

Année 1969
Mai-Juin
Juillet-Aout

N^{OS} 33 & 34

LA PENSEE SOUFIE
d'après l'enseignement de
HAZRAT INAYAT

EDITORIAL

La mode, flux changeant et incertain d'obscuras aspirations collectives pointe maintenant vers l'Inde. La mode montre, grâce à la jeunesse Hippie, les chemins de Katmandou, entr'autres. Mais hélas! de quelle Inde il s'agit là! Une Inde de pacotille avec ses "gourous" auprès desquels on peut "méditer" à trois roupies les dix minutes, avec ses bondieuseries qui font pâlir les nôtres et sa tolérance envers toutes les déchéances humaines. Tolérance dont nos malheureux drogués profitent pleinement d'ailleurs.

Tout cela n'aurait pour nous qu'une importance épisodique si l'on n'y mélangeait ce qu'on nomme des "aspiration spirituelles" qui viennent assez mal à propos.

Les aspirations spirituelles ne sont pas l'apanage d'une certaine jeunesse. Elles existent en chacun d'entre nous, plus ou moins conscientes, plus ou moins voilées par d'autres aspirations; et elles sont là du berceau à la tombe. Une vie spirituelle normale consiste à les reconnaître pour ce qu'elles sont, à les dégager en leur permettant de vivre, à les aider à s'épanouir afin qu'elles puissent atteindre leur but.

Les religions du passé, quoiqu'on puisse dire contre elles, remplissaient comme elles pouvaient cet office. Elles imprégnaient les actes de la vie courante de telle façon que plusieurs fois dans la journée l'individu avait le loisir de se tourner pour ainsi dire vers ses aspirations spirituelles. Mieux - on lui suggérait ce retour sur lui-même: des prières jalonnaient la journée, le patronnage des saints présidait au nom des rues, aux époques marquantes de l'année, aux corps de métier. Et beaucoup de ce qu'on appelle aujourd'hui superstitions tirait son origine de cette coutume de jaloner l'existence quotidienne d'aide-mémoires, afin que l'homme ne perde pas de vue qu'il avait des aspirations et des besoins spirituels. Sans doute cela paraît-il anachronique, moyennageux à la plupart d'entre nous. La vie a pris une autre direction. C'est que nous vivons à une époque où l'influence de la

religion a tellement diminué qu'elle ne peut plus contrebalancer les influences inverses: celles qui nous tirent au dehors, celles qui nous dispersent, celles qui nous distraient même si nous avons envie de suivre en nous-mêmes le chemin que ces aspirations nous montrent.

La vie, aujourd'hui, est déséquilibrée en faveur des choses de l'extérieur et nous n'avons plus guère le loisir de reconstituer, périodiquement et à tout moment du jour, notre unité intérieure, cette unité qui est le commencement et la pierre de fondation de toute vie spirituelle équilibrée.

Quoi d'étonnant dans ces conditions à ce que beaucoup de gens aspirent à une patrie selon leur coeur où ils imaginent trouver ce qui leur manque; une ambiance telle qu'elle leur permette de s'épanouir intérieurement comme ici en Occident l'ambiance permet de s'épanouir extérieurement? D'où ces engouements pour l'Inde! Et en général, les engouements pour les diverses Terres Saintes qui procèdent en grande partie chez d'autres personnes du même besoin. (Je mets ici à part l'institution des pèlerinages qui répond à des nécessités psychologiques beaucoup plus précises).

Il est vain de regretter le passé, il serait stupide de vouloir ressusciter les coutumes d'antan. Mais les hommes et les femmes conscients de ce qui a été exposé plus haut se doivent à eux-mêmes de discipliner leurs activités quotidiennes de telle façon que des moments y soient ménagés pour penser à cette aspiration, pour penser à la façon d'apporter du combustible à cette flamme, à la manière de la protéger.

Sans doute notre vie est-elle faite d'alternances et d'éclipses. Tantôt nous nous sentons portés vers une vie intérieure, et tantôt nos aspirations extérieures réclament leur dû: nous avons nos ambitions professionnelles, les nécessités du corps, nos curiosités intellectuelles, nos devoirs envers les individus et la collectivité, que sais-je? et l'un ou l'autre prédomine suivant le moment. Et l'un ou l'autre tend à masquer ce premier devoir que nous avons envers nous-même: maintenir intacte cette flamme vacillante.

C'est pourquoi les exercices spirituels ont été donnés, et c'est pourquoi il importe de les accomplir avec régularité, même si, sur le moment, on est attiré vers autre chose: ils maintiennent en vie cette flamme vacillante.

Mais il est un autre mirage que l'Inde, et plus subtil peut-être, un mirage auquel succombent, à ce que j'ai pu voir; beaucoup de gens qui désirent, avec bonne foi, cultiver une vie intérieure. C'est le mirage du Maître.

Il leur semble, à ces gens, que s'ils avaient, (ou quand

ils ont) un Maître, un Gourou, un Mourchid, comme on dit chez les Soufis, cela suffit, qu'il n'y a plus d'effort à faire. Il leur paraît que la dévotion ressentie pour ce Maître est suffisante pour leur faire franchir toutes les barrières, pour les emmener vers tous les sommets. Hazrat Inayat nous a laissé dans son Vadan, un de ses recueils poétiques, une prière à l'âme prophétique, au Nabi; prière où il est écrit; "Je mets mes pieds dans la trace de Tes pas"; il n'est pas écrit: Tu prends mes pieds pour les poser là où il faut!

Si un alpiniste allait trouver un guide et lui proposait "vous allez m'attacher sur votre dos et monter au sommet du Mont Blanc, et pendant ce temps-là je dormirai tranquillement et vous me réveillerez une fois arrivé", que répondrait le guide à cette proposition baroque?

