

Titre : Spiritualité de l'avenir : L'éveil au-delà du temps et de l'espace

Date : 8 décembre 2002 (fin de session du matin 2^e jours dimanche matin et début de la session de l'après midi.)

Lieu : Suresnes, France

Type : séminaire (un weekend/2 jours, suite du matin 2^e jour et début de l'après-midi 2^e jour, #5)

13 pages

[0:04] On peut procéder pour faire le lien entre son aura et puis la lumière de l'intelligence. Parce qu'en fait, comme nous avons vu, il y a des niveaux de lumière. Il y a la lumière physique, qu'on appelle physique, et puis il y a des niveaux de lumière qui ne sont pas limités au phénomène physique. Alors, comment procéder ? Alors, ça c'est de la théorie, mais enfin, comment procéder dans nos exercices ? Alors, je me réfère d'abord à Hildegard von Bingen. C'est une dame chrétienne allemande qui a inspiré beaucoup de gens. Alors elle dit ceci.

[1:11] « Je me trouve dans un monde de lumière. Je suis absolument pleine de lumière, mon corps est imbibé de lumière, pénétré de lumière.

[1:37] Fulgurant, et j'éprouve l'extase de la lumière, communion avec la lumière. Puis à un certain moment, ce monde de la lumière semble... s'avère être une porte qui s'ouvre vers un monde de lumière encore plus sublime, plus subtile, et j'en suis transfiguré. Et ensuite ce monde de lumière s'avère être une porte qui s'ouvre vers un monde de lumière, encore plus sublime. Et ainsi de suite. »

[2:46] Alors, qu'est-ce que fait le Bouddha? Le Bouddha vous donne des instructions extrêmement précises, ce sont ses propres pratiques, qu'on appelle Kassanam. Alors je vais essayer de le décrire.

[3:10] Vous commencez par vous représentez un disque par exemple pour commencer vous pouvez tout simplement couper un morceau de carton, en faire un disque et puis le peindre rouge et puis regarder et puis vous fermez les yeux vous allez voir du vert n'est-ce pas? le réflexe. Maintenant, vous n'avez pas besoin de faire tout ça. Vous pouvez, à l'inspir... non, à l'expir, vous pourriez vous représenter de la lumière rouge tout simplement. Ça n'a pas besoin d'être un disque et puis à l'inspir vous ne faites rien vous inspirez tout simplement et sans projeter quoi que ce soit dans votre imagination, vous allez voir qu'en effet une lumière verte semble émerger de l'intérieur.

[4:42] On appelle ça le réflexe. Maintenant, dans un deuxième temps, ce que je vous... Je paraphrase ce que Bouddha dit. À l'expir, alors, vous revenez à la lumière rouge. Concentrez très intensément sur la lumière rouge. Et puis à l'inspir, vous divisez l'inspir en deux moitiés, et dans la première moitié vous allez voir du vert, et dans la deuxième moitié le réflexe du réflexe. Je n'ai pas besoin de vous dire

quelle est la couleur, d'ailleurs il vaut mieux que vous ne le sachiez pas, parce que vous allez l'imaginer alors que si vous ne savez pas ça va se faire tout seul.

[5:52] Et puis dans un troisième temps... Attendez peut-être je fais trop vite alors essayez de faire ça.

[6:15] Mais faites attention de ne pas imaginer une couleur verte. Il faut laisser cette couleur transparaître. Et puis ensuite l'autre couleur. Vous imaginez la couleur rouge tout simplement. Évidemment, cet exercice demande beaucoup de concentration, il ne faut pas penser à autre chose, je vous ai dit hier, il faut maintenir votre pensée par votre maîtrise, ne pas la laisser s'évader, s'égarer.

[7:54] Maintenant dans une démarche, la prochaine démarche, vous divisez votre inspir en trois. Et donc vous voyez le réflexe, le réflexe du réflexe, et le réflexe du réflexe du réflexe. Alors faites attention là parce qu'il y a tellement de lumière de différentes couleurs qu'on s'y perd très facilement donc ça demande beaucoup de concentration.

[9:15] Alors, évidemment, il est utile de dire qu'on arrive à l'ultraviolet, et peut-être au-delà, parce qu'il n'y a pas de limite à la fréquence de la lumière. Quand on dit ultraviolet, on veut dire au-delà de la couleur violette. Enfin, de la fréquence qui correspond à la couleur violette. Alors maintenant nous arrivons au point final, à l'exercice ultime, c'est qu'à l'expir vous représentez une lumière incolore.

[10:10] Alors pensez à un diamant par exemple. Ça ne veut pas dire blanche, n'est-ce pas ? C'est incolore. Et puis à l'inspir, alors ça c'est très difficile à saisir ce qu'on veut dire, à l'inspir, vous saisissez le réflexe de la lumière incolore.

[11:01] Et puis ensuite vous procédez, vous divisez l'inspir en deux et vous arrivez au réflexe du réflexe de la lumière incolore, Et au fur et à mesure que l'on procède, on arrive à la lumière de l'intelligence.

