige rapidement un retour du comportement à la « normale ». Vient alors la recherche des causes de cette crise « irrationnelle » jugée excessive. Les difficultés rencontrées sur le lieu du travail, dans le cadre conjugal ou familial seront alors évoquées. Certes, ces explications seront toutes justes mais incomplètes, car *comprendre* intellectuellement ne signifie pas *résoudre*. De plus, il y a toute une sphère de causes qui se déroberont à l'analyse car elles appartiennent à d'autres dimensions de l'être, parfois même situées dans d'autres « corps » que le celui du mental et de l'émotionnel. Tant que la gestion du conflit revient exclusivement au mental, la guérison ne peut avoir lieu. Au mieux, il y aura soulagement de la tension interne par l'évacuation des émotions tues jusqu'à présent. Les racines de cette longue agonie sont extrêmement complexes et ne sont jamais totalement conscientisées lors de la dépression.

Pour cela, l'être en crise doit en accepter la dimension existentielle et karmique. En Occident, les professionnels de la santé mentale analysent les troubles selon des grilles de compréhension qui excluent d'emblée les lois d'incarnation de l'individu, ainsi que ses données énergétique et spirituelle. Selon cette conception étriquée de l'Homme, lorsque ce dernier remplit à nouveau les critères de « normalité » requis, il est jugé apte à reprendre la vie sociale et ses activités. Cette approche écarte le patient de sa vérité intérieure et accentue son sentiment d'échec. Mais au fond, la survie du système, tel qu'il est organisé aujourd'hui, dépend de la capacité des psychologues à assumer leur fonction latente de réinsertion des éléments « malades » dans la société, et de maintien de la « normalité ».

L'une des plus graves dérives dans le traitement de la maladie mentale est la camisole chimique. En effet, elle sabre tout possible rétablissement puisqu'elle engourdit la conscience du patient, le rendant vulnérable aux attaques énergétiques de toutes sortes (parasites éthériques, esprits...). L'accès au corps spirituel dans lequel résident les clés de la guérison est définitivement rompu. Je peux témoigner directement de cette réalité puisque j'ai moi-même été longtemps schizophrène. Ma maladie était en réalité due à la présence dans mon organisme de plusieurs esprits de personnes décédées particulièrement malsaines et sans scrupules. Dans un cas comme celui-ci, toute prise de médicament chimique ôte à l'individu les moyens de lutter contre les hôtes indésirables. Au contraire, il leur est totalement livré. Les dégâts psychiques occasionnés sont alors irréversibles et la personne sombre définitivement dans la folie, sans retour possible.

Ainsi, dans les mentalités, la souffrance psychologique est d'avantage considérée comme une tare que comme une réaction saine à un environnement inadapté. La dépression est perçue comme une faiblesse alors qu'elle signale avant tout un refus de se conformer à la loi du plus grand

nombre et de renoncer à ses valeurs profondes. Elle pèse rapidement sur la crédibilité sociale ; honte et culpabilité l'entourent. Nul ne veut devenir un paria. Charisme et dynamisme sont les clés de la réussite et une entreprise n'assumera pas un employé qui fait défaut à son image. Dès lors, l'individu va déployer des efforts masochistes pour réintégrer au mieux son environnement quand la dépression signale justement un désaccord profond et non négociable. Quitter la matrice pour partir à la conquête de soi peut se révéler la réponse la plus éclairée à la dépression, qui devient dès lors un tremplin à la mutation.

Malgré les injonctions du mental qui se montre très dissuasif, pour se sauver il faut accepter de perdre pied en suivant les pulsions de vie car elles connaissent le chemin. C'est la lutte intérieure contre soi-même qui crée en grande partie le « pétage de plombs » et la dépression. L'auto jugement peut être paralysant, d'autant plus qu'il est exacerbé par l'entourage qui joue dessus. Il n'y pourtant pas plus digne que l'être qui décide de quitter sa chrysalide, quoi qu'il lui en coûte. Accepter la mutation est un acte qui élève.

« Devenons les changements que nous voulons voir dans le Monde ». Gandhi

S'engager

« Constamment, il y a confusion entre une inerte passivité et la soumission réelle ; mais d'une passivité inerte, rien de vrai ni de puissant ne peut résulter. C'est la passivité inerte de la nature physique qui la met à la merci de toutes les influences obscures et anti-divines. Une soumission heureuse, forte et active est exigée pour que la Force Divine puisse travailler : l'obéissance du disciple illuminé de la vérité, du guerrier intérieur qui combat l'obscurité et le mensonge, du fidèle serviteur du Divin. »

En entrouvrant la porte de la connaissance, l'Homme ne songe pas un instant aux promesses qui accompagnent cette décision irrévocable. Devant lui s'étire un couloir infini d'expériences inédites. L'atmosphère y est trouble mais irrésistiblement palpitante. Certes, rien de connu ou de saisissable mais une liberté absolue. Ici, il n'est pas question d'enfermer ou de posséder, simplement de s'ouvrir. Un vent d'espoir souffle et l'emporte. Abandonnant à contrecœur les repères d'une vie toute tracée, il se dévêt lentement de tout artifice, se déleste de tout appareil. Il gagne en légèreté.

Qu'ils furent doux ces moments passés entre les bras de l'Inconscience ! Comme il fut admiré, au sommet de la pyramide de l'égo, méprisant la beauté de la vie. En ces temps, préoccupé par les grands problèmes de ce monde, il continuait pourtant à se dérober à la Connaissance.

Aujourd'hui, il peine dans l'obscurité, s'inclinant sous le poids de ses années de servitude. Car la société l'a engraisé d'informations jusqu'à épuisement. Obèse, il continuait de se remplir, faute de mieux.

Ce n'est qu'une fois totalement à bout qu'il trouve la force de ne pas se retourner. Il pénètre alors dans un monde de beauté étrange ; celui qui fera de lui un être digne et unique.

Les coulisses de la « personnalité »

D'où viennent les pulsions obscures qui surgissent à tout moment pour exécuter leurs sombres dessins ? Si nul ne les voit, elles n'en exhalent pas moins un parfum sauvage de destruction. A l'abri des regards, elles se jouent de leur hôte en saisissant la moindre opportunité pour exercer leur dictat sur la personnalité, son entourage et tous les aspects de sa vie. Une peur instinctive prend alors en otage celui qui n'est pas maître en sa demeure. Il règne en lui un état permanent d'insécurité psychologique, dont il essaie tant bien que mal de « cadrer » les débordements. Sous l'emprise de cette « entité de pulsions », l'individu n'est plus qu'instabilité et douleur, se montrant soudainement irascible, s'entêtant dans des comportements préjudiciables et égoïstes. Son attitude provoque l'incompréhension et souvent l'hostilité.

Pour redresser et gouverner sa destinée, l'Homme a de tous temps recherché une notice pragmatique efficace. Déjà, l'éthique imprègne tous ses actes et pensées de la vie quotidienne. Principes, chartes, lois, codes, philosophies, religions, groupements communautaires, clubs divers, développement personnel et bien-être : quantité d'instances-béquilles viennent épauler la vulnérabilité de l'Homme face à lui-même. En son fort intérieur, il désire se retirer en paix et non lutter sans cesse ; il se veut heureux et rassurant. Mais est-ce vraiment réaliste ? Aucun mode d'emploi ne saurait assurer durablement à l'être humain le bonheur et l'équilibre souhaités s'il n'a d'abord sondé en lui-même les couches profondes des traumatismes et de leurs rejets : les programmes.

Le terme « programme » ne prétend pas refléter la réalité crue. C'est avant tout un concept qui s'efforce de rendre saisissable ce qui ne peut vraiment l'être. Lors de mes nombreuses *escapades introspectives*, j'ai pu observer et identifier sa forme comme une sorte de nœud complexe fait d'énergie, de mémoire et d'émotions. Le « programme » est rarement seul, il se trouve le plus souvent mêlé à d'autres avec lesquels il interagit, entre en résonance ou en conflit. Le panorama des programmes est infini mais leur classement est presque impossible du fait de leur interdépendance. J'ai néanmoins distingué deux grandes familles : les programmes de conditionnement légués par les autorités patriarcales (morale, principes, éducation parentale, scolaire et religieuse, morale sociale et familiale, culturelle...). Ces derniers posent avant tout des actions-réflexes, propres à notre culture. En deuxième catégorie, viennent les programmes de réaction, qui sont avant tout une réponse de rééquilibrage interne entre la douleur que suscite la provocation externe et le désir de survivre à cette souffrance dans les meilleures conditions. L'individu tente de restaurer en lui une image de soi revalorisante, quitte à ce qu'elle revête des allures étonnantes, susceptibles de le marginaliser. C'est sur ce type de programme que je vais porter l'accent.

Souffrance et programme de réparation

L'enfant est un être sensible particulièrement vulnérable puisqu'il n'a pas encore développé de protections contre l'agression. Face à l'adulte, il ne possède que son ressenti qu'il doit le plus souvent inhiber. Comme une éponge, il absorbe et amorti les coups au mieux. De nombreuses blessures émotionnelles et humiliations sont ainsi stockées et continuent de suppurer toute la vie,

ponctuellement. Adulte, il connaît des accès de rage et de désespoir, sans s'en expliquer les causes.

A l'époque où ont eu lieu ces agressions, il avait réagi immédiatement par un comportement de « réparation ». Il avait posé un acte « médicament » afin de panser la souffrance et d'évacuer la colère non exprimée. Le recours au plaisir comme moyen de compenser une situation douloureuse et frustrante avait dès lors signé la création d'un processus qu'il répéterait tout au long de sa vie.

Réponse-plaisir / Pansement

Agression

Colère, souffrance

Avec les années, ce mécanisme a évolué jusqu'à devenir un système complexe de traitement et d'organisation de la souffrance. Cette programmation, qui rappelle les logiciels informatiques, va s'enclencher chaque fois qu'il rencontrera une situation similaire à l'expérience d'origine.

Progressivement, ce système de gestion de la souffrance s'amplifie et tourne au harcèlement. A la moindre occasion, il lui faut se soumettre à l'acte-médicament (achat, sport, alimentation, travail, hygiène, plaisir récréatif, prière...) ; il est dès lors enfermé dans des actes maniaques rassurants. Mais une sensation de malaise mêlée de culpabilité ne tarde pas à censurer ces pratiques compulsives, ressenties comme importunes, voire indécentes. Il ressent alors le besoin d'appivoiser ses injonctions mentales, qui ne sont certes pas des réponses adaptées et objectives aux événements du présent. Dès lors, pour trouver de la cohérence et du sens à ses actes, il va émettre des jugements systématiques sur ce qu'il fait, dit ou pense. Chaque élément va être classé dans une catégorie (« bonne » ou « mauvaise »), en raison du fonctionnement binaire du mental. Pour cette raison, de nombreuses personnes se sentent esclaves du temps passé à ruminer les événements de leur journée ; échanges, réactions, tâches effectuées... La morale se fonde justement sur ce principe de l'auto jugement, censé réguler les actes et pensées intempestifs de l'individu. Chacun s'efforce d'agir en conséquence, se privant de biens des élans spontanés de vie.

Besoin impérieux de se rassurer : **Rituel du jugement** suivi de son application comportementale

Harcèlement par le programme : actes-plaisir compulsifs

Programme de compensation

En effet, le jugement systématique livre l'individu à la morale, qui emprisonne ses pulsions de vie et de créativité. Très vite, cette surimposition infernale de mécanismes régulateurs asphyxie et fige la personnalité, qui se durcit. La tension interne grandit. Finalement la force de vie va violemment émerger pour contrer l'ensemble des mécanismes disciplinaires qui sabotent l'existence (réaction de rejet global). La tournure que vont alors prendre les événements sera fondamentalement empreinte de cette violence. La personne va tenter de se transcender en se raccrochant à une vision sublimée de ce qu'elle aimerait être et vivre. Mais en réalité elle ne fera qu'ajouter à la tension. L'individu va s'efforcer de « coller » absolument à l'idée qu'il se fait de la liberté et de l'épanouissement. Il prendra en otage une image qui incarne cet idéal de beauté, d'équilibre et d'accomplissement et s'efforcera de la restituer. En tendant vers un équilibre fantasmagorique, cette personne se lance à nouveau dans un parcours militaire, parsemé de privations et de censures, cette fois teinté d'un sentiment de douce folie qui passera néanmoins inaperçu : régimes affaiblissants, sport à outrance, chirurgie esthétique, activisme domestique ou professionnel... Comme une sculpture, elle va essayer de se façonner à coups de burins, ce qui est en définitive particulièrement brutal. Dans cette violence s'exprime la volonté de revanche sur tout ce système disciplinaire « impersonnel ». L'individu croit reprendre le contrôle avec un système qui lui est « propre ». C'est un cercle sans fin. En fait, il ne fait que surimposer des conduites autorégulatrices, allant du simple contrôle à l'autopunition, jusqu'aux conduites les plus masochistes aux effets dévastateurs : amaigrissement excessif et affaiblissement de l'organisme, installation de symptômes dépressifs (tristesse, irritabilité et agressivité, cyclothymie, insomnie), dépendance rituelle, peur du vide et de l'ennui, dépression latente. On aboutit au tableau aberrant d'une radicalisation intellectuelle caricaturale.

Rejet des mécanismes issus des traumatismes
Désir d'élévation (artificielle)
Sadomasochisme

Jugement
Rassurance
Programmes d'évitement / compensation
Souffrance

Pendant longtemps, j'ai été victime de ces phénomènes incontrôlables qui s'installent sournoisement. Les pratiques de conscientisation m'ont peu à peu permis d'observer le développement pathologique de la souffrance dans ma vie. A travers des visions d'une clarté et d'une lucidité absolues, la nature même de la structure des programmes et autres mécanismes évoqués m'a été délivrée.

J'ai huit ans lorsque je me fais quereller violemment par mon père. Je tente de riposter mais mon jeune âge me place en position de faiblesse et je ressors de cette dispute profondément meurtri. En colère, je quitte subitement l'appartement et passe devant la vitrine d'une librairie. Je repère alors une encyclopédie. J'entre dans la boutique et dérobe l'ouvrage sous les yeux du vendeur

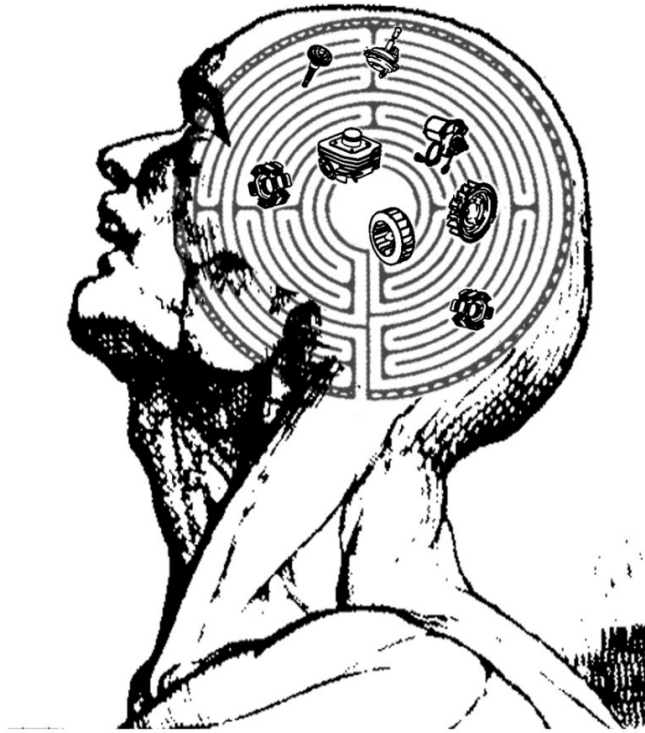
avant, de m'enfuir en courant. Ce « défi » m'a consolé et a occulté la colère. Par la suite, ce type de vol compulsif s'est répété régulièrement. J'ai développé une forme de cleptomanie « positive » dont je me suis débarrassé à l'âge adulte par le travail avec les plantes. Mais ce programme est demeuré pendant longtemps sous forme d'achats compulsifs avant que les enthéogènes ne travaillent dessus à nouveau. En contemplant mes placards emplis de vêtements neufs et superflus, j'avais d'abord tenté de remédier à mes achats en m'imposant des restrictions. Mais cette conduite artificielle cédait régulièrement sous le poids des injonctions de mon mental. Seule une vision lucide (clairvoyance) me permis de transformer ces schémas inconscients.

Enfin, cette vision me permit de voir que chaque fois que je ressentais le besoin impérieux de quitter mon appartement pour « faire du shopping », c'est en fait le foyer parental que je fuyais ; un espace de vie oppressant dans lequel je n'avais jamais pu me plaire.

Longtemps, j'ai essayé d'échapper à ce système complexe de jugement, de restrictions et frustrations en composant un personnage « libre », légèrement hippie et rebelle, débarrassé de « l'instinct consumériste ». La création d'un tel archétype libre et réactionnaire, « au-dessus de tout », ne m'a été d'aucune aide et j'ai finalement réalisé qu'il s'agissait d'une réaction immature et artificielle. La création factice du « sublime », à travers l'identification à un personnage idéal, n'est qu'un produit en bout de chaîne des réactions infernales aux traumatismes et volonté de vivre, d'être soi-même...

Tous les programmes de maîtrise de soi et de la souffrance créent des pouvoirs autoritaires internes qui vulnérabilisent l'individu aux autorités externes. Celles-ci le rassurent et sont avant tout une manifestation de ce qui existe déjà en lui. Ces forces l'éloignent de sa véritable identité. Elles sont à la source de diverses somatisations et attitudes empruntées qui gouvernent l'existence de chacun. L'humain est malheureusement partout l'éternelle victime de cette rupture avec son corps de guérison et de vision. Non seulement il se développe à partir d'un terrain accidenté, mais en grandissant, il s'éloigne toujours plus de sa nature sublime.

Tant que les programmes et comportements associés n'indisposent pas la personne de manière excessive, celle-ci tend à « faire avec ». En effet, malgré leur caractère intrusif et destructeur, les programmes se comportent comme un générateur puissant d'énergie. Il ne s'agit que d'une énergie simulacre qui n'a rien à voir avec l'énergie vitale saine, générée par le corps de guérison. Cette énergie se comporte comme un dopant (type café) en envoyant des stimulations électriques continues. C'est la surchauffe. Cette énergie simule la vitalité et le dynamisme, et pousse l'individu à un activisme épuisant, aveugle et obsessionnel. Au final, elle affaiblit considérablement l'individu, consommant toutes ces « bonnes » réserves.



LES PROGRAMMES: Le corps mental est un véritable dédale labyrinthique.
Au coeur de notre être intime séjournent les programmes comportementaux.
Agrégats de souffrances, frustrations et réactions anciennes,
ils finissent par usurper notre personnalité réelle

Activités de compensation et de réparation

Pour ceux qui souhaitent surmonter leurs mécanismes inconscients et démasquer leurs programmes, il est impératif de décrypter dans les habitudes et activités les nombreuses pratiques qui permettent de fuir ou surmonter la souffrance.

