

LE SILENCE OU COMMENT NAITRE A LA PLENITUDE

par John Martin Sahajananda

Il est contradictoire d'écrire ou de parler de silence. En effet, à partir du moment où l'on parle et écrit à propos du silence, il n'y a plus de silence. Le silence n'est pas un objet. Ce n'est pas quelque chose que l'on peut acheter ou posséder. Le silence est. Il est tel le soleil qui irradie de toute sa lumière. Nous pouvons seulement pénétrer en sa présence et lui permettre de transformer notre vie. C'est pourquoi je ne souhaite pas parler du silence mais seulement expliquer la manière d'y entrer pour lui permettre de se manifester dans nos vies.

Le silence est la nature de notre Moi véritable et il envahit tout. Sa nature est de se déployer. Si notre esprit cesse son bavardage mental perpétuel alors nous pouvons l'entendre. Le bruit qui encombre nos esprits peut provenir de différentes sources. Il peut provenir des désirs nés de notre ignorance et d'un sentiment de manque. Il peut aussi provenir de nos désirs inassouvis et de nos blessures émotionnelles. A la base, c'est un mouvement entre l'ignorance et le désir. Ce mouvement crée les objets du désir et leur connaissance. Cette connaissance crée les moyens d'obtenir ces objets de nos désirs ; ces moyens créent des efforts ; ces efforts créent une tension psychologique et cette tension crée le temps psychologique ; c'est ce temps qui engendre la souffrance. Lorsque ce mouvement entre l'ignorance et le désir arrive à son terme alors nous ouvrons la porte au silence. Dans ce silence, nous donnons naissance à la sagesse, à la plénitude, à la liberté et à l'amour. Notre vie devient une vie de déploiement.

Le silence est la langue des sages. Toutes les paroles qui proviennent de ces sages ne sont qu'une invitation au silence.

Toutes les traditions spirituelles nous disent que faire taire nos désirs est le moyen d'entrer dans le silence et de rencontrer la Vérité (le Divin ou la Source de notre vie) .

L'Isa Upanishad de la tradition Védique dit que tout l'univers est imprégné de l'intelligence divine : « renonce et réjouis-toi ». Cela signifie que Dieu est partout, que toute chose et chaque être vivent en Dieu et ont leur fondement en Dieu. Cela signifie aussi qu'au stade ultime, chaque chose et chaque être humain sont *UN* avec Dieu. C'est la non-dualité de l'Advaita. Mais nous vivons dans l'ignorance. Cette ignorance fabrique des désirs (à l'encontre de notre dignité humaine) qui éloignent la conscience humaine de cette Unité. Ces désirs sont à l'origine du temps psychologique qui, à son tour, occasionne de la souffrance. Le grand sage indien Krisnamurti a dit : la tension est une souffrance. Le sage des Upanishads invite les êtres humains à renoncer à l'ignorance (ce qui signifie renoncer aux désirs, au temps psychologique et à la souffrance), que tout ceci est hors de Dieu ou séparé de Lui, afin de découvrir l'unité-non-dualité essentielle. Alors seulement la vie dans le monde pourra être une vie de joie. Si les êtres humains vivent leur vie à partir de cette unité ils seront libres par rapport aux actions que sont le Karma ou la réincarnation. Ils peuvent mener leur vie sans la peur de perdre quoique ce soit ou à la recherche de récompenses. Le Bouddha a évoqué le désir comme étant la cause de la souffrance et enjoint d'arrêter ce mouvement du désir qui permettra de s'ouvrir à la liberté, au Nirvana, à la vacuité et à la Sagesse.

Jésus Christ a dit « le Royaume de Dieu est à portée de main, repentez-vous ». Le royaume de Dieu c'est la présence intérieure, universelle, de Dieu. C'est l'expérience de cette unité avec Dieu dans laquelle une personne peut dire « Dieu et moi sommes Un ». Elle transforme notre vie en vie de Dieu, nos actions en actions de Dieu, notre banale vie quotidienne en une vie extraordinaire, notre vie séculière en vie sacrée et nos actions habituelles en rituels sacrés.

