

Transcription

" Libre arbitre ou pas ? "

(Traduction [Robert Geoffroy](#), vidéo visible sur <http://blogbug.filialise.com>)

« Est-ce que le libre arbitre est quelque chose qui existe ? » La personne qui pose la question ici écrit : « Cher Eckhart, un grand merci pour tout. Ma question : si la conscience sous-tend tous les états, qu'ils soient inconscients ou éveillés, est-ce que le libre arbitre est quelque chose qui existe ? »

En posant la question de cette façon, celle-ci peut sembler quelque peu abstraite : « Est-ce que le libre arbitre est quelque chose qui existe ? » Certes, c'est une vieille question philosophique, mais pour la rendre un peu plus directe, immédiate et expérientielle, on pourrait la reformuler un peu autrement et se demander : est-ce que j'ai le libre arbitre ?

Vous regardez alors pour vous-mêmes. Peut-être pouvez-vous avoir un début de réponse en vous observant vous-mêmes plutôt que de croire que la réponse doit venir de quelqu'un d'autre. Donc, si vous vous observez vous-mêmes, vous pouvez vous dire d'abord : « Eh bien, oui, j'ai l'impression d'avoir le libre arbitre, parce que je peux décider de faire des choses et les faire. À l'instant, je peux lever mon bras droit ou ne pas le lever. Cela semble bien être mon libre arbitre. Je peux me dire que je vais maintenant lever le bras. Or, si je ne regarde pas plus profondément, cela me semblera évident que le libre arbitre existe, d'un point de vue superficiel. Je peux aussi décider où aller manger, quoi manger et ainsi de suite, dans ma vie quotidienne : de faire quelque chose, de ne pas faire autre chose, etc.

Et voici que je me réveille en pleine nuit et que mes problèmes me tracassent. Libre arbitre ? Pas de libre arbitre ? Est-ce que j'ai choisi de me soucier de mes problèmes ou cela ne fait-il que m'arriver ? »

Il vous faut regarder ça : l'auto-observation.

Ou je décide d'aller au supermarché acheter quelque chose. Libre arbitre ? Oui ! Ensuite, je fais la queue à la caisse, très longtemps, et je m'énerve après le caissier ou la caissière inefficace. Libre arbitre ou pas de libre arbitre ? Est-ce que je choisis ? Est-ce que je me dis : maintenant, je décide de m'énerver vraiment contre cette personne. Vous vous mettez alors à vous énerver. Est-ce vraiment ainsi ou est-ce quelque chose qui vous arrive ? Vous êtes tout d'un coup submergé par l'énervement. Est-ce que cela ressemble au libre arbitre ? Non !

On dirait que remontent des forces que vous ne pouvez pas contrôler apparemment, tout comme pour les tracas en pleine nuit. Vous ne vous réveillez pas à 3 h du matin en vous disant : « OK, il est temps maintenant de se faire du souci ; je choisis maintenant de rester réveillé et de me tracasser pendant une heure. Cela ne se passe pas comme ça. Les pensées surviennent, persistent, ne passent pas, il semble que vous n'avez pas là de libre arbitre.

Et là encore, il vous faut poursuivre votre auto-observation. Vous vous réveillez le matin, vous vous sentez bien ; vous décidez de prendre le petit-déjeuner. Libre arbitre. Vous allez

travailler en voiture, vous êtes touchés par un autre automobiliste agressif et vous avez presque un accident. Vous vous mettez en colère et vous arrivez au bureau de fort mauvaise humeur. Libre arbitre ? Non, cela s'est simplement produit !

Donc, au départ, vous pouvez penser que vous avez le libre arbitre et si vous vous observez bien dans votre vie quotidienne, vous pouvez remarquer, très souvent, que les choses semblent simplement surgir de l'intérieur et vous envahissent : des pensées, des émotions, des réactions, des schémas comportementaux. Il peut même y avoir tout un aspect de votre soi égoïque qui remonte de temps en temps, réactivé par certaines situations.