Nous sommes tous paresseux par nature et cherchons toujours le moindre effort. Mais la vie spirituelle est faite d'un effort personnel conscient. C'est l'effort personnel qui à force de regarder dans ce qui nous paraît le vide obscur de notre propre être, nous permet d'ouvrir les yeux d'une certaine façon, ce qui nous donne cette vision pénétrante, cet "insight"; comme dit Inayat Khan, grâce à laquelle nous pouvons comprendre ce qui nous arrive au dedans comme au dehors.

Alors, dira-t-on, à quoi sert le Maître? A deux offices : il est d'abord le Témoin. Il témoigne qu'il existe une vie spirituelle, une ascension et un sommet à atteindre: qu'il ne s'agit pas d'une légende contée dans les livres, mais d'une réalité vivante. Ensuite il est le guide qui montre comment faire. Et avant tout par sa vie et par son exemple. Le " faites ce que je dis mais ne faites pas ce que je fais" n'y a pas cours. C'est au contraire la conviction née d'une expérience personnelle vécue qui peut se communiquer du maître au disciple pour convaincre celui-ci d'avancer malgré les traverses et les difficultés.

L'adage: aide-toi, le Ciel t'aidera est valable ici comme ailleurs. Ce qui est d'abord nécessaire, c'est la volonté d'avancer, la détermination à l'effort mené selon des principes cohérents. Le Maître vient après - et souvent longtemps après, lorsque notre patience et notre persévérance ont déjà été testées. Et il vient parfois sous des formes inattendues.

Quant aux expériences psychédéliques des Hippies et aux paradis artificiels des drogués, où mènent-ils? En toute chose il faut voir la fin. Et dans ce cas précis c'est une très triste fin, on ne peut plus éloignée du but élevé des mystiques.

Proche des préoccupations précédentes se situe la conférence de Hazrat Inayat qu'on lira dans la présente livraison: l'Equilibre. L'équilibre est comme le leit-motiv du Message du Maître. Car celui-ci tenait pour peu désirable une vie excessivement développée sur le plan spirituel si l'existence extérieure devait en être négligée. Une telle vie, pour lui, ne pouvait remplir tout à fait les desseins du Créateur qui avait fait ce bas-monde pour qu'on y habitât, avec tout ce que cela comportait d'enrichissant à travers les joies et les peines terrestres.

Le Maître de Suresnes qui pourtant préférait insister sur ce qui unit plutôt que sur ce qui sépare, opposait sur ce plan l'idéal du Yogui à celui du Soufi. Quelque chose lui semblait manquer à l'idéal purement ascétique. Pour lui, la vie dans le monde n'était ni un séjour de douleur ni un obstacle à l'épanouissement spirituel qu'il y eut lieu de fuir. Mais au contraire, l'élargissement de vision amené par la spiritualité transformait cette vie extérieure en quelque chose de tout à-fait différent: une sorte de théâtre où l'homme, partenaire de Dieu, était invité à jouer le Jeu Divin.

Pour maintenir son équilibre dans l'existence, au dedans comme au dehors, ou tout simplement pour avancer dans n'importe quelle direction, une volonté développée s'impose. Comment développe-t-on sa volonté? Tel est le sujet dont nous entretenons Murshida Sharifa Goodenough, une des grandes disciples de Hazrat Inayat. Dans le style très simple qui est le sien, et sans mots difficiles, elle nous administre une leçon de psychologie appliquée et immédiatement utilisable.

Avec ce numéro, nous reprenons le fil d'une livraison interrompue par des tâches diverses. Que nos lecteurs, dont les témoignages de fidélité nous sont un stimulant et un réconfort, trouvent ici nos excuses. Nous nous efforcerons de rattrapper notre retard.

L' EQUILIBRE

par

Hazrat Inayat

Si nous regardons le monde avec des yeux vraiment ouverts, nous verrons que ceux qui sont réputés sages et ceux qu'on appelle fous sont beaucoup plus près les uns des autres qu'on ne le pense généralement: dans les conditions déséquilibrées de la vie, la similitude de leurs occupations diverses est bien plus grande qu'il n'y paraît à première vue.

On trouve en effet rarement l'équilibre, tant parmi les mystiques que parmi les autres.

Lorsqu'on s'intéresse à un domaine quelconque, qu'il soit spirituel ou matériel, il est dans la nature humaine d'en vouloir de plus en plus. Devient-on très spirituel, on perd le monde: or, si nous n'avions point été destinés à y vivre, nous n'y aurions pas été envoyés.

Celui qui voit le bien en autrui, en verra de plus en plus. Celui que sa tendance porte à voir les fautes en verra tellement qu'à la fin, même le bien lui paraîtra fautif. Ses yeux mêmes deviendront alors defectueux. Il y a beaucoup plus de chance de tomber pour celui qui court que pour celui qui marche, parce que l'excès d'activité entraîne la chute.

Ainsi certains manquent d'équilibre en disant la vérité. "Je proclame la vérité", disent-ils sans se demander si elle est en harmonie avec le temps et le lieu ni si les gens sont bien préparés à l'entendre. Ils disent: "Je proclame la vérité et peu m'importe si à cause de cela je dois me battre avec tout un chacun!" Par conséquent, la leçon du calme est une des plus importantes qu'il faille apprendre pour arriver à l'équilibre.

C'est par manque d'équilibre que la philosophie elle-même, culminant en connaissance de Dieu - la plus grande et la plus haute qui soit au monde - a souvent été perdue. C'est pourquoi dans la Bible, le Védanta, le Coran, même les vérités évidentes sont présentées sous une forme voilée. Si les prophètes et les maîtres avaient clairement donné la vérité, le monde aurait pris une mauvaise direction. J'ai souvent remarqué que lorsque la philosophie a été expliquée sous une forme claire, elle a été comprise tout à fait différemment de ce qu'on voulait dire.