Selon que l'individu se trouve dans une dynamique de guérison ou non, les techniques peuvent se révéler plus ou moins constructives, malsaines, voire destructrices. Prendre conscience de ses stratégies peut aider à en adopter de plus saines.

Les listes qui suivent se veulent avant tout une aide aux recherches individuelles, un éventuel point de départ. Elles ne sont bien sûr pas exhaustives.

Pratiques d'évasion présentant des risques d'addiction et/ou d'intoxication

Activités et produits de diversion et de réconfort

- Réflexes et obsessions alimentaires (ainsi que tout excès de sucre, de sel, de gras)
- Tourisme (illusion du bonheur par l'exotisme)
- Achats compulsifs
- Hyperactivité
- Activisme professionnel
- Loisirs hypnotiques (cinéma, jeux virtuels, internet, tv...)
- Obsessions et pratiques sexuelles compulsives

Produits psycho actifs légers

- Rituels du café et du thé
- Produits naturels transformés en boosters : ginseng, kola, bufoténine...
- Boissons énergisantes

Produits psycho actifs toxiques présentant des risques d'addiction et d'intoxication de l'organisme

- Alcool
- Tabac
- Amphétamines et drogues de synthèse (ex : Ecstasy, Lsd, Ketamine...)
- Haschisch, herbe

Produits toxiques dangereux entraînant une forte dépendance, voire le décès

- Héroïne
- Cocaïne
- Morphine
- Crack...

Aux racines de cet engouement pour les substances récréatives et désinhibantes se trouve parfois une volonté légitime d'échapper à l'égo-mental, castrateur et disciplinaire.

D'après mon expérience intime, il se pourrait qu'il s'agisse dans certains cas, d'une volonté inconsciente d'induire la transe, un état modifié de conscience. La transe est une technique ancestrale de connexion avec la dimension spirituelle et, pour les chamanes et médiums, avec des esprits guides et d'autres dimensions. Chaque être humain porte en lui la mémoire de ses origines et de son lien avec l'Intelligence Universelle. Il n'est donc pas étonnant de retrouver des déviations de ces pratiques dans les sociétés occidentales.

« Pour qu'une expérience au Lsd prenne tout son sens, il est nécessaire de se préparer, extérieurement et intérieurement. L'utilisation inadéquate et abusive du Lsd en ont fait pour moi un enfant terrible. »

Albert Hofmann, *Lsd, mon enfant terrible*, L'Esprit frappeur 2003

Techniques de rupture naturelles et éphémères avec le mental

Activités et techniques de reliance aux énergies et au Vide

- Transe
- Danse
- Yogas (Kriya yoga, Hatha yoga...)
- Méditation (Zazen, Raja yoga, Kundalini yoga...)
- Reiki
- Concentration sur supports variés (mandalas, paysages, symboles, icônes...)
- Calligraphie
- Acupuncture
- Qi Gong
- Prières et mantras

Mais aussi :

- Activités artistiques (chant, musique, dessin, peinture, modelage...)
- Sports
- Massages
- Arts martiaux
- Activités manuelles (jardinage, cuisine, couture, bricolage...)

Ces techniques peuvent malgré tout générer une certaine dépendance dans la mesure où leurs bienfaits, temporaires et superficiels, déclenchant la sécrétion d'adrénaline et d'endorphines, mais n'agissent pas comme une thérapie de fond. Pour ne pas se laisser contrôler par ces pratiques, l'idéal est de les ritualiser et de se les approprier en tant que prolongement de l'identité profonde. Sans quoi, l'individu tombe rapidement dans le piège du «consommateur », automate et esclave des

sensations plaisantes. La conscience ne s'en trouve pas élevée mais tend à s'engourdir. A consommer avec modération et intelligence.

Seul le corps de guérison possède véritablement la faculté de guérir parce qu'il donne à voir, extirpe et transforme les maux. Celui-ci peut être mobilisé à nouveau par le travail de connaissance de soi, chacun travaillant à regagner les clés qui en ouvrent les nombreuses portes.

Avant de vous présenter différentes techniques d'accès à la dimension énergétique guérisseuse, nous portons l'accent sur le caractère sacré du corps spirituel qui doit être considéré comme tel. Il s'agit d'un acte qui engage l'être entier sur différents plans de son existence. Ainsi, il est nécessaire de prendre son temps avant de se lancer dans la voie de la Connaissance et de la guérison. Sommes-nous prêts à quitter le connu pour se mesurer au Merveilleux ? Tout en sachant que notre mental n'est jamais prêt à céder sa place...

Le rituel du passage ou la seconde naissance

« L'initiation, c'est en la vivant qu'on se rend-compte de sa dimension. Dans le Bwiti, il y a une telle proximité de la réalité ordinaire et de celle que certains appellent la réalité non ordinaire. Il n'y a qu'un seul pas entre la réalité quotidienne et le mythe éternel. Ainsi dès qu'on se met à pratiquer des rites initiatiques au Gabon, on entre dans la légende pour l'homme de la rue. Aussitôt, il vous donne des surnoms et vous renvoie une sympathie considérable, celle qui s'adresse au frère d'une tradition millénaire. C'est très touchant d'être ainsi conforté par les autres, et même s'il y a un grand nombre de gens inconscients ici, qui vont jusqu'à décrier le Bwiti, l'homme simple t'aime de l'avoir rencontré. Et tu lui rends bien, car tu sais de quoi il est issu, et la réalité quotidienne que tu partages désormais avec lui est ta nouvelle dimension spirituelle. »

Un puzzle est composé de centaines de pièces uniques. Pourtant, ce n'est qu'en isolant l'une d'elle qu'elle révèle toutes ses spécificités. De même, il appartient à chacun de s'extraire du nombre pour découvrir ses singularités. Sans cela, l'être souffre du manque de grandeur intérieure. Il se fige dans la honte.

Le rite de passage permet à l'Homme de se transfigurer. Les fondations de son existence ont été érigées par d'autres que lui et font désormais obstacles à son élévation. Au cours du passage, il est justement question de quitter les paradigmes adolescents, de s'affranchir des mécanismes de dépendance et de soumission à l'autorité, de se découvrir et de se gagner.

Dans les sociétés occidentales où la problématique de l'âge adulte reste en suspend, les technologies ludiques ont la vie belle. A travers leur succès, c'est l'impossibilité de passer à l'âge adulte qui est mise en évidence. L'Homme actuel demeure au service de ses contemporains ; il est prisonnier de son *besoin* de servir. Il devient ainsi la proie de toutes les instances autoritaires qu'il a accepté comme telles et qui tendent à en profiter : politiciens, assureurs, banquiers, patrons, sectes, époux et même, ses propres enfants. Privés de l'âge adulte, il pérennise une société immature qui accepte tacitement son infantilisation et en subit les conséquences et se prend à ses nombreux pièges : mimétisme, reproches, culpabilité, peurs compulsives, auto-dévalorisation, dépendances diverses. Mais également et surtout, il pérennise ce qu'a engendré l'enfance : un monde de souffrances, de névroses, de schémas destructeurs, de besoins narcissiques et capricieux. Finalement, l'Homme moderne a renoncé à son intégrité énergétique et fait le deuil de ses rêves et

dons personnels.

Toutefois, l'être qui souhaite s'extraire de cette dégradante condition délaisse avec courage ce qui a été bâti pour lui. Il quitte, pour revenir riche de ses propres outils. Il rapportera de ce périple entrepris au-delà de ses limites une nouvelle virilité, empreinte de noblesse et de grandeur. Car il aura affronté *seul* la zone de turbulence pestilentielle où croupissent pêle-mêle tabous, censures, peurs et créations cauchemardesques. Il aura goûté à la saveur amère de l'autocritique, survécu à de nombreuses mutations pour finalement se rencontrer. L'être nouveau voit alors que tout peut être vécu en dehors du cocon matriciel ; cette chrysalide qu'est le conditionnement socioculturel et familial. Il observe de loin ce ghetto psychologique dans lequel il a pataugé des années durant, inconscient de lui-même, à la merci de projets préformatés et du désir d'emprise de son entourage. Il a trouvé sa beauté en dehors de ce périmètre asphyxiant, dans cet espace infini où son être s'abandonne désormais aux forces de vie qui se présentent à lui, les énergies de créativité et de jubilation. A présent, il est plein et vibre d'une personnalité authentique et inédite, qui ne craint pas de faire UN avec la vie.

★

En 1979, l'américaine Sylvia Earle, plongeuse confirmée, effectue une « marche » sous l'océan à une profondeur de 385 mètres. Durant deux heures et demie, elle va explorer les fonds marins dans un scaphandre muni de bras et de jambes articulés, pour découvrir un paysage qu'elle qualifiera de « lunaire » mais grouillant de vie. Aujourd'hui encore, elle reste la seule à avoir marché à une telle profondeur.

En 1972, le spécialiste de la chronobiologie Michel Siffre va habiter seul un gouffre du Texas, durant 205 jours, dans le cadre d'une étude sur les rythmes humains hors du temps. Il sera connecté jour et nuit par des électroencéphalogrammes à la Nasa qui prendra des mesures sur l'évolution de son biorythme et de son sommeil.

A travers ces véritables défis posés à la nature humaine, tous deux ont vécu des expériences extrêmement fortes de dépassement de soi. Non seulement ils ont accepté l'immersion en terre inconnue mais ils l'ont fait seuls, abordant les difficultés et dangers potentiels avec leurs uniques forces. Ce sont deux belles illustrations des formes que peuvent prendre un rite de passage, même quand il n'est pas qualifié comme tel. En participant à toutes les phases de leur élaboration, ils y ont mis de leur univers intime, de leurs peurs et de leurs rêves, rendant ces expériences uniques et redoutables pour l'égo.

Dans nos sociétés modernes le dépassement de soi existe depuis longtemps mais n'est pas explicitement lié au rite de passage, plus propre aux cultures tribales. Il est souvent mis au service du développement des échanges commerciaux de part le monde et des recherches scientifiques. En témoigne le temps des grands explorateurs partis à la découverte des cinq continents et des denrées exotiques. Mais la notion d'« initiation » en tant qu'événement existentiel fondamental n'entre pas directement en compte dans le verbiage occidental. Elle est vécue indirectement par les hommes et femmes qui choisissent de vivre une expérience extrême, quelque en soit le motif. Le métier d'acteur, notamment, apporte de nombreuses opportunités de se dépasser à travers des rôles plus ou moins éprouvants, dont les exigences peuvent parfois aller très loin. Mais le *passage* ne survient pas

que dans la vie des gens prédestinés à vivre des expériences fortes de par leur métier. Il se présente souvent de manière imprévisible dans le quotidien de celui ou celle qui a *intérieurement* relevé le défi. Car tout se passe au fond de soi et dès lors que l'on a accepté cette épreuve puissamment transformatrice, elle apparaît d'elle-même. Pour cette raison, la véritable initiation ne s'achète pas. Elle fait irruption dans la vie de l'individu qui est prêt. Les formes qu'elle revêt sont pour la plupart inattendues et peuvent même prendre la tournure d'une maladie grave ou d'un accident. Cette occasion de se transformer se présente alors comme un moment douloureux à vivre, ressenti très injustement.

Les vestiges de ce rite se rencontrent dans les religions monothéistes. Ainsi, la Bar-mitsva dans le judaïsme ou la Communion chez les catholiques marquent le passage dans la vie d'un croyant à l'âge adulte, c'est-à-dire ; l'âge de maturité requis pour accéder à la pratique spirituelle. Mais il s'agit plutôt d'une simulation symbolique de ce que l'être promis à l'Eveil accomplit sur son chemin de réalisation. Le rite authentique comporte une épreuve physique qui passe par la rencontre des limites du corps et du mental, sans lesquelles nul *passage* n'est possible. La religion n'est pas seule à conserver de manière symbolique la trace de ces rites en Occident. Ainsi, le saut à l'élastique, sport à sensation apprécié, provient directement du détournement du rite des ethnies Saa des Iles Vanuatu. Cette initiation en Polynésie consiste à se projeter du haut d'une tour de vingt-cinq mètres, attaché aux chevilles par une liane. Le choc psychologique induit par la violence de l'épreuve fait « péter » les limites du corps mental (peurs et idées incrustées). Par ce saut dans le vide, c'est symboliquement le Vide que l'initié rencontre ; cet espace infiniment vaste et riche que constitue le monde lorsqu'il est débarrassé des limites de l'égo. Par cet acte de bravoure son esprit s'aguerrit et s'élargit, qualités indispensables au guerrier. En Inde, les communautés Tamoul marchent nus pieds sur des braises. Le néophyte s'y prépare des semaines durant en jeûnant et en priant. En Asie toujours, des initiés se transpercent la peau avec des épingles de grande taille et dansent lors de fêtes populaires. De nos jours, l'initiation la plus usitée de part le monde consiste à immerger le candidat dans la nature des semaines durant, livré à lui-même. Aux yeux de son ethnie, il prouve à ses aïeux qu'il est capable d'assumer l'âge adulte avec dignité et qu'il saura vaincre les obstacles semés sur le dur et long chemin de la vie. Plus proche de la culture occidentale, la tradition grecque antique de séparer les jeunes spartiates de leurs parents, afin de les pousser à affronter leurs peurs et faiblesses, illustre l'existence de cet esprit de conquête de soi par la transcendance. De même, la mythologie grecque a légué le récit initiatique d'Ulysse, parfaite démonstration de la « quête » et de ses péripéties.

Si les techniques tribales semblent barbares, cet aparté souligne au moins la diversité des rites de passage, leur caractère intemporel et multiculturel. Partout, le but recherché est le même : induire le dépassement de soi ; transcender ses limites pour gagner la terre promise. Car avant de fouler son sol, l'individu doit se dévêtir entièrement. L'épreuve l'y aide puisqu'en induisant une faille dans les réflexes conditionnés, elle permet à l'individu d'entre apercevoir son identité profonde et non limitée. En se dépouillant de tout ce qu'il possède ou croit posséder, les portes de l'Existence lui sont ouvertes. Ainsi, l'initiation déclenche un processus de prises de consciences et d'épurations successives qui mène à la Connaissance véritable, ouvrant l'accès à bien des dimensions de soi extraordinaires. Nimbée de mystère, cette terre promise finit par délivrer des perles de sagesse au samouraï véritable. L'initié devra donc utiliser comme moteurs tout ce qui se tapit en lui de peurs, de manques, et d'illusions. Mais chevauchée avec courage, la peur devient un guide puissant sur les sentiers de la découverte de soi.

Dans les sociétés modernes, l'âge adulte est un acquis qui ne repose sur rien de fondé. Fixé

par le code civil, il est avant tout une affaire de chiffres. Plus abstraitement, est considérée comme « adulte » une personne qui se conforme à l'idée que l'on se fait de la maturité et de la responsabilité. Le mérite se gagne par la paternité, le prestige, le grade professionnel et la richesse matérielle. Cependant, ces dernières qualités ne font assurément pas la maturité et la valeur d'une personne. Le pouvoir attribué d'emblée aux personnes d'influence, quelque soit leur valeur humaine réelle, n'est que la manifestation symptomatique d'une société qui a détourné le sens profond du rite de passage. Ainsi l'objectif de transcendance, initialement visé, devient objectif de performance et de pouvoir. Pour prouver sa valeur, l'Homme doit battre des records. Mais pour l'instant, il bat surtout des records de bêtise et d'égoïsme. Détourné de son but initiatique, le rite se met au service des valeurs qui caractérisent l'égo.

Certes les rites ethniques peuvent paraître abrupts et difficiles à mettre en pratique. Il faut dire qu'ils s'inscrivent dans une culture du corps et de l'esprit donnée à laquelle l'occidental n'a pas accès. En outre, une société qui base essentiellement ses valeurs sur le confort et le plaisir pénètre difficilement le sens de ces coutumes. Il reste que celui ou celle qui, malgré tout, aspire à vivre une telle expérience, n'aura certainement pas la même réaction ni la même capacité de résistance aux chocs physico-émotionnels induits. Traumatisés ou dopés par l'aspect « hallucinogène » de l'expérience, le candidat passera probablement à côté de son essence et de ses bénéfices. Nous tenons toutefois à préciser que nous n'adhérons pas nécessairement à l'extrémisme de ces rites. Nous n'invitons donc pas quiconque à se jeter du haut d'une falaise à moitié nu ou à s'infliger des sévices corporels afin de recréer le caractère authentique du rite pour « faire qu'il marche », selon l'expression consacrée. Le rite doit s'adapter au contexte socioculturel du pays de l'initié et surtout, à son univers propre. Néanmoins, pour ceux qui le « sentent », le fait de partir pour se confronter à une autre culture, de partager certains de ses rites et sa mythologie constitue déjà en soi un possible rite de passage. En définitive, l'efficacité de cette épreuve peut s'évaluer comme suit : il comporte un caractère sacré ; il s'adapte à l'individu et induit une transcendance.

"C. G. Jung parvient à cette même conclusion par le principe d'individuation. C'est un principe indispensable à l'être humain désireux de se dresser en tant qu'être unique et parfaitement révélé à lui-même. (...)

"Le processus d'individuation est, dit Jung, le processus qui se déroule au cours de l'analyse (réussie). C'est une maturation spontanée, l'analyse n'ayant pour rôle que de lui frayer la voie. Ce processus est (virtuellement) inscrit en tout être humain, il peut éventuellement se produire sans que la conscience y participe. Comme cela se produit chez certaines personnes qui n'ont pas été analysées."

Ce processus fait de l'homme un "individu" non divisé qui cesse de s'identifier aux autres dans toutes les circonstances de sa vie. L'homme exprime peu à peu sa psychologie propre, alors que jusque là il exprimait la psychologie collective.

« Car c'est à l'intérieur de vous
qu'est le Fils de l'Homme ;
allez à lui :
Ceux qui le cherchent le trouvent
En marche !
Annoncez l'Evangile au Royaume. »

Evangile de Marie, apocryphe, p.8

Cet apocryphe est une invitation au travail d'enfantement de soi. C'est en effet à travers une longue et douloureuse errance dans le désert qui dura quarante jours que le Christ vit s'opérer en lui une mutation. Au terme de ce qui pourrait être qualifié de rite de passage, il rencontra finalement en lui le Fils de l'Homme. Ainsi, le *deux fois nés* revint de ses abîmes avec un message chargé d'espoir, pour éveiller le courage d'affronter le chao intérieur et faire jaillir la lumière en soi.