[13:47] Alors, pensez que vous êtes en train de vous réveiller, ou plutôt que l'univers s'éveille dans votre éveil, ou si vous voulez, Dieu s'éveille dans votre éveil.

[14:13] Et ce n'est pas être éveillé eu égard à ce qui se passe dans le moment présent ou dans la localisation actuelle, mais il s'agit de s'éveiller au-delà, de l'avancée du temps et au-delà de l'espace. Mais cet éveil, comment dirais-je, éclaire le monde existentiel. C'est difficile de dire ce que je veux dire.

[15:40] C'est l'éveil dans la vie, n'est-ce pas ? Je dis, mais non pas limité par le point de vue personnel.

[16:24] Alors on a l'impression qu'avant on était aveugle, enfin on n'y voyait pas clair, et maintenant tout d'un coup on voit clair. Alors on peut se rappeler de ses problèmes, mais maintenant ça semble tellement désuet, c'est pas tellement important. Ce qui est important c'est de l'éveil, le reste, c'est

comme ça. On ne se fait pas de mauvais sens parce que les choses vont mal etc. C'est pas important. Alors est-ce que vous pouvez vous réveiller, vous réveiller...

[17:47] Ça vous donne le sourire d'ailleurs combien j'étais imbécile de ne pas être réveillé hum, Alors, en parallèle, naturellement, on a l'impression d'être animé par le Saint-Esprit.

[18:44] Au lieu d'avoir un peu d'énergie, c'est un peu comme un éclair, n'est-ce pas ? La descente du Saint-Esprit, c'est foudroyant, n'est-ce pas ? C'est un *satori*, n'est-ce pas ? On a envie de danser de joie, on est libre. Alors nous allons terminer avec la musique qui correspond à cela. C'est comme Sancto Spiritu dans la messe de Bach. Peut-être vous m'apportez c'est plus facile je vous le dis tout de suite où ça se trouve. Vous devez vous sentir libre, vous n'avez pas besoin de rester assis, levez-vous et puis, vous étirez. Et puis, quand vous allez écouter la musique, j'espère que vous allez avoir envie de danser.

[24:23] Voilà, quelle histoire, quelle histoire. Bach... Voilà, merci, alors cet après-midi. Alors, attendez, parce que cet après-midi... Le soufis (de li rum?). C'est l'histoire de Moïse et de... et le berger.

[25:05] Vous voyez, le zikr des soufis représente une pratique de méditation avec mouvement du corps. Et ce mouvement donc ça veut dire que le corps participe à l'expérience et que le mouvement régit les différentes phases par lesquelles on passe et que l'on répète continuellement enfin, parfois pendant des heures. Alors, le zikr incorpore donc les dimensions que nous avons rencontrées au cours du chemin. Il y a d'abord la dimension cosmique. Et si vous vous souvenez, je vous dis, c'était... Oui, enfin, si vous vous souvenez, la dimension, le sens de l'immensité, la dimension cosmique, le sens de l'immensité, votre conscience s'élargit, elle devient toute embrassante.

[26:34] Et puis, il y a l'inverse, c'est la conscience de l'univers qui se focalise dans notre conscience.

[26:48] Alors, les deux se complètent. Alors, à l'expir, votre conscience s'élargit, se dilate, se répand, devient tout-embrassante. Et à l'inspir votre conscience est toujours, vaste mais c'est la conscience de l'univers qui converge dans un point focal qui est celui de votre conscience personnelle, et en fait nous avons appris que qu'on peut répandre sa conscience de l'intérieur, c'est-à-dire qu'on peut atteindre à de grandes distances, pour ainsi dire, de l'intérieur, alors que de l'extérieur on est limité par l'environnement immédiat. Alors qu'il n'y a aucune limite à l'envergure de la conscience lorsqu'elle a été tournée intérieurement.

[28:05] Donc là vous avez deux dimensions: la dimension cosmique et puis tournée intérieurement.

[28:18] Ensuite, alors ces deux dimensions, la conscience, on les rencontre dans la première phase du zikr. On dit « *La ilaha illa allah.* » On fait mouvement circulaire avec la tête c'est la roue samsarique comme je dis. Ça vous donne un sens de mouvement et d'envergure, alors la tête tourne du côté de l'épaule gauche et puis ensuite du genou gauche puis le genou droit et puis l'épaule droite et puis le

zénith et si vous voulez vous pourriez continuer comme ça, si vous continuez comme ça, vous êtes pris dans le cercle vicieux, comme on dit, de la roue samsarique. Alors, dans ce mouvement, il y a deux dimensions, enfin deux orientations. Il y a les forces centrifuges.

[29:45] Alors, faites ce mouvement et voyez.

[29:51] Et identifiez-vous avec votre champ magnétique, votre corps subtil, donc c'est un champ d'énergie, Et au lieu de décrire un cercle, vous décrivez une spirale.