Se repentir consiste à renoncer à notre ignorance de savoir que nous sommes séparés de Dieu (qu'Il est à l'extérieur) et à découvrir notre unité avec Dieu. C'est briser les barrières entre l'ordinaire et l'extraordinaire, le spirituel et le séculier. C'est découvrir l'unité entre Dieu et la création : la non-dualité. Le plus grand sage yogi indien Pathanjali a dit : le yoga stoppe ou relâche le mouvement de l'esprit (*yoga citta vritti nirodah*). Yoga veut dire ici, la pratique spirituelle. Le but de toutes les pratiques spirituelles est de stopper le mouvement de l'esprit. Le mouvement de l'esprit est le mouvement du désir, le mouvement du temps psychologique, le mouvement du passé pénétrant le présent et se dirigeant vers le futur. Il s'agit du mouvement de l'ego séparé de notre moi véritable. Ce mouvement provient de notre vide et il engendre de la souffrance. Il faut faire cesser ce mouvement. La cessation de ce mouvement nous ouvre au *Samadhi* qui signifie littéralement « être un avec le commencement », qui est le fondement de notre être. On peut également le décrire comme étant Dieu. Il y a deux aspects dans ce yoga : *viyoga* et *samyoga*. *Viyoga* c'est stopper le mouvement de l'esprit et *samyoga* c'est l'union avec l'éternité. Se repentir c'est arrêter le mouvement de l'ego et découvrir notre unité avec Dieu. C'est le yoga.

Nous ne pouvons pas décrire ce qu'est le silence. Nous pouvons seulement dire ce qu'il n'est pas. Le silence c'est l'absence de ce mouvement de désir, du mouvement de l'ego, du mouvement de l'effort ainsi que du mouvement de la connaissance et du temps psychologique. De ce silence naît la sagesse, la plénitude, la liberté, l'unité, la paix et l'amour. Ce silence manifeste l'éternité. Le but de notre existence humaine est de vivre dans l'éternité. Il s'agit de manifester l'éternité dans le temps et l'espace. De vivre dans l'éternel présent. C'est la vie du déploiement opposée à la vie du devenir qui implique le temps psychologique. Le livre de la Genèse décrit cette vie comme étant la vie dans le Jardin d'Eden. Dans le Jardin d'Eden, l'humanité était nue, sans aucun ego, sans aucun désir et sans aucun mouvement du devenir, ce qui implique le temps psychologique. Adam et Eve vivaient dans le silence intérieur. Le silence était leur état naturel. Ils déployaient leurs vies. Adam et Eve marchaient main dans la main avec Dieu dans la fraîcheur de la soirée ce qui correspondait à vivre dans la présence habitée et universelle de Dieu. Le sens du péché, de la culpabilité, du bien et du mal n'existaient pas. Ils vivaient dans une félicité inconsciente. Ils eurent le désir de prendre conscience de cet état de béatitude et d'harmonie. Ce désir, bien que justifié a créé le temps psychologique et ce temps les a jetés hors du Jardin d'Eden en engendrant la souffrance. L'harmonie originelle s'en est trouvée bouleversée. L'humanité doit retourner à cet état originel, à cet état sans désir, exempt de toute souffrance psychologique. Le silence est l'absence de ce désir dont l'origine est notre vide et notre incomplétude. Le désir qui vient de notre plénitude n'engendre aucune souffrance. L'état de silence est comparable à la matrice d'une vierge prête à engendrer une vie nouvelle. Une femme enceinte (ou l'esprit) ne peut concevoir un nouvel enfant tant qu'elle (il) n'est pas vierge dans le sens où sa matrice ne s'est pas vidée. Nos esprits sont continuellement occupés ou actifs. Il n'y a pas place pour le silence. Le silence peut même être effrayant pour certaines personnes.

J'aimerais maintenant présenter trois personnages archétypiques, selon la tradition biblique, représentant la discontinuité de ce mouvement de désir vers une ouverture au silence.