Dés lors, le « Fils de l'Homme » n'est-il pas une allusion à cet autre qui sommeille en chacun ? Cet enfant de la *conception immaculée* qui vient au monde par la connaissance de soi, après une lente et difficile gestation, d'où la célèbre sentence : « Tu enfanteras dans la douleur ». Le « passage » apparaît dès lors comme une voie incontournable à l'enfantement de la lumière en soi. Car le chemin, les moyens et le but sont inscrits dans les cœurs et passent avant tout par l'expérience de la traversée des « déserts » propres à chacun.

Affronter les épreuves

S'il est difficile de planifier la voie qui mène au corps de guérison, joyau parfait des sciences éternelles, il est néanmoins possible de lui faire confiance. Un élan sincère et déjà, la Voie se présente à celui ou celle qui l'a cherchée dans toute sa splendeur, l'entraînant vers de nouveaux rivages. « Elle » n'attend qu'eux et saura les guider, car en réalité elle EST eux, dans leur plus bel aspect, leur visage authentique et universel. Elle n'est *que* cette intention. Cette dimension pleine de promesses et d'espoir invite chacun à la découvrir pour retrouver enfin ce que nous sommes réellement : des êtres libres et magiques !

Notre entourage

Devenir un être plein et indépendant c'est aussi se dégager de toute influence psychique pernicieuse, en exerçant son esprit critique et objectif. Le travail de connaissance de soi permet d'acquérir cette lucidité nécessaire, car il est des liens affectifs néfastes pour l'individu qui décide

d'aller vers soi. Ces relations se reconnaissent à leur caractère intrusif, vampirisant, castrateur, voire destructeur. En se découvrant soi-même, l'être éclairé s'aperçoit qu'il a parfois été victime d'une certaine fascination pour « l'autre ». Il a idéalisé et projeté sur lui des qualités fantasmagoriques tout en faisant abstraction des aspects destructeurs de la relation. Ces sentiments sont de mauvais augure car ils ouvrent les portes de la dépossession de soi. Il faut alors revenir à la réalité et décider de l'avenir de la relation en toute connaissance de cause. Cette personne va-t-elle respecter mes valeurs et aspirations ? Revenir à l'instinct et développer son sens intuitif sont les clés d'une objectivité absolue.

Les personnes qui n'acceptent pas le changement et veulent saboter toute tentative chez l'autre sont nombreuses. Lorsqu'on se ferme à la transformation, on perçoit très mal celle des autres. Toutes sortes de peurs surgissent alors et celui qui se métamorphose devient coupable de perdre la tête ou d'avoir été endoctriné. Dans ce cas, il convient d'instaurer des limites et de ne pas trop s'étendre sur le sujet. Inutile d'accentuer un désaccord qui ne peut que s'amplifier. L'objectif est avant tout de s'aménager un espace vierge où l'on peut croître en conscience et s'épanouir librement.

Il arrive tout de même que certaines rencontres « prédestinées » lient de manière profonde les véritables « chercheurs de l'Être ». Ces relations constructives et créatrices de valeurs saines, encourageant la découverte de soi et sont d'une grande aide, dès lors que chacun conserve une indépendance. Autant qu'il le peut, l'individu en quête doit utiliser ses choix et modes relationnels comme un tremplin pour mieux se connaître, en gardant à l'esprit que tout est transitoire.

« Je t'aime - moi non plus »

« Le fait d'appartenir à quelqu'un, d'être nourri psychologiquement par cette personne, cet état de dépendance, comporte toujours de l'inquiétude, des craintes, de la jalousie, un sens de la culpabilité. La peur exclut l'amour. Un état douloureux, sentimental ou émotionnel, le plaisir et le désir n'ont rien de commun avec lui. L'amour n'est pas un produit de la pensée. La pensée, étant le passé, ne peut pas le cultiver. L'amour ne peut pas être enclos dans le champ de la jalousie. La jalousie est le passé et l'amour le présent actif. Les mots « j'aimerai », « j'ai aimé » n'ont pas de sens. Si l'on sait ce qu'est "aimer", on n'est tributaire de personne. L'amour n'obéit pas. Il est en dehors des notions de respect ou de familiarité. »

Si la voie de la séduction et de la satisfaction amoureuse flatte l'égo, l'Homme éveillé est toutefois amené à dépasser ces réflexes pour se rencontrer.

Le « couple » occupe une place de choix dans la société puisqu'il permet d'ordonner le chaos apparent autour de valeurs communes : la famille, le travail, la patrie. Il est donc indispensable à la pérennité du pouvoir de l'Etat et à celle de son organisation.

« L'amour » est la condition sinéquanone du couple. Qui ne s'est jamais pris au jeu d'une jolie rencontre en imaginant d'hypothétiques projets d'avenir ? Chacun revendique son droit au bonheur, au sein de ce nucléon qu'est le « couple ». Mais la grande barque qui mène au pays des illusions revêt parfois des formes singulièrement familières. Ainsi le « couple » peut faire partie de ces nombreux mirages de l'existence.

Certes, l'Homme a besoin d'amour pour avancer. Mais de quel amour s'agit-il ? Qui est vraiment l'être aimé derrière les idéalizations ? Un être captif des fantasmes de son compagnon qui s'efforce de le satisfaire pour obtenir en retour son dévouement ? Le sentiment décrit ici ressemble d'avantage à de la possession qu'à de l'amour puisqu'il consiste à accaparer l'autre pour en tirer profit et plaisir. Les devoirs et l'image à laquelle on s'astreint sont autant de motifs d'aliénation. A ce stade d'oppression, la dignité et la joie de vivre volent en éclat. Le couple se présente donc plus comme un contrat tacite entre deux personnes qui refusent de prendre en charge leur destinée propre, remettant leur existence entre les mains d'un inconnu.

En pénétrant le giron psychologique d'un autre, l'être perd l'indépendance et l'énergie nécessaires au démarrage d'un travail de fond. Très vite, l'autre devient un moteur sans lequel les journées n'ont plus de sens. Sous influence, les idées et émotions des partenaires s'interpénètrent, jusqu'à engendrer une tierce entité aux rouages pathologiques, incapable de se mouvoir par elle-même. A ce compte, il vaut mieux accepter la solitude avec courage, quitte à rencontrer son désarroi, le manque et la peur. Ils ne seront que passagers et n'existent que parce qu'ils n'ont pas encore été démystifiés.

Les responsabilités parentales culpabilisent à la simple idée d'entamer un travail sur soi, jugé égoïste, voire superflu. Mais la voie de la libération prend en compte les besoins fondamentaux de chacun, y compris ceux des proches, et il n'est pas rare de voir émerger des solutions à des situations auparavant inextricables. C'est un chemin de vie original qui implique un parfait engagement, au risque de se perdre. En effet, se retrouver seul face à la majorité est une véritable épreuve d'endurance ! Car choisir d'exister pleinement c'est exclure les habitudes, la routine et les engagements destructeurs ; c'est sortir des schémas conventionnels communément admis comme les références indispensables à la vie « normale ». L'individu quitte alors le monde préfabriqué pour réinventer chaque jour son quotidien, avec une curiosité enchantée.

Lorsque l'on rencontre trop de réticences en soi, il est bon de s'interroger sur ce que l'on recherche vraiment. Sont-ce le confort, la sécurité, les réponses toutes faites ; une recette de vie en somme ?

Les écueils

Dès les débuts, le sentiment d'angoisse généré par l'Inconnu peut s'avérer paralysant. S'abandonner au rien, à l'absence de sens peut induire une certaine sensation de mal de mer. Mais la nausée et l'angoisse du vide sont de bon augure puisqu'elles signalent l'entrée glorieuse en résistance. En effet, en refusant de se soumettre à l'égo, l'être abandonne peu à peu les conduites inconscientes et destructrices qui font de ce monde un chao désenchanté.

Lorsque l'égo cesse de tenir la barre, l'individu, plus vulnérable, est livré aux messages du mental et de l'environnement immédiat qui vont alors lui suggérer sans arrêt un besoin d'évasion rassurant. D'autant plus que les moyens de se distraire ne manquent pas. Tout est conçu pour éloigner l'individu de sa vérité, pour ridiculiser les vraies questions et entraver la progression de fond. La peur s'infiltre rapidement et obscurcit le tableau. Dès lors, la voie de l'émancipation apparaît comme dangereuse et aléatoire puisque, selon les injonctions du mental, elle peut mener à la folie ou à la mort (« Attention, tu vas te retrouver à la rue ! »). La pression peut facilement avoir raison de la motivation et l'individu aux aguets oubliera vite ce petit livre pour redevenir « raisonnable » et « réaliste ». Cependant, peurs et mises en garde de l'intellect, aussi persuasives

soient-elles, ne sont qu'illusions.

L'être profond sait où il va et connaît les moyens d'y parvenir. Simplement l'égo, entité profondément mesquine, fourbe et possessive, va tenter de diviser la personne pour récupérer son trône. Une bonne dose de discernement sera alors indispensable pour maintenir le cap. Se connaître soi-même c'est aussi apprendre à repérer les nombreuses identifications trompeuses et limitatrices à cet imposteur. La méditation est un art remarquable puisqu'il permet de devenir conscient à tous moments des stratégies de l'égo et de s'en distancier. Il est inutile et dangereux de chercher à annihiler le mental. Il s'agit plutôt de méditer sur ses caractéristiques propres, ses aspirations, ses faiblesses, ses stratégies de domination et de contrôle. Avec le temps et l'entraînement, il sera amené à jouer d'avantage un rôle de serviteur.

En observant son petit moi, le disciple verra bientôt que ce dernier possède un formidable pouvoir de dramatisation. Il sait ménager ses effets et accoutumer l'individu aux mélodrames qui font de son existence une scène de théâtre intéressante. Mais à y regarder de plus près, tous ces micros événements qui font la pluie et le beau temps esquissent un tableau bien pitoyable. En somme, l'égo se fait son *one man show* ! Il joue la vedette depuis toujours pour un bien piètre résultat. Le plus grotesque c'est que l'on a tiré de toute cette comédie une certaine fierté. Heureusement la méditation restaure la dignité en pointant du doigt les ridicules travers du *moi* égocentrique. Même si le souci de restaurer une image de soi valorisante est une préoccupation qui inquiète justement l'égo, cela peut constituer une bonne raison de vouloir changer... Plus encore, le travail sur soi permet de relativiser l'importance que l'on accorde au mental car une place doit être faite aux autres corps.

★

La voie spirituelle n'est pas une performance sportive et ne peut s'envisager en termes de gains. Si l'éducation encourage les valeurs de surpassement ; compétitivité, rapidité, productivité et rentabilité n'ont en fait pas lieu d'être en spiritualité. La Voie n'est pas non plus synonyme de perfection. L'envie inconsciente de faire un « sans fautes » peut porter préjudice puisqu'elle prédétermine le parcours. Or la Voie se trouve justement en dehors de toute maîtrise et idée préconçue. Elle est la vie elle-même et son visage est multiple. L'être doit saisir la dimension infinie et évolutive de sa quête. Même les acquis sont relatifs. Il est donc primordial de considérer ce chemin comme un apprentissage à long terme, fait de tâtonnements, d'avancées enthousiasmantes, et de quelques déceptions. Les objectifs comptent moins que le chemin. Ces victoires ne bénéficieront pas toujours de la reconnaissance officielle mais apporteront assurément la prospérité intérieure et un vent de liberté fort appréciable. De plus, chaque combat mené à terme transformera et élèvera la qualité vibratoire de l'initié, aux répercussions immédiates sur son environnement.

★

La voie spirituelle n'est pas non plus un antidote au malheur. Bien souvent, lorsqu'une personne entreprend de guérir ou de se libérer, elle n'est pas consciente qu'elle recherche avant tout une satisfaction qui durera indéfiniment. Elle croit à tort que cet état est l'aboutissement de sa recherche. Autrement dit, c'est encore le plaisir qui est visé, à moindre effort. Quand c'est le cas, le découragement arrive vite et l'individu finit par se retrancher dans des lectures rassurantes qui évoquent la paix et le bien-être éternels accessibles dans l'instant présent par le seul truchement de la volonté. Il reste un éternel consommateur de réconfort. Ces plaisirs sont autant de fuites et de sources de frustration qui retiennent l'ascension vers soi-même. Pour se libérer et parvenir à une paix intérieure sincère et non simulée, des difficultés se présenteront en chemin et il faudra les prendre à bras le corps, comme elles viennent. Une épreuve est vécue comme telle parce qu'elle plonge l'individu dans la peur, le désarroi et la souffrance. En acceptant de rencontrer ces émotions, il commence à reconnaître ses propres limites. En les dépassant, il gagne des outils de vie, une force intérieure et une liberté considérables. Il acquiert notamment une lucidité aigüe, arme redoutable, qui apporte néanmoins son lot de désenchantements.

Seule la vérité rend libre car elle restitue à l'être sa totalité. Alors il se déleste de l'idée erronée que l'épanouissement spirituel rime avec « sourire perpétuel ». Mais il n'est pas nécessaire non plus de se montrer inflexible et de se discipliner à outrance. La dureté et la rigidité émanent de l'égo et sont de faux amis.

*

D'autres instances comme les fameux « programmes » s'inviteront sans prévenir, tenteront de saborder le ressenti et de paralyser la dynamique de travail. La méditation et la lucidité seront alors le meilleur recours pour recouvrer ses esprits et court-circuiter cet engrenage pathologique. Il se peut aussi qu'à deux doigts d'une expérience cruciale, révélatrice et transformatrice, la peur dérobe brutalement à ses lèvres les fruits de son dur labeur. En effet, l'instance rationnelle du mental est dans le contrôle absolu et veut rester maîtresse en la demeure. Elle veut savoir ce qui va lui arriver pour canaliser l'expérience et s'enferme dans un amas d'apriori qui ne laisse filtrer que ce qui lui convient. C'est le *rationnel* qui prend peur au seuil d'une bouleversante rencontre avec le corps spirituel et non l'individu. En quelques secondes, cette instance se verrait jetée à terre avec ses principes rigides et anachroniques par une connaissance intemporelle qui la dépasse de loin. Là encore, la distanciation avec ses propres émotions et pensées peut s'avérer très utile.

Il est préférable, donc, de se faire un allié de l'égo-mental pour vivre le mieux possible la mutation. Le connaître c'est déjà se réconcilier. L'être éclairé utilise la force de cette entité, sa combattivité, sa soif de vaincre, sa puissance de volonté, sa démesure, son sens critique, et même sa folie, comme tremplins pour se découvrir et se transcender. Avec lui, il fait la paix un temps et vogue vers les merveilles toutes neuves qui se présentent : opportunités de voyages, changements professionnels, rencontres et autres situations étonnantes, voire étranges. Les entrailles de la vie jaillissent peu à peu devant ses yeux incrédules.

Alors la magie indescriptible et incommensurable déferle dans son corps. Au-delà du bien et

du mal, du oui et du non, de toute morale : **il vit.**

Avant de rencontrer cette énergie créatrice divine qui siège en vous, il faudra bien entendu sortir de l'endoctrinement ancestral opéré par la prestigieuse secte mondiale du matérialisme, de l'hypocrisie et du contrôle. Programmes autodestructeurs, héritage familial, culturel et ancestral, traumatismes et blocages multiples devront être assumés et dépassés. L'initié gagnera peu à peu en conscience et en maturité spirituelle, redéploiera sa noblesse de cœur. Il aura appris à s'assumer totalement, sans projeter sur les autres la responsabilité de ses déboires.

Les obsessions

Les obsessions sont de bons indicateurs d'une mauvaise hygiène mentale et énergétique. Dès que l'on est obnubilé par un projet, une démarche, une question, un besoin ciblé d'achat, c'est qu'il y a envahissement par l'obsession et non pas « ouverture » vers une réponse. Le processus de résolution d'une problématique donnée est enrayé.

L'obsession se développe avec une telle vivacité qu'elle s'ancre rapidement dans le mental. Assiégeant la « tour de contrôle », elle parasite le quotidien ; gâte l'ensemble des raisonnements, influence les objectifs et joue sur l'humeur, laquelle devient absolutiste et caricaturale. Sous l'emprise d'une obsession, la personnalité est fortement altérée. L'obsession se nourrit des pensées de son hôte, et particulièrement de ses fantasmes et rêves, jouant avec les frustrations. Elle capte l'attention et la monopolise afin de s'alimenter. Ainsi, elle génère une certaine forme d'énergie qui se substitue progressivement à l'énergie vitale de l'individu. Comme elle stimule l'activité cérébrale, cette énergie simulacre, se conduit à terme comme un dopant et un excitant. Dès lors, le mental censure toute tentative de s'en débarrasser par peur du manque et de l'écroulement. Dans les faits, l'obsession s'étant progressivement substituée à l'énergie vitale de l'organisme, l'individu sombre dans un activisme morbide et perd pied avec la réalité.

Si on la nomme « énergie », l'obsession s'apparente d'avantage à une force aveugle. Indépendante, elle se suffit à elle-même tout en embrassant moult apparences. Il s'agit d'une force vampirisante qui presse, précipite, ôte le discernement et assujetti à l'esprit de recherche vingt quatre heures sur vingt quatre. Chargé de ce bagage obsessionnel, l'individu va mobiliser toute son attention et ses forces vitales pour réaliser ses objectifs, quelque soit leur degré de réalisme et d'exigence. Ils revêtent d'ailleurs assez souvent la forme de projets totalement mégalomaniques. A travers l'obsession, c'est encore une fois l'égo blessé qui cherche à se réaliser ou à se revaloriser. Privé de raison, l'être finit par se noyer dans une bulle d'interprétations subjectives, de symboliques déformées et de résonnements alambiqués.

Lorsque les pensées obsédantes ont pris le dessus, elles se matérialisent par des blocages au niveau des chakras, notamment du plexus solaire. L'individu respire mal, il est victime d'idées fixes et agressives qui se surimposent à sa réalité quotidienne. Des émotions parasites peuvent apparaître, lui couper le souffle et drainer des idées noires. Son terrain d'action s'est rétréci et il s'est progressivement coupé du champ réel des opportunités de la vie.

Dans les cas extrêmes, l'obsession a tellement pris le pas sur l'énergie saine de l'individu

qu'elle le dirige presque entièrement. La personne se ferme, son regard devient fixe, tourné vers l'intérieur ; l'anxiété est manifeste. L'individu entre dans un cycle infernal de problématiques insolubles qui engendrent constamment de nouvelles sources d'inquiétudes. Il n'écoute plus et arbore une allure apathique. Sans entrain, il semble pourtant mû par une énergie électrique inépuisable. Irrascible, il devient insociable.

La quête de la connaissance de soi peut très vite tourner à l'obsession : en voulant se libérer, on plonge tête baissée dans un autre piège. C'est pourquoi vigilance, lucidité, patience et appétit modéré en toute chose peuvent s'avérer utiles.

