

Le livre de la Communauté

I - EXPLICATIONS GENERALES

Nom :

La Communauté pour l'équilibre et le développement de l'être humain .

Définition :

La Communauté est l'ensemble de personnes oriente vers l'étude, le perfectionnement et l'enseignement d'un système utile à l'équilibre et au développement de Etre humain. Ce système est une doctrine, un sentiment et un mode de vie.

Doctrine.

La Communauté explique que l'équilibre et le développement individuel et social peuvent être atteints si les personnes acquièrent un sens de la vie cohérent. Autrement, toute existence sans direction ou dont le sens est faussé engendre de la souffrance personnelle et collective. La Communauté est l'instrument qui aide à éclaircir ce sens ou à convertir un sens fausse en une véritable orientation de vie.

Sentiment. Les membres de la Communauté s'accordent en un même sentiment de solidarité. Ils remarquent que leurs expériences sont valables lorsque eux-mêmes et les personnes auxquelles ils apportent leur enseignement obtiennent des changements positifs. Ils se sentent responsables de la désorientation de ceux qui les entourent et par conséquent se considèrent comme étant des « guides » capables d'orienter leur entourage immédiat.

Mode de vie. La Communauté propose des normes morales de vie basées sur des actions véritables et valables. Le principe moral le plus important qu'elle préconise est le suivant : « Traite les autres comme tu veux qu'ils te traitent ». Il existe d'autres principes d'action valable qui servent A orienter la conduite des membres de la Communauté.

Participation. La participation est ouverte A toutes les personnes du monde sans distinction. Toute personne, pratiquant ou non une religion déterminée, peut être membre de la Communauté ainsi que celle qui adhère ou milite dans des courants politiques, g condition qu'elles n'introduisent pas leurs convictions particulières au sein de la Communauté.

Toute personne peut, sans aucun engagement, participer aux réunions de la Communauté, et peut se retirer et se réincorporer autant de fois qu'elle le désire. Cependant, lorsque les objectifs de vie d'une personne coïncident avec ceux que propose la Communauté, cette personne a la possibilité de participer activement, A l'organisation, l'expansion et la direction de celle-ci.

Statut.

La Communauté respecte les normes en vigueur dans chaque pays, en même temps qu'elle sollicite une reconnaissance légale de ses activités, comme institution culturelle et sociale consacrée au progrès humain.

Antécédents

La Doctrine de la Communauté naquit le 4 Mai 1969 à Mendoza, en Argentine. Silo, le fondateur, donna à cette occasion une explication publique connue comme «La guérison de la souffrance». Postérieurement il écrivit le livre intitulé «Le Regard Intérieur», qui est la référence doctrinaire de la Communauté Avec le temps, de nombreux travaux furent rédigé sur la base des enseignements initiaux. Les contributions apportées par les membres de la Communauté continuent d'éclaircir et d'amplifier les idées d'origine.

Organisation. L'Organisation de la Communauté se fait suivant des degrés de participation. Différents niveaux s'en détachent auxquels on accède par l'accomplissement de règles précises. La Communauté est une organisation publique et ouverte, fondée sur des critères d'amitié, d'entraide et d'expérience. Les membres diffusent son message suivant les moyens dont ils disposent et puisent avec clarté leurs sources d'inspiration, leurs buts et leurs procédés..

Commencement des activités de la Communauté.

La Communauté naît quand un groupe de personnes commence à se réunir pour travailler **avec** le présent livre. Ce groupe parviendra a être permanent, et alors, différents niveaux de participation commenceront a surgir. Il sera alors en condition de gérer sa reconnaissance légale en présentant auprès des autorités correspondantes : le Regard Intérieur, comme texte doctrinaire ; Auto libération, comme matériel de formation des instructeurs ; le présent Livre de la Communauté comme manuel de travail, et les statuts ou charte organique, conformément aux points antérieurement cites.

Le groupe promoteur de la légalisation de la Communauté accordera son organisation suivant les conditions requises concernant les entités culturelles et sociales, respectant, dans tous les cas, les différences entre

membres adhérents et actifs, et déposant, aux mains d'un instructeur dûment habilité l'orientation générale. La Communauté 1égalisée ouvrira autant de locaux que lui permettra son développement. C'est dans ces locaux qu'elle effectuera ses réunions hebdomadaires et saisonnières.

Diffusion de la Communauté.

La Communauté organise des conférences publiques dans ses locaux ou dans d'autres locaux appropriés à cet effet. Elle encourage aussi la diffusion de ses idées au travers des moyens de communication sociale et de toutes les voies aptes au contact personnel ou collectif.

La diffusion faite par la Communauté a deux idées pour base :

1) Elle ne fait jamais de confrontation. Elle se dédie exclusivement à l'éclaircissement de ses thèmes et ne s'en éloigne sous aucun motif.

2) Au-delà de tout autre argument, elle invite immédiatement à la réalisation d'expériences personnelles.

Pour une meilleure identification, la Communauté utilise un cercle qui la représente avec, à l'intérieur, un triangle équilatéral dont la base signifie « expérience », un des côtés « entraide » et l'autre « amitié ». Le symbole est en noir sur fond orangé comme représentation de service au prochain...

Situation face à la Communauté

Le point décisif pour un membre de la Communauté est de savoir la façon dont il la situe parmi ses divers intérêts personnels.

S'il considère la Communauté comme un objet qui peut être remplacé par d'autres, il obtiendra sûrement des résultats anecdotiques. Si, par contre, il utilise la Communauté comme référence de vie, ses divers intérêts personnels s'ordonneront en fonction de choses primordiales et deviendront cohérents.

Utiliser une référence fixe dans un monde personnel et social en continuel changement, au lieu de limiter les possibilités donne un sens, concentre des forces éparses et donne une impulsion au développement.

Placer la Communauté comme référence fixe, c'est mettre fin à la désorientation. Certaines personnes peuvent considérer les expériences qui sont réalisées dans la Communauté sous un jour thérapeutique. Si ces personnes réfléchissent correctement, elles comprendront que leur Equilibre et leur développement personnel n'est pas une chose qui puisse s'obtenir à l'aide d'une thérapie, mais qu'il s'agit d'une question plus profonde concernant le sens de la vie, des références claires et l'engagement dans des activités qui dépassent le stade personnel. Personne ne résout ses problèmes en y pensant continuellement. C'est l'activité bien orientée qui permet de surmonter les problèmes. Mais cela n'est pas si facile à réaliser à partir de simples propositions individuelles. Il doit y avoir une activité organisée qui serve de référence aux activités particulières, et la Communauté peut le faire si une personne se place par rapport à elle d'une façon adéquate.

Situation de la Communauté dans le milieu social.

La Communauté pousse ses membres à une participation enthousiaste dans les milieux où ils exercent leurs occupations, mettant toujours l'accent sur la grande importance qu'elle porte à la communication et à l'échange entre des personnes de différentes activités.

Questions de base sur la Communauté.

Qu'est-ce qui est offert par la Communauté ? Elle offre un sens de la vie cohérent, en prêtant attention à l'équilibre et au développement des personnes qui l'approchent.

Elle offre la possibilité de résoudre les problèmes personnels et de surmonter la souffrance. Que demande la Communauté ? Elle demande que celui qui prend les outils qu'on lui donne, les utilise dans la vie quotidienne et les offre à d'autres personnes. Comment est donné ce qu'offre la Communauté ? Elle le donne au travers de ses réunions hebdomadaires, avec à chaque fois une brève information et en travaillant à des expériences d'équilibre et de développement.

De quoi traitent les expériences de la Communauté ? De la réconciliation des personnes avec elles-mêmes, en surmontant les frustrations et les ressentiments passés ; en mettant en ordre les activités présentes et en donnant un sens du futur qui élimine les angoisses, les craintes et la désorientation. À chaque réunion de Communauté des travaux sur ces points sont réalisés. Quelle est l'idée principale de la Communauté ? c'est : « La vie a un sens et les actions doivent être guidées par ce sens ». Que recommande la Communauté ? Elle recommande d'essayer cette expérience unique dans la vie. La Communauté explique ses idées sans discuter de choses qui feraient dévier de l'essentiel, à savoir : la réalisation de l'expérience.

Sur ce livre.

Ce matériel offre les avantages suivants :

son maniement est simple, même pour l'instructeur peu expérimenté ou ayant des difficultés pour

transmettre les thèmes dont nous traitons.

2 Il est conçu pour que les participants aux travaux de la Communauté se mettent en contact avec des expériences de changement, par le seul fait de suivre les lectures que l'instructeur effectue.

3 Il contient des éléments de base suffisants dont peut découler une diffusion publique appropriée de l'image de la Communauté.

Bien que cet ouvrage ne soit pas approprié pour l'impression ni pour la diffusion au grand public par les moyens de l'Édition, de la distribution et des librairies, il est important que, quiconque le sollicite, membre ou non de la Communauté, puisse en disposer. C'est pour cela que, aussi bien au cours des réunions hebdomadaires que dans les conférences publiques et dans n'importe quelle action de diffusion, il devra être exposé aux participants afin, qu'ils puissent l'acquérir facilement. Sur les thèmes formatifs. Ils sont traités dans le chapitre 2. Ce sont de brefs exposés qui permettent de familiariser le lecteur ou l'auditeur avec l'esprit de la Communauté. Ces thèmes sont regroupés par matières, de la manière suivante : thèmes divers ; thèmes sur la Communauté ; thèmes sur la souffrance ; thèmes sur l'action en général ; et thèmes sur l'action valable.

Chaque thème formatif est un élément de réflexion que l'on utilise occasionnellement dans les réunions hebdomadaires ou saisonnières mais qui peut être étudié individuellement, discuté avec d'autres personnes, exposé au cours de conférences, ou enfin, utilisé comme source d'inspiration dans la production de matériaux d'éclaircissement et de diffusion.

Sur les réunions, hebdomadaires et d'expériences guidées.

Il ne s'agit pas de prétendre que celui qui arrive pour la première fois à une réunion comprenne entièrement les propositions de la Communauté mais qu'il comprenne bien le travail fait au cours de cette réunion, qu'il puisse la suivre et en obtenir des bénéfices immédiats. Par la suite,

son assistance, même discontinuée, lui permettra d'avoir une vision plus ample et une expérience progressivement enrichie. Rien n'empêchera, d'autre part, qu'il reçoive une information plus complète de par d'autres participants, à n'importe quel moment, par le biais de matériaux que la Communauté prépare à cet effet. La collaboration des membres actifs à l'accueil des nouveaux participants, et l'éclaircissement qu'ils peuvent leur apporter constitue une aide précieuse que l'instructeur ne peut remplacer. Un nombre suffisant de réunions hebdomadaires a été structuré. Elles sont, non pas ordonnées en séquences, mais regroupées par thèmes afin de faciliter le choix de l'instructeur, suivant les nécessités de la communauté qu'il oriente.

Le schéma de toute réunion hebdomadaire est le suivant :

1 éclaircissements sur l'expérience à réaliser ;

2 expérience guidée ;

3 échanges sur l'expérience ;

4 recommandation.

L'éclaircissement explique la signification et les résultats que l'on prétend tirer de chaque expérience. L'expérience guidée (8) agit avec des Cléments transférentiels et, parfois, cathartiques qui sont présentés en donnant généralement les contenants, les connectives et les directions, de sorte que les participants puissent les compléter avec leurs propres contenus. Les résistances qui se présentent doivent être considérées comme étant le plus important de l'expérience guidée. Les vaincre est un des objectifs transférentiels.

Les expériences guidées consistent en une série de phrases au moyen desquelles on décrit la mise en scène mentale dans laquelle le participant doit se placer, en produisant des climats affectifs qui permettent le surgissement de noyaux de problème. Les phrases sont séparées par des points à la ligne qui indiquent à l'instructeur d'interrompre la lecture suivant la difficulté des images. D'autre part, les astérisques (*), signalent les silences prolongés que l'instructeur doit observer, donnant ainsi aux participants l'occasion d'élaborer les noyaux de problème en fonction de leurs contenus particuliers. Ces pauses peuvent aller de quelques secondes à deux minutes maximum. Cette souplesse exige, de la part de l'instructeur, la connaissance et l'expérience personnelle du texte qu'il propose ensuite à sa communauté.

Durant les expériences, il convient que le milieu ambiant soit le plus silencieux possible et faiblement éclairé, de sorte que les participants puissent bien se concentrer sur leur travail. Pour les mêmes raisons, il est recommandable que l'expérience soit réalisée les yeux fermés.

Un des objectifs de l'expérience est de détecter les résistances, mais aussi de les surmonter. Au cours d'une réunion, les résistances peuvent être mises en Evidence sans être pour autant vaincues. Face à cela, il ne semble pas approprié de laisser le participant effectuer seul des répétitions pour tenter de surmonter les inconvenients. Le plus indiqué sera que l'instructeur consacre les réunions suivantes à la répétition de la même expérience jusqu'à ce que les résultats recherchés se produisent.

L'échange sur l'expérience correspond à ce qui, en opérative, est connu sous le nom de « discussion de veille », et sert à l'ampliation et au changement du point de vue sur l'expérience propre.

L'échange vise à une participation raisonnable des assistants, limitée au temps dont on dispose pour que la réunion ne dépasse pas une heure de travail. Dans le cas d'une participation animée, ou d'un groupe communicatif et nombreux, l'instructeur interrompra l'échange avec la « recommandation » qui fermera la

réunion de façon formelle, ce qui laissera libres de partir les personnes qui ont besoin de se retirer. Cependant, on ne s'opposera pas à ce que les autres personnes continuent l'échange plus longtemps. Il est possible que certains participants mentionnent des résistances qu'ils n'ont pu surmonter. D'autres commenteront des solutions qu'ils ont trouvées. Dans ces deux cas l'échange acquiert le sens d'une aide et d'un enrichissement de groupe. Les membres actifs peuvent dynamiser considérablement la participation générale, si ce sont eux qui commencent l'échange. Il est clair que celui-ci doit se référer exclusivement à l'expérience réalisée au cours de cette réunion. La recommandation finale vise à renforcer l'élaboration post-transférentielle, en mettant l'accent sur le surpassement des résistances. Elle consiste en une proposition que l'instructeur lit, fondée sur les noyaux de l'expérience travaillée au cours de la réunion. Il s'agit presque toujours d'une invitation à observer, dans la vie quotidienne et dans sa propre conduite, le reflet des résistances détectées dans l'expérience et, parallèlement, à constater les changements lorsque les résistances ont été vaincues.

Suivant ce qui a été commenté dans ce paragraphe, à l'exception de l'échange que les participants font entre eux, les trois autres parties de la réunion sont préparées pour être lues par l'instructeur, Cela évite ainsi les improvisations qui pourraient être malheureuses.

Sur les expériences occasionnelles et quotidiennes.

Ce sont de brèves expériences qui ne se travaillent pas dans les réunions hebdomadaires mais dans des occasions précises de la vie et dans des moments de la journée où les buts des activités apparaissent avec une grande netteté. Certaines d'entre elles peuvent être apprises littéralement et évoquées ensuite au moment opportun.

On doit cependant tenir compte du fait que, dans un apprentissage complet il faudrait relier les phrases mémorisées à des images et expériences ayant un accent affectif très marqué, de façon à ce que l'évocation postérieure ait l'effet des expériences guidées.

Sur les notes complémentaires. Ce sont des développements de passages du livre signalés avec des numéros de renvoi. Certaines de ces notes supposent, de la part du lecteur, un niveau de connaissance obtenu au cours des « Travaux d'Ecole ». En général, on peut dire que pour une compréhension primaire du livre, il n'est pas nécessaire de consulter ces renvois, Sur les différentes façons de présenter les expériences.

Expériences guidées en dehors des réunions de la Communauté.

Rien n'empêche l'instructeur, dans des occasions exceptionnelles, de réaliser une réunion d'expérience avec une seule personne. Dans ce cas il devra tenir compte du fait que l'échange devra se faire à titre de formalité importante, mais qu'il sera limité à la communication que le participant désire faire et aux observations que l'instructeur effectuera sur cette communication.

L'expérience guidée personnelle.

Une personne peut enregistrer des expériences déjà réalisées en réunion de Communauté et les écouter ensuite pour son propre compte, de manière à surmonter plus facilement les résistances de départ. Mais il doit être souligné que les expériences enregistrées se travaillent après avoir été réalisées en réunion, car les explications, Echanges et recommandation forment, avec les expériences, des unités de travail qui, fragmentées, perdent l'objectif pour lequel elles ont été conçues. Les expériences personnelles (si elles sont enregistrées) peuvent être agrémentées d'effets spéciaux favorisant la mise en scène mentale et le climat affectif qui prépare l'élaboration des noyaux de problèmes (11). Evidemment, dans ce cas comme en tout autre, il faudra respecter le texte original si l'on ne désire pas tomber dans des improvisations qui deviennent des résultats différents de ceux qui sont prévus.

Expériences guidées et moyens de communication.

Un programme radiodiffuse peut être réalisé chaque semaine sur la base des réunions de Communauté. Dans ce cas on veillera à ce que les blancs entre les paragraphes et les silences marqués par des astérisques soient abrégés, compte tenu des caractéristiques propres au moyen utilisé. D'autre part l'instructeur devra suppléer à l'échange en faisant des commentaires qui permettent aux auditeurs de reconnaître leurs propres expériences en matière de résistances et de surpassement de ces dernières. La recommandation sera maintenue comme dans n'importe quelle réunion et, une fois tout le travail fini, on fournira à l'auditeur l'ensemble des coordonnées téléphoniques et postales de la Communauté pour qu'il puisse demander ce livre-ci, ou bien l'information dont il aurait besoin. Un programme radiodiffuse peut être agrémenté, sans inconvénient, avec les effets spéciaux mentionnés dans le point antérieur. Le cas de l'expérience guidée par rapport aux programmes de télévision présente certaines difficultés car l'image visuelle proposée au spectateur annule sa propre élaboration. Cependant, là aussi les effets spéciaux et l'insinuation des paysages peuvent permettre de dépasser les difficultés. Ce qui vient d'être dit est également valable pour la cinématographie et, dans une certaine mesure, pour la production de bandes

dessinées. Ce point des «Expériences guidées et des moyens de communication», exige par ailleurs, que ceux qui y travaillent aient un niveau technique approprié et, évidemment, la touche artistique à même de convertir l'expérience en une présentation de qualité. A l'opposé, une présentation de faible niveau technique et artistique fera perdre de la valeur à l'expérience privant ainsi de possibilités un public considérable.

Réunions d'expérience et communautés spontanées.

Conformément au présent livre, toute personne responsable est en condition de former une communauté spontanée. Cette communauté sera dûment reconnue lorsque l'un de ses membres *pourra* être formé aux « Travaux d'école » sur la base du livre «Autolibération». Entre temps, cet ouvrage, de même que Le Regard Intérieur, pourront être utilisés avec un bénéfice incontestable. Ainsi, les communautés spontanées peuvent s'ériger dans des lieux où la Communauté ne fonctionne pas encore, grâce aux moyens de communication, à la correspondance épistolaire et au contact occasionnel que tout membre peut avoir avec des personnes vivant dans des lieux éloignés. A ce sujet, il est recommandé de relire le point : «Commencement des activités de la Communauté».

Conférences-expérience et réunions saisonnières.

Le style d'une conférence de la Communauté n'est pas différent de celui qui est observé dans une réunion habituelle. La conférence se réalise avec pour objectif d'informer le public sur les thèmes généraux de la Communauté, mais aussitôt après le conférencier commence à développer la réunion complète qu'il a sélectionné pour cette occasion. La conférence en tant que telle ne devra pas dépasser dix minutes. Tout de suite après, on procède comme dans n'importe quelle réunion.

En raison de ce qui précède, la Communauté n'invite jamais à une simple « conférence », mais à une « conférence expérience », en soulignant qu'il s'agit d'un bref exposé accompagné de pratiques auxquelles le public participe.

Les conférences-expérience admettent quelques variations dans l'échange suivant le nombre des assistants. Dans le cas d'une assistance nombreuse, les participants sont invités à effectuer l'échange autour de tables de travail séparées, orientée chacune par un instructeur. La difficulté pratique d'un échange entre beaucoup de personnes est ainsi aplanie. Les conférences-expérience se déroulent avec succès dans des locaux publics et des locaux de la Communauté, dans des institutions et chez des particuliers, conservant toujours le même style. Quant à la réunion saisonnière, il faut signaler que sa structure est semblable à celle de n'importe quelle conférence-expérience, avec, en plus, la promotion de membres adhérents à la qualité d'actifs et la conclusion de l'acte par une agape de camaraderie.

II THEMES FORMATIFS

Le changement et la crise

A cette époque de grand changement, les individus, les institutions et la société sont en crise. Le changement sera de plus en plus rapide de même que les crises individuelles, institutionnelles et sociales. Cela annonce des perturbations que de grands ensembles humains n'assimileront peut-être pas.

Les transformations qui se produisent prennent des directions inattendues, provoquant une désorientation générale face au futur et à ce que l'on doit faire dans le présent. En réalité, ce n'est pas le changement qui nous perturbe car nous voyons en lui de nombreux aspects positifs. Ce qui nous inquiète, c'est de ne pas savoir dans quelle direction va le changement et vers où orienter notre activité.

Les changements touchent l'économie, la technologie, la société, et agissent surtout sur nos vies : sur notre milieu familial et professionnel, sur nos relations d'amitié. Nos idées, ce que nous avons cru sur le monde, sur les autres et sur nous-mêmes, se modifient. De nombreuses choses nous stimulent mais d'autres nous perturbent et nous paralysent. Notre comportement et celui des autres nous semblent incohérents, contradictoires et sans direction claire, tout comme les événements qui nous entourent.

Par conséquent, il est fondamental de donner une direction à ce changement inévitable et il n'y a pas d'autre façon de le faire que de commencer par soi-même. En soi-même, il faut donner direction à ces changements désordonnés dont nous méconnaissons le cap.

Comme les individus ne vivent pas isolés, s'ils donnent réellement une direction à leur vie, ils modifieront leur relation avec les autres, dans leur famille, dans leur travail et là où ils agissent. Ceci n'est pas un problème psychologique qui se résout dans la tête d'individus isolés mais dans le changement de situation que l'on vit avec les autres grâce à un comportement cohérent. Quand nous fêtons nos succès ou sommes déprimés par nos échecs, quand nous faisons des plans concernant notre futur ou que nous nous proposons d'introduire des changements dans notre vie, nous oublions le point fondamental : nous vivons en relation avec les autres. Nous ne pouvons expliquer ce qui nous arrive, ni choisir, sans faire référence à certaines personnes et à certains milieux sociaux concrets. Ces personnes qui ont une importance particulière pour nous, et ces milieux sociaux dans lesquels nous vivons, nous mettent dans une situation

précise à partir de laquelle nous pensons, sentons et agissons. Le nier ou ne pas en tenir compte crée d'énormes difficultés. Notre liberté de choix et d'action est délimitée par la situation que nous vivons. Tout changement que nous désirons opérer ne peut pas être projeté dans l'abstrait mais référencé à la situation que nous vivons.

Le comportement cohérent

Si nous pouvions penser, sentir et agir dans la même direction, si ce que nous faisons ne nous créait pas de contradiction avec ce que nous sentons, nous dirions que notre vie est cohérente. Nous aurions confiance en nous, quand bien même nous n'inspirerions pas nécessairement confiance à notre milieu immédiat. Nous devrions obtenir cette même cohérence dans la relation avec les autres, en les traitant comme nous voudrions être traités. Nous savons qu'il peut exister une sorte de cohérence destructive observable chez les racistes, les exploiteurs, les fanatiques et les violents, mais leur incohérence dans la relation est évidente parce qu'ils traitent les autres d'une façon très différente de celle qu'ils veulent pour eux-mêmes. Cette unité de pensée, sentiment et action, cette unité entre le traitement que l'on demande et celui que l'on donne, sont des idéaux non réalisés dans la vie quotidienne. Là est la question. Il s'agit d'un ajustement de conduites à ces propositions ; il s'agit de valeurs qui, prises au sérieux, donnent une direction à la vie, indépendamment des difficultés rencontrées pour les concrétiser. Si nous observons bien les choses, non pas de façon statique mais en dynamique, nous entendrons cela en tant que stratégie qui doit gagner du terrain à mesure que le temps passe. C'est bien là que les intentions ont de l'importance, même si au début, les actions ne coïncident pas avec ces intentions ; elles ont d'autant plus d'importance qu'elles sont soutenues, perfectionnées et amplifiées. Les images de ce que l'on veut atteindre sont des références solides qui donnent une direction en toute situation. Et ce que nous disons n'est pas si compliqué. Il n'est pas surprenant, par exemple, qu'une personne oriente sa vie pour obtenir une grande fortune, même si elle peut savoir par avance qu'elle ne l'obtiendra pas. De toute manière, son idéal la pousse, même si elle n'a pas de résultats notables. Pourquoi alors ne peut-on pas comprendre que ces idéaux de vie peuvent donner une direction aux actions humaines, quand bien même l'époque s'oppose à l'unité entre le traitement que l'on demande et celui que l'on donne, et qu'elle empêche de penser, de sentir et d'agir dans la même direction ?

