



### ***Le défi de renoncer à soi, par Kim Nataraja***

Nous avons vu l'importance et la difficulté d'abandonner nos pensées. Nous devons garder constamment à l'esprit que nous sommes bien plus qu'un esprit plein de pensées, de sentiments, de désirs et de besoins. Ce n'est que la pointe de l'iceberg de tout notre être. Cette identité de surface, notre ego, s'appuie sur le *faire* et est déterminée par des conditionnements, sous toutes leurs formes. Et pourtant, c'est précisément le « moi » dont parle Jésus - la part de notre « moi » blessé et conditionné à *faire* - quand il parle de « renoncer à soi-même ». Bien sûr, nous avons besoin de cette part de notre être, notre ego, notre instinct de survie qui est un don de Dieu. Mais c'est de l'ego sain dont nous avons besoin ; ce que nous abandonnons, ce sont nos blessures, nos angoisses, nos soucis, notre peur de ne pas survivre, notre peur de la mort. Pour ce faire, nous avons besoin de l'audace, le courage, la foi, l'engagement dont parle saint Paul. Alors seulement pouvons-nous aller plus profond et réaliser que nous sommes plus que l'enveloppe externe de notre pensée.

Mais cette enveloppe externe basée sur le *faire* est celle qui domine et qu'on admire dans notre monde actuel. Ce que l'on considère aujourd'hui comme important, c'est la réussite et les situations de pouvoir et d'influence. L'enseignement de Jésus est contre-culturel, comme le dit John Main dans *Un mot dans le silence, un mot pour méditer* : « Renoncer à soi n'est pas une expérience familière à nos contemporains ni même qu'ils comprennent très clairement, principalement parce que la tendance de notre société est de souligner l'importance de se promouvoir, se préserver, se projeter. » Être effacé et humble est considéré comme un signe de faiblesse. De plus, l'ego gouverné par la peur n'aime pas le changement, ne veut pas qu'on entre en contact avec les parties plus profondes de la conscience, le reste de l'iceberg qui est sous les vagues de nos pensées, car le changement implique une tactique de survie différente ; il sait que le silence est transformateur et il fuit face à une telle transformation. C'est ainsi qu'il nous fait oublier que nous avons aussi un moi plus profond basé sur l'*être*. Cet aspect plus profond est la conscience pure mais individuelle, non affectée par l'action et l'environnement. Sa raison d'exister est purement qu'elle existe. Elle est libre de tout contenu, en lien avec un royaume au-delà du temps et de l'espace. Mais dans notre monde actuel, beaucoup nieraient qu'il y ait une autre réalité au-delà de celle que nous pouvons expérimenter par nos sens ou tester dans nos laboratoires. Et pourtant, 95% de l'univers sont remplis de matière noire et d'énergie sombre dont nous ne pouvons pas non plus prouver l'existence, bien qu'on puisse néanmoins en observer les effets. De la même manière, nous ne pouvons pas prouver l'existence d'un moi plus profond qui englobe tout, mais nous pouvons l'éprouver. Nous pouvons le découvrir en entrant dans le silence - le silence où l'on accède par la méditation.

Notre époque a soif de connaître non seulement cette autre réalité, mais aussi notre véritable être personnel. Comme le dit John Main dans *Un mot dans le silence, un mot pour méditer* : « Peu de générations ont été

aussi introspectives et se sont autant analysées que la nôtre, et pourtant l'étude actuelle de l'homme sur lui-même est notoirement improductive. La raison en est ... qu'elle a été radicalement non spirituelle ... Aucune auto-analyse intellectuelle ne peut se substituer à la réelle connaissance de soi du fond de notre être. » Mais il y a des signes encourageants. La recherche de ce que nous sommes vraiment devient de plus en plus la recherche du fondement de notre être, une recherche spirituelle et beaucoup réalisent maintenant la vérité des paroles de John Main : « Pour trouver son propre esprit, on doit garder le silence pour laisser son esprit sortir de l'obscurité dans laquelle il a été exilé. Pour transcender, on doit être immobile. Le silence est notre pèlerinage et la voie du pèlerin est le mantra. »