

La Confiance

C'est parce que Colette et l'équipe de l'IFYM m'ont fait confiance que j'écris cet article à un moment de ma vie où les événements personnels et mondiaux me ramènent à l'extrême fragilité de l'humain.

C'est parce que dans l'apparent chaos que nous vivons, je découvre, jour après jour, à mon insu et presque malgré moi, le fil qui, en reliant les personnes et les événements, donne à un sens à l'existence et me fait dire merci à la vie.

Le mot confiance évoque pour moi le regard à la fois intense et perdu d'un nouveau-né qui suit des yeux le visage encore flou de la personne qui le tient dans ces bras. Une relation très intime, faite de fragilité et de force partagées, se tisse entre ces deux êtres, dont l'un offre amour et protection et reçoit en cadeau l'intensité de l'énergie de vie et la fraîcheur d'une conscience nouvellement ouverte sur le monde.

Rester branchés sur la conscience-vie des origines me paraît être la clé de la confiance. Qu'est-ce qui l'en empêche ?

Tout être humain vient au monde avec une capacité de conscience qui, au départ, n'a comme seul contenu que le sentiment d'exister à l'état pur. Le Yoga-Sutra l'appelle Asmita, « le fait que je suis ». Ce qui me fait dire « je » ce sont le mental et les sens qui mettent la conscience en contact avec la réalité, autant celle du monde extérieur que celle de mes pensées, de mes sentiments et de mes émotions.

La première relation de confiance est celle qui s'installe entre ces trois. Quand le mental se laisse éclairer par la lumière de la conscience, les sens lui restituent une vision claire de la réalité qui oriente l'action. En se structurant, le « je » se forge une image réaliste de lui-même porteuse de confiance en soi. Plus important encore c'est que le mental, lieu de contenus parfois déstabilisants, puisse se fier à « un autre » que lui pour les éclairer. L'individu puise dans ce regard intérieur la stabilité, la confiance et l'énergie (shradhâ, vîrya) pour avancer, prendre des risques, dire oui à la vie.

Il peut aussi se passer que les retombées laissées par l'expérience (bhoga) obscurcissent le mental au point que la lumière de la conscience ne puisse plus le transpercer. Le « je » s'égarant alors dans les méandres de ses pensées et de ses émotions, perd confiance ou la fait dépendre des événements extérieurs, de la réussite ou de l'échec. Déséparé, il rentre dans une volonté de contrôle qui, en lui faisant croire qu'il peut maîtriser ce qui lui échappe, nourrit ses peurs et ses angoisses.

Comment s'assurer que la relation entre le plan conscient et le plan psychosensoriel de l'être reste vivante ?

En créant des espaces dans notre vie où la structure parfois rigide du « je » (asmita klesha) puisse s'estomper, voire fondre dans la mémoire lumineuse de la conscience-énergie de vie joyeuse (ananda-asmita rupa) des origines.

Dans ces espaces contemplatifs, en « mettant le mental au repos » (Yoga-Sutra de Patanjali, Yoga-Bhâshya de Vyâsa I 1, commentaire de Michel Angot), on dépose l'autre mémoire, celle qui, encombrée par les empreintes du passé, voile la vision de la réalité et conditionne le

présent. En quelque sorte, on oublie pour mieux se souvenir. Tout rentre alors dans l'ordre, même dans le chaos.

Au début de la Bhagavad-Gîtâ Arjuna est dans le désordre intérieur et l'angoisse l'envahit : « Mes membres défaillent, ma bouche se dessèche, le frisson s'empare de mon corps, mes poils se hérissent » (BVG I 28, 29, 30)

Venu au monde avec le projet d'accomplir le devoir (dharma) prescrit par sa caste, il ne s'en sent pas capable et perd confiance. C'est la confiance en son Maître qui lui permet de renouer le lien avec lui-même et de retrouver le sens de son existence (svadharma).

Dans les 18 chants de l'œuvre, Krishna lui fait comprendre que son seul et vrai ennemi est ce « je » qui, en première ligne sur le champ de bataille, l'emprisonne et le fait douter de lui-même.

Dans le chaos, dans le « nuage de l'inconnaissance » quelque chose nous appelle à nous transcender, à aller au-delà de nous-mêmes, car un « autre » (une caste, un être, la société, le monde, Dieu) nous fait confiance et que nous n'avons d'autre choix que de nous rendre (Îshvara pranidhâna) et nous retrouver.

A Lucio, ai miei figli e nipoti

Marina Margherita
2 février 2021