Les deux propositions

Penser, sentir et agir dans la même direction et traiter les autres comme on veut être traité sont deux propositions si simples qu'elles peuvent paraître naïves aux personnes habituées aux complications. Cependant, à travers cette candeur apparente se trouve une nouvelle échelle de valeurs au sommet de laquelle se trouve la cohérence ; une nouvelle morale pour laquelle la façon d'agir n'est pas indifférente ; une nouvelle aspiration qui implique d'être conséquent dans l'effort pour donner une direction aux événements humains. A travers cette candeur apparente, on parie sur le sens de la vie personnelle et sociale, qui sera vraiment évolutive ou ira vers la désintégration. Nous ne pouvons plus compter sur le fait que de vieilles valeurs puissent donner cohésion aux personnes dans un tissu social qui, jour après jour, se détériore à cause de la méfiance, de l'isolement et de l'individualisme croissants. L'ancienne solidarité entre membres d'école, d'associations, d'institutions et de groupes est remplacée par la compétition sauvage à laquelle n'échappent ni le couple, ni la fraternité familiale. Dans ce processus de démolition, aucune solidarité nouvelle ne s'élèvera sur la base d'idées et de comportements appartenant à un monde révolu ; une nouvelle solidarité s'élèvera grâce à la nécessité concrète pour chacun de donner une direction à sa vie, ce pour quoi il devra modifier son propre milieu. Cette modification, si elle est sincère et profonde, ne peut se mettre en marche par des impositions, par des lois externes ou des fanatismes de toutes sortes, mais plutôt par le pouvoir de l'opinion et conjointement de l'action menée à petite échelle auprès des personnes qui font partie de son milieu.

Arriver à toute la société à partir du milieu immédiat

Nous savons qu'en changeant positivement notre situation, nous influencerons notre milieu ; d'autres personnes partageront ce point de vue, donnant naissance à un système de relations humaines en développement. Nous devons nous demander : pourquoi devrions-nous aller plus loin que là où nous avons commencé ? Simplement par cohérence avec la proposition de traiter les autres comme nous voulons qu'ils nous traitent. Pour apporter, peut-être, aux autres quelque chose qui a été fondamental pour notre vie. Si l'influence commence à se développer, c'est parce que les relations, et donc les composantes de notre milieu se sont amplifiées. C'est une question que nous devrions prendre en compte dès le départ, car même si notre action s'applique, au début, en un point limité, la projection de cette influence peut parvenir très loin. Il n'y a rien d'étrange à l'idée que d'autres personnes décideront d'aller dans la même direction. Après tout, les grands mouvements historiques ont suivi le même parcours : ils ont commencé petits, logiquement, et se sont développés parce que les gens les ont considérés comme des interprètes de leurs nécessités et inquiétudes. Agir dans le milieu immédiat mais avec le regard tourné vers le progrès de la société est cohérent avec tout ce qui a été dit. Par ailleurs, pourquoi ferions-nous référence à une crise globale qui doit

être affrontée avec résolution si tout se terminait chez des individus isolés pour lesquels les autres n'ont pas d'importance ? Par nécessité, les gens qui sont d'accord pour donner une nouvelle direction à leur vie et aux événements feront surgir des groupes de discussion et de communication directe. Plus tard, la surface de contact pourra être amplifiée, par la diffusion à travers tous les media, ainsi que par la création d'organismes et d'institutions compatibles avec cette proposition.

Le milieu dans lequel nous vivons

Nous avons déjà dit que le changement est si rapide et si inattendu que cet impact est reçu comme une crise dans laquelle se débattent des sociétés entières, des institutions et des individus. Pour cela, il est indispensable de donner une direction aux événements. Cependant, comment pourrait-on le faire en étant soumis à l'action d'événements majeurs ? Il est évident que chacun ne peut donner direction qu'à des aspects immédiats de sa vie et non au fonctionnement des institutions et de la société. D'autre part, prétendre donner une direction à sa propre vie n'est pas chose facile étant donné que chacun vit en situation, ne vit pas isolé mais dans un milieu. Ce milieu, nous pouvons le voir aussi ample que l'Univers, la Terre, le pays, l'Etat ou la province, etc. Cependant, il y a un milieu immédiat qui est celui où nous développons nos activités. Ce milieu est familial, professionnel, amical, etc. Nous vivons en relation avec d'autres personnes et c'est ce monde spécifique dont nous ne pouvons nous passer. Il agit sur nous et nous sur lui de façon directe. Si nous avons une quelconque influence, c'est sur ce milieu immédiat. Mais il arrive que l'influence que nous exerçons aussi bien que celle que nous recevons soient affectées, à leur tour, par des situations plus générales, par la crise et la désorientation.

La cohérence : une direction de vie

Si on voulait donner une certaine direction aux événements, il faudrait commencer par sa propre vie et pour ce faire, nous devrions prendre en compte le milieu dans lequel nous agissons. Maintenant, à quelle direction pouvons-nous aspirer ? Sans doute à celle qui nous donne une cohérence et nous aide dans un milieu aussi changeant et imprévisible. Penser, sentir et agir dans la même direction est une proposition de cohérence dans la vie. Cependant, cela n'est pas facile parce que nous nous trouvons dans une situation que nous n'avons pas complètement choisie. Nous faisons des choses qu'il faut faire, bien qu'en grand désaccord avec ce que nous pensons et sentons. Nous sommes placés dans des situations que nous ne contrôlons pas. Agir avec cohérence, plus qu'un fait, est une intention, une tendance que nous pouvons garder présente, de sorte que notre vie se dirige progressivement vers ce type de comportement. Il est clair que c'est uniquement en influant sur ce milieu que nous pourrions changer une partie de notre situation. En le faisant, nous donnerons une direction à la relation avec les autres, et les autres partageront une telle conduite. Si l'on objecte à ce qui précède que certaines personnes changent fréquemment de milieu en raison de leur travail ou pour d'autres motifs, nous répondrons que cela ne change rien à la proposition, car elles seront toujours en situation, elles seront toujours dans un milieu donné. Si nous prétendons être cohérents, la façon dont nous traitons les autres devra être similaire à la façon dont nous exigeons être traités. Ainsi, dans ces deux propositions, nous trouvons les éléments de base qui donnent direction dans la limite de nos forces. Plus le penser, le sentir et l'agir avancent dans la même direction, plus la cohérence avance. Cette cohérence s'étend aux autres, car c'est son unique façon d'avancer, et en s'étendant aux autres, nous commençons à les traiter de la manière dont nous aimerions être traités. Cohérence et solidarité sont des directions, des aspirations de conduites à atteindre.

La proportion des actions : un progrès vers la cohérence

Comment avancer en direction cohérente ? En premier lieu, nous aurons besoin d'une certaine proportion dans ce que nous faisons quotidiennement. Il est nécessaire d'établir quelles sont les questions les plus importantes de notre activité. Nous devons donner priorité à ce qui est fondamental pour que les choses fonctionnent, puis à ce qui est secondaire et ainsi de suite. Il se peut qu'en prêtant attention à deux ou trois priorités, nous obtenions un bon cadre de situation. Les priorités ne peuvent pas s'inverser, elles ne peuvent pas non plus être séparées entre elles à tel point que notre situation se déséquilibre. Les choses doivent aller ensemble et non isolément, en évitant que les unes prennent le pas sur les autres. Fréquemment, nous nous aveuglons par l'importance d'une activité, et de ce fait, l'ensemble se déséquilibre... et à la fin, ce que nous considérons si important ne peut pas non plus être réalisé parce que notre situation générale s'en est trouvé affectée. Il est aussi certain que se présentent parfois des affaires urgentes auxquelles nous devons nous consacrer, mais il est clair que nous ne pouvons pas vivre en remettant à plus tard d'autres choses que requiert la situation générale dans laquelle nous vivons. Etablir des priorités et mener l'activité en proportion adéquate est une avancée évidente en direction de la cohérence.

L'opportunité des actions : un progrès vers la cohérence

Une sorte de routine liée aux horaires, aux soins personnels et au fonctionnement de notre milieu ponctue

notre vie quotidienne. Cependant, ces règles sont aussi chargées d'une dynamique et d'une richesse d'événements que les personnes superficielles ne savent pas apprécier. Il y a ceux qui confondent leur vie avec leur routine, mais dans l'absolu ce n'est pas ainsi car très fréquemment ils doivent choisir parmi les conditions que le milieu impose. Il est certain que nous rencontrons des inconvénients et vivons parmi des contradictions mais il conviendra de ne pas confondre ces deux termes. Nous entendons par 'inconvénients', les gênes et les empêchements que nous affrontons. Ils ne sont pas tellement graves mais s'ils deviennent nombreux et répétés, ils augmentent notre irritation et notre fatigue. Assurément nous sommes en condition de les surpasser ; ils ne déterminent pas la direction de notre vie, ils n'empêchent pas que l'on mène un projet de l'avant ; ce sont des obstacles sur le chemin qui vont de la moindre difficulté physique aux problèmes qui nous font presque perdre le cap. Les inconvénients admettent des degrés d'importance mais ils se maintiennent dans une limite qui n'empêche pas d'avancer. Il en est autrement avec ce que nous appelons 'contradictions'. Lorsque notre projet ne peut pas être réalisé, lorsque les événements nous lancent dans une direction opposée à celle que nous désirons, lorsque nous nous trouvons dans un cercle vicieux que nous ne pouvons rompre, lorsque nous ne pouvons donner un minimum de direction à notre vie, nous sommes pris par la contradiction. La contradiction est une sorte d'inversion du courant de la vie qui nous amène à reculer sans espoir. Nous sommes en train de décrire le cas où l'incohérence se présente sous sa forme la plus crue. Dans la contradiction s'opposent ce que nous pensons, ce que nous sentons et ce que nous faisons. Malgré tout, il y a toujours une possibilité de donner une direction à sa vie, mais il est nécessaire de savoir quand le faire. L'opportunité pour agir est quelque chose dont nous ne tenons pas compte dans la routine quotidienne et cela parce que beaucoup de choses sont codifiées. Cependant, face à d'importants inconvénients et aux contradictions, les décisions que nous prenons ne peuvent être exposées à la catastrophe. En général, nous devons reculer face à une grande force et avancer avec résolution lorsque celle-ci s'affaiblit. Il y a une grande différence entre le craintif qui recule ou s'immobilise face à n'importe quel inconvénient et celui qui agit en se plaçant au-dessus des difficultés, sachant que c'est précisément en avançant qu'il peut les éluder. Il est parfois impossible d'avancer parce qu'un problème qui dépasse nos forces se dresse devant nous, et l'attaquer sans calcul nous mènerait au désastre. Le grand problème que nous affrontons est aussi en dynamique et la relation des forces changera soit parce que notre influence s'accroît, soit parce que son influence diminue. Cette relation rompue, c'est le moment d'agir avec résolution puisqu'une indécision ou une remise à plus tard modifierait encore une fois les facteurs. L'exécution de l'action opportune est le meilleur outil pour produire des changements de direction.

L'adaptation croissante : un progrès vers la cohérence

Considérons le thème de la direction, de la cohérence que nous voulons atteindre. Nous adapter à certaines situations aura à voir avec cette proposition parce que nous adapter à ce qui nous mène dans une direction opposée à la cohérence est d'une grande incohérence. Les opportunistes souffrent d'une grande myopie vis-à-vis de ce thème. Ils considèrent que la meilleure façon de vivre est l'acceptation de tout, l'adaptation à tout. Ils pensent que tout accepter - pourvu que cela provienne de ceux qui détiennent le pouvoir - est adapté mais il est clair que leur vie dépendante est très loin de ce que nous entendons par cohérence. Nous faisons la distinction entre la désadaptation qui empêche d'amplifier notre influence, l'adaptation décroissante qui nous fait accepter des conditions établies et l'adaptation croissante qui fait grandir notre influence en direction des propositions que nous venons de commenter.

Unité et contradiction

Presque tous les actes que nous réalisons chaque jour ont un caractère routinier et s'appuient, en grande partie, sur des habitudes acquises par la répétition de ceux-ci pendant longtemps.

Nous accomplissons aussi des actes qui au lieu de nous laisser indifférents comme ceux que nous répétons continuellement, nous procurent une sensation de plénitude, ou bien de malaise.

Il y a des actions qui nous produisent une bonne sensation et qui, lorsqu'elles sont remémorées par la suite, nous donnent envie de les répéter à nouveau. Elles ont en outre la caractéristique de n'être pas lassantes, mais de donner la sensation que l'on s'améliore et que l'on grandit intérieurement quand on les effectue. Manger un mets agréable nous procure une sensation délicieuse, mais nous pourrions nous en lasser si nous insistions au-delà d'une certaine limite. De plus, en nous souvenant de ce mets dans un moment de faim, nous désirerions le manger encore une fois, mais chaque fois que nous y parviendrions, nous aurions une sensation de satiété et non pas d'amélioration personnelle ou de croissance intérieure. Il y a un autre type d'action qui nous procure une sensation agréable sur le moment, mais qui, lorsque l'on s'en souvient entraîne un malaise. Si, par exemple, pour alléger nos tensions momentanées, nous agressons quelqu'un, il est possible qu'à ce moment-là nous ressentions une libération intérieure ; mais ensuite surgira quelque chose qui ressemble au remords et nous comprendrons que ce n'est pas un acte bon à répéter ; nous nous rendrons compte aussi que cette façon de procéder ne nous fait pas croître intérieurement, ne nous améliore pas. Les actes qui donnent unité intérieure ont toujours les qualités suivantes :

1. Ils produisent une bonne sensation quand on les réalise
2. On aimerait les répéter
3. On les ressent comme une amélioration personnelle.

Si l'une de ces trois conditions requises est absente, c'est parce que nous sommes en présence d'actions habituelles, nécessaires à la vie mais assez neutres ; ou bien nous sommes en présence d'actions plaisantes momentanées ; ou, enfin, nous sommes en présence d'actions contradictoires.

Les actes unitifs ou contradictoires sont ressentis sur le moment, on s'en souvient aussi d'une façon caractéristique et enfin, ils prédisposent des conduites à venir. De sorte qu'il est extrêmement important d'éviter la contradiction et de renforcer les actes d'unité intérieure. La disposition pour obtenir une vie unitive marque le commencement d'un sens véritable et d'une nouvelle orientation dans la conduite journalière.

L'observation des principes dont le *Regard intérieur* nous parle au chapitre XIII nous mène directement à réaliser des actes valables qui donnent une unité intérieure et qui éloignent de la contradiction.

L'action valable

Le principe d'adaptation : “ Aller contre l'évolution des choses c'est aller contre soi même ”

Ce principe montre que lorsque l'on connaît à l'avance le dénouement d'un événement, l'attitude à adopter est de l'accepter avec la plus grande profondeur possible, en essayant de tirer profit de ce qui est défavorable. En examinant des moments de la vie dans lesquels nous n'avions pas connaissance de ce principe, et avons de ce fait agi à l'inverse, nous aurons une illustration juste de la signification de ce Principe. Il sera encore plus intéressant de réfléchir sur le moment que nous vivons et d'étudier les conséquences de souffrance pour nous et pour nos proches au cas où nous ne tiendrions pas compte de ce Principe.

Nous expliquons que les choses auxquelles nous ne devons pas nous opposer sont celles qui ont un caractère inévitable. Si l'être humain avait cru, par exemple, que les maladies étaient inévitables, la science médicale n'aurait jamais progressé. Grâce à la nécessité de résoudre les problèmes et à la possibilité de le faire, l'humanité progresse. Si une personne reste seule dans le désert, est-il inévitable qu'elle meurt ? Cette personne s'efforcera de trouver des issues à sa situation et, en effet, elle trouvera une oasis, ou bien elle sera elle-même plus facilement retrouvée si elle a utilisé tous les moyens possibles pour être vue à distance. Ce Principe, pour pouvoir être correctement expliqué, se réfère donc aux situations inévitables.

Principe d'action et réaction : “ "Quand tu forces quelque chose vers un but, tu produis le contraire ”

Ce principe montre que les personnes et les choses ont des comportements déterminés qui offrent des résistances ou qui facilitent nos projets si nous agissons comme il convient. Lorsque, mus par des impulsions irrationnelles, nous forçons quelque chose contre son propre comportement, nous pouvons observer que celle-ci cède devant nos exigences, mais la conséquence à plus ou moins longue échéance se traduira par des effets différents de ceux que nous voulions obtenir. L'être humain est forger d'événements, il donne une direction aux choses, il tend à planifier et à accomplir des projets. En somme il se dirige vers des buts. La question est cependant : Comment s'achemine-t-il vers ces buts ? Quel moyen adopte-t-il pour faire comprendre à une autre personne la solution au problème qu'elle lui pose : la force ou la persuasion ? S'il la force, tôt ou tard il y aura une réaction, s'il la persuade, tôt ou tard les forces s'additionneront.

Bien des personnes pensent que la fin justifie les moyens et elles agissent en forçant tout ce qui les entoure, obtenant souvent des résultats probants. La difficulté vient ensuite. Le but a été atteint mais on ne peut pas le maintenir longtemps.

Le Principe que nous commentons fait allusion à deux situations différentes. Dans l'une, le but recherché est atteint mais les conséquences sont opposées à ce qui est attendu. Dans l'autre l'action de forcer des situations provoque un "rebond" défavorable.

Le Principe de l'Action Opportune : “ Ne t'oppose pas à une grande force ; recule jusqu'à ce qu'elle s'affaiblisse ; alors avance avec résolution ”

Ce Principe ne recommande pas de reculer devant les petits inconvénients, ou devant les problèmes sur lesquels nous butons quotidiennement. On recule seulement comme l'explique le Principe, devant des forces irrésistibles, celles qui sans aucun doute nous surpassent si nous les affrontons. Reculer devant les petites difficultés affaiblit les gens, les rend pusillanimes et craintifs. Ne pas reculer devant les grandes forces rend les gens enclins à toutes sortes d'échecs et d'accidents.

Le problème apparaît lorsqu'on ne sait pas à l'avance qui, de soi ou de la difficulté, a le plus de force. Cela devra être vérifié par des tests, en effectuant de petites confrontations qui ne compromettent pas

complètement la situation et qui laissent une marge pour changer de position si celle-ci s'avérait insoutenable. Autrefois on parlait de "prudence", c'était une idée très proche de celle que nous expliquons. Mais il y a un autre point : "Quand faut-il avancer ?" A quel moment l'inconvénient a-t-il une force plus réduite, ou bien à quel moment avons nous gagné de la force nous mêmes ? Cette même idée de faire de temps en temps des tests est valable, en faisant de petites tentatives qui n'aient pas un caractère définitif. Lorsque la force joue en notre faveur et que l'inconvénient s'est affaibli, l'avancée doit être totale. Garder des réserves dans une telle situation c'est compromettre le triomphe parce que l'on n'avance pas avec toute l'énergie disponible.

Le Principe de proportion : “ Les choses sont bien lorsqu'elles marchent ensemble, non isolément ”

Cela signifie que si, poussés par un objectif, nous dérégions toute notre vie, l'obtention du résultat recherché sera soumise à de nombreux accidents, et même s'il est effectivement obtenu, il aura des conséquences amères.

Si pour obtenir de l'argent ou du prestige, nous dérégions notre santé, nous sacrifions des personnes qui nous sont chères, nous délaissions nos valeurs, etc., il est possible que les accidents qui surgissent soient tels que nous n'obtenions pas le résultat recherché. Dans d'autres cas, il se peut que nous obtenions le résultat recherché mais nous n'aurons plus la santé pour en jouir, ni des êtres chers avec qui partager, ni les valeurs qui nous donnent un sens.

"Les choses sont bien lorsqu'elles marchent ensemble" ; il en est ainsi parce que notre vie est un ensemble qui requiert un équilibre et un développement approprié, non partiel. Encore qu'il y ait des choses plus importantes que d'autres, chaque personne devrait avoir une véritable échelle de valeurs afin que ce qui est primaire, secondaire, tertiaire puisse être accompli selon la proportion. La force appliquée à chaque chose, selon l'importance fixée, les ferait marcher toutes en un ensemble véritable.

Pourquoi considère-t-on impossible d'atteindre le bonheur

Parfois par préjugé. Par exemple dès l'enfance, on nous explique que vivre revient pour ainsi dire à souffrir, que tout ce que l'on obtient est à base de souffrance, que la souffrance donne la sagesse, etc.

Il y a des personnes qui affirment qu'au premier pas que l'on fait on rencontre des inconvénients... Bien sûr nous ne confondons pas les inconvénients, qui peuvent être réduits à leur dimension réelle (et qui parfois donnent à la vie une saveur intéressante) avec la souffrance en tant que sensation associée à la contradiction profonde.

Nous ne confondons pas non plus la douleur physique avec la souffrance mentale, comme nous avons pu le voir lors d'une autre occasion.

Cela dit, il y a beaucoup de personnes qui désirent conserver la souffrance. Cela est apparemment impossible à moins d'être envisagé d'un point de vue pathologique. Néanmoins combien de personnes se trouvant face à la possibilité d'un changement positif dans leur vie, rejettent celle-ci parce qu'elles sentent qu'en souffrant, elles reçoivent de leur milieu un certain type de bénéfices. Mais il s'agit là d'un piège du mental et d'un cercle vicieux qui mène à la destruction.

Finalement, il y a ceux qui aspirent réellement au bonheur, mais qui ne feraient pas le moindre effort pour l'obtenir, bien qu'il leur apparaisse comme étant un idéal désirable, mais impossible à réaliser.

Il ne s'agit pas de mal interpréter tout ceci et de supposer que le bonheur s'obtient en une seule fois et d'une façon définitive. Nous savons qu'il est possible de vaincre progressivement la souffrance. Nous savons qu'il est possible de parvenir à un état de satisfaction croissante avec soi même, et nous savons que cela dépend de la manière dont nous saurons éclaircir le sens réel de la vie. Ne parlons pas de choses impossibles en ce domaine. Ne disons pas non plus que cela est valable pour une minorité qui aurait résolu ses problèmes matériels, parce que l'expérience ne le démontre pas. Par contre, ce que l'expérience démontre c'est que des milliers de personnes marchent dans cette direction que nous proposons, parce qu'elles constatent que ces propositions leur sont bénéfiques dans la vie quotidienne.

Les fausses solutions

Si une personne dit : "Moi, avec plus d'argent, je serai heureux !"... elle devrait consulter ceux qui ont plus d'argent pour s'apercevoir qu'il n'ont pas obtenu le bonheur.

On pourrait passer en revue une longue liste d'activités et au bout du compte nous trouverions toujours la souffrance. Bien sûr beaucoup de personnes confondent un bref instant de bonheur avec un état de bonheur croissant au fur et à mesure que le temps passe.

Par exemple, un poète pourrait dire : "Il me suffit de regarder une fleur pour être heureux". Bien sûr il sera heureux...pour un court instant. C'est valable pour n'importe quelle activité plaisante. Le plaisir de l'instant meurt dans l'instant.

Par contre, l'état de bonheur aussi petit soit-il, s'il se perpétue dans le temps, va en grandissant. Cela est

possible si cet état est orienté par un sens de la vie et non par des actes qui meurent immédiatement. Nous ne disons pas que le plaisir est nuisible, mais qu'il est court. Nous disons qu'il est bien dans l'instant mais qu'il ne peut donner un fondement à la vie.

Chacun doit savoir si sa vie devient plus remplie ou plus vide avec le temps qui passe. Alors il comprendra si son bonheur grandit ou diminue. Mais comment savoir cela ?

Il faut apprendre à comparer les moments d'une manière juste. Si mes bons moments actuels le sont moins que ceux d'une autre période, quelque chose marche mal. S'ils sont meilleurs, je suis bien orienté.

