

Pour que les dieux descendent...

L'être humain est un animal étrange qui porte derrière lui tout un monde ouvert, un monde qui lui appartient et qui le prolonge, un monde original, sans frontières, infini... De même que le Bourgeois-gentilhomme parlait en prose sans le savoir, chacun communique avec ce monde qui lui est propre sans jamais se poser de question à son sujet ; chacun le visite quotidiennement sans y penser, ni se demander de quelle essence il est, ni par quel chemin s'y rendre. Néanmoins il y a certaines personnes qui en ont une perception plus nette et plus lucide que les autres, et qui, grâce à cette conscience qu'elles en ont, développent la faculté d'y entrer et d'en sortir à volonté, d'évoluer librement à l'intérieur de son espace illimité et d'y agir en toute clairvoyance : ces personnes-là sont les artistes, les créateurs intuitifs, les adeptes de la méditation, les chamanes...

Cet univers intangible propre à chacun, nous l'appellerons par commodité *le Monde du Rêve*.

Parmi les rêveurs lucides dont je viens de parler, artistes et chamanes présentent un statut particulier : en effet, au cours des voyages qu'ils effectueront par la pensée, ils ne devront pas demeurer forcément dans l'immobilité ; au contraire ils auront besoin de se mettre en action et se déplacer physiquement, souvent même avec une grande dépense d'énergie. Cette situation paradoxale a été parfaitement résumée par le pianiste Aldo Ciccolini : « *L'artiste est un contemplatif actif...* »

Nous étions jeunes comédiens et nous participions dans le sud de La France à une rencontre entre artistes de disciplines diverses : théâtre, musique, chant. Nous intervenions dans les démonstrations théâtrales ; nous assistions aussi en auditeurs aux masters-classes d'interprétation musicale. Aldo Ciccolini¹ était le maître de celles consacrées au piano, et c'est à l'occasion de l'une d'elles qu'il avait énoncé cette définition qui en l'occurrence désignait le musicien interprète, mais également s'entendait pour toutes les formes d'expressions artistiques : « *L'artiste est un contemplatif actif...* ». Cet oxymore, avec son air de rien, nous avait bouleversés ; ce n'était qu'une petite clé qui nous était donnée, mais elle allait permettre une ouverture sur des perspectives inattendues.

Je viens de dire « *nous avait bouleversés* »... l'emploi du pronom pluriel « *nous* » est une imposture, c'est *elle* que je devais écrire... *Elle*, Francette Cléret, qui

¹ Aldo Ciccolini : (Naples, 1925 - Asnières-sur-Seine 2015) pianiste classique italien, naturalisé français en 1971. 1^{er} prix (ex-aequo), en 1949, du concours *Marguerite-Long-Jacques-Thibaud*. Il a été l'interprète de l'ensemble des compositeurs ayant écrit pour le piano à partir de Mozart jusqu'au XX^e siècle. Il a contribué à la redécouverte de compositeurs français injustement oubliés : Erik Satie, Déodat de Séverac...

a été l'inventrice visionnaire et la traductrice d'une méthode de travail artistique et chamanique particulière. Bien qu'ayant toujours été à ses côtés (ma présence dans le public de cette master-class pourrait justifier le *nous*) mon rôle a été de la suivre sur son chemin difficile et de partager les avancées de sa recherche.

Pour me faire mieux comprendre, il faut que je remonte encore un peu plus avant : au temps où, elle et moi, nous étions de jeunes élèves dans notre premier cours d'art dramatique. Notre professeur nous disait alors parfois : « Vous devez acquérir toutes les techniques du comédien afin d'être solides et capables d'assurer au mieux, soir après soir, les représentations des spectacles pour lesquels vous serez engagés... Par ailleurs, il se produira peut-être quelques fois – très rarement – où *les dieux descendront...* ce seront des moments de grâce inexplicable où votre interprétation touchera à la magie ; vous serez *inspirés*, sans que personne puisse expliquer vraiment ni le pourquoi ni le comment... La *magie*, je ne vous l'apprendrai donc pas puisqu'il est impossible de savoir « de quoi c'est fait ». S'il vous est donné, un soir de représentation, de vivre un miracle de cette sorte, accueillez-le comme un cadeau et remerciez les *dieux*... Mais, malheureusement, ça ne s'apprend pas... »

Francette Cléret n'a pas accepté d'entendre simplement ce constat péremptoire et de s'y soumettre sans chercher à voir plus loin. Ce qu'elle attendait du jeu scénique justement, c'était précisément « l'instant magique », ce moment d'intensité incomparable où l'interprétation artistique permet d'accéder à une autre réalité ; où l'intelligence intuitive, la poésie, l'art, (employons tous les mots que l'on veut) se mettent à parler directement et intimement à chaque personne présente avec une évidence lumineuse ; où tous les esprits se sentent touchés ensemble et chacun en particulier... autrement dit : lorsque le souffle de l'inspiration descend et s'empare de tout l'espace scénique pour le transcender en un univers hors du commun. Pour Francette, la création artistique, au sens où elle l'entendait, ne pouvait pas s'assimiler à un jeu de hasard ; l'art véritable ne se tirait certainement pas comme un vulgaire loto ; cette croyance que *l'inspiration tomberait du ciel sur la tête de l'interprète par la grâce d'un coup de chance* paraissait tout à fait stupide. Il était également inadmissible que la *magie* de l'interprétation fût le fruit d'une conjonction aléatoire de conditions extérieures... Elle a donc voulu comprendre absolument COMMENT et POURQUOI « *les dieux descendaient* » !

(L'expression, en usage dans le jargon théâtral pour désigner ces « états de grâce », est plutôt bien trouvée ; elle traduit ce que chaque spectateur, chaque témoin devine sans le formuler forcément : qu'il y a là un rapport avec une dimension qui dépasse le niveau ordinaire de la conscience ; qu'il s'agit bien d'un état de conscience modifié grâce auquel s'établit une connexion spirituelle certaine, offrant des possibilités de compréhensions et de perceptions élargies.)