Des psychologues utilisent le terme « sous-personnalités ». Donc, dans certaines situations, vous pouvez remarquer plus ou moins ce phénomène en pratiquant l'auto-observation. À certains moments, vous pouvez remarquer qu'il y a en vous des sous-personnalités qui surgissent dans certaines situations, quand certaines choses se produisent. Cela peut être une personne très en colère qui surgit à l'occasion ou le plaignant, la victime, réactivée elle aussi. Les sous-personnalités constituent certaines réponses réactionnelles aux réactivations. C'est un peu comme si vous étiez temporairement transformés en une autre personne.

Pour certaines personnes, c'est l'argent qui les réactive. Dès qu'il est question d'argent, une entité pleine de peur surgit, se montre peut-être agressive. La personne est complètement transformée en quelque chose d'autre. Nous connaissons tous bien le corps de souffrance : quand il remonte, est-ce que vous le choisissez ? Évidemment non, il ne fait qu'apparaître ! Il remonte et vous êtes tout d'un coup quelqu'un d'autre. Vous pouvez aussi le voir chez l'autre, votre femme, votre mari. L'énergie change subitement et une personne différente se présente. C'est toujours un choc !

Quand vous vivez avec quelqu'un, vous remarquez après un temps que vous vivez en fait avec différentes personnes, d'une certaine manière. Vous ne vivez pas seulement avec cette personne que vous avez rencontrée au départ et vous vous rendez compte que ce n'était qu'un aspect de la personnalité projeté à l'extérieur. En vivant avec elle, vous découvrez d'autres aspects de cette personnalité qui font surface de temps à autre, incluant bien sûr le corps de souffrance. Il y a le soi d'humeur changeante qui se manifeste et vous pouvez finir par ne plus savoir qui sera cette personne le jour suivant, quel aspect de la personnalité sera là.

Il y a donc des sois différents, des facettes différentes du soi égoïque et nous ne pouvons pas parler là de libre arbitre. Les humains sont à la merci de forces inconscientes, de tendances, de schémas inconscients. En pratiquant l'auto-observation, vous devenez donc conscients qu'en règle générale, il ne semble pas que vous ayez le libre arbitre. Vous êtes envahis par une chose ou une autre. C'est une prise de conscience très utile, parce qu'en réalisant cela, vous n'êtes plus à 100 % sous l'emprise de l'inconscience. Vous pouvez ne toujours pas avoir le libre arbitre, mais vous n'êtes plus totalement la proie des forces et tendances inconscientes, parce que vous les connaissez. Elles peuvent toujours se manifester, mais il y a là une conscience.

C'est pourquoi l'auto-observation est si importante. De la sorte, vous ne créez pas votre propre perte, par exemple en croyant être complètement éclairés. Attendez un peu et voyez simplement comment vous allez vous sentir la prochaine fois que vous rendrez visite à votre mère ou à votre père, à votre frère ou votre ex-conjoint.

Ce qui doit vraiment se passer, c'est le développement de la présence observatrice. C'est la seule chose qui puisse permettre un sentiment d'unité du « Je », plus profond que le sentiment limité du « je » qui prétend d'habitude être qui vous êtes, mais qui n'est ordinairement qu'une identification avec certaines choses qui remontent en vous. C'est donc l'état inconscient et la moindre petite entité qui se présente dit : « Je » ; « Je me fais du souci ». Eh bien, qui est ce « je » qui se fait du souci ? « Je suis énervé », « Je suis en colère » et ainsi de suite. Il y a donc tant de champs d'énergie qui remontent, des vieux champs d'énergie conditionnés par le passé qui existent en vous et qui affirment tous être vous dès lors qu'ils remontent, « je ». Ils disent « je ». Il n'y a rien d'étonnant à ce que les gens éprouvent de la confusion.