L'activité tend à s'accroître et à persister dans son accroissement: par là se perd l'équilibre. Quand nous parlons,

nous sommes portés à parler de plus en plus et nous devenons si désireux de continuer que nous parlons sans égard pour l'envie qu'a autrui de nous écouter ou non. Nous disons ce qu'en réalité nous ne désirons pas dire; à la suite de quoi nous nous demandons comment il se fait que nous ayons vexé telle ou telle personne et pourquoi nous lui avons raconté notre secret. Sa'di, le grand poète persan, écrivait: "Toi, l'intelligent! à quoi te sert ton intelligence si ensuite tu t'en repens?".

Quoique nous fassions, en bien ou en mal, se développe en nous de plus en plus. Si un jour un individu pense cinq minutes à la musique ou à la poésie, le jour suivant, il y pensera une demi-heure. Si l'on éprouve une petite pensée d'amertume, cette pensée grandira inconsciemment jusqu'à ce que l'esprit en soit rempli. Tout péché se produit de cette façon. Zoroastre distinguait trois sortes de péché: celui de la pensée, celui de la parole et celui de l'action. Avoir une pensée de malveillance, de méchanceté équivaut à faire le mal; médire équivaut aussi à mal faire. Et quand une personne commet une mauvaise action, c'est comme le mal concrétisé.

Nous avons acquis l'équilibre de la pensée quand nous pouvons voir les choses de tous les points de vue et non pas seulement de notre point de vue personnel, fait des idées et des sentiments dans lesquels nous avons été élevés. Celui qui a des oeillères manque d'équilibre. Supposons un homme très patriote et qui voit tout au point de vue du patriotisme. Il se rend dans un magasin et demande au commerçant de lui céder certains articles à très bas prix pour un but patriotique. Mais ce commerçant peut être pauvre et ne pouvoir vendre ses marchandises à ce prix, même pour un but patriotique. Et puis c'est un commerçant, il pense aussi à son commerce, on ne peut attendre qu'il voie avec les yeux patriotiques de l'autre. Le premier pense seulement au patriotisme, le second seulement au commerce. Un troisième qui sera musicien dira: "Ils sont fous. La musique seule importe." Le poète prétendra de même que la poésie est la seule chose au monde. Chacun d'eux pense uniquement à ce qui l'occupe personnellement. Ainsi l'être pieux peut tellement exagérer sa piété qu'il n'y ait place en lui pour rien d'autre; ce qui, finalement, tourne en hypocrisie.

Mais, dira-t-on, comment acquérir l'équilibre? En premier lieu il y a l'équilibre de l'activité et du repos, du sommeil et de la veille. Si un individu s'imagine qu'en dormant beaucoup il deviendra quelqu'un de grand et s'habitue à dormir, il deviendra une sorte de monstre au lieu d'être un homme, par ce que son corps lui a été donné pour faire l'expérience du

monde et qu'il ne s'en est pas servi. Et si l'on ne dort pas du tout, en peu de temps on aura une dépression nerveuse. Si l'on jeûne beaucoup, on deviendra certainement plus éthérique; on sera capable de voir dans l'autre monde, dans les autres plans; et si l'on apprend la voie de l'inspiration, l'inspiration viendra. Mais le corps, les sens s'affaibliront de sorte qu'ils ne seront pas capables d'expérimenter ce monde-ci pour lequel ils nous ont été donnés.

En Inde il y a des mystiques appelés "Madzub" qui poussent la spiritualité jusqu'à l'extrême. Ils oublient leur moi extérieur à tel point qu'ils abandonnent tout à fait l'expérience de ce monde-ci. Mais, qu'il soit bon ou mauvais, l'extrême en tout est indésirable. Le sommeil et la veille, la nourriture et le jeûne, l'activité et le repos, la parole et le silence doivent être en équilibre.

Mahomet avait enseigné à l'un de ses disciples un exercice grâce auquel celui-ci avait expérimenté l'extase. Après quelques jours, ce disciple vint, pour le remercier, offrir au Prophète des fruits, et des fleurs et lui dire: "La leçon que vous m'avez enseignée a une telle valeur pour moi, elle m'a procuré une telle joie! Mes prières qui d'habitude duraient quelques minutes durent maintenant toute la journée." Mahomet lui répondit: "Je suis heureux que vous ayez aimé la leçon, mais, s'il vous plaît, dès aujourd'hui, arrêtez cet exercice".

Le Soufi enseigne l'équilibre par la posture et le mouvement qui comprennent le contrôle des actions et de l'activité du corps; il enseigne l'équilibre de l'esprit par la concentration grâce aux exercices de Nimaz, Wazifa et Zikr. S'asseoir chez soi et fermer les yeux n'est pas concentration; les pensées continuent bien que les yeux soient fermés. Il est important de choisir le bon objet de concentration. C'est par la concentration et la méditation qu'on expérimente l'extase. L'homme, par le contrôle du moi, fait l'expérience du monde au plan le plus élevé, en lequel toutes choses sont Une. Mais la direction d'un Mourshid, d'un maître est nécessaire pour cela, autrement l'équilibre serait perdu. Cela, personne ne peut l'accomplir par soi-même. Et si quelqu'un le pouvait, il s'intéresserait tellement à cette expérience qu'il s'absenterait de ce monde; il deviendrait inattentif, aliéné mental et il en résulterait beaucoup d'autres conséquences désastreuses.

Il n'y a pas de plus grand bonheur, de plus grande bénédiction que l'extase. L'homme pense: "Je suis ce que je vois, cette petite masse de chair, de sang, de peau, c'est moi". Mais par l'extase, la conscience est libérée du corps, de son emprisonnement; alors elle expérimente sa véritable existence au -

dessus de toute douleur, perturbation et tout chagrin. C'est la plus grande joie. Expérimenter cela, en gardant le contrôle du corps et des sens grâce auxquels nous expérimentons toute la vie de ce monde, c'est posséder l'équilibre, c'est l'état le plus élevé.

