



Accepter le défi, par Kim Nataraja

Acquérir la connaissance de soi est une tâche difficile. Dans *Jésus, le maître intérieur*, Laurence Freeman nous rappelle que : "Malgré l'expression 'Rabbouni' qui nous le rend si proche – plus proche de nous que nous ne le sommes nous-mêmes, d'après St Augustin – nous pouvons être submergés par des forces d'aveuglement et d'illusions. Souvent, le chemin disparaît sous nos pas lorsque nous luttons avec les démons de la colère, l'amour propre, la peur, l'orgueil, la cupidité et l'ignorance." Cela nous rappelle l'enseignement d'Évagre, un père chrétien du désert, au 4^{ème} siècle. Comme tous les premiers maîtres chrétiens, il était très conscient des ruses de l'*'ego'*. Il y voyait une lutte avec des '*démons*', tendances négatives venant de notre '*ego*' blessé. L'*'ego*' blessé est comme un enfant gâté décidé à obtenir ce qu'il croit qu'on lui a refusé par le passé. Il s'agit dans ce cas de besoins de survie qui nous sont essentiels : amour, sécurité, estime, pouvoir, contrôle et plaisir. Si nous pensons qu'un de ces besoins n'a pas été satisfait - totalement ou en partie - nous essayons de compenser ce manque tout au long de notre vie. C'est bien là l'intention des '*démons*' dont parle Laurence Freeman dans la citation ci-dessus.

Aux yeux d'Évagre et de ses contemporains, les principaux '*démons*' sont ceux qui nous poussent à la '*cupidité*' et à l'*'orgueil*', et tous les autres '*démons*' suivent logiquement ces deux-là. Par exemple le besoin minimum, naturel et normal d'avoir assez pour survivre devient une pulsion irrésistible, une '*avidité*' à posséder les choses et les gens. De cette pulsion vient inévitablement la '*colère*' (et l'*envie*) envers ceux qui ont ce qui nous manque. Puis l'*'orgueil*' suit rapidement sur ses talons : nous voulons exhiber nos possessions et nos exploits. Il n'est pas difficile de constater que ces '*démons*' ne sévissent pas seulement au 4^{ème} siècle mais aussi à notre époque.

Tout cela montre la nécessité d'écouter les conseils des maîtres spirituels : prendre conscience de ce qui nous motive et ainsi comprendre notre '*ego*'. Si nous n'acceptons pas qu'une part du parcours spirituel consiste à avancer dans la connaissance de soi, nous pouvons méditer pendant de nombreuses années sans pour autant que cela nous transforme. La transformation - devenir ce que nous sommes censés être - demande que nous soyons silencieux pour nous ouvrir à l'appel du Christ qui demeure en nous et nous apporte ses lumières, même si elles peuvent être douloureuses. Sinon, nous pouvons nous retrouver encore piégés dans les mêmes illusions pendant de longues années. La tentation est alors d'utiliser la méditation comme une simple relaxation et de s'en tenir là, de fermer nos oreilles à toute aide venant de l'intérieur. La méditation peut devenir alors un moyen d'éviter nos problèmes et de continuer à ignorer des parties de notre

nature que nous n'aimons pas voir en face. Bien sûr, s'échapper dans le monde des rêves et de l'imagination est plus agréable que faire face à la réalité. Mais le changement et la transformation ne seront possibles que dans une ouverture avec amour aux lumières offertes et dans la volonté de se reconnaître et s'accepter tels que nous sommes, avec tous nos défauts. Comme elles sont vraies, les paroles de Socrate : « Une vie qui ne s'interroge pas ne vaut pas la peine d'être vécue » !