

## LA PENSÉE SOUFIE

d'après l'enseignement de

HAZRAT INAYAT

EDITORIAL

Bien des gens qui approchaient Hazrat Inayat vers les années 1920 étaient fort déroutés au premier abord par ce personnage fascinant mais singulier. Qui était-il? Dans quelle catégorie le placer? Venait-il en missionnaire? Mais il ne prônait aucune religion définie. Venait-il alors en ambassadeur de la culture indienne ou islamo-indienne? Mais Son Message dépassait complètement celle-ci et d'ailleurs c'était souvent de leur propre religion, voire de leur propre culture qu'il dégagait un enseignement que ces gens n'avaient pas sû y trouver. C'était un Sage Soufi, disait-on. Mais on savait bien ( en Occident et dans ces années là ) qu'en fait de Sages, on n'en pouvait trouver que dans les délicieux contes orientaux, et parmi tout un appareil de génies, de mots magiques propres à ouvrir les portes des cavernes, de lampes merveilleuses et de tapis volants. Un Sage prenant son tramway comme tout le monde, et avec un ticket? Comme c'est étrange...

Gens qui appartenaient à une société ne doutant pas encore d'elle-même, persuadée qu'elle éclairait encore le monde par sa civilisation, à peine ébranlée par le coup de semonce terrible de la Grande Guerre ( "la dernière", disait-on ), sourde à l'avertissement de la Révolution Soviétique...

Il nous est difficile, à nous autres aujourd'hui, de nous représenter l'atmosphère encore si légère, encore si euphorique et si libre où se mouvaient les esprits d'alors. En deux générations tant d'eaux ont emporté tant de choses, en passant sous nos ponts!

C'est ce qu'une amie maintenant disparue me racontait en évoquant ses premières rencontres, à Suresnes, avec le Maître. Rencontres qui n'allaient pas sans étonnements, sans luttes avec elle-même, sous le choc de l'espèce de révélation qu'il apportait. Non pas seulement par ce qu'il disait, mais surtout par ce qu'il "était" et qui émanait de lui. C'était une révélation qui entraînait en conflit avec ce que la future disciple croyait savoir et connaître d'elle-même, du monde et des valeurs du monde, et de l'humanité. Conflit qui prenait parfois des formes baroques. Ne me disait-elle pas, riant d'elle-même : " en ce temps-là (c'était juste après la guerre de 14) l'idée m'est même venue que ce pouvait être un espion!" Enfin elle

osa lui faire part de ses doutes. Elle osa lui demander, tout de go: "à quoi reconnaitrai-je que votre enseignement a de la valeur?" Il inclina sa belle tête, sourit et répondit simplement: "Vous reconnaitrez l'arbre à ses fruits."

Cette anecdote pourrait se passer de commentaires et s'en aller nourrir le florilège des pieux souvenirs sur Hazrat Inayat, si elle ne s'adressait en fait, à chaque âme qui cherche, c'est-à-dire à chacun d'entre nous.

Car que l'on s'attache au Soufisme, que l'on cherche à progresser dans sa propre religion ou que l'on emprunte quelque chemin que ce soit vers la Vérité, la même question s'est posée, se pose ou se posera, à un moment ou à un autre de son entreprise, à tout esprit qui cherche: est-ce que je fais bien de m'engager sur cette voie, n'est-ce pas une perte de temps et d'énergie qui aboutira à une déception? et à quoi puis-je reconnaître que je ne m'engage pas à faux?

A cette question l'on peut faire une réponse analogue à celle que Hazrat Inayat fit à sa future disciple; on peut se dire: je reconnaitrai la justesse de mon engagement aux fruits qui en résulteront pour moi. Si la conséquence en est un élargissement de mon horizon, un meilleur équilibre intérieur et une inspiration nouvelle pour continuer à vivre, alors je saurai que ma confiance n'a pas été vaine.

Cette anecdote nous montre encore ceci: quelle que soit la voie où nous nous engageons, il ne nous est pas demandé de le faire sur des promesses vagues, invérifiables, telles que: "si vous suivez cette voie et si vous êtes bien sages de surcroît, vous irez peut-être au Paradis, plus tard, après votre bonne mort". Il nous est demandé au contraire de suivre ce chemin avec les yeux ouverts et de nous y sentir responsables de nous-mêmes. Ces promesses vagues sont pour ceux qui s'attachent au côté extérieur de la religion, pour ceux qui dorment, pour les âmes-enfant. Et encore ... Est-ce qu'aujourd'hui ceux qui dorment acceptent encore de telles promesses? Ne voit-on pas dans les générations montantes une désaffection accélérée pour ne pas dire un certain dégoût envers les choses de la religion? Mais ceux-là mêmes qui s'en attristent le plus se sont-ils demandés pour quelle religion se manifestait ce dégoût, cette désaffection? Est-ce pour la religion invérifiable, les promesses vagues faites aux âmes puériles, ou pour la part expérimentale, adulte de la religion? Je sais. Cette distinction sans nuances est dure, choquante et probablement injuste. Pourtant, que l'on réfléchisse et l'on verra que ce qu'on peut appeler la partie expérimentale de la religion est celle qu'ont empruntée tous les Saints, tous les Sages et tous les Maîtres, dans toutes les parties du monde et à toutes les époques, depuis que les religions existent. Quant à ceux qui se sont contentés de l'autre, quelle trace ont-ils laissée?

On trouvera dans les pages de ce cinquante-troisième numéro:

1 - Une conférence sur le bonheur par Hazrat Inayat. Une conférence qui, peut-être, ne sera pas d'abord facile pour chacun de nos lecteurs. C'est qu'il s'agit d'un sujet fondamental. Comment apprendre à vivre dans le monde tel qu'il est et pourtant trouver le bonheur. Non pas un peu de bonheur, ce qui n'est qu'une ombre de bonheur, mais un bonheur qui nous suive et s'accroisse jour après jour. Un bonheur qui soit à notre portée quoi qu'il arrive. Voilà le véritable bonheur et le seul qui vaille la peine qu'on le recherche. Et il peut être atteint. Parmi les conférences du Maître, il en est de deux sortes: celles dont on peut tirer un enseignement et un profit immédiats, parce qu'on les comprend (ou qu'on croit les comprendre) d'emblée, et celles dont le profit vient à la longue, en réfléchissant et en approfondissant et en tâchant d'appliquer ce que l'on a compris, à la lumière des expériences par lesquelles nous passons et au fil de notre propre vie. Cette conférence sur le bonheur appartient à la seconde catégorie. Puisse-t-elle nourrir nos réflexions et inspirer nos tentatives.