II

Ce ne sont pas seulement la force musculaire ou l'énergie nerveuse qui permettent à l'homme de se tenir debout sur terre. Outre ces deux facteurs il y a l'équilibre; c'est lui qui permet à l'homme de se tenir debout et de marcher sans tomber. On peut avoir énergie nerveuse et force musculaire, et pourtant ne pouvoir se tenir debout, ni marcher, par manque d'équilibre. Lorsque nous en venons au mental, pouvons nous dire que ce soient le raisonnement ou la portée d'une vaste imagination qui font l'homme réfléchi? Non, c'est l'équilibre. Il y a beaucoup de gens dont l'imagination est si grande qu'ils peuvent flotter en l'air durant des heures; il y en a d'autres dont la faculté de raisonnement est si puissante que leurs pensées tournent sans fin et n'aboutissent nulle part. Ce ne sont donc ni le grand raisonnement ni la vaste imagination qui font un homme vraiment réfléchi, c'est l'équilibre.

Le profond sentiment du coeur, pas plus que l'extase spirituelle ne donnent à l'homme l'illumination. Il peut être en extase, avoir des visions, voir des phénomènes, et pourtant ne pas être spiritualisé. Il peut avoir des idées religieuses, vivre une vie pieuse, avoir des idées élevées; pourtant, même alors, ne pas être nécessairement une âme illuminée. Cela prouve que pour maintenir notre corps dans l'état où il doit être et garder l'esprit accordé au ton juste, l'équilibre est nécessaire.

Quand nous étudions la nature, nous trouvons que la croissance des plantes, la vie des arbres, tout dépend de l'équilibre, et quand nous pensons au cosmos et que nous étudions la condition des étoiles et des planètes, nous comprenons avant tout qu'un corps céleste maintient l'autre. Toute destruction survenant dans la nature, comme éruptions volcaniques, inondations, tremblements de terre, viennent du manque d'équilibre. Tant que la nature garde son équilibre, les abîmes du coeur de la terre restent comme ils sont; les gens peuvent marcher sur eux, il ne leur arrive aucun mal. Les tempêtes, les famines, toutes les catastrophes, comme aussi les épidémies qui tombent sur l'humanité sont causées par le dérangement de cet équilibre qui préserve le bien-être des humains. Cela nous en-

seigne que le secret de l'existence, aussi bien de l'individu que de tout le cosmos, réside dans l'équilibre. Il ne serait pas exagéré de dire que tout succès, comme tout échec, sont causés par l'équilibre ou le défaut d'équilibre. Progrès et manque de progrès peuvent s'expliquer comme venant de l'équilibre et du manque d'équilibre.

Concernant l'équilibre, on peut aussi comprendre que la vie est mouvement et l'équilibre contrôle ce mouvement. Mais l'équilibre parfait contrôle tellement le mouvement qu'il lui apporte un état d'inertie. Par exemple, si la force de la main droite était égale à celle de la main gauche, si la jambe droite et la gauche étaient égales, l'homme ne serait pas capable de travailler ou de marcher. Si chacun des deux yeux voyait avec le même pouvoir, on ne serait pas capable de voir. Toute chose est contrôlée par l'équilibre, mais trop d'équilibre la détruit; car l'excès d'équilibre apporte l'immobilité. C'est l'équilibre ordinaire, non pas total, qui amène le succès. L'art vient aussi de l'équilibre du sens de la ligne et de la couleur, et dans les sciences le génie vient de l'équilibre entre la perception et la conception.

Le problème primordial est de savoir comment réaliser l'équilibre et comment le maintenir. Je dirai que l'équilibre étant naturel, il n'est pas besoin de le réaliser; la question est seulement de savoir comment le maintenir et comment l'atteindre. En ce monde actif, l'influence de la vie éloigne toujours l'individu de son équilibre. Dans n'importe quelle direction, quelle occupation de la vie, quel travail, il est toujours difficile de maintenir l'équilibre. Les Soufis ont donc trouvé à cela une clé: c'est de s'isoler en soi-même, acquérant par là l'équilibre complet en eux-mêmes. J'ai déjà dit que l'équilibre parfait signifie destruction de l'action.

Mais quand on y pense du matin au soir, notre vie n'est rien d'autre qu'action; on ne peut donc évidemment pas garder cet équilibre. Pourtant si nous consacrons quelques minutes à la méditation, au silence, nous pouvons toucher cet équilibre complet durant un moment, ce qui permet alors à un certain équilibre de se maintenir naturellement dans notre vie active.

Très souvent les gens commettent l'erreur de penser qu'ils peuvent à l'aide de la méditation ou du silence, produire le succès dans l'activité. Si cela résulte en succès, c'est seulement parce que l'équilibre dans la méditation permet à l'homme de maintenir l'équilibre nécessaire à l'activité. La vie extérieure dépend de la condition intérieure de l'individu; quelque soit son état d'être, succès ou échec, progrès ou arrêt, tout vient de la condition qu'il expérimente en lui-même. L'homme de sens commun dira: "vous avez eu succès ou échec pour telle ou telle raison". Celui qui s'adonne à la voyance dira: "du fait qu'un esprit ou un revenant a dit ceci ou cela, les conditions seront pires ou meilleures". L'astrolo-

logue dira qu'à cause de telle planète se trouvant ou non dans notre maison astrologique nous passons par telle ou telle condition. Mais suivant le Soufi, la condition de la vie qui environne l'être dépend absolument de celle de son moi intérieur ; donc, ce qui est nécessaire pour changer les conditions de la vie extérieure ou se mettre soi-même en harmonie, c'est d'agir sur son moi intérieur pour y produire l'équilibre nécessaire.