S'étant juré de résoudre ce qui avait été annoncé comme un mystère insoluble, Francette Cléret s'est engagée dans un travail de recherche qui s'est échelonné sur plusieurs années ; ce fut un combat obstiné : des luttes forcenées avec elle-même et contre elle-même qu'elle a menées jusqu'à ce qu'elle fût capable d'expliquer et de reproduire à volonté le processus qui conduit l'inspiration (la pensée intuitive) à s'incarner. Lorsque je me rappelle ce long temps d'apprentissage, je revois l'affrontement d'un corps physique avec des forces invisibles, un véritable *Combat avec l'Ange* qui, à la différence de l'épreuve de Jacob, n'a pas duré une seule nuit mais des milliers de jours ; un cheminement strictement personnel et solitaire... avec de loin en loin, quelques jalons proposés sous la forme d'un enseignement venu à point, au bon moment pour l'aider à franchir un cap ; le jalon pouvait parfois se présenter dans une formule aussi simple que la phrase d'Aldo Ciccolini – *L'artiste est un contemplatif actif*.²

² Je tiens à dire ici notre gratitude envers celles et ceux qui nous ont apporté leur aide sur le chemin, certains durant plusieurs années, d'autres quelques jours ou quelques heures : Aldo Ciccolini ; Geneviève Rex qui a tant aidé à

Au bout du compte, elle a mis au point une pratique exigeante et néanmoins simple et évidente ; une discipline intransigeante justement parce que réduite à l'essentiel – autrement dit : pas de fioritures aux parfums mystiques, pas de théories laborieusement échafaudées dont il faudrait colmater les lacunes à grands renforts de dogmes et de préceptes fumeux. La technique qui permet d'inscrire l'esprit dans la matière est rigoureuse, droite comme un fil tendu.

Engagés ensemble dans cette espèce d'exploration funambulesque où je l'avais suivie, nous avons entraîné en profondeur nos corps d'artistes-interprètes pour qu'ils deviennent des instruments libres et transparents, les plus libres et transparents possible ; des corps-instruments que toute pensée, *toute inspiration*, traverse sans frein, dans lesquels la pensée intuitive s'incarne purement et simplement pour s'exprimer en toute liberté.

Pour définir cette pratique, nous parlions, en termes volontairement très banals, du *placement de la pensée dans le corps*.

L'artiste est un contemplatif actif.. le chamane aussi.

Nous poursuivions nos expériences d'artistes-interprètes sans soupçonner, bien évidemment, que les chamanes avaient besoin, eux aussi, d'amener leur conscience dans le corps physique d'une façon particulière et que ce placement était le même que le nôtre. Les chemins spirituels suivant une logique que la raison ne prévoit pas toujours, c'est naturellement et sans que nous ayons décidé a priori cette démarche que nous avons été conduits à croiser la voie du chamanisme. Un jour, nous avons rencontré, par *hasard*, un chamane ; puis, peu après, d'autres chamanes, et de plus en plus de chamanes...

Très vite, nous avons réalisé à quel point art et chamanisme sont étroitement liés. Chaque chamane utilisait au moins une discipline artistique dans le cadre de ses pratiques, que ce fût la peinture, la sculpture, ou que ce fût encore le chant, la danse, la musique, voire le théâtre... Dans certains cas, nous avons pu voir l'œuvre d'art réalisée par un chamane avant de connaître celui-ci dans l'exercice de ses pratiques ésotériques ; la qualité de l'œuvre, tableau ou sculpture, nous renseignait d'emblée sur la puissance et les savoirs spirituels de l'auteur. D'autres prises de contact eurent lieu à l'occasion de cérémonies qu'un chamane conduisait en utilisant le chant ou la musique instrumentale : le plus ou moins de talent artistique du maître de cérémonie répondait bien, là encore, à son plus ou moins haut niveau de connaissance chamanique.

explorer les mystères de la voix et du corps, sans toujours avoir elle-même une conscience réelle de ce qu'elle *transmettait* ; Liliane, Lilou, qui, à travers la nuit opaque de la cécité, transmutait les corps du bout de ses doigts magiques ; Jean Darnel : il ignorait sans doute comment les dieux descendaient, mais par ailleurs son intransigeance et son humour cruel nous faisaient avancer de gré ou de force ; Bernadette Lange, qui connaissait quelques formules-clés pour ouvrir certaines portes ; Jacques Berthon, qui connaissait si bien l'art de rêver lorsqu'il déchiffrait les arcanes du ciel ; Soledad Ruiz ; Wolf Wies et l'équipe du Processus Hofmann... La liste n'est pas exhaustive. Que les mânes de celles et ceux que j'oublie me pardonnent ; si la mémoire me fait défaut au moment d'écrire leurs noms, leurs paroles et leurs gestes généreux n'en restent pas moins intimement associés à la réalisation de nous-mêmes et à nos créations.

Le passage de l'autre côté du miroir.

Le chamane voyage dans le *Monde du Rêve*. Ceci est plus qu'une simple métaphore... C'est bien dans cet univers du songe qu'il rencontre ce qu'il nomme *ses guides et ses ancêtres* ; c'est là qu'il peut se mouvoir et se transformer en toute liberté ; là qu'il pourra agir sans contrainte ni entrave afin de corriger les désharmonies, les dysfonctionnements, les désordres survenus quelque part dans la nature ou chez un patient ; c'est là que lui seront transmis les gestes et les chants pour conduire une cérémonie.

Lorsque le chamane ou l'artiste entre en action, sa pensée va s'abandonner sur le même chemin que l'endormissement : elle glisse vers l'arrière du crâne, puis coule vers la moelle épinière ; elle descend ensuite dans le dos par le conduit même des vertèbres. Rien d'extraordinaire jusque là, puisque c'est la voie naturelle qui conduit au sommeil. Celui qui médite, celui qui entre en contemplation amène également sa conscience à la même place à l'arrière de lui-même.

Chamane, artiste, méditant ne s'arrêteront pas à ce stade où le dormeur, ayant atteint son but, plonge dans le sommeil. Leur pensée, demeurant à l'état d'éveil, doit encore traverser une couche nébuleuse que l'on pourrait comparer aux limbes décrits par certains récits mythologiques ; elle doit percer cette zone d'engourdissement, la traverser pour passer... de *l'autre côté du miroir*... Ici chamane et méditant se sépareront, ce dernier poursuivant sa progression dans l'immobilité³.