Il faut aussi savoir comparer les aspects négatifs. Si mes moments actuels sont pires que les mauvais moments d'une autre période, alors quelque chose ne va pas. Si ces mauvais moments de toutes façons ne m'affectent pas comme à d'autres périodes, c'est signe que je progresse, que je grandis intérieurement.

Au fur et à mesure qu'un nouveau sens oriente la vie de chacun, la comparaison avec des éléments antérieurs positifs et négatifs laisse un bilan favorable.

Quoi que je fasse, si à la comparaison, le bilan n'est pas favorable, il est clair que je vis de fausses solutions qui me mèneront tôt ou tard au non sens.

Points de doctrine

Nous pouvons synthétiser la doctrine de la Communauté en ses points les plus importants :

1. L'être humain cherche à atteindre le bonheur

La douleur et la souffrance s'opposent au bonheur

2. La douleur est physique et son recul dépend des progrès de la société et de la science. La souffrance est mentale et son recul dépend de la réconciliation avec soi-même.
3. On souffre parce que l'on vit des situations contradictoires, parce que l'on se souvient de ces situations, parce qu'on les imagine. Ce sont là les trois voies de la souffrance.
4. Seul un véritable sens de la vie procure de l'unité et permet de parvenir à la réconciliation. Il brise la contradiction dans les trois voies.

En résumé : quand le véritable sens surgit, l'être humain se réconcilie avec lui-même en faisant reculer la souffrance et en dégagant le chemin du bonheur.

Le guide intérieur

Parfois on se trouve dans des moments de solitude et l'on considère ses doutes et ses projets, établissant une sorte de conversation à voix haute, comme si on parlait à quelqu'un d'autre. Mais en général on s'interroge et on répond en silence en formulant aussi des désirs ou regrettant d'avoir mal réalisé les choses. Il y en a qui imaginent leurs parents, ou des personnes chères et respectées, à qui ils adressent leurs questions, sans qu'il importe même que ces personnes soient vivantes.

Dans certaines occasions, nous pensons aussi à ce qu'une autre personne aurait fait à notre place.

Parfois nous cherchons à suivre ce que nous considérons comme de bons exemples et nous imitons les attitudes et les comportements d'autres personnes, en imaginant souvent des dialogues avec eux.

Tous ces cas répondent à un mécanisme utile de l'imagination : le mécanisme du guide intérieur.

Toute personne peut remarquer les guides intérieurs pour lesquels il a une préférence spéciale. C'est un travail très intéressant que de reconnaître le ou les guides qui servent de référence. Mais dans ce travail il s'agit de trouver une image remplissant trois conditions :

1. La sagesse
2. La bonté
3. La force

S'il manque l'une d'entre elles, notre relation avec cette image n'est pas constructive. Si nous ne trouvons pas une personne réelle qui possède ces trois attributs, nous pouvons imaginer quelqu'un qui les possède, même s'il s'agit de quelqu'un qui est mort ou qui n'existe pas. Dans ce cas, lors des moments de doute ou de confusion, pouvoir prendre contact avec le guide intérieur constitue une grande aide, par les réponses ou la compagnie qu'il fournit.

Les aphorismes

Nous allons développer quelques idées synthétisées dans de brèves phrases, que nous appelons "aphorismes".

Le premier dit ceci : " Les pensées produisent et attirent des actions ". Que signifie la phrase : Les pensées produisent des actions ? Cela signifie que j'agis dans la vie en accord avec les choses que je sens ou les choses dont je me souviens ou que j'imagine. Il est évident que toute activité que je développe sera fonction de la façon dont je l'aurai exercée auparavant et se déroulera suivant la clarté avec laquelle j'appréhenderai ce que j'ai à faire. Si mes pensées sont confuses, il est très probable que mes actes soient confus, et ainsi de suite. Quant aux pensées qui " attirent " des actions, il est évident que si elles ont produit des actes de

confusion, il y aura de la confusion dans mes activités et vis-à-vis des personnes auxquelles je m'adresse. Par conséquent, en retour me reviendront des résultats de ce type. Si je pense avec ressentiment et que j'agis de cette manière, je provoquerai sûrement du ressentiment et j'attirerai à moi des actions de ce genre provenant d'autres personnes. Il suffit qu'une personne croie en sa "malchance" pour que ses actions et celles des autres finissent par lui procurer ce qu'elle croit.

L'aphorisme suivant dit ceci : " Les pensées avec foi produisent et attirent des actions plus fortes ".

" Foi " signifie conviction, sentiment fort, certitude qu'une chose est telle qu'on la croit. Ce n'est pas la même chose de penser avec la grande force des émotions qu'avec le doute. Il suffit de voir ce qu'un sentiment fort comme l'amour est capable de mouvoir pour comprendre ce que nous disons. Le troisième aphorisme s'énonce ainsi : " Les pensées répétées avec foi, produisent et attirent un maximum de force dans les actions ". Plus on répète une chose, plus elle se grave dans la mémoire, plus les habitudes deviennent fortes et plus on est prédisposé à des actions futures dans cette direction. Si quelqu'un pense continuellement avec foi qu'il est malade, il finira par tomber malade avec plus de probabilité que s'il n'y pense que d'une manière fugace.

C'est également valable pour les projets que l'on fait dans la vie. Ils doivent être pensés avec clarté, avec foi et doivent être considérés de façon répétée. Alors mes actions iront dans cette direction et je provoquerai des réponses de mon milieu et des personnes qui m'entourent dans le sens qui m'intéresse.

Bonheur et souffrance

Parvenir à une satisfaction croissante avec soi-même est pour nous un objectif. Cela est possible dans la mesure où les facteurs qui s'opposent à ce bonheur croissant seront progressivement compris. Le bonheur est un état dans lequel il n'y a pas de souffrance. Une personne peut-elle surmonter progressivement la souffrance ? Elle le peut certainement bien que chaque jour nous voyions le contraire. En effet, à mesure que les années passent, beaucoup de gens augmentent leur souffrance.

Mais comment fait-on pour obtenir un bonheur croissant ? Il existe un moyen qui consiste à comprendre la manière dont est créée la souffrance et à commencer à œuvrer d'une façon différente de celle qui la provoque.

Nous, nous voyons la souffrance et la manière d'agir pour l'éviter. Cependant, il faut auparavant comprendre le mot " souffrance ". Bien des gens pensent qu'ils ne souffrent pas , mais qu'ils ont des problèmes : avec l'argent, le sexe, leur famille, d'autres personnes, etc. Ils croient simplement vivre avec des tensions, des angoisses, de l'insécurité, des peurs, des ressentiments et toute sorte de frustrations. C'est cet ensemble de problèmes que nous appelons " souffrances " Il sera intéressant de faire la distinction entre douleur et souffrance. La douleur est physique et le progrès de la science et de la société ont beaucoup à faire à son sujet. Par contre, la souffrance est mentale. Parfois la douleur apporte une souffrance mentale, parfois la souffrance mentale produit la douleur physique et la maladie. Cette distinction entre douleur et souffrance est une des premières choses que l'on commence à comprendre dans le travail de la Communauté. On apprend ensuite à chercher les véritables racines de la souffrance et on découvre la nécessité de changer la façon d'agir qui fait souffrir.

Les trois voies de la souffrance

L'être humain possède deux facultés très importantes : la mémoire et l'imagination. Sans elles il est impossible de réaliser des activités dans la vie quotidienne. Quand l'une d'elles s'affaiblit ou subit une altération, les activités quotidiennes deviennent difficiles.

La mémoire et l'imagination sont fondamentales pour la vie et c'est pour cette raison que, lorsqu'au lieu de nous aider à nous frayer un chemin elles nous enferment dans la souffrance, nous devons prendre des mesures pour changer la situation. La mémoire peut apporter continuellement des souvenirs négatifs et alors cesser de nous apporter l'aide dont nous avons besoin. La même chose peut se produire avec l'imagination si, continuellement, elle fait apparaître en nous des craintes, des angoisses, des peurs quant à l'avenir.

Nous pouvons considérer la sensation (ce que nous percevons à un moment donné) comme une autre faculté primordiale pour la vie. Grâce à elle, nous voyons, nous entendons, nous touchons et, enfin, nous nous rendons compte de ce qui se passe autour de nous. Il y a des choses que nous sentons et qui nous plaisent, il y en a d'autres qui nous sont désagréables. Il est clair que si nous avons faim, que si nous recevons un coup, ou que si nous éprouvons un excès de froid ou de chaleur, nous enregistrerons de la douleur à travers la sensation. Toutefois à la différence de la douleur, qui est physique, nous pouvons éprouver de la souffrance qui, elle, est mentale. Cette souffrance, nous la sentons quand ce que nous voyons du monde qui nous entoure ne nous plaît pas, ou ne nous paraît pas être comme il devrait.

En réalité, la mémoire, l'imagination et la sensation sont trois voies nécessaires à la vie. Cependant, elles peuvent devenir des ennemies de la vie si elles opèrent en produisant de la souffrance. La mémoire nous fait souffrir en nous rappelant les échecs et les frustrations ; en nous rappelant les opportunités manquées, les objets ou personnes aimés disparus.

L'imagination nous fait souffrir par les pensées négatives sur l'avenir qui nous apportent des craintes : crainte de perdre ce que nous avons, crainte de la solitude, de la maladie, de la vieillesse et de la mort. L'imagination fait souffrir quand nous pensons à l'impossibilité d'obtenir dans le futur ce que nous désirons pour nous-mêmes ou pour d'autres personnes. La sensation nous fait souffrir quand nous voyons que notre situation ne correspond pas à ce qu'elle devrait être, quand nous ne sommes pas reconnus par notre milieu familial ou social, quand on nous porte préjudice dans notre travail, quand nous rencontrons des empêchements dans ce que nous sommes en train de réaliser.

Alors, au lieu de parler de ces trois facultés importantes, nous devons parler de trois voies de la souffrance, car ces facultés sont en train de mal fonctionner. En outre, nous devons reconnaître que ces trois voies s'entrecroisent et dès lors que quelque chose ne va plus dans l'une, les autres se trouvent aussi compromises. Il semblerait qu'elles ont entre elles beaucoup de points de contact.

Les expériences de la Communauté portent précisément sur les trois voies de la souffrance, les dégageant pour que la vie se déroule sans entrave.

Il faut reconnaître que si nous sommes désorientés ou que notre vie est dépourvue d'un but, d'un sens, nous nous perdons dans les trois voies et nous ne savons pas quoi dégager de notre chemin, parce que nous ne comprenons pas non plus vers quoi nous allons.

Assurément, la découverte d'un sens dans la vie est ce qui nous aide le plus à convertir les trois voies de la souffrance en trois voies positives pour l'existence.

La souffrance par le souvenir

Le souvenir apporte des sensations parfois agréables et parfois il apporte de la souffrance. Chacun souffre à cause de ce qu'il a perdu, de ce qu'il a fait et qui n'a pas réussi. Alors il préfère ne pas revenir sur tout cela. Mais bien qu'il ne le veuille pas, beaucoup de choses du présent lui apportent le souvenir de scènes désagréables du passé. Alors, il essaie d'éviter ces choses et cela le limite dans beaucoup d'activités.

Parfois, on ne comprend pas que de nombreux états d'angoisse, d'anxiété, de peur, etc. sont en rapport avec des souvenirs de situations négatives ou de choses désagréables. Si le souvenir est travaillé de façon appropriée, beaucoup de problèmes vitaux peuvent être résolus. Il ne s'agit pas de se souvenir continuellement de choses négatives car cela engendre le pessimisme dans la vie. Il s'agit, en tout cas, de faire un travail avec ses souvenirs de façon adéquate, ainsi que nous le faisons au cours de certaines réunions de la Communauté.

La souffrance par l'imagination

L'imagination est nécessaire à la vie. Grâce à cette faculté nous pouvons planifier, faire des projets et, enfin, parvenir à modifier la réalité par notre action qui est mobilisée dans la pratique par l'imagination. L'imagination est une force énorme, mais les résultats dépendent de la façon dont on la dirige. En effet si l'imagination est canalisée dans des actions négatives elle finit par provoquer des désordres de tous genres, créant ainsi la souffrance.

Quand une personne craint de perdre ce qu'elle a, qu'elle craint de ne pas parvenir à ce qu'elle se propose, elle souffre par imagination. Celui à qui l'avenir apparaît peu sûr et désastreux souffre aussi par imagination. La souffrance est telle, qu'elle se transforme parfois en douleur physique et en maladie. Sur ce dernier point, on doit considérer que de nombreuses maladies ne sont qu'imaginaires et qu'elles deviennent réelles avec le temps. L'imagination négative produit une tension mentale et diminue par conséquent toutes les aptitudes. Il est possible de modifier cette capacité de l'imagination qui nous mène à agir mal dans le monde ou à influencer le corps de façon négative. Les expériences guidées de la Communauté se fondent sur cette grande faculté de l'être humain...

Dans les réunions hebdomadaires, le travail est mené en séparant de l'imagination la souffrance qui jusqu'alors l'accompagnait.

Conduite extérieure et expérience intérieure

Lorsque l'on suit quotidiennement une conduite sans contradiction, on fait reculer la souffrance personnelle, ainsi que celle des personnes qui nous entourent. C'est pourquoi il est très important de connaître et d'appliquer des principes ou des règles pratiques dans la vie, comme celles que nous enseigne le chapitre XIII de notre livre : *Le regard intérieur*. Mais outre la conduite que l'on mène dans le monde des relations, il y a l'expérience intérieure, individuelle, que chacun reconnaît parfois comme frustration ou non-sens, parfois comme idéal qui stimule et donne de la joie.

De même qu'il est possible d'orienter la conduite à partir des principes d'action valable comme ceux que nous avons signalés, on peut également atteindre à une expérience personnelle intérieure de paix, de joie et de force. Une expérience qui donne un sens à la vie est possible.

Et il est raisonnable que l'on soit instruit sur ces deux piliers de la vie pleine : l'action valable et l'expérience intérieure. Ces piliers doivent soutenir une existence cohérente. La conduite extérieure doit coïncider avec l'expérience intérieure. Ce n'est pas ce qui se produit habituellement et cela produit chez les gens cette vie

contradictoire, “ divisée ” entre ce qu’ils font et ce qu’ils disent, entre ce qu’ils pensent et ce qu’ils sentent, etc. Penser dans une direction, sentir dans une autre et agir dans une autre encore différente est ce qui arrive communément, et cela ne peut être résolu à moins d’être instruit et de travailler dans l’expérience intérieure et l’action valable.

Les principes ou règles d’action valable doivent nous servir pour la vie quotidienne, de même que les expériences que nous réalisons dans la Communauté doivent être au service de notre perfectionnement intérieur.

Penser, sentir et agir dans la même direction

Nous découvrons fréquemment que nous sommes partagés entre ce que nous pensons, sentons et faisons. A l’inverse, quand nous parvenons à faire quelque chose en accord avec nos idées, et sentiments, nous ressentons cette unité dans laquelle nous désirerions vivre quotidiennement. Mais les situations sont si diverses et les engagements que nous devons affronter tous les jours si opposés, que l’unité intérieure s’en trouve sérieusement compromise.

Et c’est le manque d’unité qui crée la souffrance.

On peut dire : “ Il est nécessaire de vivre avec unité ! ”. Mais comment y parvenir ?

Commençons par examiner nos activités routinières jusqu’à ce que nous comprenions la profonde division entre le penser, le sentir et l’agir. La réponse surgira par le seul fait de vérifier ceci à chaque pas que nous effectuons. Mais ce ne sera pas une réponse théorique, comme celle que nous pourrions donner maintenant, elle sera la conséquence d’une nécessité vérifiée.

Disons en synthèse ceci : toute personne qui s’emploie à examiner dans sa vie quotidienne les contradictions entre ce qu’elle pense, sent et fait se rend compte de la nécessité de changement dans sa situation et, de ce fait, obtient la réponse appropriée à partir de son expérience même.

La véritable solidarité

Considérons les idées suivantes : “ Là où il y a de la souffrance et que je peux faire quelque chose pour la soulager, je prends l’initiative. Là où je ne peux rien faire, je continue d’avancer joyeusement ”.

De telles idées semblent pratiques mais elles laissent un arrière goût de manque de solidarité. Comment continuer d’avancer joyeusement en laissant derrière nous la souffrance, nous désintéressant des peines d’autrui ?

Prenons un exemple. Au milieu du trottoir un homme tombe, en proie à de violentes convulsions. Les passants se groupent en donnant des instructions contradictoires et en créant autour du malade un cercle asphyxiant. Beaucoup s’en inquiètent, mais ne sont pas efficaces. Peut-être que celui qui appelle d’urgence le médecin, ou celui qui éloigne les curieux pour éviter l’attroupement, sont les plus raisonnables. Je peux être de ceux qui ont pris l’initiative, ou bien je peux être une troisième personne qui obtient quelque chose de positif et de pratique dans cette situation. Mais si j’agis par simple solidarité en créant de la confusion ou en faisant obstacle à ceux qui peuvent faire quelque chose d’utile, je n’apporte pas d’aide, mais je porte préjudice.

Ceci est compréhensible, mais que signifie : “ ...là où je ne peux rien faire, je continue mon chemin joyeusement ”. Cela ne veut pas dire que mon chemin ne doit pas être encombré par l’inévitable ; cela veut dire que je ne dois pas rajouter des problèmes aux problèmes ; cela veut dire que je dois rendre positif le futur, car le contraire n’est bon ni pour les autres ni pour moi.

Il y a des personnes qui avec une solidarité mal comprise, perturbent ceux qu’elles désirent aider et se causent du tort à elles-mêmes. Ce sont là des pertes pour la solidarité parce que l’énergie perdue dans ce comportement aurait dû être appliquée dans une autre direction, sur d’autres personnes, d’autres gens, d’autres situations où des résultats pratiques auraient été effectivement obtenus. Lorsque nous parlons de résultats pratiques nous ne faisons pas seulement allusion à ce qui est brutalement matériel, parce que même un sourire ou une parole d’encouragement peuvent être utiles si cela peut apporter de l’aide.

III Expériences guidées

A Première partie: Narrations

I. L'ENFANT

Je marche à travers champs. C’est le matin, il est très tôt. A mesure que j’avance, je me sens confiant et joyeux.

Je parviens à distinguer une construction qui paraît ancienne. Elle semble faite de pierre. Le toit, à deux pentes, semble lui aussi être en pierre. Sur la façade se dressent de grandes colonnes de marbre.

J’arrive à l’édifice et vois une porte en métal apparemment très lourde. Soudain, deux animaux féroces surgissent sur le côté et se précipitent sur moi. Heureusement, ils sont stoppés tout près de moi, chacun

retenu par une chaîne tendue à l'extrême.

Comme je ne peux atteindre la porte sans être attaqué par les animaux, je leur jette un paquet qui contient de la nourriture. Les bêtes l'engloutissent et s'endorment.

Je m'approche de la porte. Je l'examine. Je n'y vois ni verrou, ni rien d'autre qui permette de l'ouvrir.

Cependant, je pousse doucement et le panneau s'écarte dans un son métallique séculaire.

Un espace tout en longueur, baigné d'une lumière douce, s'ouvre devant moi. Je n'en puis voir le fond. A gauche et à droite, des tableaux arrivent jusqu'au sol. Ils sont grands, de la taille d'un homme et chacun représente une scène différente. Le premier, à ma gauche, représente un homme assis à une table, sur laquelle se trouvent des jeux de cartes, des dés et d'autres accessoires de jeu. J'observe l'étrange chapeau qui couvre la tête du joueur.

J'essaie alors de toucher délicatement la peinture à l'endroit du chapeau, mais ne constate aucune résistance: au contraire, mon bras entre dans le tableau. J'y introduis une jambe, puis le corps tout entier.

Le joueur lève une main et s'écrie: «Un instant, vous ne pouvez passer sans payer l'entrée!»

Je cherche dans mes vêtements, en extrais une petite sphère de cristal et la lui donne. Le joueur approuve d'un geste et je passe à côté de lui.

Je me trouve dans un parc d'attractions. C'est la nuit. Je vois de tous côtés des jeux mécaniques pleins de lumière et de mouvement... Mais il n'y a personne.

Cependant, je découvre près de moi un enfant d'une dizaine d'années. Il est de dos. Je m'approche et lorsqu'il se retourne pour me regarder, je me rends compte que c'est moi-même lorsque j'étais enfant. (*)

Je lui demande ce qu'il fait là et il me dit quelque chose concernant une injustice qu'il a subie. Il se met à pleurer et je le console, lui promettant de l'emmener aux jeux. Mais il insiste sur l'injustice. Alors, pour le comprendre, j'essaie de retrouver l'injustice dont j'ai souffert à cet âge-là. (*)

Maintenant, je m'en souviens et quelque chose me fait comprendre qu'elle ressemble à celle dont je souffre actuellement. Je réfléchis, mais l'enfant continue de pleurer. (*)

Alors je dis: «Bon, je vais régler cette injustice qu'apparemment on me fait subir. Pour cela, je vais commencer à traiter amicalement les personnes qui me mettent dans cette situation.» (*)

Je vois l'enfant rire. Je le caresse et lui dis que nous nous reverrons. Il me dit au revoir et part, très content.

Je sors du parc, en passant à côté du joueur qui me regarde du coin de l'œil. A ce moment-là, je touche son chapeau et le personnage me fait un clin d'œil moqueur. J'émerge du tableau et je me retrouve de nouveau dans le grand espace. Alors, marchant à pas lents, je sors par la porte.

Dehors, les animaux dorment. Je passe entre eux sans frayeur.

Le jour splendide m'accueille. Je m'en retourne à travers champs, avec la sensation d'avoir compris une situation étrange dont les racines plongent dans un lointain passé. (*)

II. L'ENNEMI

Je me trouve au centre-ville, au moment de la plus grande activité commerçante. Les véhicules et les gens se déplacent en toute hâte. Moi aussi je me presse.

Soudain, tout est paralysé. Je suis le seul à bouger. Alors, j'examine les gens. Je reste à observer une femme, puis un homme. Je tourne autour d'eux. Je les étudie de très près.

Après quoi je monte sur le toit d'une voiture et, de là, je regarde autour de moi. Je constate que tout est devenu silencieux.

Je réfléchis un instant et constate que les personnes, les véhicules et toutes sortes d'objets sont à ma disposition. Immédiatement, je me mets à faire tout ce que je veux. Je le fais avec tant de frénésie, qu'un moment après, je suis épuisé.

Alors que je me repose, de nouvelles activités me viennent à l'esprit. Je retourne donc faire ce dont j'ai envie, sans aucun préjugé.

Mais qui vois-je donc là-bas! Ni plus ni moins que celui-là même avec qui j'ai quelques comptes à régler. En effet, je crois que c'est la personne qui m'a le plus porté préjudice dans toute ma vie...

Les choses ne pouvant en rester là, je touche soudain mon ennemi et me rends compte qu'il se ranime. Il me regarde avec horreur et comprend la situation, mais il est paralysé et sans défense. Par conséquent, je commence à lui dire tout ce que je veux, en lui assurant que l'heure de ma revanche a sonné.

Je sais qu'il ressent tout mais qu'il ne peut pas répondre; je commence donc par lui rappeler toutes les situations où il m'a fait tant de tort. (*)

Alors que je suis occupé avec mon ennemi, plusieurs personnes s'approchent. Elles s'arrêtent devant nous et commencent à faire pression sur lui. Il se met à répondre entre deux sanglots qu'il se repent de ce qu'il a fait. Il demande pardon et s'agenouille pendant que les derniers arrivés continuent à l'interroger. (*)

Peu après, ils décrètent qu'une personne aussi infâme que lui ne peut pas continuer à vivre, en conséquence de quoi ils le condamnent à mort.

Ils sont sur le point de le lyncher, tandis que la victime implore leur clémence. Alors je lui pardonne. Ils se soumettent tous à ma décision. Puis le groupe s'en va, satisfait. Nous sommes de nouveau seuls. Je profite de l'occasion pour parachever ma revanche face à son désespoir qui augmente. Je finis donc par dire et faire tout ce qui me semble approprié. (*)

Le ciel s'obscurcit violemment et il commence à pleuvoir très fort. Alors que je cherche refuge derrière une verrière, je remarque que la vie de la cité reprend son cours normal. Les piétons courent, les véhicules circulent prudemment sous des rideaux de pluie et des rafales de vent soufflent en ouragan. Des éclairs incessants et de grands coups de tonnerre encadrent la scène pendant que je continue à regarder à travers les vitres.