Une fois l'équilibre perdu, on ne peut le retrouver qu'avec grande difficulté. En premier lieu, il est souvent difficile de conserver l'équilibre dans sa vie journalière; quand il est perdu il y a peu d'espoir de succès, de bonheur, de progrès. C'est comparable à une pendule dérégulée; elle ne peut marcher correctement jusqu'à ce qu'elle soit de nouveau bien réglée.

Il en est de même pour l'âme. Si quelqu'un a perdu sa fortune, est devenu prodigue, irréfléchi, c'est un signe de perte d'équilibre. Etre trop triste, trop occupé, trop paresseux, prouve un manque d'équilibre. Tout ce qui peut être appelé excessif est toujours dépourvu d'équilibre.

L'équilibre est l'état de progrès individuel et de considération pour autrui. Celui qui ne possède qu'un seul de ces côtés manque d'équilibre. Quand nous ne pouvons comprendre le point de vue d'un autre, c'est un manque d'équilibre. En même temps il est difficile de situer exactement où et quand l'équilibre s'établit. Par exemple, pour la Chine, les traits des visages chinois sont normaux; ceux des Grecs ou des Romains étaient normaux pour ces peuples et leur époque. Nous appelons normal ce qui est général, ce qui appartient à tout le monde. C'est pourquoi, durant la saison du froid et des rhumes, nous pouvons dire que le froid et les rhumes sont naturels.

La vie est sans doute difficile pour beaucoup d'entre nous, mais nous nous la rendons souvent plus difficile encore. Nous créons nos propres difficultés quand nous ne comprenons pas la nature réelle de la vie et de son caractère. Cinq pour cent de nos difficultés sont causées par les conditions de la vie et quatre-vingt quinze par nous-même. Mais, demandera-t-on, de quelle façon les provoquons-nous? Nous n'aimons pas la lutte dans la vie, nous détestons les conflits, nous ne désirons que l'harmonie et la paix.

On devra comprendre qu'avant de faire la paix, la guerre est nécessaire et qu'il nous faut l'engager avec nous-mêmes. Notre pire ennemi, c'est nous-mêmes, nos fautes, nos faiblesses et nos limitations; et notre mental est un traître. Il cache nos fautes même à nos propres yeux et nous montre les autres comme raison de toutes nos difficultés. Il nous trompe ainsi constamment, nous tenant inconscients de l'ennemi, réel et nous poussant à lutter contre les autres qu'il nous montre comme nos ennemis.

Mais d'autre part, nous devons nous orienter vers Dieu. A mesure que nous nous élevons, notre point de vue devient plus haut, aussi haut que notre vision peut atteindre. A mesure que l'homme évolue, sa vision s'élargit; en tout ce qu'il fait il fera résonner la note divine qui est curative, reconfortante et donne la paix à toutes les âmes.

L'équilibre est la sécurité de la vie; non- seulement de notre propre vie, mais il aide à maintenir toutes choses autour de nous. En Orient, les gens ont toujours considéré comme essentiel le maintien de l'équilibre dans la vie. Les différents exercices qu'ils ont prescrits sous forme de religion, de dévotion, ou dans les domaines philosophique ou psychique, l'ont tous été en vue de maintenir l'équilibre.

LA MANIERE DE FORTIFIER LA VOLONTE

par

Sharifa Goodenough

La volonté, qu'est-ce que c'est?

Chacun en a une idée, et pourtant il est difficile de la définir.

On pourrait dire que vouloir, c'est souhaiter, désirer avec intention. Oui, mais ne peut-on pas souhaiter sans intention? Certes. Et la volonté a tout de même son mot à dire: quelquefois nous souhaitons, nous désirons contre notre intention. Par exemple nous avons décidé de ne pas manger de sucreries et cependant nous voyons devant nous un plat sucré qui nous tente, et puisque nous avons décidé de ne pas en manger nous nous en abstenons. Autre exemple: nous souhaitons nous lever et nous désirons rester au repos. Notre volonté fait que nous suivons notre souhait, qui est de nous lever, contre notre désir qui est de rester au repos.

Et quand on ne désire pas une chose, peut-on se forcer à vouloir cette chose qu'on ne veut pas? Oui, on peut se forcer à la vouloir et à force de volonté, après un temps très long peut-être, on commencera à la désirer.

Ainsi, la volonté ne se laisse pas aisément définir, comme toutes les impulsions vraiment primordiales dans la nature d'un être humain.

Une volonté ferme consiste en deux aspects: la force, la fermeté de l'impulsion, puis en second lieu, sa persistance. La force de la volonté vient de la force de la nature. Une volonté forte se trouvera naturellement chez un être de forte vitalité; mais une volonté qui n'est pas aussi forte que la première peut cependant être très persistante, très ferme à sa manière, elle ne déviara pas. Et dans le premier cas au contraire, il pourra se trouver des impulsions très fortes, mais de courte durée.

La manière de cultiver la volonté, de l'affermir est de la cultiver sous ses deux aspects.

Premièrement, laisser libre cours à son impulsion, mais en tenant en mains les rênes de cette impulsion. Si on lui laissait un absolu libre cours, elle s'épuiserait peut-être très vite. Si au contraire on réfrénait chaque impulsion, on se refusait à chaque désir qu'on a, la volonté risquerait d'en être affaiblie. Il faut donc la retenir un peu comme on re-

tiendrait un cheval par les rênes, mais sans casser son impulsion.

En second lieu il faut la maintenir ferme vers son but. C'est une tendance naturelle à l'esprit humain de vouloir plusieurs choses à la fois. La volonté fléchit alors de son but. En la maintenant ferme on la fortifie davantage que par tout autre exercice. La concentration et la volonté sont bien l'une à l'autre. La concentration fortifie la volonté et la volonté fortifie la concentration.