Enfin libre dans son royaume de rêveur souverain, le chamane ou l'artiste non seulement perçoit, capte, écoute les communications des esprits, mais encore il officie, il s'engage avec toute la puissance de ses muscles, de ses os, de ses organes. Au plus intense d'une cérémonie ou d'une représentation, dans un déchaînement qui se traduit parfois par des danses effrénées, des chants envoûtants, des cris stridents, dans un déploiement d'énergies paroxystique, le cerveau du chamane et de l'artiste fonctionne sur les mêmes fréquences que le cerveau de celui qui dort, dans un état de calme absolu.

*
* *

L'état de contemplation dont il est question est si naturel qu'il n'y a personne qui n'y ait été plongé un jour ou l'autre par surprise ; c'est alors ce même processus que j'ai déjà décrit qui a été mis en œuvre inconsciemment. L'élément déclencheur a pu être la simple vision d'un paysage, d'un spectacle et tout événement qui entre en résonance profonde avec soi... Pour ma part, je peux me rappeler des centaines

³ Il n'est pas question d'établir une hiérarchie en considérant une pratique supérieure à une autre. L'artiste et le chamane, parvenus à l'étape contemplative, poursuivent leur progression dans l'action physique ; le méditant continue dans l'immobilité la sienne qui peut l'amener à des niveaux de conscience extrêmement élevés... il n'y a pas d'échelle de valeur à établir, les buts visés ne sont pas les mêmes, voilà tout...

de situations où, sans que je le prévoie, ma pensée a glissé automatiquement dans cette zone de mon dos, entre mes omoplates.

Une expérience marquante entre autres : c'était au musée Van Gogh à Amsterdam ; j'étais arrêté devant un des arbres en fleurs que Vincent Van Gogh a peint dans la campagne aux environs d'Arles. La puissance de sa vision s'est imposée à moi, comme elle s'impose à tous ceux qui se trouvent en état de disponibilité, qui sont *vulnérables* pour mieux dire, à l'instant où ils regardent le tableau. Je savais que mon esprit avait rejoint dans mon corps l'endroit où la conscience du peintre était elle-même placée dans son corps lorsqu'il brossait sa toile ; je voyais le tableau avec ses yeux et de la même façon qu'il avait absorbé du regard l'arbre éblouissant dressé devant lui. Le placement de la pensée dans le corps se transmet par mimétisme entre les personnes, le plus péremptoire entraînant celui de ses interlocuteurs qui est moins affirmé ; il agit encore ainsi à travers le temps et l'espace par le truchement d'une œuvre.

Comment décrire cet état de contemplation, quasi extatique ?... Sensation que le front s'est ouvert et s'écarte comme si l'os entre les sourcils était troué ; le cerveau semble basculer en arrière, vers la base du crâne, au-delà même du crâne, dépassant le corps physique, et coule le long d'une colonne qui est comme une réplique hologramme, détachée derrière soi, de la colonne vertébrale ordinaire ; la pensée s'installe à l'arrière du dos, dans cette zone de paix où la raison *cartésienne* n'existe plus... Impression de liberté totale, sentiment d'émerveillement sans pathos, sans jugement ni fausse pudeur. La respiration se modifie. Des larmes coulent parfois, non pas provoquées par un état émotionnel ou sentimental, mais à cause simplement de cette vulnérabilité acceptée, de l'abandon et du renoncement spontané que l'intellect vient de faire à tout commentaire, à toute défense.

Les expériences de contemplations heureuses, où le mental se tait spontanément, peuvent être multiples : moments privilégiés de plénitude, paysages, spectacles... Je me souviens notamment encore d'émerveillements devant des œuvres d'Egon Schiele, Cézanne, Münch, Monet... Je me souviens de basculements spontanés dans le *Monde du Rêve* à la lecture de Rimbaud, Proust, Nerval... en écoutant Schubert, Janáček, Mahler, Ravel, Vivier... Johan Sebastian Bach, Beethoven bien sûr et tant d'autres encore ; tous ceux qui, à un moment ou un autre, réalisant une œuvre, ont réussi à trouer l'enveloppe opaque qui sépare la conscience ordinaire de la conscience universelle.

Il faut dynamiter le Penseur de Rodin

Rodin avait reçu commande de l'État pour un portail destiné à un musée des Arts décoratifs à Paris. Le projet ne verra jamais le jour, toutefois l'artiste y travailla longtemps, réalisant les esquisses d'une œuvre inspirée par *l'Enfer* de la *Divine Comédie*. C'était une porte monumentale à deux battants sur lesquels apparaissaient en relief plusieurs damnés rencontrés dans les chants du poème de Dante. Au-dessus de cette *Porte de l'enfer*, en surplomb devant le tympan qui la surmontait, Rodin installa un homme assis, nu, plongé dans d'intenses réflexions : l'auteur, Dante Alighieri en personne, saisi dans l'effort de conception et d'accouchement de son chef-d'œuvre.

Un moulage en bronze du même personnage, de plus grande dimension, fut réalisé, mais solitaire alors et détaché de sa porte infernale ; dès lors l'homme ne

figurait plus exclusivement le poète florentin du XIV^e siècle, mais devenait une représentation universelle du *Poète*, du *Penseur*!... La sculpture, présentée en avril 1904 dans le cadre du Salon de la Société nationale des Beaux-Arts de Paris, eut une réception mitigée ; les inconditionnels de Rodin applaudirent, tandis qu'une autre part à peu près égale du public et de la presse s'esclaffait et ne cachait pas sa déception. « *Un Caliban, stupidement obstiné, qui rumine de sombres pensées de vengeance...* » put-on lire, entre autres critiques, dans un journal.

Peut-être les détracteurs bénéficiaient-ils encore d'un reste de lucidité ?