Le pendant de l'obsession est en effet la voracité ; les somations mentales du type : « je veux, j'exige, il me faut, tout de suite ! » en sont des expressions symptomatiques. Parfois, en prenant le temps d'observer l'agitation en soi, on découvre que la source de la pression permanente est cette force de voracité obsessionnelle. On peut alors agir en induisant une faille, une rupture dans le quotidien pour déstabiliser le mental et couper cours à l'obsession. Le recours aux techniques proposées plus loin devient indispensable.

Le « spirituellement correct »

Privilégiant les belles apparences, les designers de la néo-spiritualité trouvent leur salut dans une simulation du vrai, du bon, du beau et de la guérison. C'est avant tout un état d'esprit qui se veut foncièrement « positif », dans lequel la recherche du paradis perdu et le pansement des blessures émotionnelles revêtent plus d'importance que la quête de vérité. Les valeurs phares de ce mouvement non avoué ressemblent étrangement à celles de la morale chrétienne : idéalisation du Divin, « amour inconditionnel », écoute de l'autre et don de soi, proscription du jugement et des attitudes « négatives », hospitalité codifiée.

Pour être à la hauteur de cette sacro-sainte image, les appareils sont nécessaires : sourire empathique, ambiance pseudo magique, rituel du thé, encens, bougies et musique de fond. Le décor est planté, chacun peut attaquer le récit émouvant de son histoire personnelle, sous les regards pleins de sollicitude des convives. Lors d'une séance de ce type, souvent dirigée par un « maître » ou toute autre autorité bienveillante, des événements dramatiques peuvent surgir : *revivance* d'un épisode de vie antérieure, *exorcisme* d'un traumatisme ponctué de convulsions et de cris, crises de larmes, découverte d'un don ou autre. Ce n'est pas la réalité de ces manifestations qui est ici contestée ni la sincérité des participants, mais la recherche systématique et naïve du spectaculaire. Il y a confusion entre le spectaculaire et la guérison comme si le jaillissement des symptômes signaient leur rémission. L'état d'esprit néo-spirituel privilégie la forme sur le fond, ce qui est une méprise sur le chemin de la connaissance de soi. La philosophie Zen le sait bien puisqu'elle rappelle souvent que la fleur de Lotus s'épanouit à partir de la vase. En servant une version édulcorée de la réalité, emplie d'anges et de bons sentiments, ce mouvement exclut l'aspect « salissant » et dérangent du travail de connaissance de soi, étape primordiale. Ces pratiques ne débouchent pas sur une connaissance exhaustive de soi et une guérison effective du corps et de l'esprit mais plutôt sur un ré-confort psychologique. A dire vrai, il est plus attrayant de sauter les étapes pour gagner directement le niveau du sage. Cependant, ce sera pour vivre dans un paradis artificiel.

Aussi, celui qui emprunte sincèrement la voie de la Connaissance se déleste peu à peu de ces fantasmes judéo-chrétiens car ceux-ci voilent la vie réelle des profondeurs de l'être, conditionnent les attitudes et censurent la Vision. Peu à peu, il quitte la voix idéalisée du saint pour devenir

d'avantage un guerrier car la lucidité est un fruit de la connaissance qui ne se gagne qu'au prix d'une longue descente dans les abîmes de l'être.

De la médecine des origines à la médecine conventionnelle

Le sage le sait bien, l'existence humaine est intimement liée à la Nature, de la naissance à la mort. Aussi, les ethnies animistes des cinq continents respectent profondément *l'esprit* de la terre, encore appelé Gaia, La Marga, Pachamama dans les Andes. Ils l'aiment et la révèrent tant ils peuvent sentir en elle la puissance phénoménale de vie. Car la nature n'est pas un simple décor, comme le rappelle Le Clezio : « elle n'est pas sauvage, dans le sens qu'on donnait à ce mot au temps de Livingstone. **Elle est un ensemble puissant et vrai**, un accord entre toutes ses forces, elle est ce qui donne un sens à mon existence, ce qui me donne le sentiment d'être vivant. ». Il est donc tout *naturel* que l'Homme des origines se soit tourné vers elle pour apprendre. Aux quatre coins du monde, ces hommes et femmes des peuples premiers ont nourris une fervente adhésion au Vivant sous toutes ses formes. Tous les aspects de la création étaient intégrés à leur vie quotidienne, tant les contraintes que la magie, ce qui leur permettaient d'Exister. Car la Terre, les éléments, le cosmos, respirent à l'unisson et dévoilent leur science sacrée à celui qui sait entendre les battements universels du cœur de la création.

Leur vie était donc teintée de cette substance unique et subtile qui nous fait aujourd'hui défaut : la science magique et mystérieuse de la vie. Mais cette grandeur a longtemps été injustement ignorée dans les sociétés colonisatrices. Ainsi, ces sciences ont été progressivement rayées de la majeure surface du globe. Parce que ces peuples connaissaient suffisamment de secrets « naturels », ils ne cherchaient pas à maîtriser la nature et à la domestiquer. Elle était leur guide, leur enseignant, leur nourriture sous différentes formes. D'aucuns diront, non sans mépris, que l'Homme s'est tourné vers la nature et le cosmos pour expliquer le monde parce qu'il n'avait pas d'autres moyens de connaissance à disposition. Ces mêmes personnes voient en la science moderne l'instrument venu rétablir avec objectivité la vérité sur les origines du monde et de l'humanité. Mais ce fabuleux outil semble d'avantage avoir détérioré le lien si vital qui unissait l'homme à sa « mère ». Aujourd'hui l'écho d'une connaissance ancestrale et intercontinentale nous parvient comme un chant lointain et irréel. Tandis qu'en ce moment même, dans des coins reculés du désert Sahélien comme dans les vastes provinces chinoises, en Amazonie, en Australie ou chez les Bwitis du Gabon, elle vit encore parmi les hommes qui savent écouter.

Au siècle dernier et ici-même, en Europe, elle se faisait encore entendre à travers la grande tradition herboriste initiée par Galien (130-201), médecin personnel de l'empereur romain Marc Aurèle. La théorie des « quatre humeurs », qui s'inspire d'ailleurs des travaux d'Hippocrate (460-377 av J-C) et d'Aristote (384-322 av J-C), reconnaissait dans l'observation des éléments une foisonnante source d'informations sur la nature même de l'être humain et l'origine de ses maladies. Les herboristes, médecins et populations des campagnes, savaient voir l'analogie flagrante qui existe entre les quatre éléments (feu, terre, air, eau) et l'Homme. Ces quatre éléments trouvaient de prime abord leur résonnance dans le corps humain, à travers les quatre fluides : le sang (feu), la bile

(air), l'atrabile (terre) et la pituite ou phlegme (eau). A chacun d'eux venaient s'associer des humeurs : sanguine pour le feu ; colérique pour l'air ; flegmatique pour l'eau ; mélancolique pour l'atrabile. Ainsi, à partir de l'observation des quatre éléments, ces fins « écouteurs » de la nature avaient mis en correspondance élément, dominante émotionnelle, saison, point cardinal, climat, signe zodiacal, organe, entrailles, maladies... Ils étaient capables, notamment par l'observation du teint, de dépister des affections non déclarées et leurs origines. Par exemple, un teint pourpre renvoyait aux maladies cardiaques, aux accidents cérébraux, à certaines migraines, aux inflammations oculaires et auriculaires... En effet, le rouge rappelait l'élément « feu » qui s'embrase toujours vers le haut en vertu de sa nature ascendante. Par ailleurs, il était directement lié au cœur (car ils sont en correspondance). En s'enflammant vers le haut du corps, la chaleur gonflait et dilatait les tissus sanguins, provoquant hypertension, arythmie, migraines, pression, rougeurs des yeux, abcès... Quand l'excès de pression atteignait son apogée, des risques d'attaques cardiaques devenaient fortement prévisibles. Le patient encourait également la rupture d'anévrisme et l'AVC.

L'herboriste n'attendait pas que le problème se développe ; il prescrivait au patient écarlate des plantes refroidissantes (de l'élément eau) et bannissait les produits échauffants et asséchants comme l'alcool, le cigare et le café. Il mettait également en garde contre l'excès d'exercice, de festivité et d'activité sexuelle. Il recourait également, comme c'est encore le cas en Chine, à la « purge », à la « saignée » et à la « sudation ». La saignée n'a évidemment rien à voir avec les burlesques et dangereuses saignées effectuées par les médecins des œuvres de Molière. Il s'agit en réalité de légères incisions à des points stratégiques qui permettent l'évacuation de la chaleur et des toxines accumulées ; la pression sanguine baisse immédiatement. Il est assez frappant de constater la corrélation entre la théorie des « quatre humeurs » et « la théorie des cinq éléments » développée à travers trois millénaires en Chine, encore utilisée avec succès.

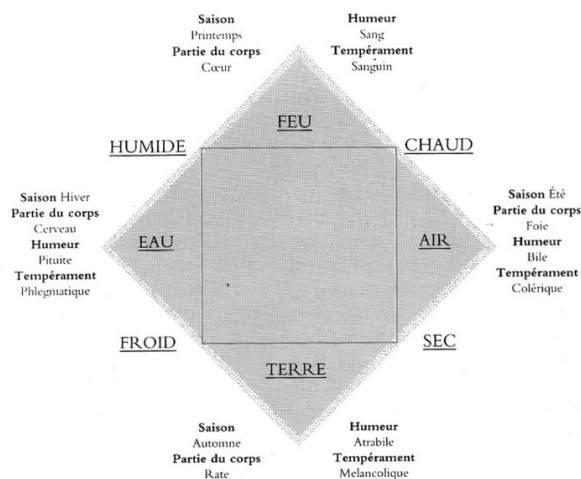


Tableau de la théorie des Quatre humeurs et correspondances
Encyclopédie des plantes médicinales, Larousse, p.31

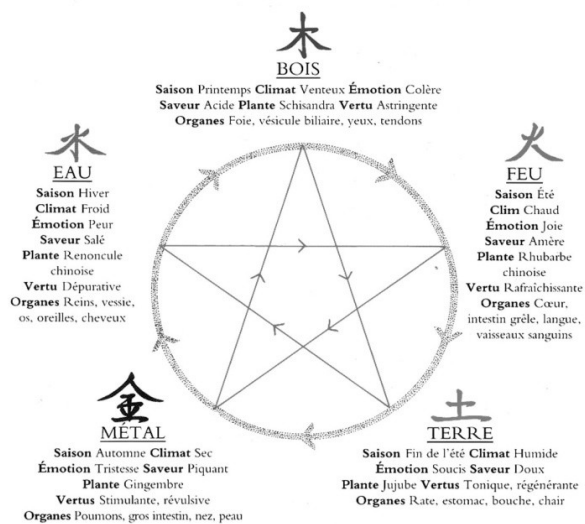


Tableau de la théorie des Cinq éléments et correspondances
Encyclopédie des plantes médicinales, Larousse, p.39

On retrouve l'influence de Galien jusqu'en Orient où la médecine arabe s'est considérablement inspirée de ses travaux. Mais après lui, le grec Dioscoride (40-90), chirurgien dans l'armée romaine, apporta également une pierre solide à l'édifice grâce à un ouvrage référence *De materia medica*, reposant sur l'observation de près de six cent plantes. A la même époque, Pline l'Ancien (23-79) compila les travaux de plus de quatre cent auteurs dans son *Histoire naturelle*, recensant entre autres tous les herbiers de son temps.

Plus tard l'imprimerie vint vulgariser la pratique herboriste avec des ouvrages pratiques comme *Le médecin anglais* de Culpeper. Célèbre pour sa très grande expérience des plantes et sa connaissance des quatre humeurs, son livre devint vite une référence. Il facilitait l'élaboration du diagnostic en attribuant à chaque plante une « température », un usage dans le système humoral, une planète maîtresse et un signe zodiacal.

Mais malgré le succès incontesté de la médecine des plantes, elle fut progressivement rejetée par la très ambitieuse médecine scientifique qui ne souffrait aucune forme de rivalité sur son territoire. Aujourd'hui, l'opinion publique la considère majoritairement comme étant « plus sûre » qu'une médecine simplement basée sur l'observation de la nature et de la nature humaine. L'attrait pour les médecines alternatives dites « douces » s'amplifie mais le discours ambiant alarmiste nuit à la curiosité. La suspicion plane. Pourtant il suffit de lire la liste des effets graves nécessitant l'arrêt immédiat de la prise des médicaments pour être définitivement convaincu que la médecine conventionnelle n'est pas sans danger. Plus sûre, donc ? Pas sûr...

C'est à cet endroit qu'il devient intéressant d'effectuer un bref retour en arrière dans l'histoire de la médecine européenne pour comprendre les origines de cette défection pour la médecine naturelle.

Fort de son succès, l'herboristerie vit se développer au XVII^{ème} siècle un commerce très lucratif autour des plantes étrangères. Ainsi, au début du XVIII^{ème} siècle, près de soixante dix pourcent des plantes disponibles chez les apothicaires étaient importées. Liée au développement des échanges marchands, l'introduction d'une pharmacopée exotique entraîna l'évolution des mentalités. Dès lors, un clivage apparut entre population citadine aisée et population rurale. Amalgamant prix et qualité, les strates bourgeoises et aristocrates se vantèrent bientôt de posséder une pharmacopée plus efficace que l'herboristerie traditionnelle nationale. Cette dernière fut fortement dévaluée mais, naturellement, son utilisation persista dans les campagnes où elle continuait de faire ses preuves.

A l'aube de la médecine scientifique, la course urbaine au « toujours mieux » lancée par l'élite ne s'arrêterait plus. Reniant ses origines, elle détrôna peu à peu la médecine originelle par les plantes, « la jugeant inférieure ». Dès lors, la médecine conventionnelle n'eut de cesse d'établir son monopole. Elle y parvint au début du XIX^{ème} siècle, notamment en interdisant l'usage des plantes sans autorisation médicale. En France, elle obtint en 1941 la suppression du diplôme d'herboriste récemment créé (1910). « Grâce à » cet arrêt, la profession d'herboriste ne put se perpétuer. En Grèce, les herboristes traditionnels furent pourchassés et le mot lui-même fut considéré comme une insulte.

Aujourd'hui encore, cette censure officielle se prolonge malgré la réapparition de pratiques alternatives par les plantes. Pour exemple, le gouvernement Français a récemment reconnu l'efficacité de l'acupuncture et de la pharmacopée chinoise. Mais loin d'autoriser aux écoles de médecine chinoise le droit de décerner des diplômes valides à leurs étudiants, elle a créé un diplôme en deux ans d'acupuncture uniquement accessible aux médecins. Dans la même optique, le gouvernement Français a récemment signé des accords à Pékin qui autorisent l'exploitation de la

pharmacopée chinoise par l'industrie pharmaceutique. Déjà en 2001, une directive européenne a été votée, réglementant les produits à base de plantes médicinales traditionnelles. Cette directive demande à ce que toutes les préparations à base de plante soient soumises à la même procédure que les médicaments. Il se peut donc que dans un avenir proche, ce décret s'élargisse à l'ensemble des plantes. Ainsi, l'accord signé à Pékin, qui apparaît à première vue comme une ouverture aux médecines alternatives, ne fait que renforcer le monopole exercé par la médecine officielle en France et dessert uniquement les intérêts des industries pharmaceutiques. Pendant ce temps, les praticiens formés pendant quatre à dix ans dans des écoles spécialisées, ayant effectué des stages en Chine, et justifiant de nombreuses années de pratique ne peuvent toujours pas exercer légalement. Ce veto sur la pratique des plantes et des médecines naturelles ne laisse planer aucun doute quant aux objectifs inavoués de la médecine conventionnelle moderne : contraindre l'Homme actuel à recourir aux produits pharmaceutiques industriels et aux méthodes scientifiques de traitement de la maladie.

Cinquième partie - Techniques de guérison

Quatre corps pour s'élever



LES QUATRE CORPS (de gauche à droite): A.Le corps physique;
B.Le corps mental; C.Le corps de distribution énergétique; D.Le corps de guérison

« Au cœur immortel de l'Être dont les battements marquent les alternances de la Vie et de la Mort, résonne le chant profond, en écho à l'harmonie de l'univers. »

Jean-Louis Siémons, *Mourir pour renaître*

De l'univers au moindre atome, l'Energie, en perpétuel mouvement et renouveau, est l'essence même de toute chose. Ainsi l'apparente multitude se résume à une seule essence, unique et commune. Le Tout est aussi l'Un. Il en va de même pour l'Homme, pur reflet et prolongement de l'univers. Il existe à travers différents véhicules sacrés qui lui permettent d'accomplir les mutations qu'il s'est donné de vivre : le corps spirituel, le corps mental, le corps de distribution énergétique, le corps physique possèdent chacun une fréquence vibratoire spécifique qui leur permet de s'interpénétrer.

Ainsi le corps physique, visible et solide, est le plus dense des quatre. Soumis aux lois de la gravité et de la temporalité, il sera rendu à la Terre au terme de son incarnation avant d'être « recyclé ». Etroitement lié aux conditions de vie et au vieillissement de ces cellules, il est très vulnérable et « possédé » par la peur instinctive de la mort, de la maladie et de la précarité. C'est un corps endurent à travers lequel les efforts de survie se font le plus sentir. Véritable champ de bataille jonché de cadavres et de survivants (cellules et faune microscopique), il se renouvelle constamment.

Sa masse vibratoire s'est considérablement densifiée au fil des âges. Alourdie par toutes sortes de polluants, elle génère un état de vie mortifère qui détériore nettement la qualité de vie. L'Homme est donc constamment sujet à toutes sortes de nuisances comme les maladies, les handicaps et malformations, les nombreuses pathologies héréditaires, le durcissement intellectuel, les psychosomatisations et bien d'autres. Ce corps a besoin d'être nettoyé régulièrement et entretenu sans quoi il se dégrade rapidement. Malheureusement, il n'est que trop souvent utilisé comme un réservoir illimité pour toute sorte de produits toxiques et aliments nuisibles. En outre, le rythme très cadencé de la vie urbaine et le dictat exercé par l'exigence esthétique l'acculent à l'épuisement tandis que ses réserves d'énergie ne sont pas suffisamment alimentées. Ce corps, « victime » par nature, va donc l'être d'autant plus face aux innombrables tumultes de l'existence : virus, parasites, somatisations, tumeurs, faim, froid, intoxications alimentaires et chimiques et pollutions énergétiques.

A ces facteurs de maltraitance s'ajoute le contact avec l'entité sociale et environnementale, qui exerce une pression phénoménale sur lui. En effet, le corps physique est directement impliqué dans les échanges humains. Pour survivre, il doit en devenir le prolongement, et souvent même l'expression. S'il résiste, il s'expose aux sanctions disciplinaires et agressions physiques et verbales de toutes sortes : isolement, mépris, racisme, différends avec le système judiciaire, précarité... Ainsi, pour des raisons d'adaptation et de survie, le corps physique possède des facultés mimétiques puisqu'il enregistre des informations externes et s'en sert pour élaborer des comportements adaptés. Ce corps reflète également la vie intérieure de l'individu; celle de son

psychisme mais aussi des cellules qui maintiennent la vie organique. Il est de ce fait hautement perméable, incorporant continuellement des informations et énergies étrangères à sa masse pour en devenir le produit. Il s'agit donc à la fois d'une masse-réception et d'une masse agissante.