Je me sens tout à fait détendu, comme vide à l'intérieur, tout en observant presque sans penser.

C'est alors qu'apparaît mon ennemi, cherchant à se protéger de la tourmente. Il s'approche et me dit: «Quelle chance de se trouver ensemble dans cette situation!»

Il m'observe timidement, je le réconforte d'une tape amicale et il rentre la tête dans les épaules. (*)

Au fond de moi, je commence à revoir ses problèmes.

Je vois ses difficultés, les échecs de sa vie, ses énormes frustrations, sa faiblesse. (*)

Je sens la solitude de cet être humain qui s'abrite à mon côté, mouillé et tremblant. Je le vois sale, dans un abandon pathétique. (*)

Alors, dans un élan de solidarité, je lui dis que je vais l'aider. Il ne dit rien. Il baisse la tête et regarde ses mains. Je remarque que ses yeux se voilent. (*)

La pluie a cessé. Je sors dans la rue et j'aspire profondément l'air pur. Sans plus attendre, je m'éloigne de cet endroit.

III. LA GRANDE ERREUR

Je suis debout face à une sorte de Tribunal. La salle, bondée, garde le silence. De tous côtés, je vois des visages sévères. Brisant l'extrême tension accumulée dans l'assistance, le Secrétaire ajustant ses lunettes, prend un papier et déclare solennellement: «Le Tribunal condamne l'accusé à la peine de mort.»

Un brouhaha général éclate immédiatement. Certains applaudissent, d'autres chahutent. Je parviens à voir une femme qui tombe évanouie. Un fonctionnaire parvient finalement à imposer le silence.

Le Secrétaire me fixe de son regard trouble pendant qu'il me demande: «Avez-vous quelque chose à dire?»

Je lui réponds que oui. Chacun reprend alors sa place. Aussitôt, je demande un verre d'eau et, après une certaine agitation dans la salle, quelqu'un me l'apporte. Je le porte à mes lèvres et en bois une gorgée. Je termine par un gargarisme sonore et prolongé. Puis, je dis: «Ça y est!» Quelqu'un du Tribunal m'apostrophe sévèrement: «Comment ça, ça y est?» Je lui réponds que oui, ça y est. De toutes façons, pour le satisfaire, je lui dis que l'eau d'ici est très bonne, qui l'eût cru? et j'ajoute deux ou trois gentilleses du même style...

Le Secrétaire termine la lecture de son papier, qui finit ainsi: «... par conséquent, la sentence sera exécutée aujourd'hui même. L'accusé sera abandonné en plein désert, sans nourriture et sans eau. Surtout sans eau. J'ai dit!» Je lui réplique avec force «Comment ça, j'ai dit?» Le Secrétaire, fronçant les sourcils, répète: «Ce que j'ai dit, je l'ai dit!»

Peu après, je me retrouve au milieu du désert, voyageant dans un véhicule, escorté par deux pompiers.

Nous finissons par nous arrêter et l'un d'eux me dit: «Descendez!» Alors, je descends. Le véhicule fait demi-tour et retourne d'où il vient. Je le vois devenir de plus en plus petit à mesure qu'il s'éloigne entre les dunes. Bien que le soleil décline, il est encore intense. Je commence à avoir très soif. J'enlève ma chemise et la mets sur la tête. J'observe les alentours. Tout près, je découvre un creux sur la pente des dunes. Je m'en approche et finis par m'asseoir dans le mince espace d'ombre projetée par la pente.

L'air s'agite vivement, soulevant un nuage de sable qui s'obscurcit sous le soleil. Je sors du creux, craignant d'être enterré si le phénomène s'accentue. Les particules de sable frappent mon torse découvert comme des rafales de mitraille de verre. Un peu plus tard, le vent souffle si fort qu'il me fait tomber.

La tourmente est passée. Le soleil s'est couché. Dans le crépuscule, je vois une demi-sphère blanchâtre, aussi grande qu'un immeuble de plusieurs étages. Je pense qu'il s'agit d'un mirage. Malgré cela, je me redresse et me dirige vers elle. Arrivé tout près, je m'aperçois que la structure est faite d'un matériau lisse, semblable à du plastique miroitant, peut-être gonflé à l'air comprimé.

Un homme vêtu en bédouin me reçoit. Nous entrons par un tube tapissé. Une paroi coulisse et simultanément, je reçois une bouffée d'air frais. Nous sommes à l'intérieur de la structure. Je remarque que tout y est inversé. On dirait que le plafond est un plancher plat d'où pendent divers objets: de hautes tables rondes avec les pieds à l'envers; des jets d'eau qui tombent, puis s'incurvent et remontent; et même des formes humaines, assises là-haut. Voyant mon étonnement, le bédouin me tend des lunettes et me dit: «Mettez-les!» A peine lui ai-je obéi que tout redevient normal. Je vois maintenant une grande fontaine qui crache des jets d'eau verticaux, ainsi que des tables et différents objets, dont les couleurs et les formes sont agencées de façon exquise.

Le Secrétaire s'approche de moi à quatre pattes. Il me dit être en proie à un profond malaise. Je lui explique alors que, puisqu'il voit la réalité à l'envers, il doit retirer ses lunettes. Cela fait, il se redresse en soupirant, et me dit: «En effet, maintenant tout est normal, sauf que j'ai la vue courte.» Il ajoute ensuite qu'il me cherchait pour m'expliquer que je ne suis pas la personne que l'on devait juger; que cela avait été une malheureuse confusion. Puis il sort immédiatement par une porte latérale.

Ayant fait quelques pas, je rencontre un groupe de personnes assises en cercle sur des coussins. Ce sont de vieilles personnes des deux sexes, ayant des caractéristiques raciales et des tenues différentes. Tous ont

de beaux visages. Chaque fois que l'un d'eux ouvre la bouche, des sons jaillissent comme ceux de lointains engrenages de machines géantes ou d'immenses horloges. J'entends également des coups de tonnerre intermittents, des craquements de roches, des éboulements de glace, le rugissement rythmé de volcans, le bref impact de la pluie fine, la sourde agitation des cœurs, le moteur, le muscle, la vie... Mais tout cela en harmonie parfaite, comme dans une orchestration magistrale.

Le bédouin me tend des écouteurs en me disant: «Mettez-les! Ce sont des traducteurs.» Je les mets et entends clairement une voix humaine. Je comprends qu'il s'agit de la même symphonie que celle d'un des vieillards, traduite pour mon oreille maladroite. A présent, lorsqu'il ouvre la bouche, j'entends: «... Nous sommes les heures, nous sommes les minutes, nous sommes les secondes... Nous sommes les différentes formes du temps. Comme tu as été l'objet d'une erreur, nous allons t'offrir la possibilité de recommencer ta vie. A quel moment désires-tu la recommencer? Peut-être dès la naissance, peut-être un instant avant ton premier échec... Réfléchis.» (*)

J'ai essayé de trouver le moment où j'ai perdu le contrôle de ma vie. Je l'explique au vieillard. (*)

«Très bien – dit-il – et comment vas-tu faire, si tu retournes à ce moment-là, pour prendre un chemin différent? Rends-toi compte que tu ne te souviendras pas de ce qui se passe par la suite.»

«Il reste une autre possibilité – ajoute-t-il –: tu peux retourner au moment de la plus grande erreur de ta vie et, sans changer les faits, changer cependant leur signification. De cette façon, tu peux te construire une nouvelle vie.»

A l'instant où le vieil homme se tait, je vois que tout ce qui m'entoure, les lumières, les couleurs, s'inversent, comme si tout se transformait en négatif de film... jusqu'à ce que tout redevienne normal. Mais me voici revenu au moment de la plus grande erreur de ma vie. (*)

Je suis là, poussé à commettre l'erreur. Mais pourquoi serais-je obligé de le faire? (*)

N'y a-t-il pas d'autres facteurs qui ont une influence et que je ne veux pas voir? A quoi est due cette erreur fondamentale? Que pourrais-je faire d'autre? Si je ne commets pas cette erreur, le schéma de ma vie changera-t-il? ma vie sera-t-elle meilleure ou pire? (*)

J'essaie de comprendre que les événements qui se produisent ne peuvent être modifiés, et accepte tout comme s'il s'agissait d'une catastrophe naturelle, d'un tremblement de terre ou d'un fleuve qui, en sortant de son lit, réduit à néant le travail et les demeures des habitants. (*)

Je m'efforce d'accepter que dans ce genre d'accident, personne n'est coupable. Rien ne peut être modifié, dans le cas présent: ni ma faiblesse, ni mes excès, ni les intentions des autres. (*)

Je sais que si je ne me réconcilie pas maintenant, je traînerai cette frustration tout au long de ma vie future. Alors, de tout mon être, je pardonne et je me pardonne. J'admets ce qui est arrivé comme quelque chose d'incontrôlable par moi et par les autres. (*)

La scène commence à se déformer, les clairs et les obscurs s'inversent comme sur le négatif d'une photo. En même temps, j'entends la voix qui me dit: «Si tu peux te réconcilier avec ta plus grande erreur, ta frustration mourra et tu auras pu changer ton Destin.»

Je suis debout au milieu du désert. Je vois un véhicule qui s'approche. Je lui crie «Taxi!» Peu après je suis confortablement installé sur la banquette arrière. Je regarde le chauffeur, habillé en pompier et lui dis: «Conduisez-moi chez moi... sans vous presser, pour que j'aie le temps de changer de vêtements.» Je me dis: «Qui n'a pas souffert de plus d'un accident dans sa vie?»

IV. LA NOSTALGIE

Les lumières de couleur scintillent au rythme de la musique. La personne qui fut mon grand amour est face à moi. Nous dansons lentement. Chaque flash me montre un détail de son visage ou de son corps. (*)

Qu'est-ce qui n'allait pas entre nous? Peut-être l'argent. (*)

Peut-être nos autres fréquentations. (*)

Peut-être des aspirations différentes. (*)

Peut-être le destin, ou cette chose, si difficile à préciser alors. (*)

Je danse lentement, mais à présent avec cet être qui fut un autre grand amour. Chaque flash me montre un détail de son visage ou de son corps. (*)

Qu'est-ce qui n'allait pas entre nous? Peut-être l'argent. (*)

Peut-être nos autres fréquentations. (*)

Peut-être des aspirations différentes. (*)

Peut-être le destin, ou cette chose, si difficile à préciser alors. (*)

Je te pardonne et je me pardonne, car si le monde danse autour de nous et que nous, nous dansons, alors que pouvons-nous faire pour les promesses fermes qui furent des papillons aux couleurs changeantes?

Du temps passé avec toi, je garde ce qui fut beau et bon. (*)

Et avec toi, aussi. (*)

Et de celui passé avec tous ceux qui ont ébloui mes yeux. (*)

Eh oui! La peine, le soupçon, l'abandon, l'infinie tristesse et les blessures d'orgueil ne sont que prétextes.

Qu'ils sont petits à côté d'un frêle regard.

Car les grands maux dont je me souviens sont des faux-pas de danse et non la danse elle-même.

De toi je remercie le fin sourire.

Et de toi le murmure.

Et de tous les autres, je remercie l'espoir d'un amour éternel.

Je reste en paix avec le passé encore présent. Mon cœur est ouvert aux souvenirs des beaux moments. (*)

V. LE COUPLE IDEAL

En marchant dans un espace ouvert destiné à des expositions industrielles, je vois des hangars et des machineries. Il y a de nombreux enfants et des jeux mécaniques de haute technologie qui leur sont destinés. Je m'approche d'un géant construit dans une matière solide. Il est debout. Sa tête est grande, peinte de couleurs vives. Une échelle permet d'atteindre sa bouche. Les enfants l'empruntent jusqu'à l'énorme cavité et, lorsque l'un d'eux y pénètre, celle-ci se referme en douceur. Peu après, l'enfant réapparaît, expulsé par la partie arrière du géant en glissant sur un toboggan qui atterrit dans le sable. L'un après l'autre, ils entrent et sortent, accompagnés par la musique qui émane du géant:

«Gargantua avale les enfants!

Soigneusement, sans leur faire de mal,

Tralala, Tralala,

Soigneusement, sans leur faire de mal!»

Je me décide à monter l'échelle et, en entrant dans l'énorme bouche, je rencontre un employé qui me dit:

«Les enfants continuent par le toboggan, les adultes par l'ascenseur.»

L'homme continue à me donner des explications, tandis que nous descendons par un tube transparent. Au bout d'un moment, je lui dis que nous devons déjà être au niveau du sol. Il m'explique que nous sommes à peine au niveau de l'œsophage, car le reste du corps se trouve sous terre, à la différence du géant qui, pour les enfants, est entièrement à la surface. «Oui, il y a deux Gargantua en un seul, me dit-il, celui des enfants et celui des adultes. Nous nous trouvons à plusieurs mètres sous terre... Nous avons déjà passé le diaphragme, de sorte que nous arriverons bientôt à un endroit très sympathique. Regardez, maintenant que la porte de l'ascenseur s'ouvre, l'estomac se présente à vous... Voulez-vous descendre ici? Comme vous pouvez voir, c'est un restaurant moderne où l'on sert des plats de tous les endroits du monde.»

Je dis à l'employé que je suis curieux de voir le reste du corps. Nous continuons donc à descendre.

«Nous voici maintenant dans le bas-ventre, annonce mon interlocuteur en ouvrant la porte. La décoration est très originale. Les murs de couleurs changeantes forment des cavernes délicatement tapissées. Le feu central (au milieu du salon) sert de générateur et fournit l'énergie à tout le géant. Des sièges sont là pour que le visiteur puisse se reposer. Des colonnes, réparties en différents endroits, permettent de jouer à cache-cache... On peut apparaître et disparaître derrière elles. C'est plus amusant si plusieurs visiteurs participent. Bien, je vous laisse là si vous le souhaitez. Il suffit de s'approcher de la porte de l'ascenseur pour qu'elle s'ouvre et que vous puissiez remonter à la surface. Tout est automatique... Une merveille, n'est-ce pas?»

La porte se referme et je reste seul dans l'enceinte.

Je crois me trouver dans la mer. Un grand poisson passe à travers moi et je comprends que les coraux, les algues et les différentes espèces vivantes sont des projections tridimensionnelles qui produisent un incroyable effet de réalité. Je m'assois pour observer tranquillement ce spectacle relaxant.

Soudain, je vois que, du feu central, sort une silhouette humaine au visage recouvert. Elle s'approche lentement de moi. S'arrêtant à peu de distance, elle dit: «Bonjour, je suis un hologramme. Les hommes essaient de découvrir en moi leur femme idéale, et les femmes procèdent à l'inverse. Je suis programmé pour prendre l'apparence que vous recherchez, mais quelle est cette apparence? Je ne puis rien faire sans un petit effort de votre part. Mais si vous essayez, vos ondes encéphalographiques seront décodées, amplifiées, puis transmises à l'ordinateur central qui les codifiera à nouveau et effectuera les recompositions qui me permettront de profiler mon identité.»

Je lui demande: «Alors, que dois-je faire?»

«Je vous recommande, explique-t-elle, de procéder ainsi: réfléchissez aux traits qu'avaient en commun les personnes avec lesquelles vous vous êtes lié affectivement. Ne vous référez pas seulement aux corps ou aux visages, mais également aux caractères. Par exemple: étaient-elles protectrices ou, au contraire, vous inspiraient-elles le besoin de les protéger? (*)

«Étaient-elles courageuses, timides, ambitieuses, trompeuses, rêveuses, ou encore cruelles? (*)

«Et maintenant, qu'avaient-elles en commun de désagréable, de blâmable ou de négatif? (*)

«Quels étaient leurs côtés positifs? (*)

«En quoi les débuts de toutes ces relations ont-ils été semblables? (*)

«En quoi les fins ont-elles été semblables? (*)

«Essayez de vous souvenir avec quelles personnes vous avez voulu avoir une relation sans que cela aboutisse, et pour quelles raisons cela n'a pas abouti. (*)

«Maintenant, attention, je vais commencer à prendre les formes auxquelles vous aspirez. Donnez-moi des indications et je le ferai à la perfection. Je suis prête, alors réfléchissez: comment dois-je marcher?

Comment suis-je habillée? Qu'est-ce que je fais exactement? Comment dois-je parler? Où sommes-nous et

que faisons-nous?

«Regarde mon visage tel qu'il est! (*)

«Regarde-moi au fond des yeux, car j'ai cessé d'être une projection pour me transformer en quelque chose de réel... Regarde-moi au fond des yeux et dis-moi doucement ce que tu y vois.» (*)

Je me lève pour toucher la silhouette, mais elle m'évite, disparaissant derrière une colonne. En arrivant à cette colonne, je constate qu'elle s'est volatilisée. Cependant, je sens une main qui s'appuie doucement sur mon épaule tandis que quelqu'un me dit: «Ne regarde pas en arrière. Qu'il te suffise de savoir que nous avons été très près l'un de l'autre et que grâce à cela tes recherches peuvent se clarifier.»

Au moment où la phrase se termine, je me retourne pour voir qui est à côté de moi, mais n'aperçois qu'une ombre qui s'enfuit. Simultanément, le feu central rugit, sa lueur augmente et m'éblouit.

Je me rends compte que la mise en scène et la projection ont créé l'ambiance propice pour que puisse jaillir l'image idéale. Cette image qui est en moi et qui m'a frôlé, mais qui a disparu entre mes doigts, par une incompréhensible impatience. Je sais qu'elle a été près de moi et cela me suffit. Je constate que l'ordinateur central n'a pas pu projeter une image tactile comme celle que j'ai sentie sur mon épaule...

J'arrive devant l'ascenseur. La porte s'ouvre et j'entends alors une comptine:

*«Gargantua avale les grands,
Soigneusement, sans leur faire de mal,
Tralala, tralala,
Soigneusement, sans leur faire de mal!»*

VI. LE RESENTIMENT

C'est la nuit. Je me trouve dans une ville ancienne, sillonnée de canaux qui coulent sous les ponts. Accoudé à une balustrade, je regarde le lent déplacement d'une masse liquide et trouble. Malgré la brume, j'arrive à voir sur un autre pont un groupe de personnes. J'entends à peine les instruments de musique qui accompagnent les voix tristement désaccordées. De lointains sons de cloches roulent jusqu'à moi, comme des vagues collantes de lamentation.

Le groupe est parti. Les cloches se sont tues.

En biais, un passage est à peine éclairé par des lumières malsaines aux couleurs fluorescentes.

Je reprends mon chemin, pénétrant dans le brouillard. Après avoir déambulé au milieu des ruelles et des ponts, je débouche sur un espace dégagé. C'est une place carrée, apparemment vide. Le sol carrelé me mène jusqu'à une extrémité recouverte par les eaux calmes.

Devant moi, une barque, semblable à un carrosse, m'attend. Mais pour y accéder, je dois passer entre deux longues files de femmes. Vêtues de tuniques noires et portant des torches, elles disent en chœur, à mon passage:

*«Ô Mort! dont l'empire illimité
atteint partout ceux qui vivent.
De toi dépend le délai accordé à notre âge.
Ton sommeil perpétuel anéantit les multitudes,
car personne n'échappe à ton puissant élan.
Toi seule possèdes le jugement qui absout
et aucun art ne peut s'imposer à ton enlèvement
ni nulle supplique révoquer ton dessein.»*

Je monte dans le carrosse avec l'aide du batelier, qui reste ensuite debout derrière moi. Je m'installe dans un siège spacieux. Je m'aperçois que nous nous élevons jusqu'à nous trouver légèrement décollés de l'eau. Nous commençons alors à nous déplacer, suspendus au-dessus d'une mer dégagée et immobile, telle un miroir infini reflétant la lune.

Nous avons atteint l'île. La lumière de la nuit me permet de distinguer un long chemin bordé de cyprès. La barque se pose sur l'eau avec un léger balancement. Lorsque j'en descends, le batelier demeure impassible.

J'avance tout droit au milieu des arbres que le vent fait siffler. Je sais que mes pas sont observés. Je pressens que quelque chose ou que quelqu'un est là, caché plus loin. Je m'arrête. Derrière un arbre, une ombre me fait signe avec des gestes lents. Je m'en approche et, juste avant de l'atteindre, une haleine grave, un soupir de mort colle à mon visage: «Aide-moi! murmure-t-elle, je sais que tu es venu me libérer de cette prison confuse. Il n'y a que toi qui puisses le faire... Aide-moi!»

L'ombre m'explique qu'elle est la personne pour laquelle j'éprouve un profond ressentiment. (*)

Et, comme si elle devinait ma pensée, elle ajoute: «Peu importe que la personne avec laquelle tu es lié par le ressentiment le plus profond soit morte ou vivante, car le pouvoir de l'obscur souvenir ne respecte pas de frontières.»

Puis elle poursuit: «Peu importe également que la haine et le désir de vengeance se nouent dans ton cœur depuis l'enfance ou depuis hier seulement. Notre temps est immobile, c'est pourquoi nous sommes toujours aux aguets, pour surgir déformés sous l'aspect de différentes peurs quand l'occasion s'y prête. Et ces peurs sont notre revanche sur le poison que nous devons goûter chaque fois.»

Je lui demande ce que je dois faire, lorsqu'un rayon de lune vient éclairer faiblement sa tête, recouverte d'un

châle. Ensuite le spectre se laisse voir en toute clarté, et je reconnais en lui les traits de la personne qui provoqua ma plus grande blessure. (*)

Je lui dis des choses que je n'aurais jamais dites à personne; je lui parle avec toute la franchise dont je suis capable. (*)

Il me demande de reconsidérer le problème, de lui expliquer les détails les plus importants sans restriction, même si mes expressions sont insultantes. Il insiste pour que je ne taise aucune rancœur, sans quoi il resterait captif pour toujours. Alors, je suis ses conseils. (*)

Immédiatement, il me montre la lourde chaîne qui le relie à un cyprès. Sans hésiter, je la brise en tirant d'un coup sec, après quoi le châle tombe, vide. Il reste étendu sur le sol, alors qu'une silhouette s'évanouit dans les airs et que la voix s'éloigne vers les hauteurs en répétant des mots que j'ai déjà connus:

«... Je te quitte à présent:

Déjà le ver luisant fait présager l'aurore

Car son feu pâlisant a perdu de sa force.

Adieu, adieu, adieu, et souviens-toi de moi!»

Comprenant que le jour va bientôt se lever, je fais demi-tour pour retourner à la barque, non sans avoir auparavant ramassé le châle resté à mes pieds. Je le rabats sur mon épaule et presse le pas pour revenir. Tandis que je m'approche de la côte, plusieurs ombres furtives me demandent si je reviendrai un jour libérer d'autres ressentiments.

Arrivé près de la mer, je vois un groupe de femmes vêtues de tuniques blanches, brandissant chacune une torche. En arrivant au carrosse, je donne le châle au batelier qui, à son tour, le remet aux femmes. L'une d'elles y met le feu. Le châle brûle et se consume rapidement, sans laisser de cendres. A cet instant, je ressens un grand soulagement, comme si j'avais pardonné en toute sincérité une grande offense. (*)

Je monte dans la barque, qui a maintenant pris l'aspect d'un bateau de sport moderne. Tandis que nous quittons la côte sans même avoir allumé le moteur, j'entends le chœur des femmes qui dit:

«Tu as le pouvoir de réveiller celui qui dort,

en unissant le cœur et la tête,

en libérant l'esprit du vide,

en éloignant du regard intérieur les ténèbres et l'oubli.

Va, bienheureux pouvoir, mémoire véritable,

Toi qui redresses la vie dans le droit sens.»

Au moment même où le soleil se lève sur l'horizon marin, le moteur se met en marche. Je regarde le jeune batelier au visage fort et dégagé tandis qu'il accélère, souriant, vers la mer.

Nous approchons rapidement, rebondissant sur les douces vagues. Les rayons du soleil dorent les superbes coupoles de la ville tandis que, tout autour, les colombes flamboient en de joyeuses envolées.

VII. LA PROTECTRICE DE LA VIE

Je flotte sur le dos dans un lac. La température y est très agréable. Je peux regarder sans effort de chaque côté de mon corps et je découvre une eau cristalline qui me permet de voir le fond.

Le ciel est d'un bleu lumineux. Tout près se trouve une plage de sable doux, presque blanc. C'est une anse où les eaux marines arrivent sans vagues.

Je sens mon corps flotter mollement et se détendre de plus en plus, me procurant une extraordinaire sensation de bien-être.