Cet individu replié sur lui-même, le corps verrouillé pour mieux s'abstraire du monde extérieur, s'enfermant dans un mode autarcique pour concocter des projets manifestement peu aimables, cette figure maussade et constipée dont les traits se crispent sous l'effort pénible que lui réclame la connexion de quatre neurones dans ses cortex, ce *Caliban*, comme écrivait un journaliste, c'était donc là, à en croire Auguste Rodin, l'image du *Poète*, du *Philosophe*, du *Penseur* surpris dans la noblesse de l'activité créatrice !... Il y avait de quoi rire en effet... Et l'on ne voudrait que sourire encore avant de balayer simplement la chose, si l'approbation à peu près sans réserve de la postérité n'en avait fait une raison de pleurer... L'image s'est imposée. Au sein de la société occidentale, elle est devenue l'incontestable symbole de la pensée humaine. Internationalement. Évoquez le penseur devant nos contemporains, d'emblée la représentation de Rodin s'imprime dans l'imagination. C'est pathétique... pathétique parce que, si l'homme occidental se reconnaît sans hésiter sous cette figure, c'est qu'elle coïncide avec les conceptions égocentriques de notre civilisation en crise, de notre société malade d'elle-même. Car que conçoit-il en réalité ce penseur renfrogné ? Quel genre de rêves peut-il bien élaborer, ce forcené qui triture impitoyablement ses méninges ?... Quoi donc, sinon des plans pour écraser ses congénères dans la compétition effrénée des carrières, des calculs qui lui permettront de réaliser des profits juteux et faire fortune sans jamais se rassasier, des stratégies au service d'industries tentaculaires qui ruineront les milieux naturels en répandant la misère à tous vents... Bref, il accouche de sa pierre pour l'édification d'une société inhumaine et mercantile, celle-là même où nous sommes plongés aujourd'hui. Celle de l'homme déconnecté de l'Univers.

Dans sa *contemplation active*, le chamane n'aspire qu'à la communication avec tous les mondes, tangibles et intangibles, ambition qui ne peut se réaliser que grâce à un désir et un effort d'ouverture phénoménaux... ouverture de l'esprit, ouverture physique du corps. Il n'a pas la prétention insensée d'être le créateur de sa pensée, il accepte de n'être, en toute humilité, qu'un intermédiaire, que le traducteur d'une vision créatrice universelle, qu'il capte et qu'il incarne.

Le fonctionnement raisonnable admis en occident veut généralement qu'on ne se fie qu'aux expériences et à la mémoire ; on réfléchit, en se comprimant la mâchoire avec son poing, analysant le passé pour concevoir l'avenir... Le chamane ne peut agir que dans le présent, dans l'ici et maintenant, puisque, œuvrant avant tout par le moyen de l'intuition, il se tient à l'écoute des manifestations de la nature, il est en dialogue sur le plan vibratoire avec les êtres spirituels et animés qu'il rencontre... et, dans un second temps seulement, il traduit et formule dans la matière les informations reçues.

De ce mode de fonctionnement a découlé l'incompréhension entre les chamanes et une catégorie ancienne, périmée, d'anthropologues : pour ces derniers, tout savoir acquis par un *homme-médecine* traditionnel n'avait pu l'être que de manière empirique ; selon eux, ce n'était que l'aboutissement de milliers d'essais hasardeux, de tests réalisés sur plusieurs décennies et comptabilisant un nombre

incommensurable d'erreurs et d'errements. Lorsqu'un chamane affirmait qu'en vérité il avait reçu ses informations grâce à une communication directe avec les éléments de la nature – qu'ils soient d'espèce animale, végétale ou minérale – l'enquêteur, dont la raison était bornée par le cadre strict de ses préceptes universitaires, refusait d'entendre autre chose que des fabulations et des bavardages folkloriques de primitif. Et pourtant...

En effet, la notion de *contemplatif actif* n'est paradoxale que dans le contexte d'une pensée occidentale spécifique. C'est parce que le mode de concentration autarcique a été fixé à un moment donné et qu'il a dès lors été admis comme seul fonctionnement raisonnable que tout autre façon d'appréhender la conscience peut paraître aujourd'hui une fantaisie ou une élucubration.

Alors oui, il est grand temps de dynamiter le *Penseur* de Rodin... au moins détruire son image despotique gravée dans notre mental.

Il ne fait aucun doute que si l'on demandait à des aborigènes d'Australie ou de l'Inde, à des initiés du Tibet, à des sages africains, pygmées et autres, à des hommes de connaissance amérindiens, de peindre leur *Penseur*, le portrait qu'ils en feraient serait à l'opposé du nôtre – l'Asie d'ailleurs, depuis plus de deux millénaires, multiplie ses représentations de bouddhas –. Le front est lisse, ouvert entre les sourcils ; la poitrine et le dos sont larges, les épaules dépliées ainsi que la base du tronc. Les paumes des mains peuvent se tourner et se présenter vers le monde extérieur. Une colonne d'énergie, accueillie au sommet du crâne et diffusée jusqu'au bassin, au-delà même du coccyx, galvanise le personnage qui se tient en ouverture maximale, le corps libre et dégagé, sereinement posé dans l'espace ; il est évidemment à l'écoute des mondes sensibles et dans une contemplation de l'univers avec tous ses mystères. Tout son être, investi par l'inspiration, est radieux et apaisé parce que voyageant spirituellement dans le *Monde du Rêve*.

**

La critique négative, émise ici avec une insistance un peu lourde, contre la société occidentale est principalement motivée par le fait que le mode de pensée occidental a fini par envahir brutalement ou de façon insidieuse les autres cultures dont le développement s'était élaboré sur un mode différent, mais qui ont dû perdre alors, en totalité ou en partie, leur caractère profondément original.

En occident même, certains contestataires du système voudraient le combattre de l'intérieur et l'amender ; souvent ils accusent *l'intellect* qui est désigné comme le fauteur de tous les maux, et dont ils prônent alors l'anéantissement, un décervelage en quelque sorte ; dans leur bouche, le mot « *intellectuel* » est prononcé avec un ton de mépris comme si c'était une épithète essentiellement péjorative.

