

a aussi un détecteur de chakras bloqués et des élucubrations au sujet du troisième œil...

Le vrai yoga est trop simple en fait, et ne satisfait donc pas les amateurs d'ésotérisme, de folklore et d'intellectualisme de bazar.

A ce propos, et pour terminer dans la joie, nous apprenons au chapitre « chakras » que ceux-ci ont fait des petits, chakras des mains, des coudes et des pieds...

LE TAO AU JOUR LE JOUR. Deng Ming-Dao. Éditions Albin Michel.

Deng Ming-Dao est un Américain d'origine chinoise, héritier de la tradition taoïste par son maître Kwan Sai-hung. Il enseigne les arts martiaux chinois et les techniques méditatives taoïstes.

Il a eu l'idée de choisir 365 aphorismes taoïstes et de les commenter, chacun occupe une page, et est illustré par la calligraphie de son titre. Il s'agit donc d'une sorte d'almanach philosophique et spirituel, très réussi sur le plan esthétique. Chacune de ces méditations est reliée à un jour de l'année bien précis, mais variable suivant que l'on se trouve dans l'hémisphère nord ou sud. Une liste à la fin de l'ouvrage établit les correspondances.

Si quelques-unes de ces méditations sont un peu faibles et convenues, la grande majorité d'entre elles est de qualité, nous invitent à nous approcher d'une véritable dimension de profondeur, nous proposent de cheminer de façon juste.

En voici un exemple :

24 février - Division

« Les problèmes ne peuvent être Résolus en une fois.

Défaites lentement les nœuds,

Divisez pour vaincre. »

Le progrès fait rage, et le futur ne manque pas d'avenir...

Françoise BLÉVOT.

Signalons la réédition, en collection de poche « Espaces libres » d'Albin Michel, du très bel ouvrage de Marie Madeleine Davy « L'Oiseau et sa Symbolique », qui était paru en 1992.

Françoise BLÉVOT.

Pour résoudre les problèmes, il est utile de comprendre d'abord s'il s'agit d'une énigme, d'un obstacle ou d'une complication. Une énigme nécessite une analyse rigoureuse – c'est comme démêler une pelote de fil – et requiert plus que toute autre chose de la patience. Un obstacle doit être vaincu : nous devons utiliser la force et la persévérance pour le détruire, ou nous dégager. Une complication nous emmène dans un labyrinthe d'entraves : cette situation des plus dangereuses exige que nous fassions appel à toutes nos ressources pour nous en libérer le plus vite possible.

Quel que soit le problème, il est important de ne pas le prendre dans sa totalité. Réduisez-le en éléments plus petits, plus faciles à manier. La plupart des situations problématiques sont des combinaisons d'énigmes, d'obstacles et de complications. En les fractionnant, elles peuvent être gérées facilement. Même la plus grande des difficultés peut être résolue lorsqu'elle est soigneusement réduite. Alors les nœuds de l'existence se défont aussi facilement que si nous avions une baguette magique.

Françoise BLÉVOT.

ARNAUD DESJARDINS – TÉMOIGNAGES ET TEXTES INÉDITS
« QUESTION DE ». Éditions Albin Michel.

Arnaud Desjardins est l'un des propagateurs des spiritualités orientales les plus dignes de confiance. Un des plus connus aussi. Il était donc légitime que « Question de » lui consacre un numéro.

J.-P. Schnetzler, R. et J.-P. Cartier, Gilles Farcet, MM. Davy, D. Roumanoff et bien d'autres dont son fils et sa femme le racontent. Qu'il soit vu comme un « maître spirituel » ou non, l'unanimité est faite sur le sérieux de sa démarche, ce que nous lui devons pour avoir fait connaître dans l'honnêteté et la qualité les philosophies d'Orient en Occident.

Il a su réunir autour de lui des personnes réputées de tous les horizons, non pas pour déboucher sur un syncrétisme flou et néfaste mais plutôt sur un œcuménisme ouvert et généreux.

Le dernier intervenant de cet ouvrage est Arnaud Desjardins lui-même, qui a choisi le très beau thème de la réconciliation.

« Pendant des années, j'ai été convaincu que le mal venait de ce qu'on s'aimait soi-même au lieu d'aimer Dieu et son prochain ou que l'égoïsme consistait à s'aimer soi-même. Et j'ai découvert peu à peu que la souffrance de la plupart des êtres humains vient de ce qu'ils ne s'aiment pas. L'amour commence par soi-même. Et comment pourrait-on s'aimer si l'on n'est pas réconcilié avec ce qu'on a été, et ce qu'on est dans tous nos aspects. D'ailleurs le commandement de l'Ancien Testament repris par le Christ : « Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton intelligence, de toute ta force, et tu aimeras ton prochain comme toi-même » montre bien que le préalable est de nous aimer nous-mêmes, que nous aimions l'autre comme étant nous-

mêmes, comme n'étant pas un autre que nous, ou que nous l'aimions comme un aspect de la même vie, de la même énergie, de la même réalité que celle qui sous-tend notre existence. Qu'on se situe dans une perspective plus ou moins dualiste, le chemin commence avec l'amour de soi-même. Cela n'a bien entendu aucun rapport avec la vanité, l'orgueil, la susceptibilité et l'hypertrophie de l'égo qui sont justement la réaction à l'impossibilité de nous aimer tels que nous sommes et de nous pardonner ce que nous avons été. » (...)

« J'ai été ce que j'ai été. Vu le nombre de conditions de circonstances, de chaînes de causes à effets, de jeux d'action et de réaction à l'œuvre, je ne pouvais pas être autre que ce que j'ai été. Les reproches, la culpabilité sont une forme de mensonge, de refus de la vérité ou de la réalité relative telle qu'elle est. Et aujourd'hui, de même, je suis ce que je suis. C'est seulement à partir de cette si difficile réconciliation pleine et entière avec soi-même que la croissance intérieure peut commencer. Il n'y a pas de technique yogique de méditation, de jeûne, d'ascèse, même difficile, qui puisse être fructueuse sur la base d'un refus de soi-même. Or, trop souvent, l'engagement dans la démarche spirituelle se met au service de ce reniement : grâce à la voie, je vais pouvoir éliminer, écraser, faire disparaître des aspects de moi que je n'ai jamais acceptés parce qu'ils ont été ou sont pour moi douloureux ou même insupportables. C'est forcément une impasse. »

Voilà donc une excellente lecture pour découvrir Arnaud Desjardins, ou le retrouver.

Françoise BLÉVOT.