Mais la connaissance du corps physique doit sortir du champ purement scientifique car ce dernier s'inscrit dans la loi karmique de cause à effet, loi dont la connaissance est fondamentale. En effet, elle détermine en grande partie la qualité et la durée de vie du corps organique ainsi que la nature des épreuves et éléments pathogènes rencontrés à tous les âges. Le karma est une loi transgénérationnelle de transmission du patrimoine génétique et des traumatismes (gènes, morphologie, maladies, durée et qualité de vie, terrains propices à certaines addictions, psychoses, névroses...). Durant l'incarnation, le karma attire à l'individu toutes sortes de drames qui ne sont pas de son fait. Il est donc souhaitable de travailler à la purification de cet encombrant bagage.

*

Loin d'être aussi dense et limité, le corps spirituel englobe l'ensemble des corps jusqu'à la nature même de l'univers. Son énergie extrêmement subtile et raffinée est l'essence de l'être, le souffle de vie qui s'écoule d'un corps à l'autre. A eux quatre ces véhicules forment une entité indissociable, grâce au corps de distribution énergétique qui fait le lien. Dans une société éveillée, ils bénéficieraient de la même attention et des mêmes soins, leurs potentiels respectifs pourraient alors se développer harmonieusement. L'être humain qui a cette conscience de lui-même, comme c'est le cas des yogis en Inde, développe unité, équilibre, plénitude, force vitale et approfondit son lien avec l'univers. Mais en Occident, où l'intérêt se porte excessivement sur les dimensions physique et mentale, un déséquilibre effarant s'est produit, aujourd'hui facteur de graves maladies. En outre, la méconnaissance des différents véhicules et des lois cosmiques d'interrelation a favorisé leur dégradation. Naturellement, la détérioration de l'environnement, qui va de pair, n'a pas amélioré la situation. C'est pourquoi lors d'un traitement, les thérapeutes énergéticiens prennent en compte l'état de tous les corps et établissent un diagnostic en fonction des différentes données. L'état psychique et émotionnel du patient, son passé, son héritage familial et son hygiène de vie revêtent autant d'importance que les symptômes physiologiques. Ces praticiens agissent ensuite sur le corps de distribution énergétique pour rétablir l'équilibre dans les différents corps et supprimer les éléments pathogènes. Sans cela, le diagnostic et le traitement correspondant ne seraient que partiels et le patient assisterait à une récurrence régulière de ses symptômes. Il verrait se développer une maladie chronique ou la déportation des symptômes en d'autres endroits de son corps.

L'*encrassement* des différents véhicules humains enferme l'individu dans un cercle vicieux de problématiques, obstacles et maladies sans fin. Son chemin est parsemé de difficultés qui enrayent son évolution et limitent fortement ses chances de connexion au corps spirituel de guérison. La priorité revient donc au nettoyage et à la remise en service de ces outils précieux de vie. Dès lors que l'individu accepte que le « mal » est d'abord en lui, le vrai travail de guérison peut commencer. L'objectif des techniques présentées dans ce chapitre est avant tout de permettre au plus grand nombre de se reconnecter au Caducée, extension toute puissante du corps de guérison. Son action ciblera les éléments pathogènes où qu'ils soient et quels qu'ils soient. Avec le temps, il deviendra un allié de tous les instants. C'est à cette condition uniquement qu'un rétablissement profond et holistique peut se produire, de manière durable. Il est si difficile d'exprimer de manière intellectuelle la grandeur et les attributs du corps spirituel de guérison que le mieux encore est d'en

faire l'expérience par soi même.

Les techniques qui suivent ne se veulent pas un énième livre sur le développement personnel. Aussi, nous invitons les lecteurs désireux de les approfondir à consulter les ouvrages qui s'y réfèrent. Certaines paraîtront familières mais c'est l'état d'esprit dans lequel elles seront pratiquées et l'assiduité qui feront la différence.

Conscientiser les besoins du corps

Lors de cette incarnation, le corps physique est le véhicule de l'Être ; son chariot de vie. Il est donc extrêmement précieux, pour ne pas dire sacré. C'est par lui que votre essence va pouvoir expérimenter tous les états qu'elle s'est donnée de vivre pour se réaliser. Mais loin de lui consacrer l'attention bienveillante qu'il mériterait, les doctrines religieuses ont appris à l'Homme à le craindre et à le maîtriser, jusqu'à la souffrance. Parce qu'il permet l'expérience, indispensable à toute croissance spirituelle, il est culpabilisé et injustement puni.

Aujourd'hui, cette rigueur se retrouve dans la société moderne à travers les exigences d'esthétique et de performance très poussées. En effet, les contemporains exigent de leurs corps l'impossible : santé, tonus, endurance, beauté, jeunesse éternelle, musculature parfaite, tandis qu'ils limitent considérablement les apports en énergie : nourriture industrielle et fast-food, pollution atmosphérique, stress et surmenage, fréquentation des centres commerciaux au détriment des bienfaits de la nature. La vision esthétisée et idéalisée du corps ainsi que son instrumentalisation hédoniste tendent à nier ses besoins fondamentaux. Finalement, l'idée biaisée et limitée que l'Homme a de son corps nuit gravement à son équilibre global et génère de l'asthénie. Car une mauvaise hygiène de vie se répercute sur l'ensemble des corps. Elle exerce même une influence sur la personnalité et ses activités. Polluer le corps physique équivaut à ouvrir les portes à toutes sortes de pollutions extérieures qui, attirées comme par un aimant, s'infiltreront dans les différentes couches de l'individu. Car il est une loi que l'Homme moderne ne devrait plus ignorer : les énergies aux fréquences vibratoires similaires s'attirent. A l'inverse, un corps sain repousse plus aisément les énergies malsaines. Il montre donc plus de résistance aux maladies.

Tandis que l'Intelligence complexe du corps et son langage sont ignorés, l'admiration devant le high-tech croît sans cesse. Peu de personnes prennent réellement la mesure de l'incroyable ingéniosité de leur organisme. Il est de loin le véhicule le plus sophistiqué et le plus performant qu'il ne leur sera jamais donné de posséder...

L'alimentation et le jeûne

Nous sommes vous et moi liés à ce monde par nos entrailles. Cette dépendance tisse une toile de fond dont il est difficile de s'extirper tant les messages dissuasifs sont nombreux : peur de la faim et de la mort, conditionnements culturels, puissance du plaisir, dépendance à certains produits, séduction par les packagings et messages publicitaires... Le monde de l'industrie ne le sait que trop à en juger les interminables rayons de mets *marchandisés* pour faire saliver. Il est pourtant nécessaire de se pencher sur cette étrange relation que l'Homme entretient avec la nourriture. Il va

falloir critiquer le sein qui nous nourrit pour avancer.

Nous sommes ce que nous mangeons ; une attention toute particulière s'impose donc dans le domaine de la diététique. Les éléments ingérés doivent être sains, digestes, énergétiques et légers, cuisinés avec attention - un certain « art gastronomique » est requis - et absorbés au calme. Manger sous le coup d'émotions fortes comme la colère, ou avec l'estomac noué, peuvent causer des intoxications. Si le monde de l'entreprise ne favorise pas vraiment l'application de ce conseil, peut-être qu'avec le temps, vous trouverez un mode de vie qui respecte d'avantage les besoins fondamentaux de vos corps et favorise leur développement parcimonieux.

Prenez plaisir à tester des recettes, cultivez vos connaissances en diététique et rééduquez votre palais en préparant des menus étonnants. Couleurs, herbes et épices agrémentent agréablement légumes, riz et poissons. De même, apprenez à écouter ce qui vous convient ou non. La qualité de la digestion et le degré de vitalité qui suivent un repas sont de bons indicateurs. Le qualitatif doit peu à peu supplanter le quantitatif. Dans l'ensemble, privilégiez la sobriété et la modération.

Demandez-vous toujours si vous pouvez vous identifier avec ce que vous mangez. Bien entendu, vous sentirez à la longue que l'alcool, le tabac, les drogues et les médicaments chimiques sont à éviter. Pour l'instant, favorisez au maximum une cuisine simple, composée d'aliments frais et non industriels (les moins raffinés possible). Vous pouvez aussi pratiquer une fois par mois le jeûne : le corps en surcharge de sel, de sucre et de graisse peut alors souffler, éliminer et regagner en vitalité. De plus, cette journée un peu spéciale se prête très bien à d'autres pratiques hautement nourrissantes comme le chant, la marche, le dessin, la musique, la prière, le reiki, le yoga... Ces activités sont autant de tremplins possibles au dépassement du *petit* soi et de ses besoins superflus quotidiens, comme le grignotage.

« Chaque être humain est différent. Ce n'est qu'au génie de ses propres fonctions digestives qu'il doit de pouvoir supporter, ou non, tel ou tel aliment. En fait, chaque repas est une sorte d'empoisonnement ! Chaque digestion réussie est une victoire de l'organisme sur la nature. (...) »

On peut considérer que tout aliment est donc un poison en puissance. La diététique est en quelque sorte l'art d'entretenir et de renforcer le système digestif de telle sorte qu'il puisse utiliser au mieux, et en tous cas sans nuire, les substances qu'il ingère. »

En compagnie de la nature

Quelle que soit la saison, la nature sauvage offre d'innombrables possibilités d'évasion et de ressourcement. Vous le constaterez sûrement par vous-même ; plus vous serez à l'écoute des besoins de votre corps, plus il vous transmettra l'envie de se fondre dans un paysage naturel. Sentir l'air frais, humer le parfum subtil de la terre mêlé aux senteurs végétales et florales, toucher l'écorce des arbres, écouter le bruissement d'un ruisseau ou le fredonnement des insectes... Ces « plaisirs » sont en fait de vraies nourritures. Elles nettoieront et renforceront votre organisme ainsi que le fonctionnement harmonieux du corps de distribution énergétique.

Alors n'hésitez pas dès maintenant à vous enfoncer dans une forêt peu fréquentée, tranquille et aérée. Cherchez l'endroit idéal pour vous asseoir ; ce n'est jamais un hasard. « Sentez » l'esprit du lieu. Fermez les yeux et goûtez l'air vivifiant, déliez vos oreilles. Une multitude d'impressions vous parviennent. Le vent caresse votre peau. Le sol semble vous porter. Pour profiter au mieux de ce moment, pensez à bien relâcher vos muscles. Mentalement, effectuez une « ronde » de votre corps,

de la tête aux pieds, jusqu'à sentir que tout est bien détendu. Là encore, n'ayez pas peur de vous trouver ridicule, assumez les premiers instants de malaise (autocritique et dévalorisation systématique). Observez les sarcasmes du mental, ses remarques dégradantes et sachez vous en détacher, ne plus vous confondre avec elles. Devenez tout simplement indifférents à cette voix qui n'est jamais satisfaite et gâte tout. Les yeux clos, profitez-en pour vous emplir de sons ; le frottement des feuilles au vent, le piaillage discret des oiseaux qui se parlent, le cri lointain d'un enfant qui joue... Laissez la forêt éveiller vos sens, emplir votre espace intérieur de sa vie. Laissez-la entrer. Quinze minutes plus tard, rouvrez les yeux doucement et observez comme votre regard s'est agrandi et approfondi. Vous pénétrez à présent bien mieux l'âme de la forêt. Prenez tout votre temps pour redécouvrir le spectacle qui s'offre à vous. Voyez les variations infinies des teintes qui se déploient sur des hectares, le foisonnement vibrant des détails. Accueillez l'abondance de la forêt, sa créativité, son fourmillement, le flamboiement de ses couleurs. C'est grandiose.

Vivre le Présent éternel

« Un Être conscient, pas plus grand que le pouce, se tient au centre de nous-mêmes. Il est le maître du passé et du Présent... il est aujourd'hui et il est demain. »

Katha Upanishad (IV, 12-13)

Chaque fois que vous accordez trop d'importance à un événement, des mots ou une contrariété qui survient, vous êtes arrachés au présent ; propulsés hors du sens de la réalité. Se laisser accaparer par un problème, c'est lui donner le pouvoir de continuer à générer « du problème ». Car mal dirigée, l'« attention » devient un combustible puissant qui alimente la négativité et maintient en dehors du pouvoir solutionnant du présent. Pour ces raisons, devenir chaque jour plus conscient de soi, des pensées nourries et des objets d'attention est une clé essentielle à l'amélioration de la qualité de vie. Conscientiser permet donc d'échapper à la fatalité routinière en ramenant l'attention à sa juste place. Vous agissez directement sur le karma négatif plutôt que de le subir. Si vous ne développez pas cette lucidité dynamique, vous resterez captifs d'idées, de pensées, de dilemmes qui se répèteront inlassablement.

Vous constaterez vite que, par manque de discernement, vous vous êtes longtemps laissé envahir par toutes sortes d'objets indésirables, entraînant des conséquences néfastes sur votre vie et vos relations. Le « Graal » sera à votre portée dès que vous saurez remplacer ces mauvaises habitudes par une attitude créatrice et active. Vigilance et lucidité vous aideront à transformer ces schémas sadomasochistes. Ainsi vous vous réapproprierez progressivement le Présent et sa magie infinie.

Le Présent est toute chose et en dehors de lui, toute chose est déformée. Tout ce qui se dit sur le futur est imprégné par la peur et tout ce qui se pense sur les événements passés est nimbé de

regrets et de peine. « Être » est impossible en dehors du Présent.

Dans le monde de la Connaissance, le temps n'existe pas. Il n'y a qu'une succession infinie de présents ; un Présent Eternel. Aussi ; vous avez la possibilité d'influer le cours de votre existence à chaque instant, simplement en cassant la logique des raisonnements routiniers, programmés pour la plupart. Il s'agit de parvenir à créer un « bug » psychologique par l'observation de l'action en cours. A ce moment-là seulement, l'action que vous choisirez d'effectuer et les pensées que vous vous accepterez de nourrir seront l'expression d'une véritable liberté intérieure et de votre être authentique.

De la relaxation à la méditation

Le regard fixe, absorbé par toutes sortes de préoccupations, les membres tendus, l'humeur taciturne, sont autant d'*atouts* qui font totalement passer la majorité des personnes à côté de *leur essentiel*. Inutile de se préoccuper autant de l'avenir quand on « rate » continuellement son présent... Par l'observation attentive de cette vie intérieure surprenante, l'individu commence à quitter son état d'acteur passif, piégé par les événements, tel une marionnette. La méditation est donc la première étape vers la reconquête de soi. Avec le temps, il découvre qui il est, quels sont ses réflexes, ses conditionnements et modes de fonctionnement propres. Elle réconcilie finalement avec soi, devenant une amie qui soustrait à la monstrueuse tyrannie de l'anxiété, clarifie les pensées et ouvre le chemin de l'éveil.

Un corps et un esprit débarrassés des pressions signifient, à terme, une amélioration notable de la santé et l'émergence d'une sérénité, profitant à toutes les activités et nourrissant chaque décision de sagesse. Ainsi détendu et plus conscient de lui-même, l'individu commet moins d'erreurs d'appréciation et opère des choix plus judicieux. Les exercices conseillés doivent être pratiqués dans les meilleures conditions possibles, à l'abri des différentes sources de perturbations, pendant au moins quinze minutes.

La méditation ciblée

Assis ou allongé, la méditation ciblée vous aide à reprendre contact avec votre monde intérieur par immersion et à vous libérer des tensions. En contemplant ce qui se passe en vous, sans chercher à changer le cours des choses ou à éviter les sensations déplaisantes, vous observerez le plus souvent un état d'ébullition interne. Une boule de nerfs, d'angoisses et de contrariétés diverses agite vos entrailles et envoie des signaux d'alarmes dans toutes les directions, à longueur de temps. Accaparés sans vous en rendre compte par cet agrégat d'émotions, vous êtes dispersés et nerveux. De plus, cette masse crée une sorte d'étau qui bloque vos sens et vous isole de la réalité.

A présent, entraînez-vous à visualiser cette énergie dense et hyperactive en maintenant votre attention fixée dessus. C'est un exercice difficile mais réalisable si vous renouvelez régulièrement vos efforts. Au bout de quelques minutes, il se peut que des images commencent à vous parvenir. Elles draineront avec elles des émotions déplaisantes, des sons, des couleurs, des bribes de

conversations ou d'événements passés. La colère peut ressurgir avec violence, des sanglots refoulés et vous fondez en larmes, des impatiences dans les jambes vous prennent... Vous êtes en train de « percer l'abcès » et cela est dur. Laissez aller, abandonnez-vous totalement à l'expérience sans chercher à maîtriser le cours des choses. Peu à peu, les résistances cèdent et vous acceptez mieux le processus de libération, une sensation de fluidité se manifeste subitement en vous.

Cette « collaboration » bienveillante avec la tension sera source de délivrance. Par ce biais, des réponses à des questions qui vous semblaient jusqu'alors insolubles vous parviendront progressivement. Le succès de cette technique réside dans l'acceptation et l'accompagnement de votre souffrance. La patience, l'attention et la capacité de visualisation sont primordiales à la réussite de cet exercice. Vous les développerez à force de pratique. Ce qui compte, c'est l'intention que vous mettrez en action ; le reste suivra avec le temps. Vous reprendrez ainsi peu à peu possession de votre corps, et votre esprit sera plus disponible pour vaquer aux activités quotidiennes.

Cette invitation n'est pas facile à mettre en pratique. Nous avons tendance à éviter la confrontation plutôt qu'à la rechercher tant elle peut être désagréable. Aussi, pendant cette séance cathartique, l'égo va envoyer quantité de messages alarmants et douloureux, très dissuasifs. Les premiers temps, il est probable que les exercices de détente vous exaspèrent. Gardez en tête que c'est votre mental qui n'en veut pas et qu'il ruse. Ne le laissez pas vous duper. Lors d'un moment de relaxation, accrochez vous à l'idée que rien d'autre, *absolument rien d'autre*, n'est plus important que ce que vous êtes en train de faire.