Mais on pourrait se demander si ceux qui ont une volonté forte ont aussi forcément une bonne concentration? Quelquefois la volonté peut être forte, mais par faiblesse des nerfs ou par manque de maîtrise de l'esprit, la concentration ne sera pas aussi puissante que la volonté. Cependant en cultivant la concentration, on augmente la force de la volonté.

Ainsi, en persistant dans une même volonté - non seulement en l'empêchant de s'endormir ou au contraire de s'installer, en maintenant son rythme, mais aussi en la guidant dans une même direction, on la fortifie.

C'est pourquoi il est bon de finir tout ce que l'on entreprend, de ne pas changer d'idées en route, même pour le plus petit écart. Cela ne veut pas dire qu'on doive continuer quand on commet une erreur; mais à moins d'une raison valable il faut continuer d'accomplir ce qu'on voulait accomplir.

En outre, la volonté et l'intelligence doivent être en harmonie. Quand l'excès de volonté est lié à peu d'intelligence, il en résultera l'entêtement. Quand il y a beaucoup d'intelligence mais peu de volonté, quelle que soit la tâche qu'on entreprendra, elle sera sans profit pour soi et pour les autres.

Mais le cas des enfants entêtés est souvent difficile. Chez eux ce peut ne pas être manque d'intelligence, mais manque de connaissance, manque d'expérience: si l'enfant possède une volonté forte et qu'il soit trop jeune pour comprendre ce qu'il fait, ou s'il manque d'expérience pour voir l'effet de ses actions, il sera entêté. En ce cas, ce ne pourra être un défaut, ce serait plutôt une promesse pour l'avenir.

Il en va différemment pour l'adulte. Chez lui l'intelligence est arrivée à son plein développement. Si elle ne suffit pas pour montrer les conséquences d'une action, chez celui dont c'est le cas, c'est un manque d'équilibre. Son intelligence n'est pas l'égale de sa volonté.

Quant à celui qui a beaucoup d'intelligence mais peu de volonté, il commencera mille choses sans les terminer ou ne fera rien du tout, ne prendra aucune décision par manque de force de volonté.

Si la volonté manque naturellement de force, peut-on la développer, créer une volonté? On ne peut pas la créer, mais on peut beaucoup la fortifier.

Une manière de fortifier la volonté par l'exercice est celle qu'emploient les mystiques et surtout les Yogis; à chaque moment ils font le contraire de ce qu'ils veulent faire. Par exemple, dans ce cas il faudrait dormir quand on voudrait veiller, veiller quand on voudrait dormir, manger à heure fixe quand on voudrait faire différemment, jeûner quand on ne désire pas jeûner, occuper son esprit quand on voudrait se reposer, aller à gauche quand on voudrait aller à droite, manger des mets salés quand on en voudrait de sucrés, aller au théâtre quand on voudrait se reposer, rester chez soi quand on voudrait sortir.... Et par là se développe une très grande force de volonté.

Il ne serait pourtant pas sage d'employer ce procédé dans l'éducation des enfants. Si l'on contrariait toujours leurs penchants, les obligerait à faire l'inverse de ce qu'ils veulent, on atrophierait au contraire leur volonté propre. Ce qui est souhaitable pour eux, c'est un certain degré de discipline. Une certaine discipline fortifiera leur volonté, les obligera à faire ce qu'ils ne feraient pas seuls.

Une volonté forte est une condition indispensable pour accomplir quoi que ce soit. Elle n'est pas moins nécessaire dans la vie spirituelle que dans la vie du monde, elle est plus nécessaire même.

Les exercices de concentration sont des exercices qui développent en nous la volonté. Si l'on peut très bien concentrer son esprit c'est une preuve de force de volonté. Mais si l'on ne peut le faire ce n'est pas nécessairement signe de manque de volonté. La nervosité, le manque d'entraînement, l'habitude d'avoir toujours l'esprit en mouvement, font que la concentration est difficile. Mais l'exercice continu de la volonté dans la concentration finira par rendre la concentration facile en même temps qu'elle augmentera la force de volonté.

En conclusion, la volonté, qu'est-ce que c'est? C'est l'essence même d'un être humain, c'est même son âme. Du point de vue mystique il n'y a aucune différence entre la volonté et l'amour, sauf dans la façon d'envisager la volonté.

La volonté dirigée vers un but est l'amour de ce but.

L'amour est un terme poétique employé pour ce qu'en termes philosophiques on appelle volonté.

R A S S A S H A S T R A

V

TYPES D' AMANTS

(I)

Dans ce monde de variété on peut affirmer que jamais deux visages ne sont semblables, ni deux caractères, pas plus que deux personnalités. Qu'il y ait une unité dans le plan des choses, que l'harmonie gouverne l'existence entière, prouvant ainsi son évolution à partir d'une même source d'activité, ont de tout temps été la croyance des Sages et la réalisation des plus hautes intelligences. Et cette source d'où tout jaillit a une individualité distincte et définie pour la raison qu'on retrouve une individualité distincte en toutes choses créées. En chacun on voit le "Je" conscient de son identité séparée, distincte et particulière.

Deux roses sur une même tige ne sont exactement semblables ni deux feuilles identiques, Plus on pénètre dans l'étude du caractère humain, plus on se rend compte que chaque être humain est lointain, inexploré, inconnu. Néanmoins, puisque nous appelons rose une certaine variété de fleurs, nous pouvons de même vaguement généraliser et diviser les êtres humains en variétés se distinguant les unes des autres suivant leur attitude d'ensemble vis-à-vis du sexe opposé.

L'idéaliste - imaginaire et adorateur de la beauté, - se perd en elle qui a touché son coeur en faisant appel à son idéalisme. Son amour se nourrit de la beauté qu'il contemple et qui le porte. Mais aussitôt que son coeur en est privé, son amour faiblit. Et quand cet idéal cesse de l'être à ses yeux, son coeur alors meurt.