2 - La suite des Propos dans lesquels Chiragh s'adresse: "à toutes les âmes hésitantes qui ont compris la réalité et la valeur de l'idéal spirituel, mais qui n'osent. "Le Propos qu'on lira aujourd'hui traite de choses diverses, dans la perspective marquée par l'auteur dans son précédent Liminaire: garder un oeil sur l'art et la manière de vivre la vie spirituelle pour les hommes et les femmes de ce temps, laïcs en cette partie du monde."

3 - Enfin en pages jaunes, la suite également de "La Voie de l'Initiation et l'Etat de Disciple" par Hazrat Inayat.

---

#### APHORISMES

de HAZRAT INAYAT KHAN

Toutes les âmes dans le monde sont les réceptacles du message de Dieu; et non seulement les êtres humains mais même la création inférieure, tous les objets et toutes les conditions nous transmettent le message de l'Un, l'Etre Unique.

Il n'y a rien dans le monde qui ne soit pas l'instrument de Dieu.

Nous sommes trop limités pour voir la justice de l'Etre Parfait

---

SUITE DES APHORISMES DE

HAZRAT INAYAT KHAN

L'esprit est un monde, un monde que l'homme construit et dans lequel il fera sa vie dans l'au-delà, comme une araignée vit dans la toile qu'elle a tissée.

Quelle relation a l'âme qui a passé de la terre avec ceux qui y restent? La relation du coeur reste intacte et demeure ininterrompue aussi longtemps que le lien de sympathie persiste.

Celui qui ne cherche pas Dieu, à la fin du voyage d'illusion a un grand désappointement, car dans tout son voyage, il n'a pas trouvé la perfection d'amour, de beauté et de bonté sur terre, et il ne croit pas en un tel idéal ni ne s'attend à le trouver dans le Ciel.

Aucune âme ne périt; l'âme n'est pas née pour périr.

La mort est l'enlèvement d'un voile, après lequel beaucoup de choses seront connues de l'âme, relativement à sa propre vie et relativement au monde entier, qui avaient jusque là été cachées.

La mort pour les âmes spirituelles est seulement un portail à travers lequel elles entrent dans cette sphère que chaque âme connaît comme étant sa demeure.

Ce n'est pas seulement le lien de l'amour et de la sympathie, mais aussi la croyance en la vie future jusqu'au point d'une conviction, qui élèvent ceux qui sont sur la terre jusqu'à connaître quelque chose de ceux qu'ils aiment qui sont passés de l'autre côté.

Il n'existe rien de tel que la mortalité, excepté son illusion et l'impression de cette illusion que l'homme tient devant ses yeux sous forme de peur durant sa vie et encore comme une impression après qu'il ait passé de cette terre.

L'ignorance de soi-même donne la peur de la mort. Plus on apprend du vrai moi, moins on craint la mort. Car c'est seulement une porte par laquelle on passe d'une phase de la vie à une autre et l'autre phase est bien meilleure.

C'est la mort qui meurt, non la vie.

La vie et la mort sont toutes deux des aspects contraires d'une seule chose, qui est le changement. La mort, c'est seulement passer de la vie sur la terre à une vie encore plus grande.

---

LE BONHEUR

par  
Hazrat Inayat

Le bonheur dépend-il des circonstances de la vie, ou de notre manière de l'envisager? C'est une question souvent posée et à laquelle il n'est guère facile de répondre. Partant d'un point de vue philosophique, beaucoup diront que le monde matériel est illusion et les événements qui le conditionnent, un songe, mais, en réalité, fort peu parviennent à s'en persuader: la notion théorique est bien différente de la notion pratique; car il est fort difficile, en ce monde, de s'élever au dessus de l'effet produit par la vie phénoménale. Il n'y a en vérité, qu'un seul moyen de s'élever au-dessus d'elle, c'est de modifier sa manière de l'envisager; ceci, pratiquement, revient à changer d'attitude vis-à-vis de la vie.

En langage Hindou, la vie du monde est appelée Samsara. On la dépeint comme une vie entourée de brouillard. Nous pensons, parlons, agissons et sentons, sans cependant être pleinement conscients de la raison qui nous guide. Et si même quelqu'un connaît la raison de son action, il en est une autre, cachée derrière celle-ci, qu'il n'a pas encore discernée.

Souvent, les conditions de la vie sont telles qu'elles font de cette vie un esclavage; il semble que nous soyons condamnés à marcher entre l'eau et le puits<sup>†</sup>. Pour s'élever au dessus des contingences, il faut des ailes que tout le monde ne possède pas. Ces ailes sont attachées à l'âme; l'une est l'indépendance, l'autre, l'indifférence. Nous ne pouvons acquérir l'indépendance qu'au prix de nombreux sacrifices. Arriver à l'indifférence, alors que l'on serait naturellement porté à aimer et à sympathiser avec autrui, équivaut, semble-t-il, à s'arracher le coeur. Evidemment, lorsque l'âme parvient à déployer ses ailes, les conditions terrestres semblent disparaître au loin et l'on est délié.

Il n'est difficulté qui, tôt ou tard, ne puisse être surmontée; mais alors même que l'on satisfait à l'un de ses désirs, il demeure toujours quelque désir inatteint. Et, allant de l'un à l'autre de ces désirs, si nous nous efforcions de les assouvir, les objets de notre désir se multiplieraient à l'infini. Plus notre activité est grande, plus nous nous heurtons à des difficultés. D'autre part, si nous nous tenons à l'

<sup>†</sup>Certains puits, en Orient, ont un mécanisme intermédiaire entre l'eau et la surface; c'est à ce niveau intermédiaire que devait autrefois travailler l'esclave qui s'en occupait et qui ne voyait ainsi ni l'eau ni la lumière du jour. D'où l'expression employée ici. (N.D.L.R.)