« Son œil intérieur une fois développé, l'Homme s'aperçoit que le contenu d'une expérience marque le début d'une nouvelle vie. La percée vers cette « expérience » est le tournant de la vie humaine, le début de la Métanoïa, ou Grande Conversion. »

Karlfried Graf Dürckheim

Les techniques de dépassement de l'égo : yoga et zazen

«Le Zen est souffrance, plonge dans la souffrance. L'Homme d'aujourd'hui veut échapper à la souffrance, aussi il devient faible, sans défense, sans résistance à l'égard du stress de la vie moderne. Le Zen ne conseille ni de fuir ce qui peut être dur à supporter ni de le rechercher. Il est un retour aux conditions normales de l'être, corps et esprit. L'énergie s'accroît. On acquiert une vigilance, une attitude juste qui mettent les choses à leur place exacte, celle qu'elles doivent avoir, sans que l'imagination les aggrave. La référence à l'équation vie-mort est constamment présente dans le Zen. Elle donne un esprit et une grande force physique et morale dans la vie quotidienne. »

Il existe de nombreuses possibilités pour se confronter avec l'égo, son lot d'illusions, de désirs et de souffrances et ainsi, jour après jour, parvenir à la Transcendance.

Le yoga, sous toutes ses formes, est une discipline remarquable ; nul besoin de le rappeler.

Multimillénaire, il vous invite à explorer votre potentiel, et à vivre d'étonnants moments. Il a de grandes vertus curatives, développe la souplesse, la concentration et le calme ainsi que toutes les qualités inhérentes aux sept chakras principaux. La pratique assidue fait ressurgir de nombreux blocages émotionnels ou autres et permet de les dépasser. Sa grande force est de solliciter toutes les dimensions de l'être et tous les véhicules humains à la fois. C'est pourquoi il est source d'harmonie.

La Kundalini yoga et le Raja yoga axent la pratique sur la connaissance de soi, l'éveil de la Kundalini et son orientation dans la guérison du corps et de l'esprit. Ils sont donc parfaitement indiqués ici. Mais leur pratique doit se faire avec un maître confirmé, étape par étape, car l'éveil de la Kundalini nécessite des conseils éclairés indispensables. Pour choisir un professeur adapté, vous aurez besoin de beaucoup de discernement. Prenez votre temps, essayez de « sentir » l'esprit du lieu où vous allez pratiquer. Est-il véritablement dédié à la Connaissance ? Les atmosphères trop sportive ou académique sont rarement propices à l'épanouissement spirituel. Préférez les centres spécialisés dans le yoga et d'autres pratiques orientales. De même, apprenez à « écouter » votre âme. Que vous-dit-elle de l'enseignant que vous avez en face de vous ? Le contact est-il satisfaisant, encourageant ? L'idéal est de pouvoir établir un relationnel fort entre votre professeur et vous (cela ne passe pas forcément par la parole); un partage, une dynamique, un ressenti positif. Il vaut mieux faire quelques stations de plus et trouver le *bon* cours. Mais il est inutile de fantasmer sur un maître yogi qui vous ferait « décoller » en un seul cours et parvenir au Nirvana en deux temps trois mouvements. En matière d'évolution, vous ne devez vous en remettre qu'à vous seuls et faire preuve de patience. Le vrai maître est celui qui vous enseignera cela en premier.

Dans tous les cas, ayez de la curiosité et de l'ouverture, quitte à essayer différentes disciplines avant de trouver celle qui vous convient ; Qi Gong, Tai chi, yoga, zazen, art martial... Le moyen de parvenir au but que vous vous êtes fixé est là, quelque part, et vous attend.

*

Le zazen est une posture en tailleur de méditation propre à la culture japonaise. Cette pratique très codifiée est directement issue du Bouddhisme Zen, lui-même inspiré du Chan chinois. Elle se pratique avec un maître dans un dojo, espace consacré. Il s'agit d'une posture physique très rigoureuse : la colonne vertébrale doit être parfaitement étirée, permettant le maintien impeccable du dos, les yeux sont mi-clos et les bras se réunissent doucement à l'avant, au niveau du bas ventre, mains délicatement posées l'une sur l'autre. Pendant zazen, votre esprit accompagne la respiration. Il est libre de vagabonder mais toujours, vous devez vous efforcer de le recentrer sur le souffle. Inspirez, retenez, expirez, écoutez. Peu à peu, vous devenez le souffle. Le but n'est pas d'affronter l'égo mais de le contourner subtilement, pour atteindre l'envers du décor : le non-être, cet état de béatitude auquel le Bouddha fait tant référence.

Quelque soit la pratique méditative que vous choisirez, quelques minutes matin et soir suffiront au début. Dans un premier temps, concentrez-vous entièrement sur votre respiration et écoutez-la sans forcer son rythme naturel. Puis au bout de dix minutes, vous pouvez passer à un autre type d'exercice. Inspirez profondément et expirez lentement en retenant un peu votre souffle entre les deux mouvements. Par ces exercices, vous apprenez à conscientiser votre respiration et prenez progressivement la mesure de vos mécanismes physiologiques et mentaux. En effet, la

respiration consciente est l'une des clés indispensables à l'émergence du corps de guérison. Surtout, elle est directement reliée au Présent ! C'est une connexion très intéressante. Très vite, vous ferez connaissance avec les vibrations subtiles qui caractérisent le corps spirituel.

Le non-agir (Wu Wei)

« Nourrir l'esprit et embrasser l'Un. Mais peux-tu garder l'Un sans le faire disparaître ?
Concentrer son souffle vital jusqu'à le rendre subtil à l'extrême. Mais peux-tu le faire au point de devenir tel un nouveau-né ?
Rendre l'esprit semblable au miroir. Mais peux-tu le garder exempt de toute souillure ?
Chérir le peuple et faire prospérer le pays. Mais peux-tu l'accomplir sans agir ?
Ouvrir et fermer les portes du ciel. Mais peux-tu prendre la place du féminin ?
Comprendre tout ce qu'embrassent les quatre directions. Mais peux-tu l'accomplir sans avoir recours à la connaissance ?
Faire advenir les êtres et les nourrir. Fais-les advenir mais ne les regarde pas comme propriété.
Favorise leur croissance mais ne les dirige pas. C'est ce qu'on appelle posséder une vertu profonde. »

Lao Tseu, Tao Te King, Livre 1 n° 10

De prime abord, le non agir ressemble beaucoup au Zen. Mais il est spécifique à l'esprit taïste en cela qu'il ne se veut pas de la méditation. Il prône le non-vouloir total, source du détachement absolu. De cette passivité néanmoins dynamique émerge une nouvelle conscience de soi, plus vaste, cristalline et objective. Le travail de connaissance de soi se fait naturellement, sans le rechercher. Cet abandon entier au Vide et au Rien est la clé de la réussite de cette pratique. Avec le temps, vous toucherez progressivement du doigt l'esprit du Wu Wei et sa similitude avec les forces de la nature : généreuses et aveugles, elles ne cherchent pas de résultat particulier. Elles existent tout simplement.

Contrairement au zazen qui nécessite un espace de pratique et la présence d'un maître, le non-agir, dans sa forme la plus pure est une démarche informelle qui peut se pratiquer n'importe où, n'importe quand et à n'importe quel endroit. Elle enracine rapidement dans une philosophie de vie qui favorise le détachement, valeur essentielle sur le chemin de la découverte de soi.

Pour expérimenter le « non-agir », installez-vous confortablement assis, bras relâchés sur les cuisses. Soyez présent à vous-mêmes et à l'instant, sans rien rechercher. N'essayez même pas de vous détendre ou d'entrer en méditation. Abandonnez-vous à Wu Wei sans objectif. Profitez de ce moment d'oisiveté qui n'en est pas pour écouter le souffle aller et venir et observer le large panorama de manifestations intérieures. Voyez comme vous êtes sensibles aux moindres stimuli; chaque son produit son effet en vous. De même, chaque pensée draine son lot d'émotions et

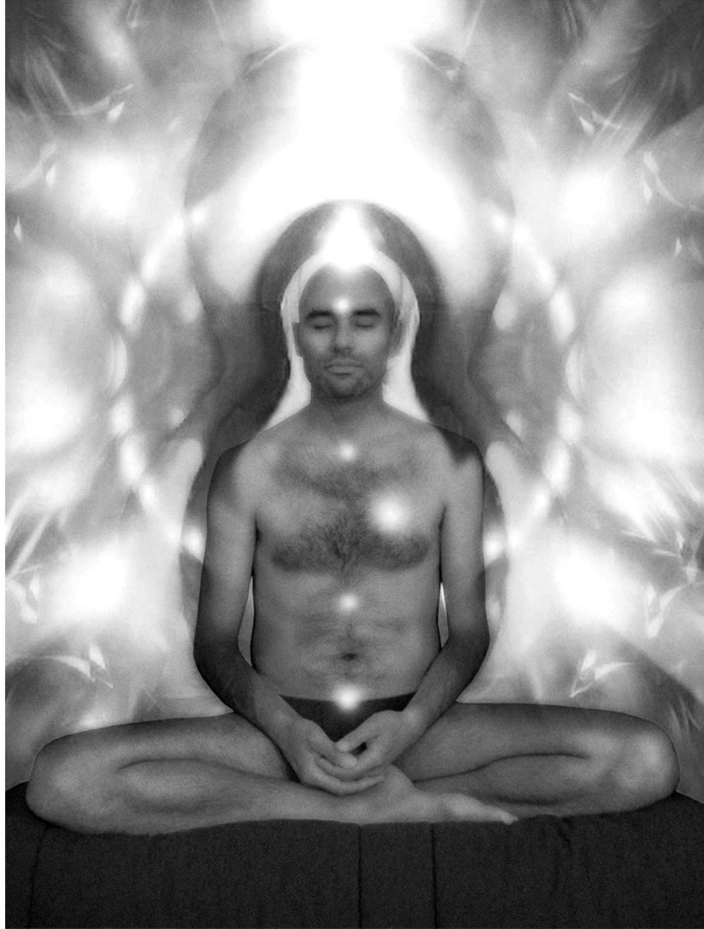
provoque des tensions qui s'accumulent. En visualisant ce tumulte intérieur, vous commencez à saisir que, dans la vie de tous les jours, vous « êtes » ce tumulte. Pendant un instant, vous réalisez le paradoxe suivant : l'activisme qui vous habite continuellement est vain et ne produit que du vide. Par la pratique quotidienne du « non-agir, vous quittez progressivement les domaines du « faire » et du devenir, inhérents à l'anxiété, pour accéder à la simplicité richissime de « l'Être ». Dès lors, vos actes recouvrent du sens et de la valeur.

Il est donc à la portée de tous de renouer, l'espace d'une heure, avec la nudité de l'existence. Le premier contact n'est pas facile car l'envie de « faire » est irrésistible mais considérez la pour ce qu'elle est ; une programmation qui vous fait constamment passer à côté de vous-mêmes et de votre précieux présent. En réalité ces besoins impérieux sont souvent superflus et peuvent bien être reportés à plus tard. Lorsque ces pseudos obligations vous harcèleront et qu'un flot ininterrompu de pensées perturbatrices se déversera sur vous, ne tentez pas de résister ou de fuir. Laissez les vivre et venir à vous comme si elles ne vous appartenaient pas. Alors, elles glisseront sur vous comme l'eau et s'évaporeront, laissant place à un contentement simple, sans objet. Par la contemplation paisible et l'écoute du souffle, le non-agir permet en effet au corps et à l'esprit de se décharger de leurs énergies négatives afin de s'emplir à nouveau de l'énergie bienfaitrice du corps de guérison.

Rappelez vous de ne pas recherchez la perfection, fille de l'égo. Toute pratique, aussi assidue soit-elle, ne portera ses fruits que si elle est accomplie avec liberté et enthousiasme. L'objectif est de se créer de l'espace, non l'inverse.



Localisation des chakras, illustration Moghol, Inde



LA MEDITATION: A. Dans un endroit calme et isolé, prenez place sur un confortable coussin. Le ventre vide et les yeux mi-clos, concentrez-vous sur votre respiration. Vos pensées n'ont plus d'importance, laissez-vous aller. Pratiquez cette relaxation un quart d'heure, matin et soir. B. Avec le temps, vous sentirez vos énergies subtiles se manifester.

L'immersion musicale

L'exercice qui suit vous donnera une idée du souffle nouveau qui peut jaillir en vous. Lorsque vous sentez que le moment s'y prête le mieux, recherchez un endroit calme qui vous « inspire » (comme un cabanon dans un jardin, une pièce de l'appartement que vous aimez particulièrement...), à l'abri des regards, du bruit et des sollicitations. Idéalement, vous pouvez vous isoler en forêt, prêt d'un lac ou d'un ruisseau, car l'esprit de la nature entre en résonance avec la fréquence vibratoire du corps de guérison, ce qui facilite son éveil. De même, choisissez un morceau de musique inspirée, dont vous savez qu'il va faire naître en vous des sensations d'envol. Surtout, recherchez une cohérence, une harmonie et une complémentarité entre la musique, le lieu et votre ressenti du moment.

A l'étape suivante, vous plongez dans la musique en fermant les yeux si vous en ressentez le besoin. Si soudainement, une vague d'émotions intenses émerge et vous envahi ; laissez-vous emporter par elle. Tandis que vous ressentez l'allègement de votre masse corporelle, une sensation agréable de flottement vous transporte dans un « ailleurs » fantasmagorique. Peu à peu, vos petits maux s'éloignent de vous puis s'évanouissent, laissant surgir un espace infini de liberté. Vous planez et glissez dans un état d'exaltation sereine, mélange exquis de sensations de liberté, d'évasion, de paix et de jubilation. Des frissons parcourent votre corps et semblent s'élever vers le sommet du crâne. Ils éveillent au passage le chakra du cœur qui se met à vrombir paisiblement. Ainsi, une énergie d'amour et de joie se diffuse dans tout votre être. Elle est celle du corps spirituel qui se manifeste.

Il est rare de parvenir à une telle intensité au début mais quelques sensations suffisent à montrer la voie. Le corps Divin est un continent qui ne se dévoile pas dans son entier tout de suite. Il faut avoir l'esprit conquérant et ne pas s'avouer tout de suite vaincu. Si vous parvenez peu à peu à centrer votre attention sur ces sensations, alors elles deviendront une force inspiratrice qui vous guidera et vous soutiendra en toute occasion.

La transe

Le corps physique permet d'expérimenter une quantité incroyable de sensations, des plus subtiles aux plus intenses. Songez au plaisir que procure une bonne marche en forêt, ou pour les intrépides, une descente en rafting. Devenir conscient du corps est essentiel. Mais il ne s'agit pas de battre des records ni de le sculpter pour en faire un outil de séduction, simple marchandise. En fait, vécue dans certaines conditions, une activité qui passe par le corps, comme la danse ou le chant, peut mener à la transe.

Ce que nous nommons ici « transe » diffère de l'idée que l'on s'en fait habituellement. En effet, il ne s'agit pas de perdre totalement le contrôle, de tomber à terre inconscient et de s'agiter de convulsions. Il ne s'agit pas non plus de communiquer avec les esprits. Il est plutôt question d'un abandon intérieur, d'une rupture avec le mental puisqu'en interrompant le flot continu des pensées vous vous branchez naturellement aux corps subtils. Une sensation de joie profonde soulève votre être qui se sent *léviter* de l'intérieur.

Cette expérience demande une certaine dose de confiance et de concentration pour parvenir

à détourner le cours des pensées et *devenir* la danse, ou le chant. Les mouvements, les sons doivent se manifester peu à peu d'eux-mêmes ; comme si vous n'aviez aucun effort à fournir. Vous êtes le son. Vous êtes le mouvement. Pendant la transe, vous vous faites le réceptacle d'une vibration subtile qui vient du moi spirituel et passe à travers vous parce que vous l'accueillez. Peu à peu, elle gagne en intensité ; c'est pour vous un sentiment incroyable d'élévation, la découverte extatique d'une dimension de soi plus grande et plus belle que tout. A travers la transe, vous « transcendez » la matière organique qui densifie tout et touchez à l'essence subtile qui anime toute chose.

Concrètement, vous pouvez par exemple mettre un morceau de musique qui vous fait « vibrer ». Choisissez si possible un morceau très rythmé, dont l'intensité est évolutive. Les instruments naturels comme le Digeridoo (instrument à vent australien aborigène), la cithare et les tablas indiens, le jembé africain émettent des sons qui facilitent beaucoup l'entrée en transe. Cependant toute autre musique peut parfaitement convenir : contemporaine, reggae, électro, rock, drum and bass... dans l'espace que vous aurez choisi et seul avec vous-même, levez-vous et fermez les yeux. Si vous le pouvez, mettez le son assez fort sinon écoutez le morceau dans un casque. Une émotion émerge et monte en vous. Votre corps se met alors en mouvement, de manière semi-consciente. Laissez-le s'amplifier peu à peu sans chercher à l'esthétiser ou tomber dans la démonstration (ce n'est pas un concours). N'ayez pas peur du ridicule, au contraire ! Peu à peu, le son pénètre la tête, envahit le corps. Vous vous déhancez, à la limite de la désarticulation. N'hésitez pas à faire « n'importe quoi » ; défiez les tabous et provoquez des rires intérieurs moqueurs. Si cela vous aide, concentrez-vous sur une partie de votre anatomie et faites-la bouger, sur le rythme. Le mouvement devient plus ample, plus fort, plus brut ; c'est comme si vous ne faisiez plus qu'un avec la musique. Votre corps prend complètement le relais sur votre volonté propre ; c'est à peine si ce n'est pas plutôt lui qui vous guide et non l'inverse. D'ailleurs, *vous n'aviez jamais dansé comme cela auparavant*. Si vous vous faites cette remarque, vous êtes sur la bonne voie.

La première fois, la transe peut sembler proche mais ne vient pas nécessairement. Rappelez-vous que le mental est fort et qu'il n'est pas à l'aise avec la sensualité et le « n'importe quoi ». Il pourra mettre du temps à se relâcher mais au gré des séances, il finira par céder car il est si bon de lâcher prise, de n'être plus qu'un mouvement, une vibration qui s'unit à celle du son. La peur du regard de l'autre ou de soi-même peut être un handicap paralysant. Si c'est le cas, fermez les volets, les yeux, coupez toute lumière. Il ne faut surtout jamais insister : *si ça ne vient pas aujourd'hui, ça viendra une autrefois*. Le plaisir doit rester le maître mot de ces activités qui mènent à la transe. Si vous êtes en compagnie d'autres personnes ; évitez de leur parler et de les regarder. Ne vous comparez pas non plus à votre voisin et ne cherchez pas à communiquer vos émotions. Vivez l'expérience seul avec vous-même, sans prêter attention au reste. Les possibilités sont infinies : dans votre appartement, en discothèque, seul ou en compagnie, avec ou sans lumière. Saisissez les opportunités ou créez vous-même les conditions ; c'est à chacun de poser le décor qui lui convient.

A tous moments, vous êtes également libres d'exprimer la force de vie qui vous anime par des gestes amples, des relâchements, des sons. N'hésitez pas à extravertir vos émotions et votre énergie vitale qui ont longtemps été brimées.

