

# Heures privilégiées de la vie

Il y a quelques années une femme aux abords de la quarantaine me narra sa vie au cours d'un traitement qu'elle suivait chez moi. A la fin du troisième rendez-vous, je retins de son récit un événement survenu dans son enfance, apparemment sans grande importance.

- Dites-moi, madame, au cours de notre premier entretien, vous m'avez raconté vous être trouvée, une fois dans une église avec votre mère. « La manière dont la lumière traversait les vitraux était extraordinaire », aviez-vous dit. Votre voix m'a semblé avoir une intonation particulière lorsque vous m'avez relaté ce souvenir. Réfléchissez un instant : « Qu'avait-il de spécial ? »
- Rien, me répondit-elle ; pourquoi ? C'était simplement beau. Pourtant (et seulement alors l'expérience sembla lui revenir à la mémoire), oui, c'était beau d'une manière spéciale ; cela m'a frappé, je m'en souviens. Oui, c'était curieux ; cela n'a duré qu'un instant ; c'était comme si j'étais transportée ailleurs. Maintenant, je le revois clairement. Tout était calme, lumineux, je me sentais comme dans un nid bien chaud.

Elle s'arrêta un instant, puis, d'une voix hésitante, elle me demanda :

- Croyez-vous que je doive prendre cela au sérieux ?
- Oui, répondis-je, même très au sérieux. Et cherchez à vous souvenir, jusqu'à demain, s'il n'y a pas eu d'autres moments semblables dans votre vie.

Le lendemain, au bout d'un moment, je lui ai demandé :

- Dites-moi, d'autres souvenirs vous sont-ils revenus à la mémoire ?
- Oui, j'y ai réfléchi. Deux fois encore cela m'est arrivé !

A nouveau son regard se dirigea vers l'intérieur, puis elle poursuivit :

- Une fois, ce fut dans une forêt. J'avais seize ans à ce moment-là. Je ne sais pas comment cela se produisit. Il avait plu ; je m'étais arrêté. Un rayon de soleil tombait sur de la mousse. Puis brusquement ce fut, exactement comme l'autre fois. Je m'absorbais complètement dans la contemplation de la mousse et je fus soudain comme traversée de haut en bas par un courant. Un frisson me saisit, puis ce fut le calme en moi ; une grande clarté et une grande chaleur. J'étais comme entièrement protégée, assurée en moi-même et au-delà de moi-même. Un craquement dans le sous-bois attira mon attention et subitement tout disparu.

La jeune femme se tut.

- Et la deuxième fois ?
- Oui, je m'en souviens parfaitement. J'étais dans un tramway. Une vieille femme était assise en face de moi ; elle me regardait. C'est-à-dire que, au fond, son regard me traversait, je veux dire qu'il me pénétrait en profondeur. Et ce fut comme un chaud rayon qui dénouait tout en moi, et le nouait à nouveau. Oh ! comme c'était bon ! après, je me suis sentie pleine de force, comme si plus rien ne pouvait m'arriver, comme si tout, tout était en ordre.
- Comment ces trois événements sont-ils reliés les uns aux autres, demandai-je à ma patiente ?
- C'est très simple, c'était chaque fois la même chose.

Soudain son visage s'illumina, et elle dit d'une voix retenue et émue :

- Maintenant je sais à quoi vous pensez.

Dès ce jour, la vie de cette femme fut transformée. Elle avait non seulement vécu trois fois la même chose, mais elle en avait reconnu la signification. Elle avait amis la réalité en elle, la grande Réalité qui traverse et vivifie la petite réalité, mais à l'égard de laquelle nous sommes généralement fermés. Or quand nous nous ouvrons vraiment à elle, elle transforme notre vie à sa source même.

Il nous est donné à tous de vivre des moments semblables, pendant lesquels survient, dans notre être profond, quelque chose de bienfaisant, de calmant, qui nous rend heureux. Une chose sortant de l'ordinaire et qui pourtant se trouve en nous et en toutes choses. Mais notre attitude normale à l'égard de la vie est elle que nous ne la comprenons pas dans sa vraie signification, nous la sous-estimons et l'écartons tout bonnement de nous en la banalisant. 'C'était une ambiance agréable, particulièrement', ou bien 'Je n'étais pas tout à fait moi-même'. Plutôt, un peu 'à coté de moi' - ces mots sont parfaitement appropriés, ils veulent dire exactement ce qu'ils disent : 'Je n'étais pas dans mon petit moi quotidien, je n'étais pas dans l'ordre routinier des choses.' Osons une fois sortir carrément de ce petit ordre coutumier, afin que le 'tout autre' qui est en nous puisse se manifester. L'âme commence à s'épanouir et devant nous s'ouvre et se dessine le chemin de la maturité humaine. C'est un malheur grave que la connaissance de la grande Réalité qui pulse à travers

notre existence soit refoulée par la raison qui veut gouverner toute seule. De même que de jour, nous ne voyons pas les innombrables étoiles, mais seulement le soleil et les objets qu'il éclaire, ainsi ne voyons-nous à la lumière de notre raison, que ce qui est de son domaine, et ignorons ce qui est au-delà.

Certains parmi mes lecteurs comprendront tout de suite les sens des trois événements de tout à l'heure. D'autres se demanderont s'il ne s'agit pas là de quelque chose de purement subjectif, d'une réalité qui ne se trouve que dans l'imagination ? Certainement pas ! En voici une image.

La petite feuille du grand arbre ! Si la feuille était douée de conscience, ne serait-elle pas, en automne, sous l'emprise du sentiment de sa mort prochaine ? Assurément, si sa conscience ne contenait rien d'autre que la feuille en soi. Alors elle sentirait qu'elle jaunit, qu'elle commence à sécher, qu'elle va bientôt tomber – jouet du vent, victime de puissances destructrices. Supposons maintenant que la feuille puisse avoir conscience que ce qui vit en elle n'est pas seulement la feuille mais en même temps l'arbre ; elle saurait alors que sa vie et sa mort annuelles sont un mode d'être de l'arbre, elle serait consciente que la vie de l'arbre est en elle, que la Vie inclut non seulement sa petite vie mais sa petite mort. Et instantanément, l'attitude de la feuille, face à la vie, et face à la mort serait transformée : l'angoisse disparaîtrait et tout prendrait un autre sens.

Les angoisses de l'humanité correspondent à celles de la feuille qui s'arrête à sa conscience de feuille, c'est-à-dire qui est prisonnière de la petite réalité immédiate, des sens, de la raison, et qui est incapable de sortir de ses frontières. A la conscience que nous avons en général de la vie manque la conscience de notre être profond. Pour que celui-ci puisse percer, il nous faut réviser celle-là, reconnaître combien elle est bornée ; il nous faut prendre au sérieux les heures privilégiées de notre existence, c'est-à-dire en reconnaître les signes, et laisser s'épanouir la grande Vie qui est en nous. Seulement ainsi, pouvons-nous entrer en contact avec notre être vrai. Car cet être est notre façon individuelle de participation à la Grande Vie ; et la maturité qu'est-elle d'autre que la manifestation de notre participation à travers notre vie quotidienne ?

Devenir un avec la source de notre être : tel est le chemin de la maturité intérieure. Le tout est de comprendre les signes, de les écouter et de les suivre fidèlement.

Karl Graf Durkheim  
*Extrait de 'La percée de l'être ou les étapes de la maturation'*