Il s'agit d'**Abraham, de Marie et de Jésus.**

Abraham : Abraham n'avait pas d'enfant et ne voulait pas mourir sans postérité. Il désirait un fils qui continuerait sa lignée. Dieu lui a donné un fils Isaac, et Abraham en fût très heureux. C'est alors que Dieu demanda à Abraham de sacrifier ce fils unique. Cela a dû être très difficile pour Abraham. Lorsque je lisais ce passage, je me disais toujours que Dieu était vraiment très cruel avec Abraham. Mais en méditant dessus, j'ai réalisé que c'était Abraham qui était cruel. Il voulait Isaac seulement pour assurer sa continuité. Ce qui signifiait qu'Isaac n'avait pas de vie propre et n'était né que pour la continuité d'Abraham. Alors Dieu a fait comprendre à Abraham qu'Isaac n'était pas destiné à assurer sa continuité à lui, mais était né pour Dieu ce qui veut dire pour l'éternité. Cela signifiait qu'Isaac était la manifestation unique de Dieu et qu'il ne pouvait être utilisé pour la continuité si on lui ôtait la vie. Alors Dieu a demandé à Abraham de rendre la vie d'Isaac, ce qui voulait dire qu'Abraham devait être prêt à mourir sans son futur psychologique, sans sa continuité psychologique. Abraham pensait qu'il devait sacrifier physiquement Isaac. Le problème n'était pas le Isaac physique mais le Isaac psychologique d'Abraham, en d'autres mots son désir de continuité.

Ainsi lorsqu'Abraham fût prêt à mourir sans postérité (son désir de tuer Isaac) Isaac a retrouvé sa propre vie. C'est alors qu'Abraham a vécu pour l'éternité et a également choisi Isaac pour l'éternité. En d'autres termes, en mourant à son futur Abraham a donné vie à Isaac. Abraham a mis fin au mouvement du désir, au mouvement du temps, au mouvement de la continuité et est entré dans le silence intérieur. Dans ce silence intérieur le miracle s'est produit : la naissance de l'éternité. Si nous comparons cela à un cercle élargi, Abraham représente le passé, Isaac le présent. Avec son « passé désiré » Abraham a utilisé le présent (Isaac) pour aller vers le futur. Ce qui signifie que le passé tue le présent et également le futur. Le présent et le passé ne sont que des véhicules permettant au passé de se maintenir. Si le passé veut donner vie au présent et au futur, il doit mourir. Ce n'est qu'en mourant à sa continuité que le passé peut donner vie au présent et au futur. Lorsque le mouvement psychologique du passé arrive à son terme alors, et seulement alors, le silence finit par apparaître et c'est la naissance de la liberté et de l'éternité qui prend place.

Marie : dans le christianisme, nous avons l'épisode de la naissance virginale : La Vierge Marie donne naissance à l'Enfant de Dieu. La virginité ne se limite pas seulement à la virginité physique mais aussi à la virginité spirituelle. Sur un plan spirituel, une vierge est quelqu'un qui met un terme au Dieu de l'histoire pour donner naissance au Dieu de l'éternité. La Vérité (Dieu) comporte deux aspects : un aspect historique et un aspect éternel. Lorsque Moïse a demandé son nom à Dieu, Dieu a d'abord répondu : *'Je suis celui qui est'*. Il était difficile à Moïse de comprendre cet aspect de Dieu. Alors Dieu lui a dit qu'il était le Dieu d'Abraham, d'Isaac et de Jacob. Il s'agissait de l'aspect historique de Dieu. Moïse était capable de se relier au Dieu de ses ancêtres. Mais le Dieu de l'histoire désire la continuité, divise les êtres humains et exige la loyauté. Les êtres humains n'ont pas de liberté ni de volonté réelles. Ils ne font qu'assurer la continuité du passé. Ce Dieu là est comparable à Abraham qui veut des enfants pour sa continuité et non pour l'éternité. Afin de donner naissance au Dieu de l'éternité, Dieu a besoin d'une vierge qui puisse mettre fin au Dieu de l'histoire pour donner naissance au Dieu de l'éternité. Pour pouvoir donner vie et liberté à l'humanité le Dieu de l'histoire doit mourir à sa continuité. .

Le présent et le futur ne sont que de simples véhicules permettant au passé de se perpétuer. Le Dieu de l'histoire est prêt à mourir, comme Abraham, mais ce sont les êtres humains qui ne le permettent

pas. Ils réduisent Dieu au Dieu de l'histoire et veulent donner une continuité à ce Dieu. En agissant ainsi, les gens pensent qu'ils rendent un grand service à leur Dieu. Ce Dieu devient le Dieu de l'autorité qui demande que les hommes se soumettent au niveau de la volonté et de l'intellect. Il ou elle annihile la liberté humaine. Dans l'évolution de la conscience humaine, les êtres humains ressentent l'oppression de ce Dieu et veulent s'en débarrasser, et ils déclarent que « Dieu est mort ». Le silence est la mort du Dieu de l'histoire et la naissance du Dieu de l'éternité. C'est la mort du Dieu de l'autorité et la naissance du Dieu de la liberté.