écart de la vie, notre présence en ce monde est vaine. Plus la tâche est importante, plus il est malaisé de la remplir. Et c'est ainsi que chaque jour est suivi d'un soir, et cela jusqu'à l'éternité. La tâche d'un Soufi n'est donc pas uniquement de supporter les choses avec patience, mais encore d'envisager ces choses de manière à ne pas en souffrir. Souvent, le seul point de vue auquel il se place vis à vis de la vie, métamorphose cette vie pour un être. Il peut, à volonté, transformer l'Enfer en Ciel et notre peine en de la joie. Vue d'une certaine façon, une piqûre d'épingle paraît un coup de pée, transperçant le coeur. Vu d'une autre, le coeur devient impénétrable aux coups d'épingles, rien ne peut l'atteindre, les balles tirées contre lui retombent sans l'avoir touché.

Quelle est la signification de la marche sur les eaux? Les eaux sont le symbole de la vie. Certains s'y noient, d'autres y nagent, d'autres enfin, peuvent marcher sur les flots. Celui dont la sensibilité est si développée qu'il souffre nuit et jour à la suite d'une piqûre d'épingle est l'homme de la première catégorie. Celui qui accepte les coups et les rend, faisant un jeu de la vie, est le nageur. Il lui importe peu de recevoir un coup, car il trouve de la satisfaction à en rendre deux. Mais celui que rien ne peut atteindre est tout à la fois de ce monde et au dessus du monde. Il est celui qui marche sur les flots. La vie est à ses pieds, avec, à la fois, ses joies et ses chagrins.

En vérité, l'indépendance et l'indifférence sont les deux ailes qui permettent à l'âme de voler.

---

#### SUITE DES APHORISMES DE

HAZRAT INAYAT KHAN

Souvent nous souffrons parce que nous ne comprenons pas. La compréhension est une grande chose; une fois que nous avons compris, nous pouvons tolérer.

L'âme de chaque individualité est Dieu, mais l'homme a un esprit et un corps qui contiennent Dieu dans la mesure de l'accommodation.

L'eau de l'Océan est toujours pure en dépit de tout ce qui peut y être jeté. Ainsi l'Être Pur consume toutes impuretés et les tourne en pureté.

PROPOS  
de  
CHIRAGH

A toutes les âmes hésitantes qui ont compris la réalité et la valeur de l'idéal spirituel, mais qui n'osent.

II - LE CHEMIN DE DIEU EN NOUS

Déblayer le chemin de Dieu afin qu'Il puisse nous atteindre et prendre ensuite en nous la place qui Lui est destinée de toute éternité, voilà le premier et d'ailleurs le seul travail réel que nous ayons à faire, dès lors que notre vocation à la vie intérieure nous apparaît clairement.

Or, c'est justement la nature de ce travail de déblaiement que nous ne comprenons pas toujours dans nos débuts.

Notre caractère actif, agité, notre habitude de toujours "faire" quelque chose, notre besoin maladif de résultats tangibles, concrets et immédiats, tout nous porte à l'opposé de ce à quoi nous aspirons.

En outre, comme le dit Hazrat Inayat, " l'initiation consiste à faire un pas en avant dans une direction que l'on ne connaît pas encore". Hélas, il nous est beaucoup plus facile de faire un pas dans une direction que nous connaissons déjà. De sorte que nous voici, aiguillonnés par ce désir neuf que nous sentons en nous mais encore novices et aveugles, nous voici cherchant à devenir meilleurs que nous ne le sommes, ceci dans l'ordre moral; plus pieux et plus exacts à nos devoirs religieux, si nous sommes déjà les enfants d'une certaine Foi; nous documentant sur telle ou telle doctrine ésotérique et qui nous attire en nous plongeant dans ces saines lectures, car nous fondons nos espoirs sur la vertu de l'intellect et des idées; ou bien encore nous voici, tels des brâhmes pneumatiques, adonnés à des exercices respiratoires de yoga.

Sans doute, en ces entreprises diverses, pouvons-nous glâner bien des mérites. Sans doute nous est-il donné d'y développer notre sens moral et d'y conforter notre vertu, de nous y élever haut dans la piété (qui est refuge et réconfort en ce monde changeant), d'y affûter et d'y fortifier les armes de notre esprit, et même, par chance, d'y visiter d'autres mondes.

Mais la porte du Chemin de Dieu s'ouvre à l'exact opposé.

Et tandis que nous vaquons ainsi à l'Occident de notre destinée, dans ses tourbillons, ses tumultes, ses poussières, occupés à toujours conquérir, à toujours engranger des choses qui ne passeront pas (fussent-elles choses pleines de mérites) les portes de nos morts successives, à notre Orient silencieux attend, vêtu d'infinie patience. Celui qui seul peut nous contenter pleinement et pour toujours.

Et s'en rend compte l'être assez mûr pour avoir traîné sa nostalgie le long des chemins battus et rebattus de cet Occident sans jamais recevoir de réponse à sa question muette, ni étancher sa soif.

Celui-là, certes, s'il en restait là, pourrait se croire en droit de s'asseoir face à son ombre et de répondre avec le poète

".....par un froid silence  
au silence éternel de la Divinité".

Mais il vaut mieux encore qu'il se retourne.

J'ai reçu il y a quelques années, je ne sais plus comment et ne sais plus de qui, mais c'était certainement en un jour faste, une petite image où se voit l'entrée d'un monastère et qui est soulignée du tercet suivant:

Acquiers la paix intérieure  
et mille âmes, autour de toi  
trouveront leur accomplissement  
(Saint Séraphin de Sarov)

J'ignore qui était Saint Séraphin de Sarov, mais où qu'il soit maintenant, il ne trouvera pas mauvais que je lui emprunte ces trois vers parce qu'ils me paraissent une excellente introduction au propos d'aujourd'hui.

La paix donc, la paix dont il s'agit, est le contraire du tumulte des pensées, le contraire des levées et retombées de sentiments qui s'agitent sans contrôle et pratiquement sans répit dans le champ de notre pauvre conscience depuis le moment où nous ouvrons l'oeil le matin jusqu'à l'instant où nous sombrons dans le sommeil.