La poésie sacrée

Dans tes mains ne retiens rien,
Dans l'âme nul souvenir,
Car une fois refermées
Tes mains sur l'ultime obole,
Quand tes mains on ouvrira,
Rien de rien n'en tombera.
Quel trône te veut-on donner
Qu'Atropos ne puisse ôter ?
Quels lauriers qui ne se flétrissent
Quand Minos rendra ses arrêts ?
Quelles heures qui ne te dressent
La stature de cette ombre
Que tu seras lorsque tu t'en iras
Dans la nuit, au bout de la route ?
Cueille les fleurs mais jette-les,
Des mains à peine les vois-tu.
Assied toi au soleil. Abdique
Et sois roi de toi-même.

La poésie est un magnifique canal de communication avec la dimension éthérique. L'écriture mystique se retrouve sur tous les continents. Elle est notamment connue au Japon sous la forme des Koans. En Orient comme Occident, elle a de tout temps inspiré les grands mystiques. Chez certains maîtres comme Rumi, la poésie sacrée atteint des sommets de lyrisme. Si l'envie vous en prend, n'hésitez pas à jeter les mots qui vous viennent sur une feuille. Sentez-les remonter de vos profondeurs et raisonner en vous. Abandonnez-vous à ce lyrisme instinctif sans chercher à structurer ou donner un sens. Ne cherchez pas à esthétiser la forme ou le sens. Le désordre apparent n'est pas négatif. Essayez plutôt de « sentir » ce qu'éveille l'inspiration en vous. Osez vous surprendre, vous choquer, employer des mots inhabituels. C'est cela la créativité. Soyez libres, dès maintenant.

Vous pouvez pratiquer l'écriture sacrée chaque fois que l'inspiration se fait sentir. Il n'est pas nécessaire de figer les paroles, elles peuvent évoluer au gré de votre inspiration. Elles peuvent même se prêter au chant. Vos créations ne seront pas soumises à évaluation ! Ce qui compte avant tout, c'est la sincérité, la confiance et la spontanéité, par-delà des dogmes et l'autocritique. Laissez-vous aller à l'oraison créative, tel que vous êtes, avec vos faiblesses, vos doutes et vos maladresses.

En créant votre propre oraison, hymne à la vie et au sacré, votre recherche se dynamise et se personnalise. En effet, elle est semblable à une incantation dynamique qui appelle la dimension divine à se manifester dans votre vie. Imprégnez-vous des mots, faites-les vibrer en vous comme un

texte sacré et ils entreront directement en résonance avec votre corps subtil, pour lui permettre de se matérialiser chaque jour d'avantage.

« Le même fleuve de vie qui coule à travers mes veines nuit et jour court à travers le monde et danse en pulsations rythmées.

C'est cette même joie qui pousse à travers la poudre de la terre sa joie en innombrables brins d'herbe et éclate en fougueuses vagues de feuilles et de fleurs.

Je sens mes membres glorifiés au toucher de cette Vie universelle et je m'enorgueillis, car le grand battement de la nuit des âges, c'est dans mon cœur qu'il danse en ce moment.»

Rabindranath Tagore

Le monde des Âmes

« Chaque prise de conscience vers le haut correspond automatiquement à une prise de conscience vers le bas. Je ne peux faire un pas en avant dans le domaine de la pensée, sans qu'il ne se répercute aussitôt par une impression « dilatante » dans ma chair, une chaleur lumineuse dans mes cellules. Ma pensée est portée par une onde qui jaillit de mon corps. Elle est habillée de chaleur et de lumière. Elle ne m'appartient pas en propre, elle n'est pas pour mon usage personnel. Je dois la transmettre à ceux qui voudront bien la recevoir, l'accueillir dans leur intimité profonde. Désormais, ils en ont la responsabilité.»

Il n'y a pas plus libre ni plus subversif que l'âme. Elle est absolument indomptable, n'admet aucune censure ni interdit. Elle est avant tout total abandon, infinie générosité, don de soi, ouverture aux autres et créativité. Elle « sent » les choses et sait en qui et en quoi elle peut avoir confiance. Son pouvoir est immense car elle n'a pas de limites ni de peurs. Ainsi, elle va où elle veut, fait ce qu'elle veut, quand elle veut.

Cet ouvrage a justement pour vocation de vous ouvrir les portes du monde des âmes. Pour bénéficier de son intelligence enchantée et de son pouvoir illimité, il vous faudra laisser au vestiaire le costume rigide du citoyen « respectable » et « responsable ». Vous vous délesterez des exigences de la morale et de l'image. Car l'univers de l'âme est d'abord l'univers du Vrai. Bientôt, le monde cessera de se conformer à vos idéalizations, qui restreignaient jusqu'alors considérablement son champ de possibilités. Dans les rencontres, comme dans les événements qui se présenteront à vous, il ne sera plus question de « donnant-donnant ». Vous prendrez des risques ! Car quand l'âme s'exprime, le relationnel limitatif et codifié vole en éclat. Vous donnerez sans attendre et laisserez parler votre inspiration, puis recevrez. Lorsque vous entrez en contact avec la vibration de l'âme, vous comprenez intuitivement que le relationnel n'a pas de restrictions. Elle vous montre la petitesse, la mesquinerie de vos rôles sociaux : leurs limites et leur hypocrisie. Elle vous transmet des informations, des indices, des ressentis qui, si vous les écoutez, vous mèneront vers des

situations enrichissantes et des rencontres passionnantes. Alors, laissez-vous guider par vos élans spontanés et abandonnez-vous à cette loi magique de la rencontre des Âmes. C'est avant tout par vous et à travers vous que le changement s'opèrera.

La rencontre d'une belle âme est une expérience magnifique. Deux individus qui se délestent de leur identité égotique, qui ouvrent leur cœur pour partager tout simplement, est une chose belle et rare. Si vous êtes attentifs à la qualité de vos rencontres, vous vous apercevrez rapidement que certaines personnes éveillent chez vous des vibrations subtiles et agréables, comme si vous étiez « branchés ». Vous vous sentez exaltés intérieurement. C'est le signe que vos âmes se reconnaissent et se relient pour communiquer et échanger des informations qui pourront être utiles au cheminement de chacun. N'hésitez pas à entretenir les liens avec de telles personnes. Avec le temps, vous constituerez un véritable réseau d'entraide et de partage dynamique, réconciliateur avec la vie, aux effets thérapeutiques indéniables.

Être nourrit par l'Ame, c'est avant tout répondre présent à l'empathie énergétique infinie car elle est cette force.

S'incarner grâce aux enthéogènes

« 3.1 Le serpent était le plus rusé de tous les animaux des champs, que l'Éternel Dieu avait faits. Il dit à la femme: Dieu a-t-il réellement dit: Vous ne mangerez pas de tous les arbres du jardin?

3.2 La femme répondit au serpent: Nous mangeons du fruit des arbres du jardin.

3.3 Mais quant au fruit de l'arbre qui est au milieu du jardin, Dieu a dit: Vous n'en mangerez point et vous n'y toucherez point, de peur que vous ne mouriez.

3.4 Alors le serpent dit à la femme: Vous ne mourrez point;

3.5 Mais Dieu sait que, le jour où vous en mangerez, vos yeux s'ouvriront, et que vous serez comme des dieux, connaissant le bien et le mal. »

Genèse 3, Le jardin d'Eden et le péché d'Adam (la chute)

L'arbre biblique de la Connaissance n'est pas sans rappeler une certaine famille de végétaux, communément appelés « enthéogènes » ou encore « lucidogènes » par Charles Duits. Lien entre deux mondes (l'humain et le supra-humain), l'enthéogène offre à l'Homme un moyen de transcender sa condition humaine pour accéder à la dimension divinisée de son être.

Depuis toujours, ils font l'objet de pratiques ritualisées initiatiques, profondément thérapeutiques. Il est conseillé de les expérimenter sur leurs continents respectifs sous la direction de maîtres-chamanes, choisis avec attention.

- Liane d'Ayahuasca et feuilles de Chacruna. La boisson obtenue est appelée « Yagé » en Amérique du Sud
- Racines d'Iboga au Gabon et Cameroun (Afrique Equatoriale)
- Peyotl et San Pedro, cactus sacrés d'Amérique Centrale,
- Psilocybes', usage chamanique en Amérique Centrale

Tandis qu'en Occident, l'Homme carbure à l'Intelligence Artificielle, dans certaines contrées du continent Africain, des hommes et femmes d'apparence ordinaire se tournent vers leur être profond, prêts à plonger dans leur puits d'existence, pour s'abreuver à la source inépuisable du Grand Mystère. Cela se passe ainsi pour le jeune homme, initié de la tradition Bwiti du Gabon, dont nous allons suivre l'espace de quelques lignes l'aventure qui le changera à jamais.

« A heure dite, quelques minutes à peine avant le crépuscule, l'officiant souffle dans la conque et tout le village s'attroupe lentement et silencieusement dans la grande case de cérémonie. Bien entendu, le futur initié a peur, il est tendu et raide, il a froid aussi et son corps est découvert car le kaolin seul lui sert de couverture. Ce soir, le noir est blanc car il va voyager dans la terre de ses ancêtres.

Les gestes codifiés du maje vont le rassurer. Les regards se tendent vers lui car tous, parfois même les enfants, auront connus un jour le goût amer de Dibouga (Tabernanthe Iboga). Râpée et empilée dans une simple assiette, les yeux de l'assistance se vissent sur la bouche qui absorbe l'énorme quantité de racine en poudre. Bokayé ! lancent-ils en cœur une fois l'assiette vide. La nuit sera longue pour le jeune explorateur. Son Intelligence latente va se dévoiler et le prendre par la main afin de le conduire au cœur du Vivant. Car il va communier avec la Vie, il va goûter à la sève de la Création. Il en fera à jamais partie d'ailleurs, il deviendra à lui seul un hymne au Vivant en gagnant sa dignité d'être vivant au sein de la communauté. Dibouga va le réconcilier avec la mort, avec les questionnements existentiels et donc la vie. Il lui donnera même un nouveau nom qu'il rapportera victorieux de son au-delà ; ce sera une renaissance. Au petit matin, il sera porté, il devra réapprendre, car ses jambes aussi seront neuves. Son sang lui dira combien il vit, et combien chaque battement de cœur est un bienfait.

Bwiti est cette cérémonie sacrée de reconnexion avec l'inoubliable puissance de l'être. L'initié aura vécu son passage en adulte, avec courage et fierté. Jamais il n'oubliera, car renaître à son propre corps est un exploit mystérieux que seule la nature peut transmettre. »

Iurikan

Seul le chamane devrait être autorisé à administrer de telles plantes car leurs caractéristiques et effets sont puissants et surprenants. Il est le guide dans cette rencontre magique avec les mondes végétal et énergétique, mondes qu'il connaît bien. C'est son histoire personnelle qui a mené le guérisseur à la connaissance des plantes sacrées. Portes ouvertes sur l'au-delà, mais surtout, voie royale de la guérison holistique, elles sont les derniers témoins d'un monde de magie originel. Derrière son apparente simplicité, se cache une grande sagesse. Le chamane est donc le médium privilégié entre *la médecine* et le malade, quelque soit sa culture et sa condition psycho-physique.

Ce sont souvent des prédispositions innées qui mènent un individu donné à devenir chamane. Mais il doit encore faire ses preuves durant de nombreuses années en travaillant longuement sur lui-même avant d'acquérir le titre. Enfin, son rôle l'engage à mettre au service de la

guérison et de la vérité ses dons et connaissances. Les enthéogènes étant présents sur tous les continents, il est possible de rencontrer de tels individus aux quatre coins du monde...

Si la médecine conventionnelle et les autorités gouvernementales contestent les compétences ou les connaissances des chamanes, c'est surtout qu'ils entrent en conflit avec leurs intérêts. Leurs mérites sont dépréciés sur la seule base que ces *médecins de l'âme* n'ont pas fréquenté les bancs de la faculté de médecine pendant plus de dix ans ni effectué des soins en hôpitaux. Nantis de leurs diplômes, les médecins n'envisagent pas une seconde les années d'épreuves et d'apprentissage qu'un chamane doit endurer pour gagner le droit de soigner. En outre, dans un monde hautement compétitif qui fait la promotion des drogues chimiques, il est surtout important de donner aux ambitieux les capacités de rester dans la course coûte que coûte. Les véritables voies de la guérison ont donc été proscrites depuis longtemps, les gardiens de la médecine ancestrale muselés, et les vrais médicaments interdits, jugés trop dangereux par un système alimenté par la souffrance.

Mais un véritable guérisseur a passé toute sa vie à le devenir et ses efforts de connaissance se poursuivent jusqu'à la mort. Contrairement à de nombreux médecins occidentaux, les chamanes incarnent ce qu'ils transmettent. Ils doivent cette cohérence à un travail acharné de dépistage et de guérison de leurs propres maladies mentales et physiologiques. C'est par cet effort qu'ils ont d'ailleurs acquis l'essentiel de leurs connaissances. Lorsqu'ils sont « nommés » c'est qu'ils sont parvenus à transcender leur karma et qu'ils ont en eux suffisamment de clarté pour soigner. Cet aparté exclut évidemment les personnes qui s'improvisent chamanes pour des raisons financières ainsi que tous les pseudos guérisseurs qui se contentent d'endosser des costumes folkloriques et de danser au son des tambours, alors qu'ils n'ont pas encore entamé leur « cursus » personnel.

Avant de se lancer dans l'aventure de la guérison par les enthéogènes, il est effectivement important de rechercher un véritable chamane, même si cela doit prendre du temps.

*

En France, l'un des pays les plus répressifs au monde en la matière, les plantes sacrées ont été classifiées dans la catégorie des stupéfiants par la Miviludes, afin de protéger la population des dérives potentielles. Leur utilisation est donc interdite sur le territoire national. Paradoxalement, leurs molécules actives ont été isolées dans certains pays modernes et sont aujourd'hui utilisées dans les traitements de la toxicomanie. En effet, leurs vertus anti addictives et détoxifiantes ont été mises en valeur depuis bien longtemps. C'est le cas, par exemple de l'Ibogaïne, molécule de l'Iboga, que des cliniques spécialisées aux Pays-bas et aux Etats-Unis utilisent avec succès. Néanmoins, les enthéogènes restent autorisés sur leur continent d'origine. Au Gabon, notamment, l'Iboga ou Dibouga, a été classée « richesse nationale » du pays et bénéficie d'une protection particulière pour cette raison.

De part leur puissance d'action, l'utilisation des enthéogènes doit faire l'objet d'une attention particulière. Diverses précautions doivent être respectées. Ainsi, une personne qui en fait une utilisation abusive ou qui consomme en même temps des drogues ou de l'alcool encourt un risque certain pour sa santé. Néanmoins ces plantes demeurent absolument intéressantes sur le plan thérapeutique et introspectif. Prises dans un contexte sécurisé et adapté à l'individu (présence

indispensable d'un guide), elles permettent de se libérer par la purge des éléments pathogènes du corps et de l'esprit.

Le propre de l'enthéogène est de travailler en synergie avec la Kundalini et le vaste réseau énergétique du corps de guérison. C'est ce qui le rend si redoutable. Son action est vaste puisqu'elle s'attaque à tous types de maux, qu'ils proviennent du corps mental, énergétique ou physique. Autre atout majeur ; il transmet au cerveau la vision des éléments en travail. Ainsi, l'initié peut voir émerger d'anciens épisodes de sa vie, souvent traumatiques. Il comprend en quoi ils ont façonné le développement de sa personnalité et influé le cours de son existence. Parfois, les visions ne sont absolument pas compréhensibles par son mental. En effet, elles peuvent renvoyer à des événements ayant eu lieu bien en deçà de sa propre existence ou encore à des vérités archétypales qui le dépassent. D'autres visuels se référeront notamment à son passé familial, à ses vies antérieures, ainsi qu'à des lésions ou parasitages affectant le corps énergétique. Ces événements laissent néanmoins des traces dans le patrimoine génétique sous la forme d'émotions parasites, de programmes, de névroses, de psychoses ou autres maladies physiologiques.

Les enthéogènes possèdent, à travers leur pouvoir émétique, un large spectre d'actions sur l'organisme. Ils ont des propriétés anti-addictives, dépuratives, drainantes, antioxydantes, antiseptiques, antivirales. Ce sont de puissants stimulants du système immunitaire, d'excellents tonifiants, des antidépresseurs efficaces. L'éventail anti addiction de ces plantes est immense puisqu'elles vont rechercher les causes profondes de tout type d'addiction et comportement auto destructeur afin de déraciner le problème à sa source. Elles nettoient ensuite l'organisme des traces résiduelles des produits toxiques et le pansent. En un mot, elles sont une véritable panacée.

Il est troublant de constater que l'Occident tolère bien mieux l'usage des stupéfiants comme l'alcool, les drogues pharmaceutiques ou le tabac que celui des enthéogènes. C'est oublier que tout médicament chimique est d'abord issu de la nature, d'où il tire son pouvoir curatif. Que penser d'une telle société ? Que penser également du classement des enthéogènes parmi les stupéfiants alors que ces plantes sont justement reconnues pour leur efficacité dans les traitements de la toxicomanie ? Ce non sens total laisse présager une censure officielle- officieuse... En réalité, les enthéogènes n'entraînent pas d'addiction. Leur usage est au contraire assez désagréable, en raison de leur goût rebutant et de leur action vomitive. Par ailleurs, le travail de profondeur effectué sur les rouages obscurs des pathologies n'est pas des plus agréables. Leur classement dans la catégorie des stupéfiants a surtout permis l'interdiction de leur usage par le grand public, favorisant leur exploitation par les industries pharmaceutiques, tout en écartant un rival de taille : le guérisseur. L'artillerie médicale prive ainsi des millions de personnes de l'accès direct à des soins personnels et humains, d'une efficacité sans pareil. Mais il est aisé d'envisager le manque à gagner des grandes firmes si de tels produits étaient à la disposition de tous. Et ce n'est pas seulement l'industrie pharmaceutique qui aurait à en pâtir. Il est une multitude de produits et de services que les populations viendraient à boudier. Car « quand la santé va, tout va », sauf la courbe de la croissance économique.

« Visita Interiora Terrae, Rectificando Invenies Occultum Lapidem, Veram Medicinam ».

Basile Valentin



LE CHAMANISME: plus ancienne religion et médecine de l'histoire de l'humanité,
mettant l'Homme en rapport avec les grandes forces guérisseuses
sacrées universelles.