La Vierge Marie a été choisie par Dieu pour mettre un terme au Dieu de l'histoire (le Dieu d'Abraham, d'Isaac et de Jacob) et donner naissance au Dieu de « *Je suis Celui qui est* ». Cet enfant, né d'une vierge, ne peut être identifié au passé mais au présent. Cet enfant n'est pas appelé fils de Marie ou de Joseph, mais enfant de Dieu. La Sagesse est semblable à un enfant. Elle n'est pas conditionnée. Elle ne vieillit jamais. Elle est le symbole de l'éternité. Joseph et Marie se sont agenouillés devant cet enfant et ont dit : cet enfant n'est pas notre enfant mais l'Enfant de Dieu. Cet enfant n'est pas là pour assurer notre continuité mais l'éternité. Ils sacrifiaient ainsi leur désir de continuité en choisissant d'offrir leur enfant à l'éternité, exactement comme le fit Abraham. Ils sont devenus des parents « vierges », exactement comme Abraham l'était devenu. Les trois Rois Mages qui sont venus vénérer l'enfant Jésus symbolisaient la vérité historique et la connaissance. C'est une scène magnifique que celle où la vérité historique s'incline devant la vérité éternelle, la connaissance devant la sagesse, le passé devant le présent éternel, des personnes âgées s'agenouillant en présence d'un enfant et des parents vénérant leur unique enfant. Ceci signifie que le passé donne vie au présent en renonçant à sa continuité. Le présent existe pour le bien du présent et non pas pour celui du passé ou du futur. Noël représente la naissance de cette éternité. Ceci ne fût possible que grâce à la coopération d'une vierge. Une naissance virginale survient à chaque instant de notre vie. Chaque moment de notre vie est éternité. Chaque moment de notre vie est Noël.

Mais le roi Hérode était différent. Il souhaitait des enfants pour sa continuité. Il était comme Abraham avant son sacrifice. Il fût considéré comme le meurtrier d'enfants innocents. Choisir des enfants pour la continuité de parents physiques ou spirituels (religions) signifie les tuer. Hérode a pris des vies innocentes. Il était violent. Hérode symbolise les désirs qui proviennent de notre manque de complétude. Ces désirs créent une violence intérieure et par voie de conséquence un monde de violence. La Vierge Marie symbolise le désir qui provient de la plénitude. Elle ne recherche pas la continuité. Elle donne vie à son enfant. Elle est paisible et apporte la paix au monde. A la naissance de son enfant les anges apparaîtront et chanteront « Gloire à Dieu au plus haut des cieux et paix sur la terre aux hommes de bonne volonté ». Elle donne naissance à la gloire de Dieu et à la paix.

Jésus Christ : Jésus Christ a dit « *Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie. Personne ne peut accéder au Père sans passer par moi* ». Seule une personne vivant dans le silence intérieur et dans la présence éternelle peut prononcer ces paroles. Deux aspects à cette déclaration : liberté par rapport au passé et liberté par rapport au futur. Dire « Je suis le chemin, la vérité et la vie » signifie je suis complètement libre du passé. Je ne donne aucune continuité au passé. Je suis une personne unique, originale et créative. A chaque moment de ma vie je décide de ce que je dois faire et de ce que je ne dois pas faire. Je déploie ma vie. Le Royaume de Dieu est là, ici et maintenant. Cela signifie également que je ne veux pas œuvrer pour le futur. Je veux que le futur soit libre de dire comme moi « je suis le chemin, la vérité et la vie ». Je vis pour l'éternité et je veux que tout le monde vive pour

l'éternité et non pas pour la continuité. Vivre au présent éternel implique de vivre dans le royaume de l'originalité et de la créativité. Dans le royaume de l'originalité et de la créativité personne n'entre sur les traces laissées par les autres, et personne ne laisse de traces à suivre pour les autres. C'est le territoire sans chemin. Il s'agit probablement de ce que signifiait Krisnamurti lorsqu'il disait « la vérité est un territoire sans chemin ». Sur ce territoire chacun vit une vie originale et créative. Tout un chacun vit pour l'éternité et non pour la continuité. Vivre pour la continuité correspond à vivre une vie mécanique, vivre une vie de 'seconde main'. Désirer la continuité c'est tuer le futur.