Le mal de notre civilisation ne tient pas tant à l'existence de l'intellect qu'à son utilisation désordonnée et au moment où il intervient dans le processus de la pensée. L'intellect est un interprète indispensable ; son rôle est de traduire dans le corps et la conscience les informations captées par l'intuition et le ressenti. Hélas, trop souvent, fort et enivré de son érudition livresque et des expériences emmagasinées dans la mémoire, il se comporte en maître et occupe toute la place. – Comment jugerait-on un interprète de langues étrangères, recruté pour traduire une conversation entre deux ressortissants de pays différents, si, serviteur trop zélé, il ne pouvait se cantonner dans son simple rôle d'intermédiaire et se mettait à développer à sa manière et selon ses propres références les propos des interlocuteurs, allant jusqu'à leur couper la parole pour finir par accaparer le

discours ?... – La solution n'est pas d'écrabouiller notre intellect pour qu'il se taise à jamais, mais il nous faut le convaincre que son rôle vient en seconde position, qu'il est le traducteur des messages échangés entre l'intuition et le corps et non pas un orateur autoritaire qui peut dissenter à leur place.

S'incarner pour se quitter...

Le placement de la pensée à l'intérieur de soi implique forcément l'acceptation de l'incarnation. Ce n'est pas le moindre paradoxe que, pour explorer la spiritualité, intangible par nature, il faille investir le physique bien concret. Plus le voyage dans le rêve sera lointain et aventureux, plus l'incarnation et l'enracinement devront être solides et profonds.

Le corps est le véhicule merveilleux qui est donné à l'esprit pour qu'il ait loisir de se découvrir et se connaître grâce aux expérimentations qu'il va réaliser, dans la matière mais également dans l'invisible.

Les religions monothéistes ont opposé l'esprit et la matière comme s'il s'agissait de deux antagonistes inconciliables : la fameuse dualité de *l'Ange* et de la *Bête* !... À les en croire, la quête spirituelle réclamerait une lutte austère et implacable visant à terrasser la matière, mater la chair méprisante et honteuse ; elles ont jeté l'anathème sur le corps dont la nature diabolique est dénoncée par ses désirs, ses appétits, ses besoins terre-à-terre. Vision torturée, schizophrénique... Cette conception n'a pu s'imposer qu'en donnant une position transcendante à un dieu créateur détaché de sa création et supérieur à elle.

Le chamanisme ancestral n'est pas une religion ; c'est une philosophie où l'énergie créatrice originelle est immanente à la création ; l'esprit sacré vibre en tout et partout, il souffle sans discrimination à travers les éléments et les différents règnes minéral, végétal, animal et humain. Tout est relié et d'égale importance. L'anthropocentrisme, qui sacre l'être humain en maître de la nature par délégation divine, est inconcevable dans un tel mode de pensée où l'homme est considéré comme un élément ni plus ni moins essentiel que n'importe quel autre composant de l'univers⁴.

Assurément la matière n'est pas moins noble que l'esprit. L'acceptation et le respect de la matière sont même des conditions essentielles au déploiement de l'esprit. Se lancer dans l'aventure d'une quête ésotérique en négligeant ou méprisant le corps est un exercice aberrant ; d'ailleurs, il ne s'agit pas alors d'une réelle aspiration à l'élévation de la conscience, mais plutôt d'une envie de fuite vers un ailleurs idéalisé, une pauvre tentative d'évasion dans l'espoir d'échapper aux contraintes de l'attraction terrestre ; on rencontre trop souvent des aspirants mystiques qui se sont perdus dans un marasme psychotique parce qu'ils avaient cru devoir renier la *bête* pour tenter de rejoindre les *anges*. Le développement de soi

⁴ « Car ceci nous le savons, la terre n'appartient pas aux hommes, l'homme appartient à la terre. Ceci, nous le savons. Toutes les choses sont liées entre elles, comme le sang qui lie tous les membres d'une famille. Tout est lié. Les maux qui touchent la terre touchent aussi les fils de la terre. Ce n'est pas l'homme qui a créé le tissu de la vie, il n'en est qu'une fibre. Tout ce que vous ferez au tissu, vous le ferez à vous-mêmes » (*Discours du chef Duwamish Seattle, 1854 – revisité par Teddy Perry, 1970*)

est un travail global, qui inclut un engagement profond à l'intérieur même du corps physique grâce à un entraînement rigoureux et régulier.

L'expérience dans la matière n'est pas toujours agréable et douce ; elle peut même parfois imposer des traversées d'ascèse pénibles, voire douloureuses, des épreuves de dépassement de soi difficiles, athlétiques. Mais une initiation artistique, chamanique ou, pour parler plus généralement, spirituelle, se pratiquera toujours dans le respect et l'amour du corps physique, avec un émerveillement intarissable devant ce merveilleux transformateur et propagateur d'énergies vitales, sidérales et telluriques ; un instrument inouï qui nous est accordé pour le temps de la vie humaine.



L'abondance du vide...

Je me souviens de mon apprentissage de *contemplatif actif*. J'étais bien loin de penser au chamanisme à cette époque-là, j'aspirais seulement à devenir un bon comédien. Dans mon cas, la formation se révélait ardue, douloureuse même quelques fois et, avant d'accomplir avec aisance le *passage de l'autre côté du miroir*, mes progrès furent chaotiques et retardés par bien des errances : parfois des éclairs fulgurants étonnaient les spectateurs et les faisaient s'exclamer sur mes dons et mes trouvailles, et puis, sans raison apparente, je traversais des périodes de trous noirs où je perdais mes moyens au point que certains se grattaient la tête en se mettant à douter de mes facultés réelles.