[30:38] Et donc votre conscience s'élargit, se répand, se dilate, et Et c'est un peu comme si vous étiez en train de regarder les lettres d'un livre. Et puis ensuite, vous étiez en train de regarder la chambre dans laquelle vous êtes. Et ensuite, vous êtes en train de regarder par la fenêtre la contrée, le paysage. Alors il y a des objets qui sont plus proches et puis il y a des objets qui sont plus éloignés par exemple il y a une scène un panorama de montagne, alors votre vue s'élargit de plus en plus, et puis la nuit vous regardez dans les étoiles, alors là évidemment votre regard atteint des distances infinies, incroyables, alors il en va de même de votre conscience. Pendant que vous faites le mouvement.

[32:24] Mais quand on circumambule, le temple par exemple, cela attire votre attention sur le temple. Et donc du fait de ce mouvement circulaire, l'attention est dirigée vers le plexus solaire. Donc on est en train d'engendrer des forces centripètes c'est-à-dire qui se tournent vers l'intérieur. Donc on commence par mettre en vedette les forces centrifuges, et puis à un certain moment lorsque l'on sent l'extraordinaire force d'attraction du plexus solaire. Alors la tête redescend. Elle se tourne vers le plexus solaire. Donc en fait, vous faites trois quarts de cercle avec la tête. « *La ilaha.* »

[33:40] Et puis lorsque la tête s'est tournée vers le zénith, alors elle redescend, elle descend en flèche, pour ainsi dire, pour se tourner vers le plexus solaire, illa, illa.

[34:00] C'est là où on est en train de plonger dans le subliminal, dans l'inconscient, dans tout ce qui est possibilité qui émerge sous la forme de réalité. Donc, on est en train de plonger dans les prémices qui vont conduire à la renaissance récurrente.

[34:40] Et la tête rebondit de nouveau, maintenant la tête rebondit pour remonter étape par étape du plexus solaire jusqu'au haut de la tête. Et c'est là où vous êtes en train de rencontrer la dimension transcendante pour laquelle nous nous sommes préparés ce matin avec les exercices de lumière. Alors quelles sont donc ces étapes ? Il faut les connaître. Évidemment, la carte n'est pas territoire, comme dit Korzybski, mais malgré tout, il est bon d'avoir une carte, pour savoir quelle est la séquence des étapes.

[35:48] Alors, à partir du plexus solaire, vous tournez votre attention vers le cœur, le cœur *anahata* chakra, le centre cardiaque, le plexus cardiaque. Et en fait, ces deux centres sont reliés d'une façon, l'une est intérieure, l'autre extérieure, enfin intériorisé et extériorisé.

[36:28] Donc en langage soufi, *Batin* et puis *Zahir*. Alors, c'est ainsi que vous êtes en train d'encourager le passage du possible à l'actuel, du subliminal à l'existentiel. Et donc à procéder, à encourager, à fomentier votre renaissance. Et pensez que nous sommes re-nés à chaque instant, mais nous nous opposons à cette modification de notre être parce que nous sommes attachés à l'image que nous faisons de nous-mêmes. C'est donc, lorsque l'on se tourne intérieurement, avec le *illa*, on se tourne vers le plexus solaire, il y a ce qu'on appelle *fana*, c'est-à-dire qu'on perd la notion de soi-même, on s'est perdu. Et comme Saint-Jean-le-Croix avait dit, pour s'être perdu, on se retrouve transfiguré.

[37:51] Alors Ibn 'Arabi dit non, on ne se perd pas, on perd la notion qu'on se fait de sa personne.

[38:05] Donc pour ça il faut être intransigeant, et c'est pour ça qu'on dit « *illa* » avec beaucoup de force. *illa*, intransigeant. On abandonne les béquilles, tout ce sur lequel on compte pour sa valorisation, on n'est plus rien. La notion qu'on se fait de soi-même est *maya* est totalement désuète.

[38:58] Et alors, comme on l'a fait ce matin, on l'a vu déjà ce matin, la soi-organisation de l'univers se perd en vous, c'est-à-dire l'organisation s'organise en faisant, en actualisant des, potentialités présentes dans l'ordre parce qu'il y a des possibilités qui sont plus maniables que d'autres, plus possibles que d'autres.

[39:47] Alors, sachez que pour qu'il y ait une renaissance, il faut protéger la nouvelle poussée de vie. Et dans ce cas, il faut la protéger contre son doute. Donc c'est un acte de foi qui fait qu'on croit en effet à la congruence de l'action de l'univers en sa personne.

[40:35] Alors il y a un passage à la limite là qui est très intéressant, n'est-ce pas, après s'être tourné vers le plexus solaire. On déclenche toute une activité, et elle s'effectue par l'acte de l'imagination. D'ailleurs, toute créativité est déclenchée par un acte d'imagination, un imago, une image, donc une pensée assume une forme même dans le corps physique et en particulier dans la psyché.