Il y a aussi l'artiste en amour, un homme plein d'esprit, d'intelligence, raffiné, délicat, mais affectueux aussi dont l'intense sensibilité répond immédiatement à la beauté. Raffiné et pourtant rude et capable de cacher son affection, il est prêt à être aimable envers celle qui l'aime, mais à celle qui l'attirera le plus il cachera cette attirance. C'est la grâce et la beauté qui séduisent l'artiste amoureux, et selon son évolution et la culture de son entourage, il s'intéressera à tout ce qui lui semblera exquis, charmant de manière, de forme ou d'expression.

Un troisième type d'amoureux aime les femmes sans voir en elles de grandes différences, sans chercher à les préciser. Quelle que soit la femme sur laquelle tombe son regard, il la voit nue. Quand il en aime une, ce n'est pas la personne hu-

maine à laquelle il tient mais simplement la femme. Ses émotions sont mortes; une femme ne l'intéresse pas et n'est pour lui qu'un moyen pour s'exprimer lui-même.

Le quatrième type d'homme est rude et brutal. S'il pense à une femme, c'est pour jouir d'elle en pensée. Ses manières sont frustes vis-à-vis des femmes; il est passionné et plein de convoitise. Non seulement il se désintéresse de ses sentiments à elle et ne s'en soucie pas, mais encore n'hésite pas à la faire souffrir pourvu que lui soit satisfait.

Enfin, celui qui, seul peut-être, devrait être appelé amant, est un homme qui n'est pas susceptible quoique bienveillant et plein de sympathie pour tous. S'il aime, il acceptera poison ou nectar des mains de sa bien-aimée, s'il lui déclare son amour. Il lui appartiendra totalement. Celui dont l'amour s'occupe constamment de l'aimée et la garde dans son coeur, ne peut admettre de partage. Tandis que l'idéaliste est captivé par la beauté de la personnalité, lui contemple la beauté de l'âme de sa bien-aimée. Son amour est aussi sacré à ses yeux que sa religion; celle qu'il aime fait corps avec son propre être et dans sa vie, il vit. L'amour est pour lui un lien qui le lie éternellement ici-bas et dans l'au-delà, lui prouvant la continuité de la Vie après la mort.

(2)

Autrefois, parmi les Hindous, on disait que l'humanité se divise en trois classes:

Deva, l'homme divin - Manusha, l'homme humain - Rakshasa, l'homme-monstre. C'était la coutume, qui existe encore, de consulter avant mariage, un astrologue qui puisse étudier les horoscopes des parties contractantes, jouant ainsi le rôle du troisième personnage, observateur intelligent, conseiller et à même d'empêcher toute union entre deux êtres appartenant à un type d'humanité distinct qui ne s'harmoniseraient jamais.

L'un et l'autre par exemple devait être du type Deva ou Rakshasa de façon que l'harmonie règne entre deux personnes de la même classe, le sage avec le sage, le cruel avec le cruel, le sot avec le sot. On pensait que si l'harmonie pouvait régner entre des compagnons de types proches, comme entre Deva (homme divin) et Manusha (jeune fille humaine), ou entre Manusha et Rakshasa, il y avait peu de chance d'harmonie entre Deva et Rakshasa, c'est-à-dire entre Deva et homme monstre. Ou bien la finesse de l'un serait entraînée et ruinée par la nature grossière de l'autre, ou le contraire. Le troisième personnage, le Brahmine, sous prétexte de lire les horoscopes, et de s'enquérir sur les caractères, avait tout loisir de replacer l'homme et la femme dans leurs catégories propres, d'avertir et d'éviter peut-être un futur désastre.

RASSA SHASTRA

VI

LE CARACTERE DE L'AIMÉE

(I)

Dans la poésie persane on donne à la femme aimée un certain caractère appelé "Shukhi". Ce charme, décrit par le poète persan comme Shukhi, se trouve plus fréquemment dans la femme que dans l'homme. Il est possible pourtant que beaucoup de femmes le considèrent comme appartenant à un homme vis-à-vis de la femme qui l'aime. Cette caractéristique de l'aimée peut à peine être appelée belle, mais elle est plutôt séduisante. Sa note principale est l'inattention ou un genre d'indépendance insouciant avec une pointe d'insolence.

Changeante, la femme se montre telle qu'elle est et pourtant sait se retenir. Par son rire facile, elle saisit rapidement le côté amusant ou ridicule des choses. Elle-même pourtant est vulnérable au ridicule et sensible aux attentions qu'on lui donne; délicatement elle voudra s'assurer jusqu'où vont les sentiments de son amoureux pour elle.

Egoïste et aimable, elle est réceptive et pourtant refuse de répondre; gaie, bavarde, moqueuse et toujours amusée, quoique prompte à s'offenser, elle est une perpétuelle source de surprise pour son amant qui se sent constamment en état d'alerte s'il ne veut pas la perdre. Il sent aussi qu'il devra la traiter avec douceur, cet être qui lui semble plus gai et léger, plus faible et fragile, tellement plus délicat et gracieux qu'il ne l'est lui-même, afin de ne pas le blesser.

L'aimée, pour son amant, est la vie même, et c'est là que se trouve le secret de l'attraction qu'elle a pour lui. Elle voltige, toujours hors de sa portée et de sa compréhension. Rayonnante comme le soleil et rieuse, elle redonne vigueur; sa manière de se moquer et de ridiculiser, ses mille exigences sont autant de stimulants; même sa légère insolence l'aiguille vers des efforts accrus dans toutes sortes de directions, là où sans elle il ne se serait jamais aventuré.