A un moment donné, je décide de me retourner. Je commence alors à nager très harmonieusement jusqu'à la plage, puis je sors de l'eau en marchant lentement.

Le paysage est tropical. Je vois des palmiers et des cocotiers, et sens sur ma peau la caresse du soleil et de la brise.

Sur ma droite, je découvre soudain une grotte. Tout près serpente l'eau transparente d'un ruisseau.

M'approchant, j'aperçois la silhouette d'une femme à l'intérieur de la grotte. Sa tête est coiffée d'une couronne de fleurs. Je parviens à voir ses beaux yeux, mais je ne peux définir son âge. Quoi qu'il en soit, je devine une grande sagesse derrière ce visage qui irradie l'amabilité et la compréhension. Je reste à la contempler alors que la nature fait silence.

«Je suis la protectrice de la vie» me dit-elle. Je lui réponds timidement que je ne comprends pas bien ce que cela veut dire. A ce moment-là, je vois un chevreuil qui lui lèche la main.

Elle m'invite alors à entrer dans la grotte et me fait signe de m'asseoir sur le sable, face à une paroi rocheuse toute lisse. A présent je ne peux plus la voir, mais je l'entends me dire: «Respire doucement et dis-moi ce que tu vois.»

Je commence à respirer lentement et profondément. Aussitôt, une image nette de la mer apparaît sur le rocher. J'inspire, les vagues arrivent jusqu'à la plage; j'expire et elles s'en retirent.

Elle me dit: «Dans ton corps, tout est rythme et beauté. Tu as tant de fois renié ton corps, sans comprendre le merveilleux instrument dont tu disposes pour t'exprimer dans le monde.» Différentes scènes de ma vie apparaissent alors sur le rocher, dans lesquelles je perçois la honte, la peur et l'horreur de certains aspects de mon corps. Les images défilent. (*)

Je suis gêné en comprenant qu'elle voit les scènes, mais je me tranquillise bientôt. Puis elle ajoute: «Même dans la maladie et la vieillesse, ton corps sera le chien fidèle qui t'accompagnera jusqu'au dernier moment. Ne le renie pas lorsqu'il ne répond pas à tes attentes. En attendant, rends-le fort et sain. Soigne-le pour qu'il soit à ton service et ne te laisse guider que par les opinions des sages. Moi, qui suis passée par toutes les époques, je sais bien que l'idée même de beauté change. Si tu ne considères pas ton corps comme l'ami le plus proche, il devient triste et tombe malade. C'est pourquoi, tu dois l'accepter pleinement. Il est l'instrument dont tu disposes pour t'exprimer dans le monde... Je veux que tu voies maintenant quelle partie de ton corps est faible et en moins bonne santé.» Apparaît alors l'image de cette partie de mon corps. (*)

Elle pose ensuite la main sur ce point. Je ressens alors une chaleur vivifiante. J'expérimente des vagues d'énergie qui s'amplifient en ce point. Je sens que j'accepte très profondément mon corps tel qu'il est. (*)

«Prends soin de ton corps en ne suivant que les opinions des sages, et ne le mortifie pas avec des malaises qui ne se trouvent que dans ton imagination. A présent, va, plein de vitalité et en paix.»

En sortant de la grotte, réconforté et en bonne santé, je bois l'eau cristalline du ruisseau qui me vivifie pleinement.

Le soleil et la brise caressent mon corps. Je marche sur le sable blanc vers le lac et, arrivé au bord de l'eau, je vois un instant la silhouette de la protectrice de la vie qui se reflète aimablement dans les profondeurs.

J'entre dans l'eau. Mon corps est un havre de paix sans limite. (*)

VIII. L'ACTION SALVATRICE

Nous circulons rapidement sur une grande route. A mes côtés, conduit quelqu'un que je n'ai jamais vu. Sur la banquette arrière, deux femmes et un homme me sont également inconnus. La voiture avance au milieu d'autres véhicules qui roulent imprudemment comme si leurs chauffeurs étaient ivres ou devenus fous. Je ne sais pas vraiment si c'est l'aube ou le crépuscule.

Je demande à mon compagnon ce qui se passe. Il me regarde furtivement et répond dans une langue étrange: «Rex voluntas!»

J'allume la radio, qui me renvoie de fortes décharges et des bruits d'interférences électriques. Cependant, je parviens à entendre une faible voix métallique qui répète de façon monotone: «Rex voluntas... Rex voluntas... Rex voluntas...»

Les véhicules ralentissent, tandis que je vois sur le bas-côté de nombreuses voitures renversées parmi lesquelles se propage un incendie. A peine arrêtés, nous abandonnons tous le véhicule et courons vers les champs au milieu d'une marée humaine qui fuit, épouvantée.

Je regarde en arrière et vois, dans la fumée et les flammes, beaucoup de malheureux pris dans ce piège mortel. Mais je suis obligé de courir, entraîné, bousculé par la course précipitée du flot humain. Dans ce délire, j'essaie en vain d'atteindre une femme qui protège son enfant: la foule lui marche dessus; nombre de gens tombent à terre.

Tandis que le désordre et la violence se généralisent, je décide de me déplacer selon une ligne légèrement diagonale qui me permet de me séparer de la masse. Je me dirige vers un endroit plus élevé, dont l'ascension oblige les gens affolés à ralentir leur course. Beaucoup, sur le point de défaillir s'accrochent à mes vêtements et les mettent en lambeaux. Je constate que la densité de gens diminue.

Je suis parvenu à me dégager, et je continue à présent mon ascension, presque hors d'haleine. En m'arrêtant un instant, je m'aperçois que la multitude suit une direction opposée à la mienne, pensant sûrement qu'en prenant une descente, elle pourra s'échapper plus rapidement. Je constate avec horreur que cette descente est coupée par un précipice. Je crie de toutes mes forces pour prévenir, ne serait-ce que les gens les plus proches de moi, de la catastrophe imminente. Un homme se dégage alors de l'ensemble et court vers moi. Ses vêtements sont en lambeaux et il est couvert de blessures, cependant le fait qu'il puisse se sauver me procure une grande joie. En arrivant, il m'agrippe un bras et, en criant comme un fou, me montre quelque chose en contrebas. Je ne comprends pas sa langue, mais je crois qu'il veut que je l'aide à secourir quelqu'un. Je lui dis d'attendre un peu, car, pour le moment, c'est impossible... Je sais qu'il ne me comprend pas. Son désespoir me brise. L'homme essaie alors d'y retourner. Je le fais alors tomber à plat ventre. Il reste au sol, gémissant amèrement. Pour ma part, je comprends que j'ai sauvé sa vie, et aussi sa conscience, parce qu'il a essayé de sauver quelqu'un, mais qu'il en a été empêché.

Je monte un peu plus haut et arrive dans un champ cultivé. La terre est souple, encore sillonnée de récents passages de tracteur. J'entends au loin des coups de feu et je crois comprendre ce qui se passe. Je m'éloigne rapidement de l'endroit. Quelques instants plus tard, je m'arrête. Tout est silencieux. Je regarde en direction de la ville et y vois briller une lueur sinistre.

Je commence à sentir le sol onduler sous mes pieds et un grondement provenant des profondeurs m'avertit de l'imminence d'un tremblement de terre. Peu de temps après, je perds l'équilibre. Pris d'une forte nausée, je reste à terre, recroquevillé sur le côté mais la tête tournée vers le ciel.

Le tremblement a cessé. Je vois une lune énorme, comme couverte de sang.

Il fait une chaleur insupportable et je respire l'air caustique de l'atmosphère. Je ne sais toujours pas si c'est l'aube ou le crépuscule.

Une fois assis, j'entends un grondement croissant. Peu de temps après, le ciel se couvre de centaines

d'aéronefs qui, tels de mortels insectes, disparaissent vers un but inconnu. Près de moi se tient un grand chien qui, regardant la lune, se met à hurler à la manière d'un loup. Je l'appelle. L'animal s'approche timidement. Il arrive à côté de moi. Je caresse doucement son pelage hérissé. Je remarque que par moments son corps est secoué de tremblements. Le chien me quitte et s'éloigne. Je me lève et le suis. Nous parcourons ainsi un espace rocailleux jusqu'à parvenir à un ruisseau. Assoiffé, l'animal s'élance et commence à boire l'eau avec avidité, mais l'instant d'après, il recule et tombe. Je m'approche, le touche et constate qu'il est mort. Je sens qu'un nouveau séisme menace de me renverser, mais il passe. Je me retourne et distingue, au loin dans le ciel, quatre formations nuageuses avançant dans un sourd grondement de tonnerre. La première est blanche, la seconde est rouge, la troisième noire et la quatrième jaune. Et ces nuages ressemblent à quatre cavaliers armés chevauchant des montures de tourmente, parcourant les cieux et dévastant toute vie sur terre. Je cours pour essayer d'échapper aux nuages. Je comprends que si la pluie m'atteint, je serai contaminé. Je poursuis ma course, quand soudain, se dresse devant moi une silhouette colossale: un géant me barre le passage. Menaçant, il agite une épée de feu. Je lui crie que je dois avancer parce que les nuages radioactifs s'approchent. Il me répond qu'il est un robot et qu'il a pour mission d'interdire l'accès de cet endroit à toute personne nuisible. Il ajoute qu'il est armé de rayons, m'avertissant ainsi de ne pas m'approcher. Je vois que le colosse se trouve à la frontière entre deux espaces: celui d'où je viens, rocailleux et désolé et un autre, plein de végétation et de vie. Alors je crie: «Tu dois me laisser passer parce que j'ai accompli une bonne action!»
– Qu'est ce qu'une bonne action? me demande le robot.
– C'est une action qui construit, qui concourt à la vie.
– Alors, reprend-il, qu'as-tu fait qui soit digne d'intérêt?
– J'ai sauvé un être humain d'une mort certaine et en plus, j'ai sauvé sa conscience. Immédiatement, le géant s'écarte. A l'instant même où tombent les premières gouttes de pluie, je saute dans l'espace protégé. Je me trouve devant une grange, tout près de la maison des paysans. De ses fenêtres émane une douce lumière jaune. Je sais enfin que nous sommes au petit matin. Lorsque j'arrive à la maison, un homme rude d'aspect généreux, m'invite à entrer. A l'intérieur se trouve une famille nombreuse qui se prépare aux activités de la journée. Ils m'invitent à leur table, garnie d'un repas simple et réconfortant. Et me voilà bientôt en train de boire une eau aussi pure que celle d'une source. Quelques enfants s'ébattaient autour de moi.
«Cette fois-ci, me dit mon hôte, vous en avez réchappé. Mais, quand vous aurez à repasser la limite de la mort, de quelle cohérence pourrez-vous vous prévaloir?»
Je lui demande de plus amples explications, car ses paroles me semblent étranges. Il m'explique: «Essayez de vous souvenir de ce que nous appellerons (pour leur donner un nom) de “bonnes actions” faites au cours de votre vie. Bien entendu, je ne parle pas de ces “bonnes actions” que les gens font dans l'espoir de quelque récompense. Vous ne devez vous souvenir que de celles qui vous ont laissé la sensation d'avoir fait à d'autres ce qui était le mieux pour eux... C'est aussi simple que ça. Je vous donne trois minutes pour vous remémorer votre vie et constater quelle pauvreté intérieure il y a en vous, mon bon ami. Et une dernière recommandation: si vous avez des enfants, ou des êtres très chers, ne confondez pas ce que vous voulez pour eux avec ce qui est le meilleur pour eux.» Sur ce, lui et tous les siens sortent de la maison. Une fois seul, je médite les propos du paysan. (*)
Peu après, l'homme revient et me dit: «Vous voyez maintenant comme vous êtes vide à l'intérieur; et si vous n'êtes pas vide, c'est que vous êtes confus. C'est à dire que dans tous les cas, vous êtes vide à l'intérieur. Permettez-moi une recommandation et acceptez-la, parce que c'est la seule chose qui vous servira à l'avenir. A partir d'aujourd'hui, ne laissez plus passer un seul jour sans remplir votre vie.»
Nous nous quittons. De loin, je l'entends me crier: «Dites aux gens ce que vous venez d'apprendre!»
Je m'éloigne de la grange en direction de ma ville.
J'ai appris ceci aujourd'hui: quand l'être humain ne pense qu'à ses intérêts et à ses problèmes personnels, il porte la mort dans l'âme et tout ce qu'il touche meurt avec lui.

IX. LES FAUX ESPOIRS

Je suis parvenu à l'endroit que l'on m'a recommandé. Je suis devant la maison du docteur. Une petite plaque signale: «Vous qui entrez, abandonnez tout espoir.»
Suite à mon appel, la porte s'ouvre et une infirmière me fait entrer. Elle me désigne une chaise, où je m'assois. Elle s'assoit derrière une table, face à moi. Après avoir introduit une feuille de papier dans sa machine à écrire, elle me demande: «nom?» Je réponds. «Age? ... profession? ... état civil? ... groupe sanguin? ...»
La femme continue à remplir sa fiche avec mes antécédents familiaux médicaux.
Je raconte l'histoire de mes maladies. (*)
Immédiatement, je reconstruis tous les accidents dont j'ai souffert depuis l'enfance. (*)

Me fixant des yeux, elle me demande lentement: «antécédents criminels?» Je réponds alors avec une certaine inquiétude.

Lorsqu'elle me dit: «quels sont vos espoirs?» j'arrête mon cycle de réponses obéissantes et lui demande des explications. Sans sourciller, m'observant comme si j'étais un insecte, elle réplique:

«Les espoirs sont les espoirs! Alors, commencez à raconter, et vite, parce que j'ai rendez-vous avec mon fiancé.»

Je me lève de la chaise et, d'un geste brusque, j'enlève la feuille de la machine, puis je la déchire et en jette les morceaux à la poubelle. Je fais demi-tour et me dirige vers la porte par laquelle je suis entré. Je comprends que je ne peux pas l'ouvrir. En proie à un malaise évident, je crie à l'infirmière de l'ouvrir. Elle ne me répond pas. Je me retourne et vois que la pièce est... vide!

J'atteins l'autre porte à grands pas, comprenant que, derrière, se trouve le cabinet de consultation. Je me dis que là, se trouvera le docteur, et que je lui ferai part de mes plaintes. Je me dis que c'est par là qu'a disparu cette beauté. J'ouvre et réussis à m'arrêter à quelques centimètres d'un mur. «Un mur derrière la porte, très bonne idée! ...» Je cours jusqu'à la première porte. A présent elle s'ouvre, mais je me heurte de nouveau à un mur qui m'empêche de passer.

J'entends une voix d'homme qui me dit par haut-parleur: «Quels sont vos espoirs?»

Me ressaisissant, je réplique au docteur que nous sommes des gens adultes et qu'en toute logique, mon plus grand espoir est de sortir de cette situation ridicule. Il me répond: «Le panneau sur la porte d'entrée avertit celui qui entre d'abandonner tout espoir.»

La situation me semble être une farce grotesque, alors je m'assois sur la chaise, attendant un quelconque dénouement.

«Recommençons, dit la voix. Vous vous souvenez que, dans votre enfance, vous aviez de nombreux espoirs. Avec le temps, vous vous êtes rendu compte qu'ils ne s'accompliraient jamais...

«Vous avez donc abandonné ces beaux projets... Souvenez-vous. (*)

«Plus tard, continue la voix, cette situation s'est répétée et vous avez dû vous résigner à ce que vos désirs ne s'accomplissent pas... Souvenez-vous. (*)

«Enfin, vous avez actuellement plusieurs espoirs. Je ne parle pas de l'espoir de sortir de cet enfermement, car le tour d'illusion qui a créé cette mise en scène a déjà cessé. Je parle d'autre chose. Je parle de vos espoirs pour l'avenir... (*)

«Parmi ceux-là, quels sont ceux dont vous savez secrètement qu'ils ne se réaliseront jamais? Allons, pensez-y sincèrement. (*)

«Sans espoir, nous ne pouvons pas vivre. Mais, lorsque nous savons qu'ils sont faux, nous ne pouvons les maintenir indéfiniment, car, tôt ou tard, tout cela aboutira à une situation d'échec. Si vous pouviez chercher loin en vous-même et arriver aux espoirs que vous reconnaissez ne pas pouvoir se réaliser et si, de plus, vous faisiez le travail de les laisser là à tout jamais, vous y gagneriez en sens de la réalité. Donc, retravaillons le problème... Recherchez vos espoirs les plus profonds. Ceux qui, d'après ce que vous ressentez, ne se réaliseront jamais. Attention de ne pas vous tromper! Il y a des choses qui vous semblent possibles: celles-ci, n'y touchez pas. Ne prenez que celles qui ne s'accompliront pas. Allons-y, recherchez-les en toute sincérité, même si c'est un peu douloureux. (*)

«En sortant de la pièce, proposez-vous de les laisser ici pour toujours. (*)

«A présent, finissons le travail. Etudiez maintenant ces autres espoirs importants qui vous semblent possibles. Je vous aiderai. Dirigez votre vie uniquement selon ce que vous croyez possible ou que, véritablement, vous sentez pouvoir se réaliser. Peu importe qu'ensuite, les choses n'aboutissent pas, parce qu'après tout, elles auront donné une direction à vos actes. (*)

«Enfin, nous avons terminé. Maintenant, sortez par là où vous êtes entré, et vite, parce que je dois m'entretenir avec ma secrétaire.»

Je me lève. Je fais quelques pas, ouvre la porte et sors. En regardant le panneau de l'entrée, je lis: «Vous qui sortez, laissez ici tout faux espoir.»

X. LA REPETITION

C'est la nuit. Je marche dans un endroit faiblement éclairé. C'est une ruelle étroite. Je ne vois personne. Une lumière lointaine se diffuse dans la brume. Le sinistre écho de mes pas résonne dans la nuit. Je presse le pas dans l'intention d'arriver au prochain réverbère.

En y arrivant, je distingue une silhouette humaine. Elle se trouve à deux ou trois mètres de distance. C'est une vieille dame au visage à demi couvert. Soudain, d'une voix cassée, elle me demande l'heure. Je regarde ma montre et lui réponds: «Il est trois heures du matin.»

Je m'éloigne rapidement, pénétrant de nouveau dans la brume et l'obscurité pour arriver au prochain réverbère que j'aperçois au loin.

A nouveau, la vieille dame est là. Je regarde ma montre qui indique deux heures et demie. Je commence à courir jusqu'au réverbère suivant tout en regardant en arrière. Je m'éloigne de la silhouette qui, effectivement, reste immobile au loin... Arrivant au pas de course au réverbère suivant, j'aperçois la silhouette qui m'attend. Je regarde ma montre: il est deux heures.

Je cours maintenant de façon incontrôlée et je vois défiler réverbères et vieilles dames jusqu'à ce que, épuisé, je m'arrête à mi-chemin. Je regarde ma montre et je vois sur le verre le visage de la dame. Je comprends que c'est la fin...

Malgré tout, j'essaie de comprendre la situation et me demande plusieurs fois: «Qu'est-ce que je fais? ... Qu'est-ce que je fais?» La voix cassée me répond: «Je suis à la fois derrière et devant toi. Tout ce qui a été, sera. Mais tu as beaucoup de chance, puisque tu as pu t'arrêter pour réfléchir un moment. Et si tu dénoues cette situation, tu pourras te sortir de ton propre piège.» (*)

Je me sens étourdi et fatigué. Je pense toutefois qu'il existe une issue. Quelque chose me rappelle diverses situations d'échec de ma vie. Effectivement, j'évoque maintenant les premiers échecs de mon enfance. (*)

Puis les échecs de ma jeunesse. (*)

Et aussi les échecs plus récents. (*)

Je me rends compte qu'à l'avenir, les échecs se répéteront les uns après les autres. (*)

Toutes mes défaites ont un point commun: les choses que j'ai voulu faire n'étaient pas ordonnées. C'était en fait des désirs confus qui finissaient par s'opposer entre eux. (*)

Je découvre à l'instant que beaucoup de choses que je souhaite obtenir à l'avenir sont contradictoires. (*)

Je ne sais que faire de ma vie et cependant, je désire beaucoup de choses confusément.

Oui, je crains l'avenir et je ne voudrais pas que mes échecs antérieurs se reproduisent.

Ma vie est paralysée dans cette ruelle brumeuse, au milieu de lueurs blafardes.

De façon inespérée, une lumière s'allume à une fenêtre et de là, quelqu'un crie: «Avez vous besoin de quelque chose?»

– Oui, dis-je, j'ai besoin de sortir d'ici!

– Ah non! ... On ne peut pas sortir tout seul.

– Alors, dites-moi comment faire.

– Je ne peux pas. De plus, si nous continuons à crier, nous allons réveiller tous les voisins. Et on ne joue pas avec le sommeil de ses voisins! Bonne nuit.

La lumière s'éteint. Un très fort désir surgit alors en moi: me sortir de cette situation. Je me rends compte que ma vie changera uniquement si je trouve une issue. La ruelle a apparemment un sens; de la naissance à la mort, ce n'est qu'une répétition. Un faux sens. De réverbère en réverbère, jusqu'au moment où mes forces finiront par s'épuiser à jamais.

Je remarque à ma gauche un panneau indicateur avec des flèches et des lettres. La flèche de la ruelle

indique son nom: «Répétition de la vie»; une autre indique: «Annulation de la vie»; une troisième:

«Construction de la vie.» Je réfléchis pendant quelques instants. (*)

Je prends la direction indiquée par la troisième flèche. Alors que je sors de la ruelle et débouche sur une avenue large et lumineuse, j'éprouve la sensation que je vais découvrir quelque chose de décisif. (*)

XI. LE VOYAGE

Je poursuis mon ascension à pied par le chemin de montagne. Je m'arrête un instant et regarde en arrière. Au loin, je vois le tracé d'un fleuve, et ce qui pourrait être un bosquet. Plus loin, un désert rougeâtre s'efface dans la brume du couchant.

J'avance encore de quelques pas sur le sentier, qui rétrécit jusqu'à disparaître. Je sais qu'il reste une dernière étape, la plus difficile, avant d'atteindre le plateau. La neige gêne à peine mes déplacements; aussi je continue mon ascension.

Je suis arrivé à la paroi rocheuse. Je l'étudie attentivement et découvre dans sa structure une fissure par laquelle je pourrais escalader. Je commence à monter, accrochant mes brodequins aux saillies. Je colle mon dos contre une paroi de la fissure et, en prenant appui sur mon coude pour faire levier avec l'autre bras, je monte.

La fissure est maintenant plus étroite. Je regarde en haut et en bas. Je me trouve à mi-chemin. Impossible de me déplacer, ni dans un sens ni dans l'autre.

Je change de position, me retrouvant plaqué de face, contre la paroi glissante. J'assure les pieds et très lentement, je tends un bras vers le haut. La roche me renvoie le souffle humide de ma respiration.

Je tâte la paroi sans savoir si je trouverai une petite fissure. J'allonge l'autre bras doucement; je sens que je me balance. Ma tête commence à s'éloigner lentement de la pierre, puis tout mon corps. Je vais tomber en arrière... Mais je trouve un petit trou dans lequel j'ancre mes doigts. Ainsi assuré, je poursuis l'ascension, grim pant sans difficulté dans l'assaut final.

J'arrive enfin tout en haut. Je me redresse et devant moi, apparaît une prairie à perte de vue. Je fais quelques pas, puis je me retourne. Du côté de l'abîme, il fait nuit. Du côté de la plaine, les derniers rayons du soleil se perdent en de multiples tonalités. Alors que je compare ces deux espaces, j'entends un son aigu. Je lève les yeux et je vois un disque lumineux suspendu qui, bientôt commence à descendre en décrivant des cercles autour de moi.

Il s'est posé très près de moi. Mû par un appel intérieur, je m'approche sans appréhension. Je pénètre à l'intérieur avec la sensation de traverser un rideau d'air tiède. A l'instant même, je sens mon corps s'alléger. Je suis dans une bulle transparente aplatie à la base.

Comme sous l'impulsion d'un grand élastique, nous partons tout droit. Je crois que nous allons dans la direction de bêta Hydrae, ou peut-être vers NGC 3621 (?).

Furtivement, je parviens à voir le soir tomber sur la prairie.

Nous montons à grande vitesse: le ciel s'obscurcit alors que la Terre s'éloigne.

Je sens que la vitesse augmente. Les étoiles limpides changent de couleur jusqu'à disparaître dans l'obscurité totale.