[41:36] Alors c'est là où vous prenez la relève sur la soi-organisation, c'est-à-dire l'organisation de l'univers qui s'organise en vous, vous prenez la relève et c'est là où vous choisissez comment vous voulez être. C'est ce qu'on a fait ce matin. Donc les soufis appellent ça *Alam al-Mithal* c'est-à-dire le plan, la sphère de... *Mithal* ça veut dire de la forme, en fait.

[42:21] On peut dire que c'est le plan de la métaphore. Alors, ce que je préconise, c'est qu'on travaille avec chacune de ces étapes séparément pendant des jours, des semaines, avant de les relier ensemble au cours d'un inspir, n'est-ce pas ? Alors, ça va trop vite, n'est-ce pas ? Il vaut mieux travailler avec chaque niveau séparément.

[42:59] Alors, je crois qu'on a déjà fait ça ce matin. À l'inspir, on se tourne dans le plexus solaire, dans le vide, enfin on appelle ça le vide, dans le subliminal. Et puis on retient le souffle et puis quand on

expire alors il se déclenche toute une renaissance, et si on ne donne pas tout son support à cette renaissance elle sera mort-née, donc il faut que tout votre être contribue à votre devenir à votre passion, de ce qu'on ne pourra jamais atteindre mais cela va vous vous attirer vers une évolution, un cheminement.

[44:36] Alors, on a déjà fait ça ce matin, n'est-ce pas ?

[44:50] Maintenant, évidemment, on peut déployer les potentialités de son être qui sont virtuelles, pour les actualiser, selon ce qu'on désire.

[45:17] Mais, évidemment, sans tenir compte des niveaux supérieurs de notre être, de son être. Alors, par exemple, un compositeur peut très bien composer une symphonie, un concerto, quoi que ce soit, C'est une sonate qui représente très bien l'émotion humaine par exemple Brahms, sans pour ça entrer en considération le niveau céleste.

[46:21] Alors que pour être un être holistique, C'est-à-dire, pour activer toutes les potentialités de son être, il faut inclure l'accordage, la connaissance qu'on acquiert par le fait de prendre l'essor dans les sphères célestes. Alors, nous avons parfois, par exemple ce matin, on a joué le CD « Le Kyrie » de Gabrielli.

[47:29] Alors nous sommes en train de nous élever dans le plan *malakut*, c'est-à-dire la sphère angélique. Et c'est à vous, ça dépend si ça vous dit quelque chose, si ce n'est pas important, alors ne le faites pas naturellement, mais il y a parmi nous des personnes qui ont la passion du sublime. Alors, je l'ai décrit, je crois que c'était hier, enfin j'ai essayé de le décrire, l'enfant qui est encore présent en vous et que vous retrouvez quand vous regardez dans les yeux d'un enfant.

[48:26] C'est *tabula rasa*, c'est le centre immaculé de notre être, qui reste, qui n'est pas souillé par tout ce qu'on a fait, qui reste pur absolument, alors on peut le retrouver, il est encore là.

[49:02] Et si vous ne faites pas ça, alors il n'y a aucun accès aux plans supérieurs.

[49:13] Alors, évidemment, il y a tout un travail à faire sur sa personne, on l'a déjà fait d'ailleurs, enfin on l'a déjà préparé, c'est reconnaître ses fautes, je l'ai dit hier, la notion qu'on se fait de sa personne est tellement précaire, et donc sa valorisation sur laquelle on se repose pour tenir bon dans la vie. Alors si on reconnaît ses fautes, alors on s'effondre. C'est pour ça que beaucoup de personnes ne veulent pas reconnaître leurs fautes. Il y a une sorte d'instinct de protection qui fait qu'on ne peut pas un « defense-mechanism », un mécanisme de défense. Mais, comme je l'ai dit hier, il faut le faire quand même. Et la seule sauvegarde contre cette défaillance se trouve dans les paroles de Pir-o-Murshid: l'aristocratie de l'homme avec la démocratie de l'ego, c'est-à-dire, reconnaître son héritage divin et en même temps reconnaître ce qu'on en a fait.

[50:41] Mais l'héritage est toujours là. Donc ça vous ne pouvez pas le perdre.

[50:50] Donc il y a un travail à faire dans le domaine de la culpabilité et dans le domaine de la rancune. Et c'est là l'obstacle. Et si vous ne passez pas par cet obstacle, vous n'allez pas pouvoir atteindre le samadhi, l'éveil.

[51:34] Alors, évidemment, tout est là, et pour chacun de nous, c'est le grand défi, renoncer, et comment ne pas renoncer si on désire encore, alors arriver à voir, à estimer les valeurs relatives des choses pour des motivations, pour qu'on ait finalement, on n'a pas du mal à renoncer parce qu'on se rend compte à quel point cela n'a pas de valeur, un peu de valeur. Il y a tout un travail à faire. Alors ce n'est pas la peine d'essayer de brûler les étapes et de monter vers le samadhi. On dit qu'on est en train de se décevoir, c'est ce que beaucoup de personnes font.