Pour ceux qui connaissent encore le vieux jeu de société qu'on appelle le *Jeu de l'Oie*, je pourrais donner l'image du joueur qui progresse et recule sur le chemin alternativement au gré des cases favorables ou néfastes sur lesquelles il passe. Je faisais donc mon parcours erratique jusqu'à un moment fatal où je me suis trouvé paralysé, bloqué comme le joueur de *l'Oie* qui est arrêté sur la case *prison*, et je suis resté piégé dans ce trou noir durant trois années interminables. Pendant ce temps, je voyais les partenaires avec lesquels j'avais l'habitude de jouer qui, me laissant sur le carreau, caracolaient loin devant, de plus en plus performants et en accord avec eux-mêmes. Et moi, je ne réussissais plus rien ; je ne comprenais plus rien à rien ; j'étais devenu bête et geignard. Je n'enregistrais qu'échecs, avanies et humiliations. J'avais le sentiment de traverser un désert froid, dépourvu d'horizon, dans un état de misère morale épouvantable, à moitié fou de rage et d'angoisse parce que tous mes efforts pour en sortir tournaient à chaque fois en fiascos.

Comment expliquer cette incapacité à sortir de cette geôle saturnienne où je suis resté enfermé trois ans ? Pourquoi ?... Qu'est-ce qui m'entraînait ainsi irrésistiblement vers mes tréfonds obscurs où je m'embourbais dans une espèce d'idiotie vaseuse ?... Est-ce que je manquais de conviction et de motivation réelles ? Est-ce que j'étais affligé d'une paresse mentale hors du commun ?... Avais-je la lâcheté de m'embrumer le cerveau, au point de me rendre stupide, pour ne pas

affronter franchement mes démons intérieurs ?... Nous sommes complexes et un effet peut être induit par plusieurs causes : divers états et sentiments contradictoires peuvent coexister ou se succéder, nous tirillant désespérément entre désirs d'actions et inhibitions – et cela, en particulier, quand nous nous égarons à travers les incohérences de crises existentielles.

En tout cas, pour ma part, à côté de tout ce qu'on pouvait me reprocher et qui était peut-être vrai, il y avait une chose qu'on ne pouvait me dénier : c'est que, même si j'étais dans la panade, je n'en restais pas moins furieusement zélé ! Je me battais comme un diable avec de grandes dépenses d'énergies, de sentiments et d'émotions. Enfermé dans ma prison morale, au comble du désespoir et de la honte, je continuais à tenir le coup malgré tout, vaille que vaille, avec une opiniâtreté qui confinait à l'absurde. J'étais groggy mais je ne lâchais pas le combat !... Oui, incontestablement, j'étais doté d'une inébranlable BONNE VOLONTÉ ! Et c'était bien là un aspect crucial du problème...

La volonté est un atout flatteur, dont on félicite généralement celui qui en fait preuve. En réalité c'est une arme dangereuse qui se retourne souvent contre l'utilisateur.

Bien sûr, grâce à elle je ne capitulais pas quand d'autres, paralysés de la même manière, auraient depuis longtemps jeté l'éponge. En même temps, cette même volonté m'interdisait l'accès au passage décisif. Mon entêtement et mon zèle me condamnaient à rester sur place. Je me cassais la tête en m'obstinant à cogner contre une porte qui, à mon grand désespoir, restait verrouillée, et je n'arrivais pas à comprendre et admettre que le seul verrou consistait en ma folle détermination à lutter coûte que coûte... – Ah ! les *bonnes intentions*... ce sont bien les pavés de l'enfer ! – La volonté, lorsqu'elle est mal comprise, peut se transformer en piège pervers. C'est ainsi que mes *bonnes* dispositions, ma détermination, n'avaient pas d'autre résultat que me raidir, me durcir, rendant impossible l'abandon et l'acceptation d'une certaine vulnérabilité qui sont des conditions essentielles pour libérer la vie de l'imaginaire.

Durant toute mon enfance, on m'avait inculqué les préceptes des gens biens, les principes qui étaient censés faire de moi un homme, un vrai ! et grâce auxquels je trouverais ma place dans la société : c'est ainsi qu'on m'avait convaincu qu'il fallait que je sois toujours fort et bien rempli !... *Tu ne seras jamais trop fort, jamais assez rempli !*... Rempli par quoi ? Plein de quoi ?... – Mais... de vérités apprises, d'opinions, de sentiments, de croyances, d'émotions, etc.

Et donc je m'en tenais aux règles qu'on m'avait inculquées : gonflé à bloc par une volonté de puissance, plein à ras bords d'émotions, d'idées préconçues, de faux savoirs, je revenais me présenter devant cette porte qui donne accès au *Monde du Rêve*, et je m'obstinais à frapper dessus comme un forcené. En toute logique, elle refusait absolument de s'ouvrir puisqu'elle ne peut livrer passage qu'à ceux qui acceptent de se présenter vides... sans idées préconçues et sans attentes.

Qu'est-ce qui terrifie tant dans le fait de *s'abandonner* sinon une certaine peur du vide ?... Peur de lâcher ce qu'on sait ou croit savoir, peur de se dépouiller de tout ce que l'on a acquis avec beaucoup de peine. Peur de renoncer aux idées qu'on se fait de soi-même, à l'image qu'on a construite, renoncer à des parties de soi qu'on s' imagine être indispensables... Une part de notre subconscient, qui s'est arrogé le rôle de chien de garde, croit nécessaire de nous alerter à la moindre menace de lâcher-prise : « Attention ! Il faut que tu te tiennes avec fermeté, sinon tu risques mourir de peur et que le monde autour de toi s'en aperçoive. Attention ! Ce *Moi-même* dont tu es pourtant si mal satisfait, qui est bardé de complexes et couturé de blessures jamais refermées, ce *Moi-même* délabré par les névroses et le mal-être, il faut bien que tu t'agrippes à lui, envers et contre tout, parce que la

perception que tu as de sa consistance est quand même rassurante. Si tu lâches ta personnalité, ton caractère, tes conceptions du monde et tes croyances, tous ces ingrédients dont tu t'es convaincu qu'ils entrent dans la composition du *Moi-Même*... si tout cela s'en va, si tu abandonnes tout cela, que restera-t-il de toi ?... Est-ce que tu ne vas pas définitivement te perdre dans le temps, dans l'espace, ou dans une forme d'existence étrangère ?... Est-ce que tu ne vas pas devenir fou ?... Ton *Moi*, ton précieux *Moi*, si tu le quittes un instant, est-ce que tu es sûr de le retrouver à ton retour, t'attendant devant la porte ? et seras-tu capable alors de le réintégrer, de l'enfiler à nouveau comme un vieux vêtement familier et te rhabiller avec ?... »

Le jour où, touchant le dernier fond du désespoir, épuisé, à bout de force, j'ai baissé les bras – moralement et physiquement – en versant des pleurs comme un môme, me résolvant à l'idée que *cette fois c'était bien fini*, que je devais renoncer irrémédiablement à devenir comédien puisque décidément je n'y comprendrais jamais rien... à cet instant précis la porte s'est ouverte d'un coup et j'ai basculé en arrière, dans le vide.