C'est la même chose avec le désir, avec le vouloir : « Je veux réussir... (ceci ou cela) ». OK, mais le moment venu, est-ce que je veux y consacrer l'énergie nécessaire ou est-ce le « je » paresseux qui a désormais pris la place et dit : « Non, je préfère regarder la télé plutôt que faire mes gammes » ? Un « je » déclare qu'il veut être un pianiste célèbre et le « je » paresseux dit qu'il veut regarder la télévision ce soir. Il y a tant de « je », des « je » temporaires, et aucun d'eux n'est le véritable « Je », n'est qui vous êtes. Sous l'emprise de forces différentes, une personne inconsciente ne sait pas qui elle est. Il n'y a pas de « je » unifié, pas de « je » plus profond ; il n'y a que des « je » passagers. Et parfois, ils se battent entre eux.

Donc, quelle est la solution ? Comme nous le voyons ici, il n'y a là pas de libre arbitre dans l'existence humaine normale, il n'y a pas de libre arbitre... mais vous devenez conscients que ces forces ou ces champs d'énergie qui affirment être « je » sont actifs en vous et c'est un pas en avant décisif. Ce qui est conscient de ces choses est une dimension différente de conscience qui se révèle et nous pourrions dire, bien que nous devons considérer cela de plus près dans une minute, nous pourrions dire que c'est l'endroit de la liberté où quelque chose émerge qui n'est pas un sentiment limité de « je » conditionné par le passé, mais un sentiment plus profond de la présence consciente intemporelle en vous.

Et tandis que cela se développe en vous, cela peut impliquer d'abord que vous devenez à vrai dire plus conscients de combien il reste en vous de forces inconscientes. Donc, la première chose qui arrive parfois – les gens m'en parlent – à mesure qu'émerge la conscience dans sa vie, l'aptitude à être le témoin en présence, il semble parfois aux gens qu'ils vont plus mal, qu'ils deviennent plus inconscients, mais ce n'est évidemment pas le cas. Ils commencent simplement à se rendre compte de combien ils sont ou ont été inconscients. En d'autres termes, ils se mettent à comprendre le peu de liberté qu'ils ont en réalité. Or, avec cette compréhension vient la possibilité de la liberté et des moments surviennent où la conscience peut dépasser un schéma réactionnel conditionné. Et c'est une chose décisive.

Revenons aux exemples que nous avons utilisés tout à l'heure. Vous faites la queue au supermarché, l'énervement se fait éprouver. Autrement dit, il n'y a pas le choix ici, il n'y a pas de liberté. L'énervement arrive et tout à coup, il y a perception de cet énervement qui survient. Cette perception est l'espace inconditionné de la conscience et cette perception peut en fait dire : 'Est-ce que je veux ça ? Est-ce mon choix d'être énervé ici ? Est-ce que l'agacement améliore mon expérience du moment ? Est-ce que cela me donne plus de joie de vivre, augmente mon ressenti de la vie ? Au contraire, est-ce que cela ne le diminuerait pas ? Est-ce que j'ai besoin de ça ? Est-ce que cela change la situation ? »

Ces compréhensions proviennent de la présence. Ce sont des pensées, mais ce sont des pensées qui proviennent du bon sens en vous, de la véritable intelligence. Vous pouvez donc

vous poser ces questions : « Est-ce ce que je veux ? Est-ce que cela m'aide vraiment dans la situation ? Est-ce que cela change la situation extérieure ? Est-ce que je ne peux pas plutôt faire sans ça ? Et je vais peut-être faire le choix de ne pas éprouver cela ». Le choix se présente à ce moment-là et vous pouvez vraiment permettre à l'agacement de disparaître, parce que vous voyez que le schéma inconscient n'améliore pas votre qualité de vie, ne contribue pas à votre joie de vivre. Au contraire, il la diminue, il est une forme de souffrance.