Quand nous aurons réussi à mettre un peu d'ordre dans la nature et dans le rythme de nos pensées, à contrôler quelque peu nos sentiments, nous tiendrons dans nos mains la condition de la paix. C'est-à-dire la clé du commencement, du milieu et de l'accomplissement de la vie intérieure. C'est par la paix qu'on y entre et par la paix qu'on y progresse. Voilà une vérité dont nous ne sommes pas assez convaincus.

Car dans nos débuts nous sommes si accoutumés aux choses concrètes et à la complexité de la vie que la paix nous semble une chose trop unie, trop vide, trop simple. Nous nous disons: il doit y avoir un autre secret; nous sommes anxieux de découvrir quelque manifestation, de recevoir de l'extérieur ou de l'intérieur de nous-mêmes un signe, une indication quelconque qui nous montrera que nous sommes dans le bon chemin. Nous pensons volontiers qu'une lumière, une vision, une voix se manifestera qui viendra nous encourager. Et nous sommes presque vexés de n'apercevoir sur notre parcours aucun Intermédiaire Céleste venu en "supporter" agiter de petits drapeaux...

Mais telle n'est pas l'habitude quand on commence à voyager vers cet Orient dont nous avons parlé. Nous sommes en route vers la Terre de la Paix, et, sauf exception, le signe de notre bonne direction est seulement que nous nous sentons plus paisible, mieux en paix et en accord avec nous-mêmes, avec l'existence et avec les autres et qu'à certains moments une joie simple, innocente et sans cause, un bonheur que nous n'avions pas encore expérimenté avec cette qualité particulière, commence à jaillir spontanément de notre coeur.

Après seulement viendra l'étape au cours de laquelle nous comprendrons pourquoi on appelle ce chemin le Chemin de Lumière. Mais il nous faut avoir patience. Parce que, si la vie spirituelle peut se comparer à quelque chose de concret, c'est à une décantation. Un chimiste nerveux, trop impatient pour laisser son flacon tranquille avant la fin de l'opération compromettra infailliblement le résultat de celle-ci: le liquide se troublera à nouveau et tout sera à recommencer. C'est pourquoi la paix, le silence intérieur qui écarte tout ce qui trouble l'esprit, doit être poursuivi avec persévérance; afin de laisser à tout ce qui n'est pas notre vrai moi l'occasion de se détacher de nous, de se sédimenter, laissant enfin limpide et introublé notre Moi transparent, lumineux, qu'on appelle aussi l'âme, dont nous sommes inconscients d'habitude et qui est pourtant la source et la cause de toute bénédiction.

---

Il y a trois points, ou si l'on préfère trois objectifs qui me paraissent mériter entretien pour celui qui se sent une vocation pour la vie intérieure et dont la destinée est pourtant de vivre la vie laïque (et souvent démentielle) que le monde où nous sommes plongés nous offre à tous en ce jour.

Le premier point et le plus essentiel pour celui ou celle qui débute est de se ménager quelques instants à heure fixe dans la journée pour se consacrer à sa recherche. Que le

moyen de cette recherche soit prière, méditation, silence intérieur, concentration ou même lecture, importe peu. Hazrat Inayat Khan disait que notre organisation psychique a quelque chose d'une pendule. La pendule se remonte à heure fixe et le reste du temps, le ressort travaille. Ainsi de notre économie. Si nous la plongeons quelques minutes dans une impression profonde de recueillement et de paix, cette impression nous restera pour un temps; et pendant que nous irons vaquer à nos tâches nous continuerons à bénéficier des vagues de tranquillité qui montent du fond de nous-mêmes tant que l'impression qui les a produites y restera vivante.

Il y a plus. Un certain rythme, lorsqu'il est maintenu régulier devient une habitude: l'organisme demande de lui-même, sans que la conscience de veille intervienne, son ravitaillement spirituel périodique, si l'on peut dire, et cela aussi est facteur de succès dans ce domaine de longue patience et d'endurance.

Il y a plus. Un rythme régulier est facteur d'équilibre, surtout dans notre existence actuelle, dont l'activité tend à devenir chaotique et par là grignote notre sérénité, notre résistance nerveuse et peut aboutir à ruiner notre santé.

Il y a plus. La santé physique dépend pour une grande part de cette vie invisible que la science n'a pas encore découverte et qui relie en un seul courant notre être intérieur et notre être à la surface, courant que les Soufis nomment "nafs" qui veut dire tout à la fois le souffle - l' "animus" des latins; l' égo - le moi; et enfin ce courant de vie dont il est question. Par la prière, la méditation, le silence intérieur et toutes pratiques de ce genre s'ouvre plus largement la porte entre notre être intérieur, profond et notre organisme à la surface, entre ce que nous appelons le corps et ce que nous appelons l'esprit. Grâce à ce courant le corps est vivifié et purifié, il devient plus perceptif et ainsi mieux capable d'expérimenter la vie.

Le second point est l'acquisition de la sobriété. Notre Maître Hazrat Inayat, nous en a parlé de façon inimitable, en nous montrant que la sobriété peut s'entendre comme un principe général et que son acquisition somme l'heure de la maturité pour l'âme qui s'éveille.

Partons donc de l'hypothèse que ceux et celles qui sont intéressés aux présents propos aspirent (au moins en leur for intérieur) à la Sobriété, avec un grand S, mais insistons ici sur ses applications pratiques. Il est deux domaines particuliers qui nous posent des problèmes - si j'en crois ma modeste expérience et celle de quelques amis avec qui j'ai eu le privilège de parler de ces questions. Le premier est le domaine alimentaire; le second, le domaine sexuel.

Une parenthèse est ici nécessaire. Hazrat Inayat s'adressait à des publics très divers et dans ces publics, à une majorité de gens qui n'étaient nullement désireux de - ni destinés à - suivre la voie spirituelle. Ces gens, comme nous tous aujourd'hui, souffraient déjà sans bien s'en rendre compte de la maladie commune au monde contemporain. Maladie qu'on pourrait définir comme un divorce entre la Matière et l'Esprit. La Matière a quitté l'Esprit, s'est éloignée de lui, croyant pouvoir vivre seule: elle en souffre et nous avec elle. La tâche d'Inayat était de donner un remède à ce divorce, à cette souffrance, et qui soit applicable par tous dans leur propre vie, du plus humble au plus richement doué, du plus évolué au plus fruste. Que l'on médite le Message Soufi d'Inayat Khan et l'on y verra en effet un geste immense de réconciliation et d'harmonisation et comme un nouvel accord. Accord de la Matière avec l'Esprit, de l'extérieur avec l'intérieur, de l'intellectuel avec le spirituel, de la philosophie avec le religion, du Divin avec l'humain, en bref, de l'"Orient" avec l'"Occident". Et c'est bien dans ce sens qu'il écrivit: " L'essence du Message d'Aujourd'hui est l'équilibre".