[52:51] Évidemment pas de justification, parce que la raison n'y suffit pas. Ce que l'on appelle la logique syllogistique que j'ai appris à la Sorbonne, non, ça a une valeur très relative. Donc, ce n'est pas la peine d'essayer de justifier, c'est ce qu'on fait tout le temps, n'est-ce pas ? On se justifie à soi-même, on se justifie avec d'autres personnes. Non. C'est pour ça que le Christ n'a pas essayé de se justifier. C'est pas la peine.

[53:43] En fait, l'enfant est sans défense. L'ego, c'est votre défense. Et si vous vous départissez de votre ego, alors vous êtes sans défense. Comme Pir-o-Murshid, mon père dit: « mon cœur est comme du verre et je le mets dans la main des personnes, par amitié, et une fois qu'ils ont l'affaire dans la main, ils disent, si tu ne fais pas ce que je veux, je le brise. » Parfois vous vous sentez comme ça. Ou alors vous jouez au gourou, alors là, on ne peut pas vous briser, parce que vous êtes un dictateur, pas de problème c'est facile et les gens sont assez imbéciles pour suivre cette voie.

[55:03] Voyez c'est là où on bute contre ce problème c'est pas la peine, on peut pas passer outre, il faut brûler les étapes, il faut vraiment faire face à cela et la question est: « à quelle chose est-ce que je renonce, et je ne renonce pas parce que je sais qu'il faut aller plus loin, mais parce que ça ne me dit plus rien, enfin ça a une valeur relative, ça ne me retient pas. » Alors, il y a une parole de Pir-o-Murshid qui est, je crois, la clé. Quand il dit « At the command of the will », à la commande de la volonté, on se hausse au-dessus des conditions terrestres. C'est un acte de volonté, on se hausse au-dessus des conditions terrestres. On est tout à fait dans la perspective du Christ, on est dans le monde, mais on n'est pas du monde. Et cela a trait en particulier à notre relation avec les personnes.

[56:36] Alors, comme Khalil Gibran dit, les grands arbres ne poussent pas dans l'ombre l'un de l'autre, il faut un espace. Mais peut-être l'attrait est encore plus grand, si ça se fait dans le souffle de la liberté qui... Du respect de la liberté mutuelle qui vous unit par la force de l'amour. Alors, Pir-o-Murshid dit qu'il ne faut pas couper les liens avec les personnes, mais alléger, alléger un petit peu. Il n'y a pas de

pression, d'une volonté d'une personne sur vous, mais trouvez une certaine liberté dans votre relation. Pas couper le nœud gordien comme avait fait Alexandre le premier. C'est pour ça qu'il n'a pas conquis le monde, n'est-ce pas? vous connaissez l'histoire.

[58:04] Alors, une sorte de solitude, les soufis appellent ça *takatak*, c'est-à-dire « solitude dans le monde », pas besoin d'aller dans la forêt, non, mais ne pas être pris dans le pétrin et voir perdre le don, on voit clair, on voit sa relation avec les personnes, beaucoup d'amour, compassion et respect et même en même temps on conserve une sorte de zone, qui représente votre espace votre espace psychologique pour ainsi dire.

[59:19] Vous voyez, c'est vraiment très simpliste de se retirer du monde, d'aller terminer sa vie dans une caverne ou au Mont Athos ou dans un monastère. C'est une solution de simplicité.

[59:38] Alors c'est beaucoup plus intelligent d'arriver à trouver cet espace, à incorporer cet espace dans la vie, dans sa relation avec les gens, en protégeant sa psyché contre l'impact, du monde, ce qu'on veut dire par le monde, naturellement, il faudrait pouvoir le définir, mais disons la recherche du bien-être personnel, peut-être au prix des autres personnes, la gourmandise, l'égoïsme, etc. Et surtout de la poursuite de valeurs vraiment, presque grossières d'ailleurs, on trouve ça dans la musique maintenant, de valeurs vraiment vulgaires.

[1:00:49] Ou alors très factices, hilarité, gaieté, très... Ce que Pir-o-Murshid dit, c'est qu'on abandonne ces perles, on échange ces perles pour des pierres.

[1:01:22] Alors, évidemment, je reconnais qu'il y a un jugement dans ce que je dis. Et alors Pir-o-Murshid fait très attention, il dit, ne jugez pas. Dites-vous que les personnes qui vous attirent vers le monde, enfin qui exercent un certain poids sur vous pour vous attirer vers le monde d'un, enfin, ces personnes sont comme vous étiez, et maintenant que vous avez changé, puis ils sont encore comme vous étiez, comme vous étiez, alors, on apprend par ses fautes, comme avait dit Pir-o-Murshid, comme l'avait dit Pir-o-Murshid, et d'ailleurs tout l'univers procède par exploration. Ce n'est pas prévu, c'est exploré.