Mais quelle explication se donne-t-il à lui-même de son amour? Il aura mille raisons et pourtant restera perplexe n'en trouvant pas une qui, à elle seule, serait suffisante. Il désespère d'être capable de lui faire comprendre la profondeur de son sentiment; alors il imaginera qu'il est malade et mourant et qu'à l'annonce de sa mort elle répondrait.

"Un rire léger: Comment, Mazhar est mort!
Hélas pauvre incapable! Je ne savais pas,
moi quel était son mal. Elle ajouterait
encore: je ne le savais pas assez malade
pour mourir!"

Ou encore, l'amant s'imagine mort et couché dans sa tombe. Il la voit tandis qu'elle marche légère sur l'herbe qui le recouvre, serrant ses draperies autour d'elle afin que sa main étendue par hasard, ne la puisse frôler. L'amour cependant, semblable au feu, meurt s'il n'est alimenté en combustible. Dans son désespoir, l'amant reconnaît ce fait et la blâme, elle, d'avoir prodigué les encouragements qu'il désirait. Elle représente la joie éphémère, le rapide passage du rire, la difficulté d'arrêter un instant la beauté.

"Elle est la maladie sans fin du coeur,
Et en est elle-même l'unique remède."

(2)

D'après les Hindous il y a quatre types de femmes qui influencent la vie des hommes.

Padmani, l'idéal du poète, fine et délicate, au maintien plein de grâce, est faite pour être aimée et a elle-même le coeur plein d'amour. Sa voix est basse et douce, ses paroles gracieuses, son expression douce et gentille. Les femmes l'admirent son amitié et sa présence apportent le ciel sur la terre des hommes. Elle s'aventure quelque peu quand elle fait d'un homme son ami, ce qui la sort de son groupe car les femmes sont ses amies naturelles et c'est vers elles qu'elle se tourne par intérêt et par besoin de protection. Dans son coeur il n'y a de place que pour un seul aimé que rien n'en peut chasser. Son sourire pour lui découvre le ciel; son regard bienveillant laisse une impression prolongée; ses douces paroles résonnent dans son coeur pour toujours, et pour tous, il est visible qu'elle le considère comme son roi.

Elle est intelligente et simple, courageuse et timide, patiente et endurente, de pensée constante et ferme et tout ce qui est tendre et émouvant la touche. Son maintien est toujours celui qui convient. Elle aime l'ordre, respecte les personnes âgées et devant les difficultés, fait preuve de patience et de constance; elle sait s'oublier et n'a pas de prétentions. Ses affections sont profondes et il lui est difficile de les exprimer, mais son visage, sa physionomie, son regard, chaque parole et chacun de ses mouvements expriment une image de beauté et de dévotion à l'idéal choisi. Une Padmani se rencontre rarement dans la vie et l'homme qui gagne son coeur entre dans le royaume de Indra-Ioka, le Ciel des Hindous.

Chitrani est très belle et brillante. Elle est heureuse parmi les femmes mais préfère le sexe opposé. Par nature elle

est affectueuse et désire recevoir de l'affection. Sa voix est comme une musique, un chant; ses paroles sont empreintes de poésie. Elle n'est pas aussi idéaliste que Padmani, mais elle est raffinée et de manières adroites, sait exprimer ce qu'elle aime et n'aime pas, d'une façon charmante et amusante. Elle n'aime qu'un seul homme quoiqu'elle puisse fort bien faire croire à un autre qu'il a, lui aussi, quelque chance de gagner son coeur. Elle est à la fois vaniteuse et modeste, hardie et exclusive. Elle joue à cache-cache avec son amoureux. Mieux que des paroles, son regard rapide, un sourcil qui se lève, un simple geste, un mouvement de la main ou d'une épaule, révéleront sa pensée et son humeur. Elle exprime son amour plus de mille fois, gagne et regagne le coeur de son amoureux. Son regard planté droit dans les yeux attire à la surface l'âme de celui qui l'aime. Elle est sous son contrôle, et pourtant le contrôle. Elle est avec lui et pourtant séparée, Maya, l'insaisissable. Elle est la perle de son coeur.

Shankani est forte, rude et pleine de détermination. Ses sympathies et antipathies ont toujours quelque chose de désespéré. Son coeur se gagne en un instant si la passion s'en mêle et elle change facilement d'un amour à un autre. Les hommes sont sa préoccupation mais l'amour d'un seul ne l'impressionne pas profondément et elle-même ne saurait se contenter toujours du même. Elle est assez hardie dans ses propos et sa nature est émotive. Les amitiés féminines l'intéressent peu et l'on trouve généralement qu'elle manque de considération pour elles. Sa silhouette est gauche. L'esprit manque d'équilibre; un jour elle chante les louanges d'une personne et le lendemain jette son idole brisée.

Hastami est gourmande et impulsive. Sa voix, ses gestes, ses paroles démontrent bien que la complaisance pour soi-même et la passion sont les dominantes de son caractère. Aucun attachement sérieux ne marque sa vie et elle peut rompre brusquement un lien par une parole de colère ou un sentiment de déplaisir, de désaccord. Ses agissements sont intempestifs et ses façons si cassantes qu'elle choque les sentiments de paix et d'amitié. Elle ne plaît pas aux femmes qui se tiennent sur leur garde et la craignent; elle n'est d'ailleurs une camarade plaisante et fidèle pour personne, pas même pour son propre compagnon.

Si la puissance d'expression émotive ne cesse de croître entre les femmes du type de Padmani jusqu'à celui de Hastami, il y a en contrepartie une diminution de la capacité de former un attachement durable. Chez Chitrani on trouve un équilibre certain entre la profondeur du sentiment et la beauté d'expression de ce sentiment. Chez Padmani le moi est absorbé dans l'idéal et l'égoïsme disparaît. Plus que tout autre chose, c'est ce qui produit la beauté qui soulage, calme, rayonne de bonheur.