Geste immense avons-nous dit, car il couvre des domaines incroyablement variés de l'expérience humaine. Il ne faudrait donc pas voir Inayat Khan seulement comme un Mystique, un Maître ou un Sage. Il était aussi ce conseiller, ce réconfort et cet ami qui s'adressait à chaque homme et à chaque femme qu'il rencontrait peinant et luttant dans le monde, quelle que fût sa race, sa caste ou sa croyance. Et il l'est encore pour ceux qui sont assez ouverts pour percevoir l'esprit qui reste vivant dans son oeuvre.

La diversité de ses publics et même de ses disciples, l'extraordinaire ampleur de sa tâche firent qu'il ne lui fut pas possible de donner publiquement des directives précises en ces domaines particuliers, directives qui eussent risqué d'être prises comme dogmes universels, donc appliquées à faux par des gens bien intentionnés, certes, mais à qui elles n'auraient fait aucun bien.

En outre il répugnait, c'est manifeste, aux règles rigides, préférant en général avec sa mesure et son tact habituels que chacun de ses disciples interprétât pour lui-même ses conseils, plutôt que de suivre des ordres.

C'est donc avec une grande réserve que nous avancerons les quelques réflexions qui vont suivre, comptant sur le bon sens de nos lecteurs et la connaissance qu'il auront acquise ou pourront acquérir d'eux-même, de leur propre personne, pour corriger ce que ces réflexions pourraient avoir de trop individuel ou de trop personnel.

Il est d'abord évident, je pense, pour ceux qui ont bien voulu me lire jusqu'en ces lignes, que la recherche spirituelle ne se conçoit pas très bien chez un individu qui serait atteint de goinfrerie... Que ce goinfre d'ailleurs soit atteint de goinfrerie alimentaire ou sexuelle. Mais où finit la goinfrerie? Où commence la sobriété?

C'est Epicure le premier, croit-on, qui en donna une définition pragmatique. La sobriété - dit-il en substarce - consiste à satisfaire les besoins du corps et à se borner à leur seule satisfaction sans aller au delà. Ce conseil même, Hazrat Inayat nous le donne à son tour, en ajoutant qu'il convient de discuter avec son égo, son moi égoïste, car l'égo a toujours tendance à demander davantage: ayant trouvé une expérience plaisante, il ne tend qu'à la recommencer pour éprouver le même plaisir. Et si l'on cède, c'est comme si l'on cassait le frein de sa voiture. L'égo ne cessera de demander toujours davantage. Le Principe de Plaisir, qu'a étudié Freud, aboutissant ainsi le plus naturellement du monde au Principe de Goinfrerie. Contre lequel il importe que nous soyons vigilants si nous désirons avancer quelque peu sur le chemin dont nous traitons ici.

Observons cependant, puisque nous en sommes là et pour sacrifier au goût du jour, que cette discussion avec soi-même et au besoin cette bataille contre soi-même ne "censure" rien, ne "refoule" rien. Car le moment où nous décidons librement de conquérir notre liberté intérieure est le moment où nous devenons, dans le sens réel du terme, un être humain à part entière et où nous ouvrons enfin les yeux. C'est aussi le moment où les masques multiples de notre Ennemi, de celui qui nous a fait tant souffrir commencent à bouger et où nous nous prenons à soupçonner son vrai visage: et voici qu'à notre saisissement nous découvrons, sans erreur et sans dérobade possible, que cet Ennemi porte nos propres traits. Et à ce moment-là, à cette heure-là, il n'est vraiment plus question de "refoulement" ni de "censure", produits artificiels d'une contrainte morale aveugle imposée de l'extérieur à un être dont les yeux étaient bandés. Et c'est bien d'une autre lutte et d'un plus haut combat qu'il s'agit.

Ceci étant dit, venons-en - enfin - au régime alimentaire.

Certains d'entre nous, débutants dans la vie spirituelle, ressentent la nécessité de modifier leur régime dans le sens végétarien.

Or, je crois qu'avant de se décider, il est utile d'a-

analyser les raisons qui peuvent nous y pousser, ceci afin d'éviter des mécomptes; raisons et motivations dont on va donner quelques exemples en les commentant.

a- Nous avons entendu dire que le régime végétarien était indispensable pour le chercheur et confiants dans ces bruits ou ces opinions, nous nous préparons à nous y conformer.

b- Nous pensons que le régime végétarien "fait évoluer" et qu'en ne mangeant pas de viande, nous deviendrons spirituels. Inversement, nous pensons que manger de la viande bloquera notre "évolution".

Mais rien ne peut empêcher une âme qui s'éveille de continuer à s'éveiller, nous dit hazrat Inayat, et pas plus le régime que toute autre contingence. D'autre part, il est illusoire et vain de nous accrocher à des recettes purement extérieures, telles qu'un régime alimentaire, une pratique quelle qu'elle soit ou encore et même (si nous les prenons comme "recettes") une secte ou un dogme, en nous imaginant que le simple fait de suivre ce régime, cette pratique, d'adhérer à cette secte ou de croire à ce dogme nous sauvera. De quoi d'ailleurs? La seule chose dont on puisse être sauvé c'est de soi-même, de cette espèce d'hypnose qu'exerce sur la conscience ce que nous appelons "nous-mêmes". Et se réveiller de cette hypnose, c'est cela précisément la spiritualité.