Devant moi, je vois un point isolé, lumineux et doré, qui grossit. Nous nous dirigeons vers lui. C'est alors que se précise un grand anneau prolongé d'un très long couloir transparent. Au bout d'un moment, nous nous arrêtons subitement. Nous sommes arrivés dans un endroit dégagé. Je traverse le rideau d'air tiède et sors de l'objet.

J'avance parmi des murs transparents qui produisent des changements de couleur musicaux quand on les traverse.

J'avance encore jusqu'à parvenir à une surface plane au centre de laquelle je vois un grand objet mobile, impossible à cerner du regard, car quelle que soit la direction suivie à sa surface, celle-ci finit par s'enrouler à l'intérieur du corps. Ça me donne des vertiges; je détourne le regard.

Je rencontre une silhouette apparemment humaine. Je ne peux voir son visage. Elle me tend une main dans laquelle je vois une sphère rayonnante. Je commence à m'approcher et, en un acte de complète acceptation, je prends la sphère et la pose sur mon front. (*)

Alors, dans un silence total, je perçois que quelque chose de nouveau commence à vivre en moi. Des ondulations successives et une force croissante baignent mon corps, tandis que jaillit de mon être une joie profonde. (*)

Je sais que, sans dire un mot, la silhouette me dit: «Retourne au monde avec tes mains et ton front lumineux.» (*)

Alors, j'accepte mon destin. Puis la bulle, l'anneau, les étoiles, la prairie et la paroi rocheuse. (*)

Enfin, le chemin et moi, humble pèlerin qui retourne vers les siens. (*)

Moi, qui reviens lumineux vers les heures et la routine des jours, vers la douleur de l'homme et sa joie simple.

Moi qui donne de mes mains ce que je peux, qui reçois l'offense et le salut fraternel, je dédie un chant au cœur qui, de l'abîme obscur, renaît à la lumière du Sens ardemment désiré.

XII. LE FESTIVAL

Couché sur un lit, je crois être dans une chambre d'hôpital. J'entends à peine tomber les gouttes d'un robinet mal fermé. J'essaie de remuer les membres et la tête, mais ils ne répondent pas. Avec un effort, je maintiens les yeux ouverts.

Il me semble que quelqu'un a dit à côté de moi que j'étais heureusement hors de danger... Que tout est maintenant une question de repos. Inexplicablement, ces paroles confuses m'apportent un grand soulagement. Je sens tout mon corps endormi et lourd, de plus en plus alangui.

Le plafond est blanc et lisse, mais chaque goutte que j'entends tomber projette à sa surface comme un trait de lumière. Une goutte, un trait. Puis un autre. Puis beaucoup de lignes. Et plus loin, des ondulations. Le plafond se modifie au rythme de mon cœur. C'est peut-être un effet dû au battement du flux sanguin dans les artères oculaires. Le rythme dessine le visage d'une jeune personne.

«Eh toi! – me dit-elle – Pourquoi ne viens-tu pas?»

«Bien sûr – me dis-je – pourquoi pas?»

Là-bas, devant moi, se déroule un festival de musique. Le son des instruments inonde de lumière un immense espace tapissé d'herbe verte et de fleurs.

Je suis allongé sur l'herbe et regarde la scène. Je suis entouré d'une foule de gens, mais j'ai plaisir à voir qu'ils ne sont pas serrés car il y a beaucoup d'espace. Au loin, je distingue d'anciens amis d'enfance. Je sens qu'ils sont vraiment à l'aise.

Je fixe mon attention sur une fleur, qui est reliée à sa branche par une tige fine à la peau transparente, à l'intérieur de laquelle la couleur verte luisante se fait de plus en plus profonde. Je tends la main, passant doucement un doigt sur la tige lisse et fraîche, interrompue à peine par de minuscules proéminences. Ainsi, en remontant entre les feuilles d'émeraude, j'arrive aux pétales qui s'ouvrent en une explosion multicolore. Des pétales tels des cristaux de cathédrale solennelle, des pétales tels des rubis, comme un feu de bois, dans le foyer, au petit matin... Et dans cette danse de nuances, je sens que la fleur vit comme si elle faisait partie de moi. (*)

Et la fleur, agitée par mon contact, libère une goutte de rosée assoupie, à peine retenue sur la dernière feuille. La goutte vibre en ovale puis s'allonge et, déjà dans le vide, s'aplatit pour s'arrondir de nouveau, tombant en un temps infini. Tombant, tombant dans l'espace sans limite... Tombant enfin sur le chapeau d'un champignon, elle roule sur lui comme du lourd mercure, pour glisser jusqu'au bord. Là, dans un spasme de liberté, elle se jette dans une petite flaque où elle soulève une houle tumultueuse qui baigne une île de pierre-marbre. (*)

Je lève les yeux pour voir une abeille dorée qui s'apprête à butiner la fleur. Et dans cette violente spirale de

vie, je referme ma main irrespectueuse en l'éloignant de cette perfection éblouissante.

Ma main... Je la regarde étonné, comme si je la voyais pour la première fois. La tournant et la retournant, fléchissant et étirant les doigts, je vois les entrecroisements de la paume et dans ses lignes, je comprends que tous les chemins du monde y convergent. Je sens que ma main et ses lignes profondes ne m'appartiennent pas, et je remercie en moi-même la dépossession de mon corps.

Devant moi, se déroule le festival et je sais que la musique me met en communication avec cette jeune fille qui regarde ses vêtements et avec le jeune homme qui, adossé à un arbre, caresse un chat bleu.

Je sais que j'ai vécu ceci auparavant et que j'ai saisi la silhouette rugueuse de l'arbre et les différences de volume des corps. J'ai déjà vu ces nuages ocres moelleux, comme faits de cartons, découpés sur le bleu limpide du ciel.

Et j'ai également vécu cette sensation intemporelle où mes yeux semblent ne pas exister, parce qu'ils voient tout en transparence comme s'ils n'étaient pas les yeux du regard quotidien, ceux-là même qui troublent la réalité. Je sens que tout vit et que tout va bien, que la musique et les choses n'ont pas de nom et que rien ne peut véritablement les désigner. (*)

Dans les papillons de velours qui volent autour de moi, je reconnais la tiédeur des lèvres et la fragilité des rêves heureux.

Le chat bleu s'approche de moi. Je me rends compte de quelque chose d'évident: il se déplace de lui-même, sans câble, sans télécommande. Il le fait de lui-même et cela me laisse stupéfait. Dans ses mouvements parfaits et derrière ses beaux yeux jaunes, je sais qu'il y a une vie et que tout le reste est déguisement, comme l'écorce de l'arbre, comme les papillons, comme la fleur, comme la goutte de mercure, comme les nuages découpés, comme la main des chemins convergents. Pendant un moment, j'ai l'impression de communiquer avec quelque chose d'universel. (*)

... Mais une douce voix m'interrompt juste avant que je n'atteigne un nouvel état de conscience.

«Croyez-vous que les choses soient ainsi? – me murmure la voix d'un inconnu. Je vous dirai qu'il n'en est pas ainsi, ni autrement. Vous retournerez bientôt dans votre monde gris, sans profondeur, sans joie et sans volume. Et vous croirez avoir perdu la liberté. Pour le moment, vous ne me comprenez pas car vous n'avez pas la capacité de penser comme vous voulez. Votre état de liberté apparent n'est que le résultat de la chimie. Cela arrive à des milliers de personnes, que je conseille à chaque fois. Bonne journée!»

L'aimable monsieur a disparu. Tout le paysage commence à tourner dans une spirale gris clair, jusqu'à ce que le plafond ondulant apparaisse. J'entends la goutte d'eau du robinet. Je sais que suis couché dans une chambre. Je sens que l'engourdissement de mes sens se dissipe. J'essaie de bouger la tête et elle répond. Puis les membres. Je m'étire et constate que je suis en parfaite condition. Je saute du lit réconforté, comme si je m'étais reposé pendant des années.

Je marche jusqu'à la porte de la chambre. Je l'ouvre. Je trouve un couloir. Je marche rapidement en direction de la sortie du bâtiment. J'y parviens. Je vois une grande porte ouverte, par laquelle beaucoup de gens entrent et sortent. Je descends quelques marches et arrive dans la rue.

Il est tôt. Je regarde l'heure à l'horloge murale et je comprends que je dois me presser.

Un chat effrayé passe entre les piétons et les véhicules. Je le regarde courir et, sans savoir pourquoi, je me dis: «Il existe une autre réalité que mes yeux ne voient pas tous les jours.»

XIII. LA MORT

Je crois que je suis dans un théâtre. Tout est plongé dans l'obscurité. Peu à peu, la scène commence à s'illuminer, mais voilà que je me retrouve sur celle-ci!

On dirait un décor de cinéma. Ici, les lueurs des torches; au fond, une gigantesque balance à deux bras. Le plafond, peut-être voûté, doit être très haut car je n'en vois pas les limites. Je parviens à discerner quelques murs de pierre, des arbres et des marécages autour du centre de la scène. Tout cela pourrait bien se prolonger en une forêt très épaisse. De toutes parts, des silhouettes humaines se déplacent furtivement.

Soudain, deux sujets encapuchonnés me saisissent par les bras. Puis, une voix grave me demande:

«D'où viens-tu?»

Ne sachant que répondre, j'explique que je viens du "dedans".

«Qu'est-ce que "dedans"?» dit la voix.

Je tente une réponse: «Comme je vis dans la ville, la campagne est "dehors". Pour les gens de la campagne, c'est la ville qui est "dehors". Mais je vis dans la ville, donc "dedans", et c'est pour cela que je dis que je viens de "dedans" et que maintenant, je suis "dehors".»

– Tout cela est stupide: tu entres dans nos domaines, donc tu viens de "dehors". Ici, ce n'est pas la campagne, c'est ton "dedans". N'as tu pas pensé, par hasard, que ceci était un théâtre? Tu es entré dans le théâtre qui, à son tour, est dans ta ville. La ville dans laquelle tu vis se trouve en dehors du théâtre.

Je lui répond: «Non, le théâtre fait partie de la ville dans laquelle je vis.»

– Ecoute, insolent! dit la voix. Finissons-en avec cette discussion ridicule. Pour commencer, je te dirai que tu ne vis déjà plus dans la ville. Tu vivais dans la ville, ainsi ton espace de "dedans" ou de "dehors" est resté dans le passé. Tu te trouves dans un autre espace-temps. Dans cette dimension, les choses fonctionnent autrement.

Soudain apparaît devant moi un petit vieux, qui porte un récipient dans sa main droite. Arrivé près de moi, il introduit son autre main dans mon corps, aussi facilement que dans du beurre. Il extrait d'abord mon foie, qu'il dépose dans le récipient. Puis il procède de même avec les reins, l'estomac, le cœur et, pour finir, il retire sans professionnalisme tout ce qu'il trouve, jusqu'à ce que cela déborde du réceptacle. Pour ma part, je ne sens rien de spécial. Le sujet se retourne ensuite et, emportant mes viscères jusqu'à la balance, il les dépose sur l'un des plateaux. Celui-ci s'abaisse jusqu'à toucher le sol. Je pense alors me trouver dans une boucherie dans laquelle on pèse des morceaux d'animaux sous les yeux des clients. De fait, une femme portant un panier essaie de s'emparer de mes entrailles, mais le vieux la repousse en lui criant: «Mais enfin! Qui vous a autorisée à emporter les morceaux?» Le personnage monte ensuite par une échelle jusqu'au plateau vide resté en hauteur, et y dépose une plume de hibou.

La voix s'adresse de nouveau à moi, prononçant ces mots: «Maintenant que tu es mort et que tu es descendu jusqu'au seuil du monde des ombres, tu dois te dire: "on pèse mes viscères" et c'est bien le cas. Peser tes viscères, c'est peser tes actions.»

Les personnes encapuchonnées qui me tenaient les bras me libèrent et je commence à marcher, lentement mais sans direction précise.

La voix continue: «Les viscères inférieurs se trouvent dans le feu infernal. Les gardiens du feu se montrent toujours actifs et empêchent que s'approchent les gens que tu aimes.»

Je me rends compte que la voix est en train de guider mes pas et que la scène change à chaque suggestion.

La voix dit: «Premièrement, tu vas payer les gardiens. Puis, tu entreras dans le feu et tu te souviendras des souffrances que tu as infligées à d'autres dans la chaîne de l'amour. (*)

«Tu demanderas pardon à ceux que tu as maltraités et ne sortiras purifié que lorsque tu te seras réconcilié. (*)

«Alors, appelle par leur nom ceux que tu as outragés, et prie-les de te laisser voir leurs visages. S'ils accèdent à ta demande, écoute attentivement leurs conseils parce qu'ils sont aussi doux que des brises lointaines. (*)

«Remercie sincèrement et pars en suivant la torche de ton guide. Le guide traversera des couloirs obscurs et arrivera avec toi à une chambre où sont gardées les ombres de ceux que tu as violentés au cours de ton existence. Tous se trouvent dans la situation de souffrance où tu les as laissés. (*)

«Demande-leur pardon, réconcilie-toi et embrasse-les un par un avant de partir. (*)

«Suis le guide qui sait t'amener sur les lieux de tes naufrages, là où les choses sont irrémédiablement inertes. Ô! Monde des grandes pertes, là où les sourires, les charmes et les espoirs sont ton poids et ton échec! Considère attentivement la longue chaîne de tes échecs et, pour ce faire, demande au guide d'éclairer lentement toutes ces illusions. (*)

«Réconcilie-toi avec toi-même, pardonne-toi à toi-même et ris.

«Tu verras alors comment, de la corne des rêves, surgit un vent qui emporte vers le néant la poussière de tes échecs illusoire.» (*)

Tout à coup, la scène change complètement; je me trouve dans une autre ambiance et j'entends:

«Même dans la forêt obscure et froide, suis ton guide. Les oiseaux de mauvais augure frôlent ta tête. Dans les marécages, des lianes serpentent autour de toi. Fais en sorte que ton guide t'amène à la grotte. Là, tu ne pourras plus avancer sans payer le prix aux formes hostiles qui en défendent l'accès. Si finalement tu arrives à entrer, demande au guide qu'il éclaire à gauche et à droite. Prie-le d'approcher sa torche des grands corps de marbre de ceux à qui tu n'as pas pu pardonner. (*)

«Pardonne-leur un par un et quand ton sentiment sera vrai, les statues se transformeront en des êtres humains qui te souriront et te tendront les bras en un hymne de remerciement. (*)

«Suis le guide hors de la grotte et ne regarde en arrière sous aucun prétexte.

«Laisse ton guide et reviens ici, là où sont pesées les actions des morts.

«Maintenant, regarde le plateau de la balance sur lequel tes actions ont été déposées et constate comme elles montent et sont plus légères qu'une plume.»

J'entends un grincement métallique alors que s'élève le plateau sur lequel était déposé le récipient.

La voix conclut: «Tu as pardonné ton passé. Tu as trop pour prétendre plus, pour le moment. Si ton ambition te menait plus loin, il pourrait arriver que tu ne reviennes pas dans la contrée des vivants. Pour l'instant, la purification de ton passé, c'est déjà beaucoup. A présent, je te dis: "Réveille-toi et sors de ce lieu"»

Les lumières de la scène s'éteignent lentement, pendant que je sens que je suis sorti de ce monde-là, et de nouveau à l'intérieur de celui-ci. Mais je me rends compte également que, dans ce monde-ci, je garde en moi les expériences de l'autre.

B Deuxième partie: Jeux d'images

I. L'ANIMAL

Je me trouve dans un endroit totalement obscur. En tâtonnant du pied, je sens que le terrain est irrégulier,

mi-végétal, mi-rocailleux. Je sais que quelque part il y a un abîme.

Je perçois la présence toute proche de cet animal qui a toujours provoqué chez moi cette sensation caractéristique de dégoût et de terreur. Peut-être un animal, peut-être plusieurs, mais il est sûr que quelque chose s'approche irrémédiablement.

Un bourdonnement dans mes oreilles, qui se confond parfois avec le souffle d'un vent lointain, contraste avec un silence définitif. Mes yeux grand ouverts ne voient pas, mon cœur s'agite et bien que ma respiration soit fine comme un fil, ma gorge se serre au passage d'un goût amer.

Quelque chose s'approche; mais qu'y-a-t-il derrière moi qui me hérisse et me glace l'échine?

Mes jambes flageolent et si quelque chose m'attrape ou me saute dessus par derrière, je serai totalement sans défense. Je suis immobile... J'attends.

Je pense précipitamment à l'animal et aux occasions où il s'est trouvé près de moi. Particulièrement ce moment-là. Je revis ce moment-là. (*)

Que se passait-il alors? Qu'arrivait-il alors dans ma vie? J'essaie de me souvenir des frustrations et des craintes qui m'accompagnaient quand cela est arrivé. (*)

Oui, j'étais à un carrefour de ma vie qui correspondait à l'accident avec l'animal. Je ressens la nécessité impérieuse de trouver la relation. (*)

Je me rends compte que je peux réfléchir avec plus de calme. J'admets qu'il y a des animaux qui suscitent une réaction de désagrément chez presque toutes les personnes, mais je comprends aussi qu'elles ne perdent pas toutes le contrôle d'elles-mêmes en leur présence. Je réfléchis sur ce point. Je compare l'aspect de cet être dangereux avec la situation que je vivais quand cela est arrivé. (*)

Ayant maintenant recouvré mon calme, j'essaie de sentir quelle partie de mon corps je protégerais de l'animal dangereux. Ensuite, j'établis une relation entre cette partie du corps et la situation difficile que je vivais quand l'accident s'est produit, il y a quelque temps. (*)

L'animal a provoqué en moi l'apparition de ce moment de ma vie qui n'est pas résolu. C'est ce moment obscur et douloureux, dont parfois je ne me souviens pas, que je dois éclaircir. (*)

Vers le haut, je vois un ciel nocturne limpide, et devant moi l'embrasement d'une nouvelle aurore. Très rapidement, avec le jour, la vie se précise. Ici, dans cette douce prairie, je marche en liberté, sur un tapis d'herbe couverte de rosée.

Un véhicule s'approche à grande vitesse. Il s'arrête à côté de moi et deux individus vêtus en infirmiers en descendent. Ils me saluent cordialement et m'expliquent qu'ils ont capturé l'animal qui m'effraie. Ils ajoutent que lorsqu'ils reçoivent un message de peur, ils partent à la chasse de l'animal qui la provoque, le capturent et le montrent à la personne affectée pour qu'elle l'étudie bien. Ils placent ensuite devant moi l'animal, soigneusement protégé.

Effectivement il s'agit d'un spécimen sans défense; j'en profite pour l'examiner très lentement sous toutes les coutures, de près et de loin.

Les hommes le caressent avec douceur et le petit animal répond amicalement. Ils m'invitent à faire de même. Je ressens une forte appréhension, mais après une première secousse épidermique, je tente un nouvel essai puis un autre, jusqu'à ce que, finalement, je puisse le caresser. (*)

Il répond pacifiquement, avec des mouvements extrêmement paresseux. Puis il commence à rapetisser et finit par disparaître.

Tandis que le véhicule s'en va, j'essaie de me rappeler à nouveau la situation que je vivais quand, il y a très longtemps, la présence de l'animal m'avait effrayé. (*)

Je ressens une forte impulsion et commence à courir sportivement, profitant de l'air pur et du matin. Je me déplace en rythme et sans fatigue, tout en respirant profondément. J'accélère, sentant mes muscles et mon cœur travailler comme une machine parfaite.

Tout en courant librement, je me souviens de ma peur, mais je sens que je suis plus fort et que bientôt je l'aurai vaincue pour toujours.

Tandis que là-haut le soleil brille, je me rapproche rapidement de ma ville, les poumons gonflés et les muscles parfaitement synchrones. Ces parties de mon corps, qui étaient sous l'emprise de la peur, je les sens fortes et inattaquables. (*)

II. LE TRAINÉAU

Je me trouve sur une grande esplanade recouverte de neige. Autour de moi, de nombreuses personnes pratiquent des sports d'hiver. Malgré un soleil splendide, je me rends compte qu'il fait froid à la buée qui sort de ma bouche. Je sens, de temps en temps, des rafales gelées qui fouettent mon visage... Mais, cela m'est très agréable.

Quelques amis s'approchent; ils amènent un traîneau. Ils m'invitent à monter et à le conduire. Ils m'expliquent qu'il est si parfaitement conçu qu'il est impossible d'en perdre le contrôle. Je m'y assois et j'ajuste les courroies et les attaches métalliques. Je mets les lunettes et j'actionne les turbines qui sifflent comme celles de petits "jets". Du pied droit, j'appuie doucement sur l'accélérateur et le traîneau commence à bouger. Je lève le pied droit et appuie du gauche. L'appareil s'arrête doucement. Ensuite, je tourne le volant à droite et à gauche sans aucun effort. Deux ou trois amis partent alors devant moi en glissant sur leurs skis.

«Allons-y!» crient-ils. Et ils s'élancent de l'esplanade en zigzaguant dans la descente, sur la magnifique pente montagneuse.

J'appuie sur l'accélérateur et commence à me déplacer avec une douceur parfaite. J'entame la descente derrière les skieurs. Je vois le beau paysage couvert de neige et de conifères. Plus bas, quelques maisons de bois et là bas, dans le lointain, une vallée lumineuse.

J'accélère sans crainte et dépasse l'un des skieurs, puis un autre, et finalement le troisième. Mes amis me saluent bruyamment. Je me dirige vers les pins qui apparaissent sur mon trajet et je les évite avec des mouvements impeccables. Alors, je m'apprête à donner plus de vitesse à la machine. J'appuie à fond sur l'accélérateur et sens la terrible puissance des turbines. Je vois défiler les pins sur les côtés, comme des ombres imprécises, tandis que dans mon sillage, la neige forme en une très fine nuée blanche. Le vent gelé tire la peau de mon visage et je dois faire un effort pour maintenir les lèvres serrées.

Je vois un refuge en bois qui grandit très vite et deux tremplins de neige, un de chaque côté, pour pratiquer le grand saut à ski. Je n'hésite pas, me dirige vers celui de gauche. En un instant, je suis sur le tremplin. A ce moment, je coupe le contact pour éviter tout risque d'incendie dans la chute...

J'ai été catapulté vers le haut en un vol fantastique. Je n'entends plus que le hurlement du vent alors que j'entame une chute de plusieurs centaines de mètres...

En me rapprochant de la neige, je constate que mon angle de chute coïncide parfaitement avec l'inclinaison de la pente, de sorte que je touche délicatement le sol. Je rallume les turbines et je continue d'accélérer en approchant de la vallée.

Petit à petit, je freine. Je relève mes lunettes et je me dirige lentement vers le complexe hôtelier d'où partent de nombreux funiculaires qui emmènent des sportifs vers les sommets.

J'arrive finalement sur une esplanade. Devant et à droite, j'observe la bouche noire d'un tunnel semblable à celui d'un chemin de fer. Je m'en approche lentement, traversant au passage quelques flaques de neige fondue. Arrivé devant l'entrée, je constate qu'il n'y a ni voie ferrée, ni traces de véhicules. Cependant, je pense que de grands camions pourraient y circuler. Peut-être s'agit-il du dépôt des chasse-neige.

Quoi qu'il en soit, j'entre lentement dans le tunnel. Il est faiblement éclairé. J'allume le phare avant et son puissant faisceau me permet de voir un chemin droit sur plusieurs centaines de mètres. J'accélère. Le sifflement des turbines retentit et les échos s'entremêlent. Je vois devant moi que le tunnel forme un virage et, au lieu de freiner, j'accélère, de sorte qu'en arrivant dans le tournant, je glisse sur la paroi sans difficultés. A présent le chemin descend, et plus loin, il s'incurve vers le haut en décrivant une spirale, tel un serpent ou un fantastique ressort.

