

Bonne nouvelle, nous sommes mortels ! Et immortels...

La pandémie du Coronavirus semble avoir ramené au cœur de notre quotidien une réalité que nous cherchons trop souvent à occulter dans nos pays « riches et protégés » : nous sommes mortels, nous pouvons tous disparaître chaque jour, jeunes ou vieux, en bonne ou en mauvaise santé. Les enfants gâtés que nous sommes, aspirés par un tourbillon « d'avoir toujours plus » au risque de mettre en péril les ressources limitées de la planète, viennent d'être ralentis brutalement dans leur course folle. Sommés par La Vie de nous tenir un peu tranquilles, nous voici ramenés à une juste et saine conscience de nos limites...

Et si le rappel de notre état de mortel, était une bonne nouvelle ?

La psychologie nous apprend que pour se structurer et devenir adulte, l'enfant tout-puissant est convié peu à peu à renoncer à sa croyance d'être Merlin l'enchanteur ou la fée clochette, en acceptant les limites que son environnement lui inculque... à condition de rencontrer sur sa route des adultes dignes de ce nom, qui les ont eux-mêmes intégrées, et qui peuvent lui transmettre ce qu'elles contiennent de positifs. Nous ne pouvons pas tout faire, nous ne pouvons pas tout avoir, nous sommes conviés à respecter les règles du jeu de La Vie, pour pouvoir jouer notre partie sur terre.

Chaque matin, nous naissons à une nouvelle journée, précieuse car unique, elle ne reviendra jamais ; chaque soir, nous mourons à cette journée, le cœur paisible d'avoir vécu l'essentiel, ou agité de s'être oublié dans l'accessoire. Un jour, nous serons sur notre lit de mort, à faire le bilan de notre parcours sur cette terre ; à nous dire « c'est juste, c'est l'heure, j'ai bien vécu », ou au contraire « ça n'est pas juste, pas déjà, j'ai perdu ma vie, j'avais oublié que je ne suis pas éternel ». Il nous faut donc choisir, et bien choisir... et pour cela nous connaître.

La conscience des limites de notre condition humaine nous ramène inéluctablement vers le cœur de notre Être, là où se niche le diamant précieux des rêves de l'âme. Nous sommes alors conduits implacablement à nous questionner sur ce qui compte vraiment pour nous, pour incarner notre puissance de vie dans la bonne direction.

A partir d'une souffrance qui nous réveille, le travail thérapeutique nous permet de nous rencontrer en intimité et de retrouver le joyau de notre vérité profonde. Il révèle progressivement les aspirations et les qualités singulières qui nous habitent, et nous conduit à les incarner dans le concret de la réalité.

Et voilà qu'au cours de notre cheminement, le paysage s'élargit... l'ego assaini et remis à sa juste place, dévoile un pan plus large de l'Être : « Je suis bien plus vaste que je ne me l'imaginai, derrière l'illusion de mes croyances limitantes issues de mon histoire ».

Et si à un autre niveau nous étions vraiment immortels ?

La spiritualité nous rappelle que derrière la façade de notre personnalité, nous sommes conviés à rencontrer notre individualité, notre âme en quête d'amour, de paix et de joie. L'âme, cette goutte d'eau de l'océan de La Conscience Pure de l'orient ou du Royaume des Cieux de l'occident, constitue une jonction entre notre véritable nature dans l'absolu, et notre nature illusoire sans cesse changeante dans le relatif. L'âme, cette parcelle du divin, peut se rappeler progressivement qu'elle est éternelle, immuable, stable. La goutte d'eau de l'océan est l'océan ; quelles que soient les tempêtes qui peuvent agiter la surface de l'eau, tout au fond, à chaque instant, règne Le Silence.

La pratique spirituelle permet de nous éveiller progressivement à qui nous sommes vraiment, par delà l'ego limité et mortel car lié au corps et à l'incarnation. Cette vérité lumineuse rayonne sur le visage des grands sages de toutes les traditions, quelles que soient les conditions de vie dans lesquelles ils se trouvent plongés. Ces êtres ont vaincu la mort qu'ils ne craignent plus, car ils ont cellulièrement réalisé qu'en vérité, elle n'existe pas. Les formes de vie naissent évoluent et meurent, mais La Vie est éternelle.

Dans cette perspective, il est possible de comprendre les tentatives effrénées et vaines de nos egos pour oublier qu'ils sont mortels. C'est qu'à un certain niveau, nous sommes effectivement immortels. A un certain niveau... et il est essentiel de ne pas se tromper de niveau. Car quand nous confondons les plans du relatif et de l'absolu, l'ego se prend pour Dieu, devient pathologique, et malmène toutes les formes de vie qui l'entourent, avec les conséquences dramatiques que nous connaissons actuellement sur terre.

A la croisée des dimensions psychologique et spirituelle

Sur le plan horizontal, le travail psychologique permet d'évoluer vers un ego équilibré, qui peut se dégager progressivement de son statut de « marionnette manipulée par l'inconscient » pour gagner en liberté de vivre ses aspirations profondes. En prenant conscience de nos blessures d'enfant et en les apaisant, nous pouvons devenir des adultes aptes à créer un

présent dégagé de l'histoire passée, pour nous épanouir affectivement, professionnellement et socialement.

Sur le plan vertical, la pratique spirituelle nous permet à chaque instant, quelles que soient les difficultés que nous rencontrons dans notre quotidien, de nous reconnecter à La Paix toujours accessible au fond de nous. Les temps de prière, de méditation, de connexion avec la nature, nous ouvrent la porte d'un espace apaisé toujours à notre disposition pour nous ressourcer dans l'instant présent, le seul qui existe en vérité.

A la croisée de ces deux axes, au cœur de chaque instant, nous sommes appelés à nous aligner sur les lois de La Vie, pour vivre pleinement. Notre corps est mortel, mais La Vie qui le traverse est immortelle. Mélanger les axes nous conduit au chaos, à la pathologie, à la destruction des énergies de vie. Les remettre chacun à leur place ouvre vers l'ordre des choses la guérison, la création.

Si la pandémie actuelle nous fait grandir en conscience en nous conviant à nous arrêter sur le sens de nos existences, elle aura joué pleinement son rôle. La Vie cherche toujours à aider La Vie.

Mireille Henriët, 27 septembre 2020