En face de moi, j'ai entendu Francette Cléret crier ; – Oui !... Enfin !... cette fois, tu y es !

J'ai encore eu le temps de penser : « Elle se fout de moi !... J'y suis ?... Où ?... Je viens justement de laisser tomber... de décider que j'en ai marre et que je démissionne. »

Je n'avais émis aucune parole audible, mais elle lisait facilement les pensées, elle m'a répondu : – C'est justement ce qui t'est demandé depuis le début : Lâcher tout !... RENONCER À FAIRE pour LAISSER FAIRE !

Oui, le voile était enfin déchiré et le véritable enseignement pouvait reprendre ; je n'étais pas encore sorti du tunnel, toutefois le bout en était apparu comme un rond de lumière dans le lointain. Il a fallu encore trimer durant des mois et des mois, répétant inlassablement le processus pour convaincre, pour apprivoiser, pour habituer à ce nouveau mode de fonctionnement jusqu'à la moindre parcelle de mon corps, sans en négliger aucune... chaque nerf, chaque muscle, chaque organe, chaque neurone, chaque cellule... Il n'était pas évident de faire admettre à toutes ces choses-là, qui avaient si longtemps travaillé à se charger telle une péniche de fret, que la seule chose exigée maintenant était se délester et tout passer par-dessus bord pour s'alléger. Il ne s'agissait plus d'acquérir de nouvelles connaissances ou de nouvelles techniques ; ce qui m'était demandé, au contraire, était *soustraire, enlever*... ôter les filtres, enrayer les automatismes, balayer les principes et les bonnes manières... parvenir à la nudité intégrale afin de me tenir face au monde sans fard, sans attitude, sans code. C'est bien cela qu'implique *la pensée qui coule derrière soi et s'incarne dans le rêve*⁵ :

Ne plus faire... Laisser faire...

J'étais malhabile comme un enfant qui apprend à marcher, je faisais des erreurs risibles. Souvent lorsque ma pensée s'abandonnait en arrière, parvenue sur les bords marécageux des *limbes* qu'il lui fallait traverser, je m'engluais dans une sorte de brume et je sommais dans le sommeil. Pour les spectateurs qui assistaient à nos séances de travail, le phénomène ne manquait pas d'être étonnant, parce que je pouvais m'endormir dans n'importe quelle position, que je sois assis ou debout

⁵ On pourrait comprendre en me lisant que je fais l'apologie de l'ignorance et de l'inculture... N'étant plus à un paradoxe près, je réponds : non, certainement pas !... Selon moi, on n'est jamais trop instruit, on n'est jamais trop savant, on n'est jamais trop virtuose – un chamane authentique est un virtuose –. L'enjeu est que science et culture soient opportunes, digérées et assimilées au point d'être parfaitement intégrées à soi.

sur mes jambes sans l'aide d'un appui pour me soutenir... Il a fallu que je trace le sillon avec constance, patiemment, pour petit à petit parvenir sans déraiper à crever ce plancher et passer de l'autre côté. À force de répétitions du mécanisme, la dextérité est venue. En y repensant avec la distance du temps écoulé, j'ai presque du mal à accepter la réalité de cette lutte si longue et si pénible ; elle me paraîtrait même absurde et démesurée maintenant que, pour moi, le voyage s'accomplit comme une évidence, par simple réflexe, en un dixième de seconde, sitôt que l'ordre du basculement et de la chute de la pensée est donné.

Laisser faire...

L'artiste-chamane – le chamane-artiste – frappe son tambour. L'instrument gronde et roule sourdement : on croirait entendre la voix de la terre, d'ordinaire inaudible à l'oreille, traduite ici par les vibrations de la peau tendue... puis le tambour semble rugir tel un feu attisé soudain par le souffle du vent, ou comme une vague de la mer s'abattant sur des rochers ; ensuite il est emporté dans une scansion implacable qui sonne comme la battue d'un cœur...

L'instrumentiste n'y est pour rien.

Sa voix monte par-dessus l'instrument, en sons gutturaux ou filés, tantôt dans le registre des graves, tantôt gagnant les aigus du contre-ténor ; ce n'est pas lui qui chante : il est traversé. La frappe du tambour et les inventions du chant lui sont parfaitement inconnus, toutefois ils ne lui appartiennent pas moins pour autant ; à la fois étrangers et familiers...

Il ne se soucie pas de savoir d'où *ça* vient – de l'intérieur de lui ?... de l'extérieur ?... Et si cela vient d'ailleurs, de quel secteur ? de quelle dimension précisément ?... Il se doute que cela est en rapport avec l'énergie créatrice qui traverse tout. À vrai dire, la question n'a plus beaucoup d'intérêt ; une seule chose importe dans l'instant présent, laisser *cela* agir... laisser « *ça* » se déployer.

Il constate un singulier dédoublement, une distanciation entre sa conscience aussi immobile et paisible qu'une eau dormante et les mouvements de son corps, sûrs, rapides et aiguisés.

Le dédoublement s'accroît, se faisant encore plus net. Il peut danser. Il ne contrôle rien, sa responsabilité ne consistant qu'en un *écartement* de lui-même afin d'accueillir ce souffle d'inspiration qui l'envahit. La mobilisation de son corps est entière ; en même temps, il est capable de se voir globalement, du sommet du crâne à la plante des pieds, au-delà même, se survolant dans la position d'un pilote aux manettes, ou bien d'un marionnettiste inspiré qui actionne les ficelles d'une marionnette vivante.