J'insiste encore sur cet esprit de recette car il me semble bien répandu et certaines personnes le poussent fort loin. Ce qui peut conduire à des situations tellement forcées qu'elles en sont cocasses. J'ai ainsi connu dans ma jeunesse un malheureux chat, étique et mal portant, propriétaire d'une dame spiritualiste qui le contraignait à un régime végétarien strict afin de lui procurer ce qu'elle appelait une "meilleure réincarnation". Ce chat est mort à la fleur de l'âge - sans faire savoir hélas, s'il était bien devenu brahmine. Voilà un cas extrême, burlesque, mais qui participe bien de cette erreur commune consistant à prendre l'accessoire et le contingant pour l'essentiel. Et combien d'entre nous sont enclins à se traiter eux-mêmes comme cette dame traitait son chat?

c- La viande nous dégoûte, nous n'y tenons pas et nous sentons que nous pouvions assez facilement nous en passer. Ceci paraît une excellente raison, car il s'agit d'un détachement naturel. Encore faut-il que notre santé n'en pâtisse pas, et surtout si nous ne sommes plus ni jeunes ni robustes que nous ne procédions pas au hasard. Il vaut mieux profiter de l'expérience d'un diététicien ou de personnes

qui ont l'habitude de ces sortes de régimes; il ne faut pas de ces expériences de végétarisme commencées dans l'enthousiasme et abouties à la consultation du médecin, qui ne sont pas si rares qu'on pourrait le penser.

d- Nous considérons qu'il est indigne, pour quelqu'un qui prétend à la dignité d'adepte, de continuer à participer à l'exploitation et au massacre de nos frères les animaux. Ceci est une noble raison. Et si nous en avons le sentiment réel, si c'est une impulsion qui vient vraiment de notre coeur et non pas une simple idée venue du dehors et sans racine réelle en nous, il faut la suivre. Avec des précautions plus grandes qu'en c- d'ailleurs, car ici ce n'est pas d'un détachement qu'il s'agit mais d'un sacrifice et notre corps, héritier des habitudes ancestrales de générations carnivores, peut, lui, rechigner, protester et en pâtir bien davantage.

Cependant, même si nous ne désirons pas bouleverser nos habitudes alimentaires, il est bon de connaître et d'appliquer quelques règles simples et valables pour nos climats tempérés. Elles sont d'ailleurs presque toutes évidentes et découlent à la fois de l'expérience et du bon sens; les voici.

un régime alimentaire trop riche en calories, trop carné, comportant l'absorption habituelle d'alcool, de même que l'intoxication tabagique peuvent contrecarrer de façon appréciable les efforts du chercheur spirituel; pour la même raison, la viande de porc est déconseillée.

Un mot est peut-être encore nécessaire ici au sujet des drogues dites stupéfiantes: haschich, L.S.D., etc., parce qu'elles procurent momentanément une sorte de contrefaçon de certaines expériences spirituelles. Mais en fait elles ruinent la vie spirituelle même de ceux qui s'y adonnent en détruisant à la longue les qualités du coeur: volonté, persévérance, contrôle de soi, amour du prochain sont les qualités les plus touchées chez les victimes de la drogue en général, alors que ce sont précisément les qualités les plus nécessaires au chercheur.

Pour clore ce chapitre du régime, répétons qu'il ne saurait faire l'objet d'aucune contrainte, ni sur les autres, ni sur soi-même, car ses conséquences sur la santé extérieure et intérieure sont différentes d'un individu à l'autre et chez une même personne suivant les phases de sa vie.

Quant à notre vie sexuelle, je dirai que des siècles malheureux nous ont peu-à-peu fait voir une mare fangeuse là où la Nature avait prévu un ruisseau chantant. Et que le nouveau point de vue apporté par la psychanalyse n'a malheureusement pas clarifié cette mare, précisément parce qu'elle est

une analyse, qui distingue et sépare, là où un esprit de synthèse est nécessaire. Il incombe donc à chacun d'entre nous de clarifier cette eau en prenant pour principe que l'amour et la tendresse doivent diriger, et l'impulsion de l'instinct, doit suivre. En ayant d'abord considération pour l'autre avant de l'avoir pour nous-mêmes. Enfin par la conviction que l'acte sexuel n'est point chose homnie et séparée de Dieu, mais au contraire un grand moment de la Création, pour peu que nous-mêmes à ce moment-là ne nous séparions pas de Dieu.

Sans doute sommes-nous sujets à nous tromper et dans ce domaine plus qu'ailleurs. D'autant plus encore que nous menons, dans le désert sans âme de nos villes, une vie de plus en plus coupée des lois naturelles qui étaient là pour nous servir de guides. Et d'autant plus encore que nous sommes plus imparfaits. Mais si nous nous trompons par erreur et si nous restons malgré tout de bonne volonté qui pourrait nous en faire grief et durement nous juger? Serait-ce par hasard Celui qui en nous faisant hommes et femmes, nous a courbés sous la loi du Désir?

On entend parfois formuler l'objection que les rapports sexuels ruinerait la vie intérieure. Je ne puis que m' en référer à l'autorité des Soufis qui n'ont jamais tenu semblable doctrine. Et il y eut de grands Sages parmi eux. Certains étaient sans doute de purs ascètes, mais d'autres et non des moindres étaient des laïcs qui avaient famille et profession et menaient la vie de tout le monde. Hazrat Inayat, à ma connaissance, mentionne une seule fois dans ses instructions à ses disciples le célibat, pour dire qu' il n' est souhaitable qu' à titre temporaire et pour certains buts, qu' il ne précise pas d' ailleurs. En fait cela paraît surtout une question de destinée individuelle, ou de Sagesse Divine, comme l' on voudra. A certains il est laissé la liberté d' en avoir et à d' autres, elle est retirée par les circonstances, l' âge ou la maladie, selon les dispensations de cette Sagesse. Qu' ajouter de plus?

---

Il convient maintenant d' écrire quelques lignes au sujet du troisième point annoncé qui concerne tout autre chose encore, qui j' appellerai la consécration.

