



Retrouver notre voie, par Kim Nataraja

On trouve l'histoire suivante dans *Les Sentences des Pères du désert* : « Il arriva qu'un des frères de Scété commit un péché grave. Les anciens tinrent une réunion et demandèrent à Abba Moïse de se joindre à eux mais il refusa de venir. Ils lui envoyèrent alors le message suivant : « Viens, nous t'attendons ». Alors il se leva et se mit en route, traînant derrière lui un vieux panier troué rempli de sable. Les anciens vinrent à sa rencontre et lui demandèrent : 'Père, qu'est-ce que cela signifie ?' Le vieil homme répondit : 'Ce sont mes péchés qui s'écoulent derrière moi et je ne les vois pas. Voilà comment je viens pour juger les péchés d'un autre.' Entendant cela, ils ne dirent rien au frère et lui pardonnèrent. »

Si l'ego et son mode protecteur de « survie » nous font agir selon notre vulnérabilité et commettre des actions négatives et égocentriques, celles-ci pourraient s'appeler des « péchés », comme dans cette histoire du désert. Toutefois, dans le silence de la méditation, nous nous ouvrons à l'aide de Dieu. Il nous sera donné une connaissance de nos besoins de survie non satisfaits, ceux qui ont provoqué des blessures en nous, qui influencent notre attitude dans la vie et aboutissent à un comportement négatif. Avec l'aide du Christ intérieur, nous pouvons alors modifier le comportement de l'ego et même finir par le dépasser. Comme le dit Laurence Freeman dans *Jésus, le Maître intérieur* : « Jésus avait un ego. Ce n'est pas l'ego en soi qui est pécheur ; c'est l'égoïsme et la fixation sur soi qui conduisent à oublier et trahir notre être profond. Le péché se produit lorsque l'on confond son ego et son être véritable. »

Indépendamment d'un accompagnement spirituel, nous pouvons développer la connaissance des raisons de nos façons d'agir par la pleine conscience de nos pensées, sentiments et sensations, comme nous l'avons vu. En retour, cela fera peu à peu taire le critique intérieur, celui qui aime nous juger et nous faire des reproches pires que ceux des autres. En ne nous jugeant pas mais en prenant conscience de notre propension personnelle à laisser notre énergie négative et nos blessures nous gouverner, nous parvenons à la connaissance de soi et apprenons à nous accepter tels que nous sommes. Cela nous aide en conséquence à nous reconnaître dans les autres et nous serons plus lents à les critiquer. Comme le dit Maxime le Confesseur, « Quiconque ne peut pas fermer les yeux sur la faute d'un ami, réelle ou présumée, ne possède pas encore la liberté intérieure. » Écouter vraiment, porter une réelle attention aux autres et renoncer alors à soi ouvre la voie à la compassion envers tous. Ainsi nous cessons progressivement de nous justifier en jugeant les autres.

« Notre tâche consiste à retrouver la voie de notre centre créatif où s'accomplissent la plénitude et l'harmonie, à demeurer en nous-mêmes en renonçant à toutes les fausses images de nous - ce que nous pensons être ou que nous aurions pu être - parce qu'elles n'ont pas d'existence réelle en dehors de nous. Demeurer en soi, dans cet esprit de simplicité et d'honnêteté qui détruit l'illusion, nous amène à demeurer

toujours en présence de notre Créateur » (John Main, *Un mot dans le silence, un mot pour méditer*). C'est l'enjeu de notre méditation, si nous nous y engageons avec détermination et amour, et c'est une rédemption. Comme le dit Laurence Freeman : « La rédemption consiste à savoir, de tout notre être, qui nous sommes et d'où nous venons ».

Au fond de notre être, nous nous souvenons bien qui nous sommes vraiment. Comme Jung nous le rappelle dans *Civilisation en transition*, « À la question qui revient constamment, 'Que puis-je faire ?', je ne connais pas d'autre réponse que : 'Devenez ce que vous avez toujours été'. [...] Une intégrité que nous avons toujours eue sans le savoir. »

Mais tout ceci n'est pas facile. Dans *Les Sentences des Pères du désert*, un ancien déclarait : « J'ai passé vingt ans à combattre pour voir tous les hommes comme un seul. »