[1:02:29] Elles s'organisent en explorant et il y a évidemment des obstacles, des voies sans issue et puis on recommence, on essaye autrement, alors c'est comme ça dans votre vie.

[1:02:57] Il y a une certaine intelligence de l'univers qui fait qu'on se bute à un obstacle qui vous dit que vous faites un faux chemin. Maintenant, essayez autre chose. Ce n'est pas la peine d'insister. Essayez autre chose. Et puis, peut-être que ce n'était pas bien non plus. alors continuez et vous êtes libre, vous pouvez continuer, chercher autre chose.

[1:03:39] C'est-à-dire ne pas être dans un état de dépendance, ni vis-à-vis des circonstances, ni vis-à-vis des personnes, ni vis-à-vis de vos émotions, ni vis-à-vis de vos pensées, ni vis-à-vis de la programmation de l'univers. Et ça c'est le bouddhisme, c'est libération vis-à-vis du déterminisme. Ce sont les dernières paroles de Bouddha après sa retraite. « Je me suis libéré du conditionnement. » C'est ça la liberté. Alors conditionnement, vous avez de très bons exemples. on est devenu dépendant de cigarettes par exemple c'est un cas très pertinent d'une dépendance, mais il y a des dépendances beaucoup plus subtiles naturellement.

[1:04:57] Et c'est pour ça que les *sannyasins* vivent dans des conditions extrêmement difficiles. Exposées au froid, au chaud, à la faim, à la soif, au danger des animaux féroces. Et évidemment sans du tout, sans tous les agencements, l'équipement dont nous sommes, dépendants dans notre vie, dans notre civilisation actuelle, n'est-ce pas ?

[1:05:45] On dépend de son frigidaire, sa machine à laver, sa voiture. On aimerait qu'on ait quand même un toit qui ne fuit pas, etc. On dépend de beaucoup de choses, matérielles. Alors, hier, j'ai parlé de ce monsieur qui était devenu le plus en plus chétif et puis qui a été abandonné par les médecins. On lui a donné encore un mois à vivre. Puis tout d'un coup, il est sorti de son lit, il est allé dans le bois, dans la forêt, et puis il a construit un petit nid avec des feuilles sèches, et puis des morceaux de bois pour le toit et puis là il mangeait ce que mangent les écureuils alors qu'il pesait, donc, c'était 90 kilos, je crois. Enfin, non, c'était moins. Il pesait très peu. Tout d'un coup, alors, il a grossi. Il est devenu très fort. Et puis, il était rayonnant. Alors, évidemment, je ne sais pas si nous pouvons tous faire ça. Mais je veux dire par là que les obstacles vous donnent de la force. Alors ne vous plaignez pas si vous avez affaire à de grands obstacles dans votre vie. Ça n'a pas besoin d'être le manque de frigidaire, mais les obstacles humains. On n'a pas besoin de chercher des obstacles parce qu'il y en a partout.

[1:07:55] Donc c'est notre nostalgie de la liberté qui nous donne, qui déclenche notre essor dans la sphère céleste.

[1:08:40] Alors, évidemment, il faudrait être clair sur ce qu'on veut dire par le monde. C'est un mot que les hindous utilisent beaucoup. *Dunya*, le monde. C'est un mot qu'on utilise, le mondain, très superficiel, et puis comme je dis, c'est un jeu de l'ego. On pourrait contraster cela avec le sublime, le sacré, et dire voilà je suis à la recherche du sacré.

[1:09:43] Comme Saint François d'Assise avait dit à son père, qui lui a dit, mais je suis ton père, tu es en train d'éparpiller mes possessions, de les donner aux pauvres, mais elles m'appartiennent, même les vêtements. Alors il a enlevé ses vêtements, il a dit, j'ai un autre père. Il n'a pas dit tu n'es pas mon père, il a dit j'ai un autre père. Alors c'est ça.

[1:10:23] Oui, je participe à la vie, je coopère avec des gens, je fais ce que la vie me demande de faire, mais mon cœur est consacré à mon idéal du sublime. Et cela se manifeste par la façon de se comporter dans des conditions horribles. Les gens se comportent d'une façon... affreuse, et on se comporte bien malgré tout. On introduit le céleste dans le terrestre. Alors il ne faut pas rechercher la sphère céleste là-haut quelque part. Non, s'est imbriqué dans la vie et on ne peut le trouver que par soi-même, dans soi-même, à travers soi-même.

[1:12:06] Alors Ibn Arabi dit, c'est comme si, on se démunissait d'une infrastructure après une autre, un dépouillement qu'on appelle ça, un dépouillement. Par exemple, le corps, eh bien, il sert, évidemment c'est une infrastructure, mais il dit petit à petit on se libère de sa dépendance sur le corps, etc. Et puis ensuite le corps subtil, etc. Mais à un autre moment Ibn Arabi dit, il faut transmuter le corps, transmuter le corps, plutôt que s'en défaire, s'en défaire c'est-à-dire ne plus en tenir compte, alors ça c'est plus subtil.