Vient un moment où le chercheur se rend compte que les contacts en quelque sorte ponctuels qu' il a avec la vie intérieure, les élans momentanés, même rythmés et entretenus avec conscience et persévérance ne suffisent plus. Il se rend compte que sa recherche doit devenir une sorte d' occupation à temps plein, l' objet principal de sa vie. C' est là

un tournant difficile pour les laïcs, et sous ce rapport, ceux qui vivent la vie monastique sont peut-être avantagés. Parce que le chercheur qui a sa destinée dans la vie active se sent bien souvent comme un archer qui devrait viser deux cibles à la fois, l'une placée au Nord et l'autre au Sud. Et il ne lui est pas plus permis de manquer l'une que l'autre: ses obligations, il doit les remplir, et aussi bien qu'il le peut; ses responsabilités professionnelles, familiales, sociales, aussi lourdes et prenantes soient-elles pour le moment, il doit les assumer. Et en même temps, il doit chercher Dieu, la Vérité, sans relâche. Voilà une sorte d'énigme qui peut parfois lui paraître insoluble au premier abord et qu'il doit pourtant résoudre. Voilà une croisée de chemins dans son itinéraire où de plus résolus se sont fourvoyés pour longtemps, un passage où le secours d'une main amie se fait bien vivement sentir. C'est alors qu'en Orient le disciple va se chercher un maître. Ici en Occident, à cause de la grande ignorance de ces choses aujourd'hui, une telle recherche est difficile quand sa possibilité n'est pas, tout simplement, ignorée. Et c'est grand dommage.

Car il n'y a pas de recette simple pour cette sorte de difficulté; l'état de prière ou de méditation perpétuelles qui en sont la solution, ne s'atteignent pas en un jour, ni très facilement. Cet état ne peut-il donc être atteint par un laïc occidental isolé? Il semble que si Thomas R. Kelly, Quaker disparu il y a quelques années seulement, l'avait découvert pour lui-même et l'appelait "la vie adéquate".

Il nous incombe donc de le découvrir à notre tour. Cela est rendu possible grâce à l'inspiration qui vient lorsque la recherche est sincère et persévérante, grâce aussi aux indications que l'on reçoit du dehors et en particulier par la lecture des oeuvres de ceux qui ont franchi eux-mêmes cette étape, en vivant la même vie, en menant le même combat.

---  
Déblayer le chemin de Dieu signifie donc préparer son esprit par le calme et la paix, ce qui est notre première tâche, la plus importante. Cela signifie aussi préparer son corps, en ouvrant la porte entre la vie intérieure et la vie extérieure, permettant à ce corps d'être purifié et vivifié ce qui en fait un instrument plus fin, plus perceptif pour expérimenter la vie; enfin préparer son existence et ses activités tout entières par la consécration, afin que l'âme puisse se manifester au dehors, rendant clair ce qui était obscur et accomplissant le but de sa venue sur la terre.  
---

LA VOIE DE L'INITIATION ET L'ETAT DE DISCIPLE

## Chapitre IV

( suite )

Le temps de l'initiation est considéré comme le temps où l'on se purifie de toutes les fautes passées. La purification des fautes est comparable à un bain dans le Gange; c'est le bain de l'esprit dans la lumière de la connaissance. A partir de ce jour, la page est tournée. Le mureed fait le serment au murshid de garder soigneusement les enseignements des maîtres du passé et de les tenir secrets; il promet de faire un bon usage des enseignements et des pouvoirs qu'il en obtient et d'essayer d'annihiler son "nafs", son égo. Il fait le serment de respecter tous les maîtres de l'humanité comme l'incarnation de l'homme idéal et de se considérer lui-même comme le frère non seulement de tous les Soufis dans l'Ordre auquel il appartient, mais aussi à l'extérieur de cet Ordre, de tous ceux qui sont Soufis en esprit, bien qu'ils puissent s'appeler différemment, et de tout le genre humain, sans distinction de caste, de croyance, de race, de nation ou de religion. Les Soufis s'engagent dans une "Halka", un cercle de Soufis pratiquant "Zikr" et "Fikr", le pouvoir de l'un venant en aide à l'autre. De plus, ils pratiquent "Tawajoh", une méthode qui consiste à recevoir dans le silence la connaissance et le pouvoir du Maître. Cette méthode est considérée par les Soufis comme la plus essentielle et la plus désirable.

Quelquefois il arrive qu'un mureed très réceptif réalise en un temps très court une perfection plus grande qu'il n'aurait pu la réaliser en de nombreuses années par l'étude et la pratique, parce que ce ne sont pas seulement sa propre connaissance et son propre pouvoir que le murshid communique, mais c'est aussi la connaissance et le pouvoir de "Rassoul"; et parfois même ceux de Dieu. Tout cela dépend du moment et de l'état de concentration et convergence dont font preuve l'âme émissive et l'âme réceptive.

La tâche du maître Soufi n'est pas de faire pénétrer de force une croyance chez son mureed, mais de le former pour qu'il puisse devenir assez éclairé pour recevoir lui-même les révélations.

---

## Chapitre V

Le travail intérieur

Pourquoi les Soufis étudient-ils des sujets ésotériques? Est-ce pour acquérir des pouvoirs spirituels? ou l'inspiration? Pour provoquer des phénomènes? ou bien par curiosité? S'il en était ainsi, ce ne serait pas juste. Est-ce dans un but matériel ou pour obtenir un succès en ce monde? Cela est indésirable. La réalisation de soi, savoir ce que nous sommes, voilà ce qui doit être le but du Soufi.

Certaines personnes qui ont de l'admiration pour la piété et la bonté, voudraient que chacun soit un ange et découvrant que c'est impossible, ils abondent en critiques. L'homme a en lui un démon et un ange tout ensemble; il est à la fois être humain et animal. C'est le démon en l'homme qui le porte à faire du mal sans motif, par instinct et la première chose à faire devrait être d'abandonner cette attitude. Bien que de nos jours il en soit peu qui croient que leur démon particulier puisse être manifestation du diable, qui peut dire qu'il est libre d'un tel esprit du mal? Nous pouvons être sous le pouvoir d'une sorte d'envoûtement, mais nous devons triompher d'un tel pouvoir; nous devons nous libérer nous-mêmes du mal. Chacun de nous a la possibilité de combattre.

Nous devons découvrir à quel moment nous avons manifesté notre esprit démoniaque ou animal. Nous souhaitons un esprit humain et la réalisation de soi est la recherche de cet esprit humain; tout doit devenir humain en nous. Mais comment devrions nous y parvenir? En lisant la Bible et les autres écritures sacrées? Tous ces livres nous disent ce que nous devrions être, mais nous devons aussi découvrir la réserve de bonté qui est en nous dans notre coeur. Comme nous cultivons notre coeur, il s'élève. Par l'ascétisme, on peut développer son âme et atteindre l'extase; mais à quoi servirait le Samadhi si nous n'étions d'abord humains? Si nous voulons vivre en ce monde, nous devons être humains; l'ascète, lui, devrait vivre dans la forêt.

