

Approfondir les expériences

Récit d'expérience

Lors d'un échange d'ascèse, nous nous sommes demandés : que signifie approfondir les expériences ? Par la suite j'ai posé cette même question à plusieurs personnes et les réponses ont été très diverses. Toutes ces réflexions, ont donné lieu à ce bref récit.

De quelles expériences parlons-nous ?

Je me suis appuyée sur des extraits de la charla de Silo « l'Expérience »¹, comme point de départ.

Les expériences qui nous intéressent tant, sont les expériences de changement... l'expérience de l'amour par exemple, les expériences des rêves, celles que nous avons tous eues, dont nous n'avons pas l'habitude de tenir compte et que nous oublions, sont des expériences très révélatrices dans lesquelles nous approfondissons.

Parfois, à la campagne, je regarde un coucher de soleil. Et dans ce coucher de soleil, c'est comme si je comprenais tout, pour un très court instant. Cette compréhension, tout à coup, pour un très bref instant, liée à ce coucher de soleil est pour moi une expérience de changement qui peut même s'avérer très importante, mais habituellement, je ne tire pas les conséquences de cela.

Tout le monde a eu des expériences de ce type, mais bien peu nombreuses sont les personnes qui ont approfondi ces expériences.

Dans le chapitre « Le soupçon du sens », Silo donne d'autres exemples : *Parfois, j'ai saisi une pensée lointaine. Parfois, une joie immense m'a saisi. Parfois, une compréhension totale m'a envahi, etc.* et il termine en disant : *Je me rends bien compte que sans ces expériences, je ne serais pas sorti du non-sens.*²

Le déclencheur

Un jour, j'ai connecté très fortement au récit d'une personne qui, suite à la perte d'un être très cher, a ressenti un amour universel pour tout le monde y compris pour elle-même. Elle voyait la beauté profonde partout et ne voyait que les qualités des autres. C'était une expérience magnifique et indescriptible à la fois, mais difficile à exprimer à son entourage, la mort et la beauté ne faisant pas bon ménage, alors, elle a préféré se taire. Cet état a duré une semaine, puis plus rien, mais elle n'a jamais pu oublier et a essayé de revivre cette expérience toute sa vie sans jamais y parvenir. Ainsi, ce qui fut beau, essentiel et positif s'est transformé en une source de souffrance, comme un îlot dans la conscience, donnant lieu à une quête toujours insatisfaite et surtout à une incompréhension de ce qui s'était passé. En même temps, grâce à cet événement, elle s'est lancée dans une recherche spirituelle.

Ce n'est pas dans l'expérience elle-même que je me suis reconnue, mais dans le fait de ne pas savoir quoi faire avec. Je me souviens très bien de l'enthousiasme avec lequel j'essayais de raconter des expériences inhabituelles ou des rêves à mon entourage et en retour je recevais un regard d'incompréhension, de l'indifférence et un total désintérêt. Ainsi, j'ai commencé à dégrader, minimiser et censurer ces merveilles, tout en sentant qu'en le faisant je me coupais de quelque chose d'essentiel. J'ai mis tout ça dans un coin comme on le fait avec les objets

¹ Silo, L'expérience, vidéo tournée à Punta de Vacas, 2008

² Silo, Le Message de Silo, Editions Références, 2010

desquels on ne peut se débarrasser et que l'on range dans le grenier dans un coffre bien fermé. De temps en temps, on jette un coup d'œil pour s'assurer qu'ils sont toujours là et dès que le couvercle s'ouvre, ces objets se mettent à briller comme des étoiles avant que le coffre ne se referme de nouveau. Mais la conscience, elle a besoin d'intégrer ces contenus qui continuent de faire pression, qu'ils soient négatifs ou positifs. Elle est embêtée par tout ce qui ne trouve pas sa place et qui empêche son bon fonctionnement, comme un ordinateur qui doit être relié à tous ses composants pour bien fonctionner.

Intégrer

En partant de la nécessité d'intégrer et comprendre ces expériences, depuis l'enfance au moment actuel, j'ai commencé peu à peu par les écrire et à les décrire, en précisant les registres associés, les détails, le contexte dans lequel chaque expérience s'est donnée. Est-ce que j'étais dans un état de recherche, ou dans un moment de grande nécessité ? Est-ce que cela s'est donné lors d'une pratique ? etc., etc. Cela devient comme un objet que j'observe sous plusieurs angles et dans sa trajectoire, quelles sont les compréhensions, les conséquences de cette expérience, etc. Je ne trouve pas systématiquement des réponses à toutes ces questions, et bien souvent, plus que la réponse, ce qui compte, c'est de lancer un acte de conscience dans une direction donnée ; il m'arrive aussi de faire une demande, de faire silence et d'attendre sagement la réponse. C'est comme une pelote de laine, je tire sur un fil et peu à peu elle se démêle. Je creuse, je vais en profondeur, j'essaye d'aller au-delà de ce qui est établi comme vérité absolue. Je fais des liens avec d'autres expériences et je ressens une saveur commune d'unité et décèle le goût profond d'un Dessein qui me guide depuis très longtemps.