[1:13:22] Alors on aura également rencontré ça au cours du chemin, vous vous souvenez, à partir du moment où vous vous identifiez avec votre champ magnétique, votre corps subtil, vous êtes en train d'encourager le processus selon lequel les atomes de votre corps sont transformés de façon à devenir ionisés. C'est le processus de l'ionisation. C'est-à-dire charge électrique plutôt que matière particule, matière dense, masse, on appelle masse.

[1:14:18] Et puis alors tout le travail qu'on a fait avec la lumière, parce que dans une deuxième étape, comme je l'ai dit ce matin, ce qu'on peut faire, ce qui peut se passer si on a bien travaillé pour se préparer pour après la vie, c'est le transfert des électrons en photons, c'est à dire que l'infrastructure sur laquelle on se repose c'est son aura. Alors donc l'accès au monde, à la sphère *malakut*, à la sphère des malaks c'est à dire des anges célestes c'est par la lumière c'est, c'est par le travail que nous avons fait d'ailleurs de transmettre la lumière physique, en lumière non physique, disons.

[1:15:40] Donc ce n'est pas votre aura physique qui est l'infrastructure maintenant, mais c'est un niveau de lumière qui est de plus en plus plus subtil.

[1:16:06] Donc là où nous en sommes dans le zikr, on est emporté dans l'extase de la lumière. Et cela se reflète sur ce qui se passe lorsque l'on retourne au mouvement circulaire. Parce que maintenant, au lieu de faire ce qu'on avait dit auparavant, c'est-à-dire de s'identifier avec son champ magnétique, lorsqu'on effectue le cercle, le mouvement circulaire du corps. Maintenant, c'est l'aura de lumière qui opère, qui se tourne sous la forme d'une spirale d'ailleurs.

[1:17:07] Une spirale de lumière qui se répand dans l'immensité. Mais alors, chose curieuse, mais c'est un peu peut-être difficile à comprendre, c'est que vous avez *la ilaha illa, la ilaha* oui c'est ça. Alors *la*, c'est la roue samsarique, cosmique, et puis *ilaha*, alors je dis c'est comme une spirale qui se répand dans

l'immensité, disons horizontale, qu'on conçoit comme horizontale. Et puis quand on dit *ilaha*, la tête remonte, enfin dans le cercle, à partir de l'épaule droite, la tête remonte jusqu'au zénith. Alors la spirale se déploie dans la direction transcendante.

[1:18:32] Donc, la lumière devient de plus en plus non-physique, si je puis dire. Jusqu'à ce qu'on arrive à la lumière de l'intelligence qu'on a rencontrée ce matin.

[1:19:00] Et alors, tout ce niveau de l'expérience de la méditation, on ne peut pas y accéder par la volonté, ni par la concentration. C'est donc une nostalgie qui déclenche cet accordage, cette connaissance, alors ces émotions, c'est l'extase.

[1:19:57] Hayra, en soufisme, *hayra*, l'extase. Et le yoga appelle ça *ananda*. Ce n'est pas la joie, c'est l'extase. C'est au-delà de la joie.

[1:20:26] C'est de découvrir le sublime dans l'affreux. C'est extraordinaire de découvrir l'âme divine dans un tyran. C'est extraordinaire. Caché sous le buisson, comme on dit, n'est-ce pas ? La lumière cachée sous le buisson. C'est ça qui vous donne l'extase. Ce n'est pas penser que la messe cosmique se perd dans le ciel, mais de découvrir le sublime caché, enfin qui transparaît à travers la laideur. J'ai un mauvais caractère, on appelle ça un sale caractère. Et puis pourtant, voir de la beauté malgré tout, c'est tout un effort. Donc ça c'est l'éveil dans la vie n'est-ce pas ?

[1:21:54] Alors quand donc, pour revenir au zikr, alors vous faites *la ilaha*, alors vous identifiez en votre aura et puis *ilaha*, l'aura, la lumière céleste disons, et puis vous plongez dans la profondeur *illa* et puis la tête rebondit, l'univers renaît en vous mais pour que vous soyez un être holistique avec un W holistique (NDR *wholistic* en anglais est différent de *holistic*), c'est-à-dire complet à tous les niveaux, il faut faire entrer en ligne de compte les dimensions célestes, supérieures de votre être. Et c'est pour ça que dans le zikr on opère cette ascension à travers les sphères et comme je dis il faut transmuier chaque niveau de son être au lieu de les abandonner, de les dépouiller.

[1:23:32] Sciemment et en détail donc c'est pour ça que je vous ai donné des données aussi précises que possible pour qu'on va évidemment on va poursuivre ça plus loin, pour savoir comment opérer cette transmutation, le principe de l'alchimie.