Jésus est entré dans ce royaume du silence le jour de son baptême. Son baptême correspond, pour Jésus, au moment où il s'est éloigné du Dieu d'Abraham, d'Isaac et de Jacob pour accéder à celui de l'éternité : « *Je suis ce que je suis* ». Il a également réalisé son Unité avec le Dieu de l'éternité en disant : « *Le Père et moi sommes Un* ». Il a dit « *personne ne peut venir au Père qu'à travers moi* » ; Ce qui signifie que personne ne peut accéder au même niveau d'expérience que Jésus et dire « *Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie* » et « *Le Père et moi sommes Un* », personne ne peut y accéder s'il n'agit pas comme lui : c'est-à-dire s'éloigner du Dieu de l'histoire ou du passé pour accéder au Dieu de l'éternité. C'est la voie à suivre pour chacun de nous. Jésus a dit : « *tout comme le Père a la vie en lui, il a accordé au Fils d'avoir la vie en lui-même ; je suis venu donner la vie et la donner en abondance* ». Avoir la vie c'est vivre dans le présent éternel. Il n'y a que dans le présent éternel que nous avons la vraie liberté et la vraie volonté. Le temps s'est libéré de tout le fardeau du devenir. Il s'est libéré de l'impossible tâche d'atteindre la liberté à travers le mouvement. Donner la vie c'est choisir chacun pour l'éternité et non pour la continuité. C'est en mourant à notre continuité psychologique que nous donnons vie aux autres. Abraham, Marie et Jésus sont morts à leurs désirs et ont donné la vie à leurs enfants. Concernant Jésus, il a donné la vie à ses enfants spirituels.

Abraham était une vierge spirituelle, Marie était une vierge spirituelle et Jésus était vierge sur un plan spirituel. Les sages de l'Upanishad de même que le Bouddha et Pathanjali étaient spirituellement 'vierges'. Ils ont tous mis un terme au mouvement du désir et de la continuité, ouvert la porte au silence et donné vie à l'éternité et à la liberté. Ils sont devenus « donneurs » de vie. C'est la voie à suivre pour chacun. La vie invite chacun d'entre nous à devenir spirituellement virginaux. Ce n'est qu'en devenant spirituellement vierges que nous permettrons au silence de se manifester. Etre en silence signifie être dans un état de virginité spirituelle. Dans cet état de virginité spirituelle nous donnons naissance à la sagesse, à l'éternité, à l'unité, à la liberté, à l'humilité, à la créativité et à l'Amour. Dans le langage de Jésus, c'est ainsi que l'on accède au Royaume de Dieu. Nous découvrons le Royaume de Dieu au plus profond de notre cœur, dans le silence de nos cœurs.

L'Upanishad Chandogya donne une très belle description de ce silence intérieur d'où Dieu naît. Elle dit :

Au centre du château de Brahman, notre propre corps,

Existe un petit sanctuaire en forme de fleur de lotus

A l'intérieur se trouve un petit espace. Nous devrions trouver qui habite là, et nous voudrions le connaître.

Et si quiconque demande : « Mais qui peut bien habiter dans un aussi petit espace

en forme de fleur de lotus

Au centre du château de Brahman ?

Qui voudrions nous trouver et connaître ? nous pouvons répondre :

Le petit espace à l'intérieur du cœur est aussi grand que le vaste univers.

Les paradis et la terre se trouvent là, ainsi que le soleil, la lune

Et les étoiles : le feu, les éclairs et le vent sont aussi là ;

Ainsi que tout ce qui est présent comme ce qui ne l'est pas :

Car tout l'univers entier est en LUI et il loge au sein de notre cœur. »

Le petit sanctuaire en forme de lotus est notre partie vierge, notre cœur spirituel. Le petit espace est le silence et dans ce silence Dieu réside. Toute la création est en Dieu. Si Dieu habite en nous, alors toute la création est aussi à l'intérieur de nous. Le but de nos exercices spirituels est de pénétrer dans ce silence intérieur, d'entrer dans ce minuscule espace, dans la grotte de notre cœur où nous découvrons l'accomplissement de notre vie.

(Traduit de l'anglais)