Approfondir

Ainsi, à ma manière, j'approfondis. C'est tout un processus, des fois, c'est même fastidieux et j'observe ma tendance à vouloir tirer des conclusions hâtives, à vouloir des certitudes définitives et je reste à la surface. Comme s'il s'agissait de la liste des choses à faire, ça y est, c'est fait, coché, affaire classée, passons à autre chose ! Souvent il me semble plus facile d'aller en quête de nouvelles expériences ou de chercher à vivre L'EXPÉRIENCE, plutôt que de valoriser ou revenir sur celles que j'ai déjà vécues.

Les expériences des autres m'inspirent beaucoup et peut être que les miennes font écho chez d'autres. Ensemble nous approfondissons lors des échanges, lorsqu'on témoigne sans inhibition et on se questionne mutuellement pour avoir plus de précisions, plus de détails, etc. C'est aussi là, que je vois ma difficulté, quelquefois, de comprendre réellement les expériences des autres. Je m'interroge alors sur l'emplacement en tant qu'interlocuteur. Quelle est la correcte disposition pour écouter et entendre ? Sommes-nous, moi et l'autre, sur la même longueur d'onde ? Le moment, l'enceinte, les circonstances, sont-elles appropriées pour exprimer ces choses ? J'ai ainsi un regard plus doux et compréhensif sur les personnes qui n'étaient pas ou ne sont pas en condition de comprendre. C'est inutile, comme dit Silo, de vouloir parler de la couleur bleue, à quelqu'un qui ne l'a jamais vue.

Tout ceci m'aide à modifier le regard sur ces expériences en les considérant, à chaque fois plus, comme des signes du sacré que j'apprends à reconnaître en moi et au-dehors de moi. J'y inclus quelques rêves, certains transferts, les intuitions, les inspirations, les compréhensions soudaines, etc. De plus, en sachant que la conscience tend à tout normaliser, j'arrête ce mécanisme qui me fait dire : « après tout ce n'était qu'un rêve, après tout l'expérience n'a duré qu'une fraction de seconde, ou alors c'était il y a longtemps, en plus, à quoi ça peut bien servir tout ça... ». Au contraire, je valorise ces expériences et avec le temps, j'ajoute des briques à ma construction intérieure qui commence à substituer l'ancien paysage et je fais pencher la balance de l'autre côté. Je reconnais aussi, que toutes les expériences n'ont pas la

même profondeur, ni les mêmes conséquences mais grâce à certaines de ces pépites ma direction de vie a changé ou elle s'est renforcée. Ce qui est certain, c'est que leur impact a été si significatif, qu'elles sont inoubliables et inaltérables et le simple fait de les évoquer, suffit à reprendre contact avec le sens et l'unité.

L'approfondissement est un processus en spirale, dans lequel, même si je passe par le même chemin, à chaque fois, c'est une nouvelle facette qui est éclairée, avec un autre niveau de profondeur, en effet, il peut y avoir plusieurs interprétations d'une même expérience. De là, jaillissent d'autres compréhensions et significations qui me prédisposent à des nouvelles expériences. Ce sont comme des fils qui tissent une immense toile, comme des perles précieuses qui s'ajoutent à d'autres pour former un collier.

Il reste toujours des empreintes de ces brèves incursions et peu à peu, je marque des repères, qui tracent un chemin dans ma cartographie intérieure qui me permettent de revenir plus facilement là, dans ces espaces, ces registres. Je me sens comme une marcheuse qui part en randonnée, je dois avoir un certain équipement, un minimum d'entraînement, certaines conditions internes et externes, une carte bien détaillée, si je veux aller m'abreuver à volonté à la source de l'inspiration et du sens ou si je veux explorer des chemins encore inconnus.

Cependant, je reconnais, qu'il n'est pas si simple d'extraire l'essence et de traduire une expérience profonde et significative, qui plus est, se donne souvent d'une manière inattendue, immédiate, comme un flash, dans un hors temps. Le registre est très net mais quelquefois les mots manquent, ils semblent si incomplets et limités, alors on essaye de l'exprimer par d'autres voies, par des allégories, des formes artistiques, des actions... mais parfois, rien de tout ceci est nécessaire, bien graver le registre est suffisant. Ce n'est pas facile de parler avec le moi de quelque chose qui n'appartient pas au moi.

Nous entrons là dans les expériences qui ont lieu dans un autre espace mental, qui ont lieu dans une autre situation mentale, qui se produisent dans un autre état de conscience ; c'est dans ces expériences que nous entrons.

Je m'interroge souvent sur cette possibilité de laquelle est doté l'être humain de vivre ces expériences de sens, sur sa capacité d'entrer en contact avec le sacré, sur l'universalité de cette quête qui le guide quelques soient les époques et les lieux. Et la réponse qui surgit inlassablement, comme une évidence, c'est que nous avons une mission à accomplir en tant qu'espèce. Entre autres, celle de faire jaillir ces perles, de les mettre à la lumière, de les faire briller et de tisser cette immense toile commune.

Lors des cérémonies, nous expérimentons fréquemment la puissance des expériences partagées et communes dont la portée va bien au-delà du perceptible, avec des concomitances qui se donnent dans d'autres espaces et d'autres temps. Nous sommes les explorateurs de ces autres espaces du mental, les éclaireurs de leur sens et les traducteurs de leurs significations profondes.