Avant de nous séparer

La connaissance sous contrôle

A l'instar d'Adam et Eve, chassés du Paradis pour avoir goûté au fruit défendu de l'arbre de la Connaissance, l'Homme moderne est damné d'avoir perdu son lien avec l'essentiel. Dans la version canonique, le reptile tente Eve qui, à son tour, corrompt Adam. D'une pierre deux coups : l'humanité est ainsi débarrassée du « dangereux » pouvoir de la Femme, ainsi que de la Connaissance. Restent l'homme et son égo qui auront le champ libre pour régner en maîtres absolus sur la planète et sur ses créatures. Ensemble, ils bâtiront de *grandes choses*. Il serait sage toutefois de se demander en quoi la Connaissance est-elle un « mal » ? Il est plus que raisonnable, en effet, de rappeler que loin d'être un péché, la connaissance est un droit universel, quasiment un devoir. L'élévation spirituelle n'est pas l'exclusivité de certaines communautés ou d'individus dits « illuminés ». Elle est avant tout un éclairage essentiel sur l'identité profonde, qui redonne accès au corps de guérison et de connaissance ; le corps divin.

Sans les clés de son incarnation, l'être mène une existence dont il ne peut saisir les enjeux réels ; il passe à côté de sa vie. Tandis que les dépositaires de cette Connaissance ancestrale, essentiellement transmise à l'oral, reposent en paix, les pratiques initiatiques ont de tous temps été réprimées, qualifiées d'hérétiques. Hier encore en Europe, l'Inquisition a condamné maints herboristes et guérisseurs au bûcher. En Asie, le Confucianisme a ordonné la destruction de milliers d'ouvrages de médecine traditionnelle, signant la perte d'innombrables et précieuses connaissances sur les corps physique et énergétique. Plus récemment, au vingtième siècle, les goulags de Sibérie accueillaient chamanes et guérisseurs de l'ex Union Soviétique. Cette infatigable répression a permis le maintien de l'Homme dans l'ignorance de ses facultés pour mieux le contrôler et exploiter ses forces. En contrepartie, il a bénéficié et bénéficie toujours d'un confort léthargique qui le maintient en vie, lui permettant d'accepter cette mutilation. Depuis, il est devenu quasiment impossible d'accéder à ces vérités et plus encore, de les mettre en pratique. Au cours des siècles, la disparition de ce savoir a progressivement signé la dégénérescence de l'humanité ainsi que la dégradation de son habitat terrestre.

De la traversée de ses déserts personnels en passant par de nombreuses visions extra-lucides, Ganji a vu naître en lui un regard nouveau et singulier sur le monde. Il a souhaité le partager à travers cet ouvrage avec le plus grand nombre. Les *théories* développées tout au long de son récit n'en sont pas vraiment car elles sont avant tout le fruit de l'expérience vécue dans la chair ; d'un voyage initiatique entrepris il y a longtemps déjà. En « exilé » dans ses terres intérieures pendant des années, il revient aujourd'hui à la société pour témoigner de son expérience, dire au monde qu'il est possible de rencontrer son karma et de vaincre son patrimoine destructeur. Chacun peut atteindre l'illumination de son vivant par la seule force de la volonté et du travail sur soi. Harmonie et cohérence deviennent alors des réalités concrètes au service de l'environnement et de toutes les sociétés humaines. Le but de toute existence, aussi modeste soit-elle, est de s'accomplir. L'être humain s'incarne donc essentiellement pour vivre des expériences dont il va tirer de la sagesse, pour découvrir et réaliser sa véritable essence ainsi que ses infinis potentiels. C'est ainsi qu'il parvient

peu à peu à l'accomplissement de sa destinée terrestre.

Ainsi, avant de vous engager dans la société, donnez-vous le temps de vous rencontrer. Avant de devenir ce que d'autres ont planifié pour vous, *soyez* tout simplement. Repoussez les limites qui ont été fixées pour vous et renouez avec votre Être profond, sans quoi vous demeurerez propriété de l'ignorance. Avant d'aimer, devenez des êtres accomplis pour que l'autre ne soit plus captif d'un amour égoïste.

Si vous cessez de focaliser vos pensées sur des objectifs qui vous ont été insidieusement transmis, vous débloquerez une quantité formidable d'énergie. Mise au service de votre désir d'élévation, d'épanouissement et de partage, cette énergie permettra à vos nouveaux projets de se matérialiser. En tant que prolongement de la Création, vous avez en vous une source de grandeur infinie qui ne demande qu'à exister. En route vers vos lointaines contrées intérieures, à la découverte de vos richesses inexplorées, vous vous délesterez des artifices inutiles. Au-delà de l'horizon, vous décoderez enfin le langage sublime de la vie.

Le sentimentalisme moderne, garant de l'hypocrisie, *tue* toute authenticité. La lucidité sacrée en revanche portera toujours ses fruits. Sans elle, l'Amour et la Lumière ne peuvent se répandre, ou bien de façon mensongère. Il convient donc de se recentrer sur la Santé (et non plus sur la sainteté) et de faire du « Caducée vivant » votre ultime allié, et guide sur le chemin de la Connaissance.

Les lendemains lumineux

Seule une société humaine où chacun est accompli peut matérialiser les plus hautes valeurs de l'existence. Dans une société libre, confiante et épanouie, les solutions les plus pertinentes aux problèmes de l'époque sont naturellement recherchées et mises en application. C'est le bien de tous qui est visé et chacun contribue en fonction de son savoir. Une ambiance de travail dynamique, créative et gaie est en place et permet des échanges harmonieux. L'envie de progresser soi-même, puis de partager les enseignements et compétences acquises profitent à tous. Cette énergie d'évolution en Conscience met progressivement fin aux intérêts égoïstes individuels, teintés de pathologies, qui ont généré jusqu'à présent les dérives idéologiques que le monde a connu, des états de vie malsains et indignes. Il s'ensuit une responsabilisation individuelle et collective face au patrimoine qui est celui de tous les humains : **la Terre**.

Armés de la connaissance des lois cosmiques, les esprits scientifiques se tournent vers l'étude de modes de locomotion, de chauffage et d'alimentation sains et écologiques, respectueux des ressources naturelles, de la flore et de la faune. Il ne s'agit pas d'un monde construit sur un idéal utopique à l'équilibre précaire, mais d'un monde évolué, dans lequel le niveau de Conscience collectif est si élevé qu'il ne laisse plus place aux décisions dépourvues d'intelligence et d'humanisme. Bien sur, il ne s'agit que d'une simulation car un tel monde peut mettre des millénaires à se construire ; il dépend du rythme d'évolution propre à chacun.

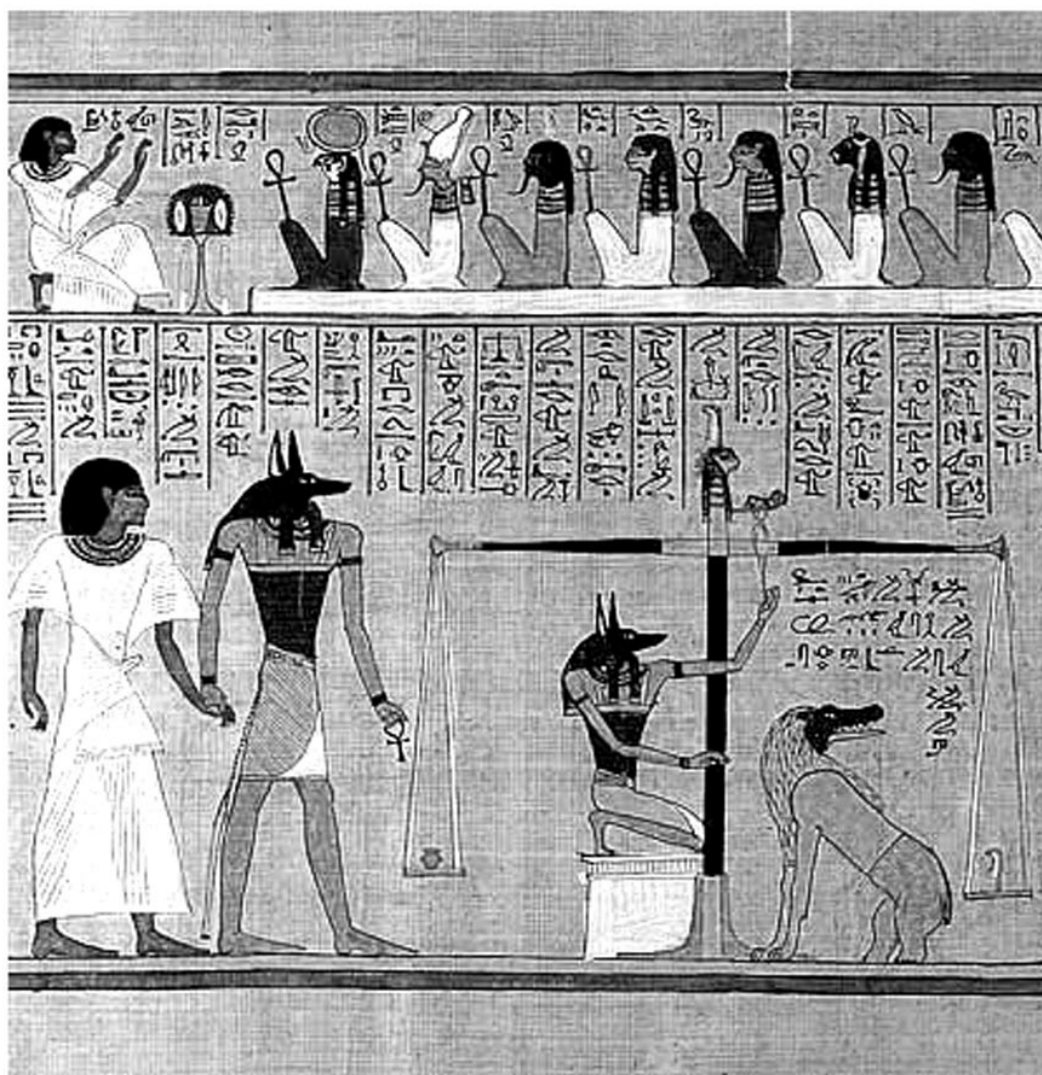
La priorité n'est pas de « sauver » la planète mais de se sauver soi, de se montrer digne de son humanité, de cette vie unique et précieuse, de ce corps extraordinaire, qui n'existe que pour vous mener à la réalisation. Infatigablement, cherchez en vous et autour de vous les moyens d'y parvenir. La magie est là, substance universelle qui vous guette, vous attend. Lorsque qu'après moult efforts, vous rencontrerez enfin votre véritable dimension, vous connaîtrez une exaltation

intense. Sous la bienveillante protection de votre énergie intérieure, vous seront transmis des enseignements qui vous grandiront définitivement. Alors seulement, vous reconnaîtrez votre identité réelle et lui rendrez grâce. (A)guéri et bienheureux, vous aurez choisi la dynamique de la VIE !

Bonne route.

« Celui qui se relèvera de ce mauvais sort verra la mort se changer en lumière. La vie n'aura plus de secret pour lui. Goûtez donc aux fruits de l'arbre de la Connaissance. »

Iurikan



LA PESEE DES AMES dans la mythologie égyptienne.

On parle dans le Livre des Morts égyptien de psychostasie (pesée des âmes).

Ici, sur un papyrus du scribe royal Houfener (règne de Sethi 1er, XIXème dynastie), le mort est introduit par Anubis devant ses juges. Son coeur est déposé sur l'un des plateaux de la balance, la plume de Maât reposant sur l'autre.

Pendant cette opération, présidée par Osiris qui décidera de son sort, le mort prononce la double confession.

Playlist

Méditation

Musique classique et sacrée

ALBINONI Tomaso Giovanni : Adagio
ALLEGRI Gregorio : Miserere
BEETHOVEN Ludwig van: Symphonie n°7
Bande-son du film *Le Parfum*, réalisé par Tom Tykwer
Bande-son du film *The Fountain*, réalisé par Darren Aronofsky
DI LASSO Orlando : Timor e Tremor
DURUFLÉ Maurice : Requiem
FAURÉ Gabriel : Requiem
GOUNOD Charles : Ave Maria
GLASS Philip : Metamorphosis, Choosing life
MONTEVERDI Claudio : Lamento della Ninfa, « Amor Dicea »
MOZART Wolfgang Amadeus : Concerto pour piano n°23
SATIE Eric : Gnossiennes n°6, n°4, n°1 et 2
SHORE Howard : « May it be », chanté par Enya, bande-son du film *Le Seigneur des Anneaux* réalisé par Peter Jackson
SHUBERT Franz : Ave Maria

Musique du monde

HARISPRASAD Chaurasia, virtuose de la flûte bansuri, Inde
MAUCHAHTY Tom – Tribal Winds : American Native Indian flute
NAKAI Carlos: “Shaman’s call”
RAVI SHANKAR : “Morning Love Native American”
TRIBAL WINDS : Circle of life

Pop-rock

JAM & SPOON : “Home Sunrise”, 11 energy
MASSIVE ATTACK : “Angel”, “Butterfly Caught”, “Outer-Space-Alliance”, “What your soul sings”
OAKENFOLD Paul : “Unfinished sympathy”, remix de Massive Attack
RADIOHEAD : “Reckoner”, “15 Step”, album In rainbows
RADIOHEAD : “I will”, “Sail to the moon”, album Hail to the thief
RADIOHEAD : “Like spinning plate”, “Pyramid song”, “Hunting bears”, album Amnesiac

Favoriser la transe

Musique électro

BOARDS OF CANADA : “Wildlife Analysis”

GARNIER Laurent et SHAZZ : Acid Eiffel

HIGHLIGHT TRIBE (électro-acoustique et sons tribaux) : tous les albums

LUNATIC ASYLUM: “Gobots”

MODELL ROD: “Grand bend”

TIKIMAN - “Acting crazy”

Suggestions cinématographiques

Documentaires

BERNARDI Armand, *Ayahuasca le serpent et moi*, 2004

FRICKE Ron, *Baraka*, 1993

KELNER Gilbert, *Les hommes du Bois sacré*, 2002

MOORE Michael, *Bowling for Columbine*, 2002

MOORE Michael, *Capitalism A love story*, 2009

SAUPER Hubert, *Le cauchemar de Darwin*, 2003

Longs-métrages

AKIN Fatih, *De l'autre côté*, 2007

BECKER Jean, *Deux jours à tuer*, 2008

CLAIR René, *La beauté du diable*, 1950

GIORDANA Marco, *Une fois que tu es né*, 2005

MEIRELLES Fernando, *The constant gardener*, 2006

UYS Jamie, *Les dieux sont tombés sur la tête*, 1989

Bibliographie

- AUROBINDO Sri, *La mère*, Ed. Sri Aurobindo Ashram Pondichéry, 1971
AUTAIN Clémentine, et son collectif, *Post Capitaliste, Imaginer l'après*, Ed. du Diable Vauvert, 2009
BAGINSKY Sharamon, *Manuel des Chakras*, Ed. Entrelacs, 1991
BESNIER Jean-Michel, *Réflexions sur la sagesse*, Ed. Le pommier Fayard, 1999
BRAIMBRIDGE Sophie, *Alimentation et santé... énergétique*, Ed. Marabout, 2002
CAZALS Diana et Gérard, *Manger bien, manger sain*, Ed. Hachette/Cil, 1991
CHARRIÈRE Henri, *Papillon*, coll. Pocket, Ed. Robert Laffont, 1969
COMTE-SPONVILLE André, *De l'autre côté du désespoir. Introduction à la pensée de Svâni Prajnânpad*, Ed. Accarias L'originel, 1997
DANIÉLOU Alain, *Yoga, méthode de réintégration*, Ed. L'Arche, 1951
DANIÉLOU Alain, *le mystère du culte du linga*, Ed. du Relié, 1993
DE SOUZENELLE Annick, *L'Égypte intérieure ou les dix plaies de l'âme*, coll. Espaces Libres, Ed. Albin Michel, 1991
DESCAMPS Marc Alain, *L'éveil de la Kundalini*, Ed. Alphée, 2005
DELACROIX Jean-Marie, *Ainsi parle l'esprit de la plante*, Ed. Jouvence, 2000
DESHIMARU Taisen, *La pratique du Zen*, coll. Spiritualités Vivantes, éd. Albin Michel, 1981
GUESNÉ Jeanne, *Le septième sens où le corps spirituel*, coll. Espaces Libres, Ed. Albin Michel, 1991
GOPI Krishna, *Kundalini, Autobiographie d'un éveil*, coll. Aventure Secrète, Ed. J'ai lu, 2000
GROUPE MARCUSE, *De la misère humaine en milieu publicitaire*, La découverte/Poche, 2010
KRISHNAMURTI, *Se libérer du connu*, coll. Le Livre de Poche, éd. Stock, 1994
KRISHNAMURTI, *La Révolution du silence*, coll. Le Livre de Poche, Ed. Stock, 1999
LAVAL-JANTET Marion, *Paroles d'un enfant du Bwiti, les enseignements d'Iboga*, Ed. Charles Antoni L'Originel, 2005
LAVAL-JANTET Marion, *Iboga : Invisible et guérison*, Ed. CQFD, 2006
LAVIS Alexis, présentation et préface de *La voie du Tao*, coll. Agora, Ed. Pocket, 2010
LELOUP Jean-Yves, *L'Evangile de Marie*, coll. Spiritualités Vivantes, Ed. Albin Michel, 2000
MEUNIER Pierre-Henri, *La santé vient en mangeant*, PHM Editions, 2002
NATAF Georges, *Symboles et marques*, Berg international éditeurs, 1994
OMRAAM Aïvanhov, *Centres et corps subtils*, Ed. Prosveta, 2006
ORWELL George, 1984, (première parution en 1948) Ed. Gallimard, 1991, Paris
PÉLEGRIN-GENEL, *Des souris dans un labyrinthe*, coll. La découverte, Ed. Les Empêcheurs de tourner en rond, 2010
PEREZ Ana Maria, *L'Amazonie guérisseuse*, Ed. Dervy, 2003
PESSOA Fernando, *Poèmes païens*, Christian Bourgeois Editeur, 1989
RITCHIE Georges, *Retour de l'au-delà*, Ed. Robert Laffont, 1986
SÁNCHEZ Victor, *La récapitulation chamanique*, Ed. du Rocher, 1999
SCOPELLO Madeleine, *Les Gnostiques*, Ed. du Cerf, 1991
SMITH Jennie, *La cuisine Bio*, Ed. SAEP, 1999
TOLLE Eckhart, *Le pouvoir du moment présent*, Ed. Ariane, 2002
TOLLE Eckhart, *Nouvelle Terre*, Ed. Ariane, 2005
VITEBSKY Piers, *Les chamanes*, Ed. Taschen, 2006
WALDENFELS Hans, *La méditation en Orient et en Occident*, Ed. du Seuil, 1981

Périodiques

RECHERCHES, *Autoritarisme démocratique et démocraties autoritaires du XXIème siècle*, sous la direction de [Olivier DABÈNE](#), [Vincent GEISSER](#), [Gilles MASSARDIER](#), coll. Convergence du Nord, Ed. La Découverte
L'EXPANSION, mensuel sur l'économie, n°752- mai 2010 : « Crise : les vainqueurs et les vaincus »