[1:24:01] Alors Ibn Arabi dit: « à un certain moment dans le Zikr, il faut abandonner la forme. » Abandonner la forme, alors que la forme était importante pour la renaissance récurrente, mais il faut introduire la non-forme dans la forme et pour essayer d'illustrer ce que je veux dire par là, ou ce que veut dire Ibn Arabi, je vais essayer de vous illustrer cela. Dans le mystère d'Eleusys, les néophantes, c'est-à-dire les nouveaux initiés, devaient passer par une épreuve. Il fallait aller dans un labyrinthe souterrain où on pourrait très bien être embourbé, on pourrait se perdre. Et si on arrivait à sortir du labyrinthe, on était dans un temple, un sanctuaire, où il y avait une statue d'Apollon. Dans une

deuxième étape, beaucoup plus difficile, pour des initiés plus avancés, à la fin, il n'y avait pas de statue, il fallait l'imaginer.

[1:25:54] Et dans la troisième initiation, à la fin, il fallait entrer dans la conscience d'Apollon sans se représenter sa forme.

[1:26:16] Donc dans le zikr, c'est là exactement au niveau *malakut* que l'on fait le transit entre la forme et la non-forme et au-delà de la forme, disons, comme dit le Bouddha d'ailleurs, l'existence et la non-existence et ce transit se fait exactement au niveau *malakut* parce que, on se représente l'ange comme ayant une forme et malgré tout l'ange n'a pas de forme enfin c'est exactement comme j'avais parlé des photographies des fleurs par la lumière, à travers la lumière ultraviolette, vous n'avez plus de profil, n'est-ce pas ? Enfin, vous voyez le profil, mais au-delà des profils, vous avez toute une sorte de configuration de lumière qui n'a pas de profil. Vous êtes là au point où il y a un transit. C'est pour ça qu'on ne peut pas dire, je vois l'ange. On ne peut pas dire ça. Non. L'ange n'a pas de forme.

[1:27:29] On le dit, mais enfin, ce n'est pas vrai. Et ce qu'il y a, c'est que c'est assez curieux parce qu'on ne reconnaît l'ange que dans sa personne. Il n'est pas autre. Cela est illustré par une parole de Najm-ud-Din Kubra, ah non, non, non, c'est pas là, non, non, c'est (Najusi?) C'est un Zoroastrien, pas un Zoroastrien, c'est un...

[1:28:16] C'est avant le Zoroastrisme, un mage qui décrit une expérience dans sa méditation. Essayez de voir si vous pouvez la suivre pendant que je parle. Alors, il se trouve dans un monde de lumière, mais il ne reconnaît pas de forme. Il est ébloui par la lumière, il ne sait pas où il est. Mais il transparait un visage et éventuellement tout encore un être de lumière, d'une beauté surprenante qui s'avance vers lui.

[1:29:19] Alors il est absolument obnubilé par cette apparition et à mesure que cet être s'avance, il découvre qu'il ressemble à cet être, alors il a du mal à croire. Et finalement, il y a ce qu'on appelle une coïncidence et il reconnaît que c'est son être céleste, qu'il pensait être autre que lui et qu'il découvre donc la sphère angélique en lui-même plutôt que de la chercher en dehors de soi-même. Tout à fait autre chose que l'expérience commune existentielle. C'est tout à fait Jacob avec l'ange, c'est ça.

[1:30:43] Il y a deux étapes ici, celle-ci, et puis l'autre c'est ce qu'on retrouve dans les paroles de Najm ud-din-Kubra, que j'avais cité hier, le témoin céleste, *Shahid*, n'est-ce pas, le témoin céleste. C'est-à-dire un certain niveau de votre être le spectateur en vous c'est votre être angélique.

[1:31:25] Et à partir de cela vous voyez tout beaucoup plus clairement. C'est comme s'il s'est effectué un catharsis en vous, une purification, et vous êtes très sensible à toute espèce d'obscurité, d'hypocrisie, tout de suite vous voyez dans la voix d'une personne, dans son comportement, dans sa façon de

marcher, vous voyez dans son atmosphère, immédiatement vous voyez exactement dans quelle mesure cette personne est authentique, dans quelle mesure est en train de jouer la comédie. *Finito la comedia*.

[1:32:45] Alors, c'est seulement à partir du fait d'être passé par cette étape que l'on a accès à la connaissance qu'on appelle, Ibn Arabi appelle la connaissance suprême. Et j'en ai parlé hier, c'est une connaissance qui n'est pas acquise, c'est une connaissance révélée. C'est-à-dire elle est révélée c'est-à-dire qu'elle est en nous elle est inhérente à notre connaissance dans notre psyché mais elle est recouverte d'un voile, parce que on, dépend on est devenu dépendant de la connaissance acquise donc de la connaissance acquise par la conscience, la conscience qui est passive vis-à-vis de ce qu'elle connaît. Alors que cette connaissance suprême est active, c'est la connaissance de l'intelligence plutôt que la conscience. Et il faut la dévoiler. Et alors elle nous est révélée.

[1:34:10] Alors ça c'est, les soufis appellent ça *Jabarut*. *Jabbar* ça veut dire une connaissance qui s'impose sur toute autre forme de connaissance.