Tant que vous êtes piégés dans ce fonctionnement inconscient, vous ne savez même pas que vous souffrez. Vous souffrez inconsciemment. Le choix vient donc avec la perception : comment est-ce que je choisis de vivre ce moment ? Je choisis de vivre ce moment, aligné sur le simple fait qu'il est comme il est. Je suis en train d'attendre ici. Quel est le problème à attendre ici quelques moments ? Il n'y en a pas. Et tout d'un coup, là où il y avait avant l'agacement, il y a une impression forte de vie et la paix.

Et la même chose la nuit pour utiliser l'exemple de tout à l'heure où vous vous réveillez et vous vous mettez à vous faire du souci. Tout d'un coup, il y a conscience et vous vous dites : est-ce ce que je choisis ? Est-ce la liberté ? Non, je ne choisis pas de me faire du souci. Je choisis simplement d'être présent à cet instant. Le tracas n'apporte rien à la situation, ne résout rien ; il me prive de ma joie de vivre. C'est une façon terrible de me limiter. C'est la souffrance. Est-ce ce que je choisis ? Non. La liberté arrive donc. Vous pouvez vous dire : « Ce que je choisis, c'est simplement d'être présent en cet instant ».

Maintenant, il se peut que vous ayez besoin d'un peu d'aide ici, parce que l'attraction de l'inconscience peut être très forte. Mais vous réalisez que vous pouvez retirer votre attention du penser - c'est un choix - et la diriger sur le corps subtil, sur les perceptions sensorielles, sentir la vie des perceptions sensorielles tout autour de vous, sentir la vie du corps subtil. Vous avez choisi cela plutôt que l'activité mentale inutile, ordinairement appelée « tracas ». Et ainsi de suite.

Petit à petit, la perception consciente peut dépasser les vieilles réactions conditionnées et cela fait partie du processus d'éveil humain. C'est la chose la plus magnifique, c'est tout ce qui concerne votre vie : vous désidentifiez peu à peu des schémas compulsifs de sorte à trouver la liberté de la présence, de la dimension inconditionnée en vous. C'est tout ce qu'implique votre vie. Ce n'est finalement pas ce qu'on pourrait croire, ce ne sont pas les diverses circonstances variables de votre vie, quelles qu'elles soient, votre profession, votre travail, vos relations, tous les événements et circonstances extérieurs. Ce n'est pas ce qui importe en fin de compte.

Toutes ces choses ne sont que les formes sous lesquelles se déploie votre existence, mais ce qui importe à l'arrière-plan, c'est l'état de conscience que vous soumettez aux situations existentielles que vous rencontrez. C'est là où se trouvent la véritable croissance, la véritable libération et la véritable liberté. Ce n'est pas dans le changement bien que vous interagissiez évidemment avec la vie, avec les gens et avec les situations.

Vous ne faites pas seulement l'expérience de certaines situations, vous créez aussi des situations, mais quoi que ce soit, vous le créez à partir de votre état de conscience. Votre véritable évolution n'est pas ce que vous accomplissez à l'extérieur. C'est secondaire. Votre véritable évolution a à voir avec l'éveil de la conscience en vous tout en poursuivant votre vie. Des choses vous arrivent, à vous, et vous faites arriver des choses. Il y a les deux mouvements.

Un point essentiel : les gens pensent que ce qui nous arrive dans la vie est très important, incluant l'ensemble des circonstances dans lesquelles ils sont nés, ont vécu en tant qu'enfants et cela continue. Certaines choses vous arrivent dans la vie, votre environnement par exemple. Traditionnellement, les gens appellent ça le karma. Des bonnes choses vous arrivent, c'est du bon karma ; des mauvaises choses vous arrivent, c'est du mauvais karma ! C'est une idée traditionnelle, mais le vrai karma ne se trouve pas dans ce qui vous arrive ; le vrai karma se trouve dans la façon dont vous répondez à ce qui vous arrive. C'est là où vous faites l'expérience du véritable karma.