J'accélère... je suis dans la descente; j'entreprends la montée et, très vite, je comprends que je suis en train de glisser sur le plafond pour redescendre à nouveau et revenir sur une ligne droite. Je freine doucement et m'apprête à entamer une chute semblable à celle d'une montagne russe. La pente est très prononcée. Je commence à descendre tout en freinant. La vitesse diminue progressivement. Je m'aperçois que je suis en train de me déplacer sur un pont étroit qui traverse le vide. Des deux côtés règne une obscurité profonde. Je freine encore plus et emprunte la ligne droite horizontale du pont, qui a exactement la largeur du traîneau. Mais je me sens sûr de moi. Le matériel est solide. En regardant aussi loin que le permet la lumière du phare, mon chemin apparaît comme un fil tendu, séparé de tout plafond, de tout sol, de toute paroi... par des distances abyssales. (*)

J'arrête le véhicule, intéressé par l'effet produit par cette situation. Je commence à imaginer divers dangers, mais sans m'effrayer: le pont qui se casse et moi qui tombe dans le vide. Puis, une énorme araignée qui descend sur son gros fil de soie... et venant sur moi comme si j'étais une petite mouche. Enfin, j'imagine un terrible éboulement et de longs tentacules qui montent des profondeurs obscures. (*)

Bien que le décor y soit propice, je constate que j'ai suffisamment de force intérieure pour vaincre mes peurs. Au point que j'essaie une fois de plus d'imaginer quelque chose de dangereux ou d'abominable. Je me laisse aller à ces pensées. (*)

J'ai surmonté le moment difficile et je me sens réconforté par l'épreuve que je me suis imposée. Je rallume donc les turbines et j'accélère. Je passe le pont et arrive à nouveau dans un tunnel, semblable à celui du début. A grande vitesse, je m'engage dans une très longue montée. Je pense que je suis en train d'arriver au niveau de la sortie. Je vois la lumière du jour qui augmente de diamètre. Maintenant, en ligne droite, je sors vite sur l'esplanade dégagée du complexe hôtelier.

Je vais très lentement, en évitant les gens qui marchent autour de moi. Je continue ainsi très lentement, jusqu'à un côté de l'esplanade qui donne sur les pistes de ski.

J'abaisse mes lunettes et commence à accélérer pour arriver à une vitesse suffisante à la montée qui va me mener au sommet d'où j'ai commencé mon parcours. J'accélère, j'accélère, j'accélère...

Je monte le plan incliné à la même vitesse incroyable que dans la descente. Je vois s'approcher le refuge en bois et les deux tremplins sur ses côtés, mais maintenant, c'est un mur vertical qui m'en sépare. Je tourne à gauche et continue à monter sur le côté, jusqu'à passer à hauteur des rampes de saut.

Les pins défilent à côté de moi comme des ombres imprécises, tandis que dans mon sillage, la neige forme une très fine nuée blanche...

Devant moi, je vois mes trois amis debout qui me saluent avec leurs bâtons de ski en l'air. Je tourne en cercle autour d'eux, leur projetant des rideaux de neige. Je continue l'ascension et arrive au sommet de la

montagne. Je m'arrête. Je coupe le contact. Je relève mes lunettes. Je détache les boucles des courroies et je sors du traîneau. J'étire mes jambes, puis tout mon corps, à peine engourdi. A mes pieds et tout le long de la magnifique pente, je vois les conifères et très loin, tel un ensemble irrégulier, le complexe hôtelier. Je sens l'air très pur et le soleil de montagne qui tanne la peau de mon visage. (*)

III. LE RAMONEUR

Je me trouve dans une pièce, assis à côté de quelqu'un que je ne connais pas mais en qui j'ai une confiance absolue. Il a toutes les caractéristiques d'un bon conseiller: bonté, sagesse et force. Pourtant, nombreux sont ceux qui lui donnent le pittoresque sobriquet de "ramoneur".

Je suis venu le consulter sur quelques problèmes personnels et, pour sa part, il a répondu que mes tensions internes étaient si fortes que le plus indiqué était de faire un exercice de "nettoyage".

Sa discrétion est si grande que, du fait qu'il se trouve assis à mes côtés sans me fixer du regard, je peux m'exprimer librement. Nous établissons ainsi une très bonne relation.

Il me demande de me détendre complètement, en relâchant mes muscles. Il m'aide en posant ses mains sur mon front et sur les différents muscles du visage. (*)

Il me prend ensuite la tête et la fait bouger de gauche à droite, en avant et en arrière, pour que je détende le cou et les épaules. Il insiste sur l'importance de bien relâcher les yeux et la mâchoire. (*)

Il m'indique ensuite de relâcher les muscles du tronc. D'abord, ceux de devant. Puis ceux de derrière. (*)

Il ne s'est pas préoccupé des tensions des bras et des jambes car, assure-t-il, leur détente en découle, suite à ce qui précède. Il me recommande à présent de sentir mon corps mou comme du caoutchouc, "tiède" et lourd, jusqu'à parvenir à une sensation cotonneuse et délicieuse. (*)

Il me dit: «Allons droit au but. Revoyez dans les moindres détails ce problème qui vous malmène.

Considérez que je ne suis pas là pour vous juger. Je suis un instrument à votre disposition et non l'inverse. (*)

«Pensez à ce que vous ne raconteriez à personne, sous aucun prétexte, continue-t-il. (*)

«Racontez-le-moi en détail, dit-il. (*)

«Si vous voulez, dites-moi aussi tout ce qu'il vous ferait du bien de transmettre. Dites-le sans vous préoccuper des expressions et laissez aller librement vos émotions.» (*)

Un moment après, le ramoneur se lève et se saisit d'un objet allongé, légèrement recourbé. Il se place en face de moi et dit: «Ouvrez la bouche!» Je lui obéis. Ensuite, je sens qu'il y introduit une sorte de longue pince qui m'arrive jusqu'à l'estomac. Cependant, je constate que je peux la supporter... Soudain, il s'écrie: «Je l'ai attrapé!» et il commence à retirer l'objet, petit à petit. Au début, il me semble qu'il m'arrache quelque chose, mais je sens bientôt naître en moi une agitation agréable comme si quelque chose qui était depuis longtemps malignement collé à mes entrailles et à mes poumons était en train de s'en détacher. (*)

Il continue de retirer la pince. Je suis surpris en sentant sortir de ma bouche, retenue par la pince, une forme douceâtre, malodorante et visqueuse qui se tord... Enfin, alors que le ramoneur met cet être désagréable dans un récipient transparent, je ressens un immense soulagement, comme une purification interne de mon corps.

Debout, bouche bée, j'observe la "chose" répugnante qui se dilue progressivement pour se transformer en une gélatine informe. Elle devient bientôt un liquide obscur, puis s'éclaircit peu à peu, pour enfin se consumer et s'échapper tel un gaz dans l'atmosphère. En moins d'une minute, le récipient est devenu parfaitement propre.

«Vous voyez – dit le ramoneur – c'est pour cela que l'on appelle ce procédé un "nettoyage". Enfin, ce n'était pas mal aujourd'hui. Un peu de problèmes quotidiens avec un peu d'humiliation, une dose de trahison et le tout garni d'une pincée de conscience coupable. Résultat: un petit monstre qui vous empêchait d'avoir de beaux rêves, une bonne digestion et autres bonnes choses. Si vous aviez vu... J'ai parfois sorti des monstres énormes. Bien, ne vous en faites pas si vous gardez une sensation désagréable pendant un moment... Au revoir.»

IV. LA DESCENTE

Nous sommes dans un petit bateau en pleine mer.

Nous allons lever l'ancre, mais nous nous apercevons qu'elle s'est coincée. Je préviens mes compagnons que je vais aller voir ce qui se passe. Je descends par une petite échelle et j'entre dans l'eau calme.

Sous l'eau, je vois un banc de petits poissons, la coque du bateau et la chaîne de l'ancre. Je nage vers la chaîne et j'en profite pour descendre.

Je remarque que je peux respirer sans difficulté, de sorte que je continue à descendre le long de la chaîne jusqu'à parvenir au fond, de moins en moins éclairé.

L'ancre est empêtrée dans des résidus de métal. Je m'approche et je tire avec force vers le haut. Le sol cède. J'ai soulevé une trappe qui laisse apparaître un espace carré par lequel je m'introduis. (*)

Je nage plus en profondeur et, sentant un courant sous-marin froid, je suis son cours. Je finis par toucher une surface lisse, recouverte par endroits de végétaux marins. Je remonte sans m'en éloigner. Au fur et à mesure que je remonte, je perçois une plus grande clarté. (*)

J'émerge dans un trou d'eau, à l'intérieur d'une caverne où la luminosité est diffuse. Je monte sur une sorte de plate-forme. Je fais quelques pas et je découvre de petites marches. Je commence à les descendre très doucement.

Le petit couloir se fait de plus en plus étroit à mesure que je descends l'escalier, devenu très glissant. Je vois des torches allumées à intervalles réguliers. Maintenant, la descente est devenue presque verticale. L'atmosphère est humide et suffocante. (*)

Une grille rouillée fait office de porte et empêche le passage. Je la pousse et elle s'ouvre en grinçant. Il n'y a plus d'escalier à présent, juste une rampe boueuse sur laquelle je me déplace avec précaution. L'odeur est poisseuse, presque sépulcrale. (*)

Un courant d'air soudain menace d'éteindre les torches. Au fond, j'entends le rugissement d'une mer furieuse fouettant les rochers. Je commence à avoir des doutes en ce qui concerne mon retour.

Le vent souffle violemment, éteignant la torche la plus basse. Je commence alors à monter, en réfrénant tout accès de panique. Lentement, je remonte la rampe boueuse.

J'arrive à la porte rouillée. Elle est fermée... je l'ouvre à nouveau et continue de monter péniblement les marches, quasi verticales alors que, derrière moi, les torches s'éteignent une à une.

L'escalier de pierre étant de plus en plus glissant, j'avance avec prudence.

J'ai atteint la grotte. J'arrive à la plate-forme et je plonge dans le trou d'eau à l'instant même où s'éteint la dernière lumière.

Je descends vers les profondeurs, en suivant des mains la surface lisse et végétale. L'obscurité est totale. (*)

Sentant un courant froid, je nage dans la direction opposée avec grande difficulté. (*)

Je parviens à sortir du courant. Je monte maintenant verticalement, jusqu'à toucher un plafond de pierre. Je cherche dans toutes les directions pour trouver l'ouverture carrée. (*)

J'y suis arrivé. Je passe par l'orifice. Je décroche maintenant l'ancre de son piège, puis je monte dessus et secoue la chaîne pour avertir mes camarades.

De là-haut, on hisse l'ancre dont je suis passager. Lentement l'espace aquatique s'illumine tandis que j'observe un fascinant arc-en-ciel d'êtres sous-marins.

J'émerge. Je lâche la chaîne et, m'agrippant à l'échelle du bateau, je monte sous les bravos et les plaisanteries de mes amis. (*)

V. LA MONTEE

Il fait jour. J'entre dans une maison. Je commence lentement à monter des marches. J'arrive au premier étage. Je continue de monter. Je suis sur la terrasse.

Je vois un escalier métallique en colimaçon. Il n'a pas de rampe de protection. Je dois monter pour arriver au réservoir d'eau. Je le fais tranquillement.

Je suis sur le réservoir. Sa base est étroite. Toute la structure bouge sous les rafales de vent. Je suis debout. (*)

Je m'approche du bord. Je vois, en dessous, la terrasse de la maison. Je me sens attiré par le vide, mais je me ressaisis et continue à regarder. Je promène mon regard sur le paysage. (*)

Au dessus de moi se trouve un hélicoptère, d'où quelqu'un fait descendre une échelle de corde. Les barreaux sont en bois. Je prends l'échelle et pose les deux pieds sur le dernier barreau. L'appareil s'élève lentement. Là-bas, en dessous, le réservoir d'eau paraît de plus en plus petit. (*)

Je monte à l'échelle pour arriver jusqu'à la portière. J'essaie de l'ouvrir mais elle est verrouillée. Je regarde vers le bas. (*)

Quelqu'un fait coulisser la porte métallique. Un jeune pilote me tend la main. J'entre. Nous nous élevons rapidement.

Quelqu'un annonce une défaillance dans le moteur. Peu après, j'entends un bruit d'engrenages cassés.

L'hélice de sustentation s'est enrayée. Nous commençons à perdre de l'altitude de plus en plus vite.

On distribue des parachutes. Les deux hommes d'équipage sautent dans le vide. Je suis sur le bord tandis que la chute devient vertigineuse.

Je me décide et je saute. Je suis en train de tomber de face. L'accélération m'empêche de respirer. Je tire sur un anneau et le parachute se déploie vers le haut comme un grand drap. Je ressens une forte secousse, puis un rebond: j'ai freiné ma chute.

Je dois atteindre le réservoir d'eau, sinon je vais tomber sur les câbles à haute tension ou sur les pins, dont les pointes m'attendent, telles des aiguilles effilées. Je manœuvre en tirant sur les cordes. Heureusement, le vent m'aide. (*)

Je tombe sur le réservoir et je roule jusqu'au bord. Le parachute m'enveloppe. Je m'en débarrasse et le vois tomber de façon désordonnée.

Je suis de nouveau debout. Très lentement, je commence à descendre l'escalier en colimaçon.

J'arrive à la terrasse, et descends ensuite jusqu'au premier étage.

Je continue à descendre jusqu'à une pièce... sans me presser.

Je suis au rez-de-chaussée de la maison. Je vais jusqu'à la porte, je l'ouvre et je sors.

VI. LES DEGUISEMENTS

Je suis nu dans un camp de nudistes. Je sens que des personnes de sexe et d'âge différents m'observent avec attention.

Quelqu'un me dit que les gens m'étudient parce qu'ils ont remarqué que j'avais des problèmes. Il me recommande de couvrir mon corps. Je mets donc une casquette et des chaussures. Immédiatement, les nudistes se désintéressent de moi.

Je finis de m'habiller et sors du camp... je dois vite arriver à la fête.

J'entre dans une maison. Dans le vestibule, un petit-maître me dit que pour entrer au salon, je dois me vêtir de façon appropriée, car il s'agit d'un bal costumé. Il m'indique un côté de la pièce où je vois un vestiaire rempli de vêtements et de masques insolites. Je commence à choisir minutieusement.

Devant un ensemble de miroirs disposés en angle, j'essaie des déguisements et des masques. Je peux me voir sous différents angles. J'essaie le costume et le masque qui me vont le moins bien. (*)

J'ai maintenant trouvé le déguisement et le masque qui me vont le mieux. Je m'observe sous toutes les coutures. Chaque détail imparfait est immédiatement modifié jusqu'à ce que tout tombe merveilleusement bien. (*)

Rayonnant, j'entre dans le grand salon où se déroule la fête.

Il y a beaucoup de monde; tous sont déguisés.

Un silence se fait et tous applaudissent la perfection du modèle que je porte. Ils me font monter sur une estrade et me demandent de danser et de chanter. Je le fais. (*)

Le public me demande maintenant de retirer mon masque et de répéter l'opération. M'apprêtant à le faire, je me rends compte que je porte cet ensemble désagréable que j'ai tout d'abord essayé. Pour comble de malchance, je suis à visage découvert. Je me sens ridicule et monstrueux. Toutefois, je chante et danse face au public, assimilant les moqueries et les sifflets de réprobation. (*)

Un mousquetaire imprudent saute sur l'estrade et me pousse en m'injuriant. Je commence alors à me transformer en animal, sous ses yeux déconcertés.

Je continue à me transformer, mais toujours en conservant mon propre visage: je suis d'abord un chien, puis un oiseau, et enfin un gros crapaud. (*)

Une tour de jeu d'échecs s'approche de moi et me dit: «Vous devriez avoir honte... faire ainsi peur aux enfants!» Après quoi je reviens à mon état normal, vêtu de mes habits de tous les jours.

Je commence à rapetisser lentement. J'ai maintenant la taille d'un petit enfant.

Je descends de l'estrade et vois les gens déguisés, immenses, qui m'observent d'en haut. Je continue à rapetisser. (*)

Une femme crie de façon hystérique, disant que je suis un insecte. Elle s'apprête à m'écraser du pied, mais je me réduis à une taille microscopique. (*)

Rapidement, je retrouve la taille d'un enfant. Puis mon apparence normale. Puis je continue à grandir, devant l'assemblée qui court dans tous les sens.

Ma tête touche le plafond. J'observe tout d'en haut. (*)

Je reconnais la femme qui voulait m'écraser. Je l'attrape d'une main et la dépose sur l'estrade alors qu'elle crie de façon hystérique.

Recouvrant ma taille normale, je m'apprête à quitter la fête.

En arrivant dans le vestibule, je vois un miroir qui déforme complètement mon aspect. Alors j'en frotte la surface jusqu'à ce qu'il me renvoie la belle image que j'ai toujours voulu avoir. (*)

Je salue le blanc-bec de l'entrée et sors tranquillement de la maison.

VII. LES NUAGES

En pleine obscurité, j'entends une voix qui dit: «Il n'y avait alors ni l'existant ni le non-existant; il n'y avait ni air, ni ciel, et les ténèbres planaient au-dessus de l'abîme. Il n'y avait pas d'êtres humains, ni le moindre animal; oiseau, poisson, crabe, bois, pierre, caverne, ravin, herbe, forêt. Il n'y avait ni galaxies ni atomes... Il n'y avait pas non plus là-bas de supermarchés. C'est alors que tu es né, toi, et commencèrent le son et la lumière, la chaleur et le froid, l'âpreté et la douceur.»

La voix se tait et je remarque que je suis en train de monter un escalier mécanique, dans un immense supermarché.

J'ai traversé plusieurs étages et maintenant, je vois s'ouvrir le toit de l'immeuble et l'escalier continue à me transporter lentement et confortablement vers un ciel dégagé.

Je vois tout en bas l'immeuble minuscule. L'atmosphère est d'un bleu profond. Je sens avec plaisir mes vêtements ondoyer sous la brise. J'inspire l'air paisiblement.

En traversant une douce couche de vapeur, je trouve une mer de nuages très blancs.

L'escalier se courbe et s'aplatit à tel point que je peux marcher comme sur un sentier. En avançant, je constate que je suis en train de marcher sur un sol de nuages.

Mes pas sont très harmonieux. Je peux sauter de grandes distances, car la gravité est très faible. J'en profite pour faire des pirouettes, tombant sur le dos et rebondissant de nouveau vers le haut comme si un grand matelas élastique me projetait à chaque fois. Mes mouvements sont lents, et ma liberté d'action est

totale. (*)

J'entends la voix d'une ancienne amie qui me salue. Je la vois ensuite s'approcher en une course magnifique. Nous nous heurtons dans une accolade, nous roulons et rebondissons plusieurs fois, effectuant toutes sortes de figures, riant et chantant. (*)

Finalement, nous nous asseyons. Elle sort alors de ses vêtements une canne à pêche, qu'elle déploie. Elle prépare l'attirail mais au lieu de l'hameçon, elle accroche un aimant en forme de fer à cheval. Puis elle commence à manœuvrer le moulinet, et l'aimant traverse le sol de nuages...

Après un moment, la canne commence à vibrer et elle crie: «Nous avons une bonne prise!» Immédiatement, elle commence à faire remonter la ligne, jusqu'à ce qu'émerge un grand plateau, accroché à l'aimant. Il est garni de toute sortes d'aliments et de boissons. L'ensemble est soigneusement décoré. Mon amie dépose le plateau et nous nous préparons au grand festin.

Tout ce que je goûte a une saveur exquise. Le plus surprenant est que les plats ne diminuent pas. Du moins, d'autres apparaissent pour les remplacer, rien qu'en le désirant, de sorte que je me mets à choisir ceux que j'ai toujours voulu manger et les consomme avec une grande délectation. (*)

Maintenant rassasiés, nous nous allongeons sur le dos sur le matelas moelleux des nuages, obtenant une formidable sensation de bien-être. (*)

Je sens mon corps cotonneux et tiède, totalement détendu, alors que de douces pensées me viennent à l'esprit. (*)

Je constate que je n'éprouve ni hâte, ni inquiétude, ni aucun désir, comme si j'avais tout le temps du monde pour moi. (*)

Dans cet état de plénitude et de bien-être, j'essaie de penser aux problèmes que j'avais dans ma vie quotidienne et j'expérimente que je peux les aborder sans tension superflue, de sorte que les solutions m'apparaissent dépassionnées et claires. (*)

C'est alors que j'entends mon amie dire: «Nous devons repartir.»

Je me redresse et, faisant quelques pas, je sens que je suis sur l'escalier mécanique. Doucement, celui-ci s'incline vers le bas et pénètre le sol de nuages. Je sens une fine vapeur en commençant la descente vers la terre.

Je m'approche de l'immeuble en haut duquel pénètre l'escalier mécanique.

Je descends les différents étages du supermarché. Je vois de tous côtés des gens préoccupés qui font leurs achats.

Je ferme les yeux et entends une voix qui dit: «Il n'y avait alors ni peur, ni inquiétude, ni désir, parce que le temps n'existait pas.» (*)

VIII. AVANCEES ET RECULS

Dans une pièce bien éclairée, je fais quelques pas et ouvre une porte. J'avance lentement dans un couloir. J'entre par une nouvelle porte à droite, et trouve un autre couloir. J'avance. Une porte à gauche. J'entre et j'avance. Une nouvelle porte à gauche. J'entre et j'avance. Nouvelle porte à gauche, j'entre et j'avance.

Je reviens lentement par le même chemin jusqu'à me retrouver dans la première pièce. (*)

Sur la droite de la pièce se trouve une grande baie vitrée qui donne sur un jardin. Je fais glisser la baie. Je sors. Par terre, est disposé un appareil qui tend un fil d'acier et le maintient suspendu tout près du sol. Le fil suit des lignes capricieuses. Je monte en équilibre sur le fil. Je commence par faire un pas. Puis un autre. Je me déplace suivant les courbes et les lignes droites. Je le fais sans difficulté.

A reculons, j'effectue à présent le chemin inverse jusqu'au point de départ. (*)

Je descends du fil.

Je retourne dans la pièce. Je vois un miroir de ma taille. Je m'en approche lentement tout en observant mon image qui, comme il se doit, vient à ma rencontre. J'avance jusqu'à toucher la glace. Ensuite, je recule en regardant s'éloigner mon image.

Je m'approche de nouveau jusqu'à toucher la glace, mais découvre que mon image recule et finit par disparaître. Je la vois maintenant revenir à reculons. Elle s'arrête avant d'arriver à la glace, tourne sur ses talons et avance vers moi.

Je sors dans une cour pavée de grandes dalles. Au centre se trouve un canapé, placé précisément sur une dalle noire. Toutes les autres dalles sont blanches. On m'explique que le siège a la vertu de se déplacer toujours en ligne droite et dans toutes les directions, mais sans changer d'orientation. Je m'y assois et dis: «Trois dalles en avant.» Le siège se place alors à l'endroit indiqué.

Quatre à droite. Deux en arrière. Deux à gauche. Une en arrière. Deux à gauche, pour finir sur la dalle noire.

A présent: trois en arrière. Une à droite. Une en arrière. Quatre à droite. Quatre en avant. Cinq à gauche, et arrivée à destination.

Enfin: trois à gauche. Deux en arrière. Une en avant. Deux à droite. Trois en arrière. Une à droite. Quatre en avant, pour terminer sur la dalle indiquée.

Je me lève et sors de la maison. Je suis debout au milieu d'une grande route. Aucun véhicule n'y circule. Droit devant moi, je vois s'approcher une personne que j'aime beaucoup. Elle est arrivée si près de moi qu'elle me touche presque. (*)

Maintenant elle recule et s'éloigne de plus en plus, jusqu'à disparaître. (*)

Je vois s'approcher une personne qui provoque en moi un profond déplaisir. Elle est arrivée très près de moi. (*)

Maintenant elle recule et s'éloigne de plus en plus, jusqu'à disparaître. (*)

Je suis là, assis. Je me souviens d'une scène extrêmement difficile dans laquelle je suis face à d'autres personnes. Progressivement, je m'éloigne d'elles. (*)

Je me rappelle une scène dans laquelle je me vois participer avec grand plaisir. Je m'en éloigne peu à peu. (*)

IX. LE MINEUR

Il y a des gens autour de moi. Nous sommes tous habillés en mineurs. Nous attendons l'arrivée du monte-charge. Il est très tôt. Une fine bruine tombe d'un ciel de plomb. J'aperçois au loin le reflet noir de l'usine resplendissant sur les hauts fourneaux. Les cheminées vomissent le feu. La fumée s'élève en colonnes denses.

Au milieu du rythme lent et lointain des machines, je distingue le sifflement aigu d'une sirène qui signale le changement d'équipe.

Je vois monter lentement le monte-charge, qui finit par s'arrêter à mes pieds avec une forte vibration.

Nous avançons pour prendre place sur la plaque métallique. Une grille coulissante se ferme et nous commençons à descendre lentement, dans le murmure des commentaires.

La lumière du monte-charge me permet de voir la paroi rocheuse qui passe très près.

A mesure que nous descendons, la température augmente et l'air devient vicié.