Comment cultiver le coeur, le sentiment? Il n'y a pas de doute que la non-violence, le dévouement et la bonté sont nécessaires, mais il y a quelque chose de plus. C'est l'éveil de certains centres qui rendent sensibles, non seulement extérieurement mais mentalement.

Il y a deux sortes de gens: les premiers seront frappés par la beauté de la musique ou par d'autres manifestations de la beauté; les autres seront devant la beauté aussi inertes

que des pierres. Pourquoi? Parce que quelque chose dans leur coeur et leur esprit n'est pas éveillé. Nous avons cinq sens, mais nous avons aussi des sens intérieure et ceux-ci sont en mesure de goûter la vie beaucoup plus intensément. Certains diront qu'ils n'ont pas besoin de sens intérieurs, que les sens extérieurs les satisfont complètement. Ils parleraient différemment, si, par exemple, ils perdaient la vue ou un autre de leurs sens. Pour être complet, un être humain doit développer aussi ses sens intérieurs, mais avant tout, il devrait développer son sentiment intérieur.

L'étude intellectuelle peut durer toute une vie, elle n'a pas de fin et c'est pourquoi le maître n'encourage pas la spéculation. Acquérir une doctrine suppose se séparer des autres doctrines. Le Soufi appartient à chaque religion, ainsi n'a-t-il ni croyance ni philosophie particulière. Ainsi peut-il y avoir un Soufi qui croie en la réincarnation et un autre qui réalise le ciel et l'enfer. La tâche du Soufi, c'est son développement personnel. C'est ce qu'on pratique qui est important, plus que ce que dit le maître, bien que le maître puisse donner sa protection.

L'initiation comporte plusieurs degrés. C'est une confiance qu'accorde le maître à quelqu'un, mais la véritable initiation est l'oeuvre de Dieu. Aucun maître ne peut ni ne veut juger. Le véritable élève est celui dont le maître sait qu'il peut lui faire confiance, bien que tous soient bien accueillis par lui. Spirituellement, il est à la fois le père et la mère pour son élève. La vie d'un maître est souvent un sacrifice; il est souvent persécuté et souffre beaucoup, mais quelque petite aide qu'il puisse donner, il la donne.

Il n'est besoin d'aucune qualification spéciale pour devenir élève. Le maître donne; l'élève peut prendre ou laisser. L'enseignement est comme un précieux joyau caché dans une pierre; c'est à l'élève de briser la pierre et de découvrir le joyau. En Orient cet enseignement intérieur fait partie de la religion, tandis qu'en Occident on la considère souvent simplement comme une sorte d'éducation. Ce devrait être une éducation sacrée. En Orient le murshid donne la leçon et l'élève la met en pratique pendant un mois ou un an; il ne saurait avoir une pratique différente chaque semaine. Mon grand-père pratiqua la même méditation pendant quarante ans jusqu'à ce qu'un miracle se produisit pour lui. On ne devrait pas avoir l'ambition de faire d'autres exercices tant qu'on n'a pas obtenu de résultat avec le premier.

Il y a différents degrés mais il n'y a pas lieu de les discuter sur ce chemin, parce qu'après tout les différents stades sont des conceptions, les spéculations de quelques sages.

Il en est de même en musique: il y a sept notes parce que les musiciens ont convenu qu'il y en avait sept. Mais une gamme peut être construite en incluant davantage de notes ou au contraire moins de notes, si le musicien désire qu'il en soit ainsi. Nous distinguons des degrés bien qu'en réalité il soit impossible de le faire. C'est un développement spontané sur la voie spirituelle qui peut s'appeler emprunter la voie d'initiation.

Comment peut-on expliquer le progrès spirituel? Qu'est-il? A quoi ressemble-t-il? Le progrès spirituel est le changement de perspective. Il n'y a qu'une seule façon de reconnaître ce progrès, c'est de l'observer dans notre propre façon de regarder la vie, de nous poser la question: "Comment est-ce que je considère la vie?" Cela, on peut le faire en ne jugeant pas les autres mais en s'occupant seulement de sa propre façon de voir; aussi longtemps qu'un être s'occupe des fautes des autres, aussi longtemps qu'il les critique, il n'est pas encore prêt à rendre sa vue assez claire pour voir si sa façon de regarder la vie est bonne.

Que sont en réalité les différentes initiations? Y en a-t-il une de meilleure que l'autre ou de plus élevée que l'autre? De quelle façon peut-on les distinguer? Est-ce parce qu'on connaît quelques mystères de plus ou quelques secrets ou parce qu'on peut y trouver l'étude de quelque chose de merveilleux, ou y communiquer avec quelque chose d'invisible? Rien de tout cela, aucune de ces raisons ne peut assurer qu'un d'une initiation plus élevée, d'un plus grand progrès sur la voie spirituelle. En premier lieu, nous n'avons pas à lutter pour découvrir des mystères, car la vie elle-même est un mystère. Tout ce qui nous semble simple, tout ce qui ne présente aucun mystère, devient mystérieux aussitôt que notre regard sur la vie change. Le secret doit être découvert sous la simplicité; c'est la simple vie qui est pleine de secrets. Une personne peut étudier le contenu de cinquante livres et peut en lire un millier, tout cela pourtant ne la mènera nulle part. Si une étude nous est nécessaire, nous n'avons besoin d'aller nulle part ailleurs: notre vie elle-même est à étudier si seulement nous voulons nous y consacrer. Pour celui qui étudie, la vie offre toute occasion; du matin au soir, à chaque moment de la journée, à la maison, au-dehors, au travail, pendant nos loisirs, en toutes choses il y a une étude à faire. Aucun livre ne peut apporter la joie et le plaisir que la nature humaine elle-même peut donner.

(à suivre)

Gérant de la Pensée Soufie:  
 Dr. Michel Guillaume  
 27 rue Victor Diederich  
 92 150 Suresnes (CCP 173800 U Paris)