Il vit ces phénomènes sans en être troublé ; au contraire : loin de le dérouter, ces perceptions antinomiques sont des repères ou des balises sur les étapes du voyage. Et puisque tout semble paradoxal dans ce monde-là, disons qu'il se perçoit *décollé* de lui-même et pourtant une seule entité homogène et cohérente ; et cette entité se trouve en osmose avec son environnement, parfaitement immergée et fondue en lui. Malgré toutes ces sensations qui devraient lui paraître inconciliables, il demeure imperturbable, accueillant tout avec une parfaite évidence.

En vertu du théorème largement répandu : *ce qui est en bas est comme ce qui est en haut, ce qui est à l'intérieur est comme ce qui est à l'extérieur*, ainsi son corps

est-il un reflet du cosmos, peuplé de galaxies parmi lesquelles il lui est loisible de naviguer à une vitesse bien supérieure à celle de la lumière. Rien ne lui échappe de ce qui se passe au-dedans et autour de lui ; tout est distinct, jusqu'au plus infime détail ; vigilance et vivacité d'esprit lui permettent de répondre instantanément à chaque suggestion ou impulsion qui se manifeste avec la fulgurance d'un flash lumineux. Chaque partie de son corps réagit sans entraves, instantanément. Sitôt rêvé, sitôt exécuté.

Il danse, il chante, il joue...

Il est à sa place, tout simplement. Sans jugement. Sans rien à prouver, ni aux autres ni à lui-même. Sans rien à imposer ; sans rien à cacher. Il est présent, voilà tout... Il exécute ce qu'il y a à faire, avec lucidité. Il n'en ressent pas d'orgueil, pas de sentiment de supériorité, pas de fausse modestie non plus ou de pudeur inutile. Il est ce qu'il est, ni plus ni moins... Il ne se prend pas au sérieux.

Il a bien conscience que tout ce qu'il accomplit est important au suprême degré – vital même ! – mais pas sérieux !... Parce que l'esprit de sérieux est mortifère et transforme les vivants en automates sans cœur et sans âme. C'est *l'esprit de sérieux* qui hante les ministères, les officines de la finance, les casernes militaires, les cabinets des juristes... tous les temples du pouvoir et du consumérisme, lesquels sont plus raides, plus gélifiés que morgues et cimetières. Le chamane, comme l'artiste, n'a d'intérêt que pour la vie, aussi jamais il ne se départ d'une de ses armes majeures : l'humour. L'humour sur lui-même et partout. L'humour bienveillant, dépourvu d'ironie.

Je m'arrête ici.

Je viens de tenter un exercice périlleux, pour ne pas dire impossible : traduire en mots l'indicible, rapporter sous forme de phrases ce qui n'est que de l'expérience éphémère, du ressenti intime, de la vie originale... Aussi scrupuleux que l'on ait le souci d'être, les mots sont trop incertains, trop approximatifs. Dans mes ateliers d'initiation – où les participants sont guidés dans le processus d'incarnation de leur pensée et invités à entraîner leur corps afin de créer les conditions intérieures permettant d'évoluer en état de rêve – la parole n'est qu'un moyen d'approche, c'est comme un vague cercle composé à l'aide de mots et de phrases dont le seul but en réalité est faire apparaître l'intérieur même du cercle, lequel reste non-dit, inexprimé et qui est pourtant la seule chose qui compte – je pourrais tenter la comparaison avec certaines estampes japonaises dont la partie graphique ne constitue pas le sujet principal, mais sert essentiellement à définir les espaces blancs, les vides, lesquels seulement ont intéressé le peintre –.

J'ai essayé de procéder de même dans les pages qui précèdent, où je me suis servi en partie de ma propre histoire, j'ai rapporté quelques séquences-clés de mon expérience, j'ai utilisé le contrexemple du *Penseur* de Rodin, j'ai abordé sommairement la philosophie du chamanisme, j'ai décrit le processus du cheminement de la pensée, et ainsi de suite... toutes ces démonstrations, toutes ces informations n'avaient pas d'autre intérêt que faire deviner, autant que faire se peut, une technique précise de méditation active sans recourir à un enseignement sec et didactique.

J'ai tenté aussi de faire apparaître l'essentiel : que le but premier de cet entraînement long et difficile est d'accompagner chacun dans la conquête de sa liberté, de son autonomie. La véritable ambition est de parvenir à se connaître soi-même tel que l'on est à sa source, quand on réussit à se délivrer des *sur-moi* qui

nous guident et nous travestissent⁶. Durant tout le travail en atelier, il est important de participer avec confiance et disponibilité, mais sans jamais abandonner la vigilance : les explications, les images, les démonstrations qui sont données ne sont que des guides ponctuels ; sans cesse, il faut se tenir à l'écoute attentionnée de soi.

Ne perdons jamais de vue que tout récit d'expériences vécues par l'un ou par l'autre, transmis sous forme de livres ou d'enseignements, n'est que le miroir plus ou moins déformant d'instantanés vécus par un être qui nous restera à jamais étranger. Celui qui parle ne peut offrir que sa propre expérience... et, en réalité, à part apporter peut-être un divertissement momentané, son expérience ne présente pas un intérêt très profond pour nous. La seule expérience valable, c'est la nôtre, celle que nous réalisons à travers nos sensations, nos visions, nos pensées. Notre voyage dans notre *Monde du Rêve* n'appartient qu'à nous puisque chaque aventure dans cet univers particulier est unique et incomparable. C'est notre rencontre intime avec l'Esprit sacré qui est la seule authentique.

⁶ En effet une aventure spirituelle ne peut avoir d'autre visée que la conquête de la liberté et de l'autonomie, rien d'autre que la réalisation de soi. C'est une aberration, c'est un forfait perpétré contre la nature lorsque des êtres sans conscience se permettent d'utiliser la spiritualité à des fins de manipulation et de domination des autres !... Toute notion de sectarisme ou d'embrigadement est incompatible avec l'essence même du chamanisme ; un chef de secte se désigne donc automatiquement lui-même comme charlatan et usurpateur. En chamanisme, aussi bien qu'en art, il ne peut y avoir de maître. Le seul gourou, c'est soi-même.