Nous nous arrêtons en face d'une galerie. La plupart des occupants du monte-charge descendent. La grille coulissante se referme. Nous ne sommes plus que quatre ou cinq mineurs. Nous continuons à descendre jusqu'à nous arrêter à une autre galerie. Les autres occupants descendent. Je reste seul et reprends la descente.

Enfin, la plaque s'arrête avec fracas. Je pousse la grille et j'avance pour m'introduire dans une cavité faiblement éclairée. J'entends remonter le monte-charge.

Devant moi, sur les rails, se trouve le chariot. J'y monte, lance le moteur, et avance lentement dans le tunnel.

J'arrête le véhicule au bout des voies. Je descends et commence à décharger les outils. J'allume la lampe de mon casque.

J'entends de lointains échos, comme ceux de trépons et de marteaux hydrauliques... mais je perçois aussi une faible voix humaine qui lance des appels étouffés. Je sais bien ce que cela veut dire! Je laisse tomber les outils et mets quelques cordes en bandoulière. Je prends un pic et avance résolument dans le tunnel, qui se fait de plus en plus étroit. L'éclairage électrique est loin derrière. Je me guide uniquement grâce à la lampe de mon casque. De temps à autre, je m'arrête pour écouter d'où vient la plainte.

Je parviens, replié sur moi-même, au fond du tunnel. Devant moi, dans l'excavation récente, la galerie se termine. Le matériel épars m'indique que le toit s'est effondré. Au milieu des roches et des poutres de bois brisées coule de l'eau. Le sol s'est transformé en borbier, dans lequel s'enfoncent mes bottes.

Je remue plusieurs pierres à l'aide du pic. Peu après, un trou horizontal s'est dégagé. Tout en calculant comment m'y glisser, je perçois nettement les gémissements... Le mineur coincé se trouve certainement à peu de mètres de distance.

J'introduis le manche du pic entre de solides rochers et j'y attache un bout de la corde, enroulant l'autre extrémité autour de ma taille. J'ajuste le tout avec une boucle métallique.

Je m'immerge dans la cavité avec difficulté. En rampant sur les coudes, j'avance par une descente prononcée. Je vois, à la lumière du casque, que le conduit se rétrécit jusqu'à se fermer. La chaleur humide est suffocante, la respiration difficile. (*)

Une boue épaisse coule et atteint mes pieds. Elle recouvre peu à peu mes jambes et se glisse en collant sous ma poitrine. Je me rends compte que mon espace réduit ne va pas tarder à être rempli de boue.

J'exerce une pression vers le haut, mais mon dos est collé à la roche. J'essaie de reculer... ce n'est déjà plus possible. La voix plaintive est tout près de moi. (*)

Je crie de toutes mes forces et le sol cède en m'entraînant dans son éboulement...

Une forte secousse à la taille, et ma chute s'arrête subitement. Je me retrouve suspendu à la corde comme un absurde pendule de glaise.

Ma course s'est arrêtée très près d'un sol recouvert de tapis. Je vois maintenant une salle élégante fortement éclairée dans laquelle j'aperçois une sorte de laboratoire ainsi que de gigantesques bibliothèques. Mais l'urgence de la situation me pousse à m'occuper de sortir de là.

De la main gauche, j'ajuste la corde tendue et de l'autre, je libère la boucle qui l'attache à ma taille. Après quoi je tombe doucement sur le tapis.

«Quelles manières, mon ami... Quelles manières!» dit une voix aiguë. Je me retourne et reste paralysé.

Face à moi, se trouve un petit homme d'environ soixante centimètres de haut. Hormis ses oreilles légèrement pointues, il semble très bien proportionné. Il est vêtu de couleurs gaies mais dans le style

reconnaissable des mineurs.

Je me sens mi-ridicule, mi-désolé, lorsqu'il m'offre un cocktail. De toutes façons, je me reconforte en le buvant sans sourciller.

Le petit homme joint ses mains et les porte à la bouche en porte-voix. Il émet ensuite le gémissement que je reconnais si bien. A cet instant, monte en moi une très grande indignation. Je lui demande ce que signifie cette plaisanterie et il me répond que grâce à elle, ma digestion devrait à l'avenir s'améliorer. (*)

Le personnage poursuit en expliquant que la corde, qui a comprimé la ceinture et l'abdomen lors de la chute, a fait un très bon travail, de même que mon parcours sur les coudes dans le tunnel. Pour finir ses étranges commentaires, il me demande si la phrase «vous vous trouvez dans les entrailles de la terre» a quelque signification pour moi.

Je réponds que c'est là une manière imagée de dire les choses mais il réplique que, dans ce cas précis, il s'agit d'une grande vérité. Il ajoute alors: «Vous êtes dans vos propres entrailles. Lorsque quelque chose va mal dans les viscères, les gens s'égarer dans des pensées altérées. A leur tour, les pensées négatives font du tort aux viscères. Donc, dorénavant, vous y veillerez. Si vous ne le faites pas, je me mettrai à marcher et vous sentirez de forts chatouillements et toutes sortes de malaises internes... J'ai quelques collègues qui s'occupent d'autres parties, telles que les poumons, le cœur, etc.»

Ceci dit, le petit homme commence à marcher sur les murs et le plafond et, simultanément je ressens des tensions dans la zone abdominale, au foie et dans les reins. (*)

Ensuite, il m'asperge d'eau avec une lance d'or, m'ôtant soigneusement la boue. A l'instant, je suis sec. Je m'étends sur un grand canapé et commence à me détendre. Le petit homme me passe de façon rythmée un petit balai sur l'abdomen et la taille, ce qui me procure une détente notable de ces zones. Je comprends que lorsque les malaises de mon estomac, de mon foie ou de mes reins s'allègent, mes idées et mes sentiments changent. (*)

Je perçois une vibration et remarque que je m'élève. Je suis dans le monte-charge, qui remonte à la surface de la terre.

C NOTES

1. Sur toute l'œuvre

Ces notes et ces commentaires sont fondés sur les notes que l'auteur a ajoutées à la version originale.

Tout ce matériel m'a été fourni sous forme de disquette d'ordinateur.

L'Avertissement du début du livre ainsi que mes opinions personnelles ont été revus et approuvés par l'auteur.

Quant au schéma selon lequel les Expériences guidées sont construites, on peut remarquer: 1) introduction et pose du décors; 2) augmentation de la tension; 3) représentation de noyaux psychologiques problématiques; 4) dénouement (ou options de solutions aux noyaux-problème); 5) diminution de la tension; 6) sortie non abrupte, généralement en re-parcourant les étapes antérieures. Cette dernière étape permet d'obtenir une sorte de synthèse de toute l'Expérience.

Les astérisques sont censés agir comme des pauses où placer nos propres images. Ainsi, une lecture lente est recommandée si l'on souhaite réellement participer à l'élaboration de l'Expérience.

2. Sur la première partie

I. L'enfant

Le tableau par lequel on pénètre dans le parc d'attraction est inspiré de la première carte du *Tarot*. Il s'agit de l'image d'un joueur, depuis toujours associée à l'inversion de la réalité, à l'escamotage, à l'illusion. De la famille du prestidigitateur, il ouvre un filon d'irrationalité qui permet d'entrer dans cette dimension merveilleuse propice aux souvenirs de l'enfance.

II. L'ennemi

La "paralyse" qui domine une bonne partie du récit, permet de recréer des situations dans lesquelles beaucoup d'émotions perdent de leur charge par le simple fait de rendre plus lente la dynamique de l'image. Il est ainsi possible d'engendrer un climat de réconciliation, d'autant plus que celui qui "pardonne" se trouve dans une situation de supériorité par rapport à celui qui, dans le passé, a eu l'initiative: "l'offenseur".

III. La grande erreur

La scène des pompiers, vus comme agents et exécutants de la justice, est inspirée de *Fahrenheit 451* de Ray Bradbury. En l'occurrence, cette image contraste avec la peine de mort par la soif dans le désert. La même idée permet de développer l'absurde d'un jugement où l'accusé, au lieu de se décharger de sa culpabilité

supposée, se “charge” la bouche avec une gorgée d'eau. Quand le Secrétaire conclut: «Ce que j'ai dit, je l'ai dit!», il ne fait que répéter les paroles de Ponce Pilate, nous rappelant un autre jugement surréaliste. Les Vieillards qui personnifient les heures sont inspirés de l'*Apocalypse* de David Herbert Lawrence. Le thème des lunettes qui inversent est très connu en psychologie expérimentale et a été cité, entre autres, par Maurice Merleau-Ponty dans *La structure du comportement*.

V. Le couple idéal

L'image du géant s'inspire du *Gargantua* et du *Pantagruel* de Rabelais. La chanson rappelle les fêtes basques et les chansons avec lesquelles défilent “les géants et les nains”.

L'image holographique rappelle les projections de “*Les enfants d'Icare; la cité des astres*” d'Arthur Charles Clarke.

Toute la question de la recherche et de l'allusion à “ne regarde pas en arrière” s'appuie sur le mythe d'Orphée et d'Eurydice dans l'Hadès.

VI. Le ressentiment

L'argument est traité dans un contexte classique, même si la description de la ville rappelle Venise ou peut-être Amsterdam.

Le récit du premier chœur est une modification de l'hymne orphique à Thanatos qui dit:

«Ecoute-moi, ô Thanatos, dont l'empire illimité atteint en tous lieux tous les êtres mortels! De toi dépend le délai consenti à notre âge, que ton absence prolonge et que ta présence termine. Ton sommeil perpétuel anéantit les multitudes vivantes et dont l'âme gravite par attraction vers le corps que tous possèdent, indépendamment de leur âge et de leur sexe, car nul n'échappe à ton puissant élan destructeur.»

Le récitatif du second chœur s'inspire de l'hymne de Mnémosine qui dit:

«Tu as le pouvoir d'éveiller celui qui dort en unissant le cœur et la tête, en délivrant le mental du vide, en lui redonnant vigueur et en le stimulant, en éloignant les ténèbres du regard intérieur et de l'oubli.»

Quant au dialogue avec le spectre, celui-ci termine par:

*«... Je te quitte à présent:
Déjà le ver luisant fait présager l'aurore
Car son feu pâlisant a perdu de sa force.
Adieu, adieu, adieu, et souviens-toi de moi!»*

C'est textuellement la scène 5 de l'acte I d'*Hamlet* de Shakespeare, où l'ombre du père révèle au prince les noms de ceux qui l'ont empoisonné.

La barque, qui est également un carrosse funèbre, rappelle la racine du mot *carnaval* (*carrus navalis*). Ces carrosses noirs, parfois décorés de grandes coquilles d'huître ou de coquillages, qui transportent le cercueil et sont souvent couverts de fleurs, rappellent le voyage aquatique. Le jeu de fleurs et d'eau des *lupercales* romaines ont la même origine. Il s'agit ici de déguisements et de mutations où, à la fin du récit, le sombre Charon qui revient de l'île des morts, se transforme en un jeune conducteur de hors-bord.

Ce conte est un jeu d'images très riche est très complexe dont chaque élément demande une étude particulière: la mer immobile, la barque suspendue au-dessus de l'eau, le châte qui brûle, les chœurs, les cyprès (qui, dans les îles grecques et les cimetières, créent une atmosphère), etc.

VII. La protectrice de la vie

Elle s'inspire de la carte 21 du Tarot. Sur les cartes du jeu de tarots apparaît l'image la plus proche de celle de l'expérience, ce qui n'est pas le cas dans le premier recueil de Court de Gébelin ou du *Tarot des Bohémiens* ou enfin du pseudo *Tarot égyptien*. Au sujet de “*l'Anima Mundi*” (appelée “le monde” dans le Tarot), on trouve une gravure très représentative dans le livre de Fludd “*Utriusque Cosmi Maioris*”, publié en 1617. Carl Gustav Jung fait également allusion à ce personnage dans ses *Métamorphoses et symboles de la libido*. A leur tour, les religions ne cessent de s'intéresser à ces vierges des grottes. En ce sens, la protectrice de la vie est une vierge des grottes, à laquelle s'ajoutent quelques éléments du paganisme grec, tels que la couronne de fleurs et les chevreuils qui lui lèchent la main, rappelant *Artémis* ou son équivalent latin, *Diane*. Il suffirait de changer sa couronne en une couronne d'étoiles ou de poser ses pieds sur une demi-lune pour être en présence d'une vierge des grottes, mais qui appartiendrait cette fois au patrimoine des nouvelles religions qui ont supplanté le paganisme.

L'atmosphère du récit est tropicale, ce qui contribue à faire ressortir l'étrangeté de la situation. La qualité de l'eau que boit le protagoniste nous ramène à l'élixir de jeunesse. Tous ces éléments combinés servent le même objectif: louer la réconciliation avec son propre corps.

VIII. L'action salvatrice

La détérioration générale de l'argument a été obtenue en faisant ressortir l'imprécision du temps («Je ne sais pas vraiment si c'est l'aube ou le crépuscule»); en confrontant des espaces («Je vois que le colosse se

trouve à la frontière entre deux espaces: celui d'où je viens, rocailleux et désolé et un autre, plein de végétation et de vie.»); en éliminant toute possibilité de connexion avec d'autres personnes ou en introduisant une confusion des langues digne de Babel («Je demande à mon compagnon ce qui se passe. Il me regarde furtivement et répond dans une langue étrange: "Rex voluntas!"»); enfin, en laissant le protagoniste à la merci de forces incontrôlables (chaleur, tremblements de terre, étranges phénomènes astronomiques, eau contaminée, climat de guerre, géant armé, etc.).

Grâce aux ressources mentionnées, le sujet, en sortant de cet espace-temps chaotique, peut réfléchir sur des aspects moins catastrophiques de sa vie et faire des propositions d'une certaine solidité pour l'avenir.

Les quatre nuages menaçants sont en coprésence avec l'Apocalypse de Jean de Patmos (6.2 à 6.9):

«Et je vis, et voici un cheval blanc, et le Venu s'asseoir sur lui tenant un arc; et il lui fut donné une couronne et il partit en vainqueur et pour vaincre.

«Et lorsqu'il ouvrit le second sceau, j'entendis le second Vivant dire "Viens!" Et partit un autre cheval, rouge feu, et le Venu s'asseoir sur lui il lui fut donné d'enlever la paix de la terre et que l'on s'égorgeât mutuellement, et il lui fut donné un grand coutelas.

«Et lorsqu'il ouvrit le troisième sceau, j'entendis le troisième Vivant dire: "Viens!" Et je vis, et voici un cheval noir, et le Venu s'asseoir sur lui tenant une balance dans sa main [...].

«Et lorsqu'il ouvrit le quatrième sceau, j'entendis une voix, du quatrième Vivant qui disait: "Viens!" Et je vis, et voici un cheval verdâtre, et l'Assis à cheval sur lui, son nom était la mort, et avec elle suivait l'hadès.»

IX. Les faux espoirs

L'Expérience débute avec des éléments de la *Divine Comédie* de Dante. Ainsi, sur le linteau de la célèbre porte, Dante et Virgile lisent:

*«Par moi on va dans la cité dolente,
par moi on va dans l'éternelle douleur,
par moi on va parmi la gent perdue.
Justice a mû mon souverain auteur,
me firent la divine puissance
la suprême sagesse et le premier amour.
Avant moi ne furent choses créées
sinon éternelles, et moi, éternelle, je dure:
vous qui entrez, laissez toute espérance!»*

XI. Le voyage

Le déplacement rapide de la bulle rappelle le voyage si magnifiquement narré par William Olaf Stapledon dans *Créateur d'étoiles*. La description de l'effet Doppler – le changement de couleur des étoiles sous l'action de la vitesse – est dissimulé, dans cette Expérience guidée, sous les phrases: «Je sens que la vitesse augmente. Les étoiles limpides changent de couleur, jusqu'à disparaître dans l'obscurité totale».

Voici une considération étonnante: «Comme sous l'impulsion d'un grand élastique, nous partons tout droit. Je crois que nous allons dans la direction de bêta Hydrae, ou peut-être vers NGC 3621 (?). Le contexte nous laisse à supposer que la bulle monte en ligne droite. Mais pourquoi indiquer ces directions cosmiques? Si au moment de la description, le soleil se couche («Du côté de l'abîme, il fait nuit. Du côté de la plaine, les derniers rayons du soleil se perdent en de multiples tonalités.»), il suffira de savoir à quelle heure locale se produit l'événement. Sachant que cette œuvre a été écrite au milieu des années 80 (c'est-à-dire, en prenant comme jour central le 30 juin) et que le lieu où elle a été créée se trouve à 69 degrés de longitude ouest et 33 degrés de latitude sud, l'heure locale (retardée de 4 heures par rapport à l'heure GMT) correspond à 19 heures. A cette heure-là, le point d'élévation à 90 degrés (c'est-à-dire celui qui surplombait la bulle et vers lequel elle se dirigeait en ligne droite) nous montre un ciel qui, entre la constellation australe de la Croix du Sud et celle du Corbeau, non loin d'Antlia, peut très bien représenter différents objets célestes. Parmi ceux-ci, bêta Hydrae et NGC 3621 sont justement les plus visibles. Mais l'auteur ne se prononce pas, car la première est à 125° 28' d'azimut ouest, 87° 35' d'élévation, 11h52.0 d'ascension rectiligne et 34° 52' de déclinaison, alors que la seconde est à 92° 08' ouest, 80° 43', 11h17.3 et 32° 52'. Si on veut être précis, la bulle devrait se diriger vers bêta Hydrae (n° 103 192 du catalogue de Draper, magnitude 4,3, classe spectrale B9 variable, et à 326 années-lumière de distance). Par contre, NGC 3621 (galaxie spirale à 16 millions d'années-lumière) serait sensiblement plus décalée. Je crois que l'hésitation de l'auteur réside dans le fait que NGC 3621 est plus beau. Pourquoi ne pas le choisir comme destination? Avec toutes les étrangetés que présentent les *Expériences guidées*, cette liberté astronomique ne serait pas mal perçue.

Quant au corps en mouvement, il est dit: «J'avance encore jusqu'à parvenir à une surface plane au centre de laquelle je vois un grand objet mobile, impossible à cerner du regard, car quelle que soit la direction suivie à sa surface, celle-ci finit par s'enrouler à l'intérieur du corps. Ça me donne des vertiges; je détourne le regard.» La description évoque sans doute certaines constructions topographiques de la Géométrie moderne qui ont été concrétisées par des objets "enveloppants". En mettant en mouvement ce type de

corps, l'auteur produit un effet déconcertant. Souvenons-nous, pour nous rapprocher de l'idée centrale, de la gravure sur bois (imprimée en quatre planches) du *Ruban de Möbius* de M.C. Escher: cette œuvre, quoique statique, nous donne la sensation d'une surface paradoxale et d'une perception paradoxale. Robert Hofstadter, dans son *Gödel, Escher, Bach*, explique:

«Le concept de Boucle Etrange contient implicitement le concept d'infini, car qu'est-ce qu'une boucle si ce n'est une forme de représentation d'un processus infini d'une façon finie? L'infini joue justement un rôle important dans les dessins d'Escher. Des copies d'un thème unique sont souvent assemblées les unes aux autres, formant des réalisations graphiques comparables aux canons de Bach.»

En ce sens, l'objet de l'Expérience guidée serait "une boucle en mouvement".

XII. Le festival

Dans *Le ciel et l'enfer*, Aldous Huxley écrit:

«Pour la plupart d'entre nous la plupart du temps, le monde de l'expérience quotidienne paraît quelque peu ténu et grisâtre. Mais pour quelques personnes souvent, et pour un assez grand nombre occasionnellement, un peu de l'éclat de l'expérience visionnaire déborde, en quelque sorte, dans la vision commune, et l'univers quotidien est transfiguré.»

Le point de vue d'un psychologue qui a approfondi cette Expérience (en la méditant tandis qu'une autre personne la lisait à voix haute), fut le suivant: «J'ai vu qu'il était possible d'induire un état de "perception ouverte" sans avoir recours à des drogues ni à d'autres procédés plus ou moins dissociateurs (je pense aux pratiques de surveillance, au jeûne, aux régimes alimentaires à basses calories, à la respiration forcée, à l'enfermement et à l'immobilité dans l'obscurité, à la transe expérimentale ou religieuse, etc.). Cela représente pour moi un grand progrès du fait de son caractère inoffensif et des possibilités qu'il offre au chercheur sur les états de conscience singuliers. Mais en plus, du point de vue de la pratique professionnelle, ne pourrait-on pas utiliser les *Expériences guidées* comme des outils thérapeutiques? Et, même si vous m'expliquez qu'elles ne sont pas conçues dans ce but, je maintiens qu'on ne devrait pas passer à côté d'une telle opportunité. De plus, du point de vue de la psychologie sociale, on pourrait peut-être orienter un grand nombre de personnes qui ont recours aux panacées de la drogue et de l'alcool. Ce sont des inquiétudes que j'expose. En ce qui me concerne, ce matériel m'ouvre un champ d'étude que je n'aurais pas pris en considération il y a seulement quelques heures. C'est peut-être dû au fait que j'ai été fortement marqué par cette Expérience.»

3. Sur la seconde partie

VI. Les déguisements

Nombreux sont les éléments qui rappellent *Alice aux pays des merveilles* et *De l'autre côté du miroir* de Lewis Carroll. Rappelons les expansions et réductions de ce passage:

«Ma foi! je vais le manger – se dit Alice; s'il me fait grandir, je pourrai atteindre la clé; et s'il me fait rapetisser, je pourrai me glisser sous la porte; donc, de toute façon, je pénétrerai dans le jardin, et, ensuite, advienne que pourra!

«Elle mangea un petit morceau de gâteau et se demanda avec inquiétude: "Dans quel sens? Dans quel sens?" en tenant sa main posée sur sa tête pour savoir si elle grandissait ou rapetissait.»

Et dans cet autre extrait, les métamorphoses spatiales:

«Faisons semblant d'avoir rendu le verre inconsistant comme de la gaze et de pouvoir passer à travers celui-ci. Mais, ma parole, voici qu'il se change en une sorte de brouillard! Cela va être un jeu d'enfant que de le traverser...»

Dans *Le Seigneur des Anneaux* de J.R.R. Tolkien, nous trouvons également les modifications des images dans le miroir magique, comme cela se produit dans presque toute la mythologie universelle. Quant aux transformations de l'être humain en animal, une ligne ininterrompue relie les plus anciennes traditions à la *Métamorphose* de Franz Kafka. Ces thèmes sont donc largement connus et pourtant, l'Expérience se révèle extrêmement originale. Quant à nous, nous croyons, comme dans *Phèdre* de Platon, que «*les meilleures écrits ne servent en réalité qu'à réveiller les souvenirs de ceux qui savent déjà.*»

VII. Les nuages

Ce récit porte le même nom que la comédie qu'Aristophane fit représenter en 424 avant J.C. Toute l'Expérience est sous-tendue d'un ton joyeux et moqueur en hommage à l'intention de l'œuvre grecque. La voix que l'on entend au début regroupe en une même explication les *genèses* de trois œuvres importantes. Ainsi, l'hymne de la création du Rig-veda nous dit: «*il n'y avait alors ni l'existant ni le non-existant; il n'y avait ni royaume de l'air ni royaume du ciel, au delà de lui.*» Quant à «*... Les ténèbres étaient en face de l'abîme*» c'est textuellement extrait du premier livre de Moïse (*Genèse 1,2*). A propos de «*... Il n'y avait ni êtres humains, ni un seul oiseau, poisson, crabe, bois, pierre, caverne, ravin, herbe, forêt.*» cela fait

référence au *Popol-Vuh* (livre du Conseil des Indiens Quichés, traduit d'après le manuscrit trouvé à Chichicastenango). Cet autre passage, selon lequel «il n'y avait ni galaxies ni atomes», nous renvoie au journalisme actuel commentant la théorie du Big-Bang. Enfin, pour: «... Il n'y avait pas non plus de supermarchés», il s'agit, (selon la note même de l'auteur) de l'explication donnée par une fillette de quatre ans. L'anecdote est la suivante:

«– Dis-moi, Nancy, comment était-ce avant que le monde ne commence? – Il n'y avait pas de papas ni de mamans, répondit la petite; il n'y avait pas de supermarchés non plus.»

IX. Le mineur

Le petit homme de la mine est un gnome, personnage des profondeurs très répandu dans les légendes et les contes européens. Tel que c'est traité dans cette expérience, c'est une allégorie qui correspond à la traduction en image visuelle d'impulsions cénesthésiques viscérales.