Votre réponse à ce qui vous arrive en toute circonstance détermine ce qui arrive par la suite. En changeant les anciennes réponses conditionnées ou autres réactions, vous mettez fin au conditionnement karmique. Donc, si vous changez la manière dont vous réagissez envers les gens, les événements et les lieux, vous remarquez par la suite que ces choses extérieures se mettent à changer. C'est votre liberté de changer votre vie, changer la manière dont vous réagissez aux choses. Et vous ne pouvez faire cela qu'en étant plus conscient, en amenant la perception consciente ou en permettant à la perception consciente d'apparaître.

Et maintenant, je peux entendre bien qu'elle ne soit pas là, la personne qui a posé la question de départ sur le libre arbitre et qui demande ici : « OK, mais pouvons-nous choisir d'être conscients ou est-ce simplement quelque chose qui nous arrive ? Dans quelle mesure sommes-nous libres de choisir la perception consciente ou est-ce qu'elle nous arrive simplement ? Y a-t-il liberté là ? »

Je dirais ceci : l'apparition initiale de la conscience vous arrive en quelque sorte. C'est un acte de grâce quand vous vous rendez compte au début de la possibilité en vous d'être conscient. Une étincelle de conscience, un rayon de conscience apparaît. Vous ne pouvez pas le faire arriver. Il apparaît. Or, une fois qu'il est apparu, vous savez ce qu'est la conscience et, après cela, vous pouvez l'inviter, la faire venir. Vous pouvez la choisir. Une fois que vous savez ce que c'est, expérimentalement, vous pouvez la choisir à nouveau. En tant que soi apparemment limité, vous pouvez la choisir, choisir la perception consciente. Vous pouvez l'inviter dans votre vie de plus en plus.

Maintenant, cela dépend de comment nous considérons les choses. D'un certain point de vue, l'être humain soi-disant individuel peut choisir la conscience. C'est très bien. C'est en fait la façon dont vous la connaissez. D'un point de vue plus profond ou plus élevé, vous n'êtes bien sûr pas séparés de la totalité de la vie, de la totalité de la conscience. Il n'y a pas vous et la vie ; il n'y a pas vous et la conscience. Vous êtes donc une partie inséparable de la totalité. Donc, de cette perspective plus profonde ou plus élevée, vous ne choisissez pas la conscience malgré tout, parce qu'il n'y a finalement pas de « je » séparé. Il n'y a que le « je » unique universel, la conscience Une... qui se manifeste à travers vous.

D'un point de vue plus limité, il semble que vous pouvez choisir, mais vous ÊTES ultimement, vous êtes le « Je » universel Un, la conscience elle-même. Et quand vous, le petit humain dit individuel, semblez choisir, ce qui se passe en réalité, c'est que la conscience émerge ici. On pourrait dire en vérité que la conscience choisit de se révéler en cette forme. La conscience Une choisit de s'épanouir à travers cette forme.

Donc, libre arbitre, pas de libre arbitre ? D'un côté, vous avez vu que dans l'existence humaine inconsciente normale, il y a très peu de libre arbitre. Ensuite arrive la possibilité de

quelque chose de différent que l'on pourrait appeler « libre arbitre » quand la conscience émerge. Or, même cela n'est le libre arbitre que d'une perspective limitée. D'une perspective plus profonde ou plus élevée, cela même n'est pas le libre arbitre au bout du compte, parce que le libre arbitre serait l'illusion de la séparation absolue, que l'on est une entité séparée, que la totalité ne s'exprime pas à travers soi. C'est une vision illusoire des choses. La totalité s'exprime continuellement à travers vous. Vous en êtes une partie essentielle.

Et puisque vous êtes une partie essentielle de la totalité de la vie ou de la conscience, vous ne pouvez en fait jamais dire honnêtement, au niveau le plus profond : « J'ai le libre arbitre », à moins que vous assimiliez le « je » au « Je » universel, ce qui est le cas finalement. Or, ce dont vous faites alors l'expérience, c'est que le « Je » universel, l'intelligence universelle opère à travers vous en tant que vous. Et, comme le poète Hafez que j'ai déjà cité le dit et ce que vous percevez alors : « Vous êtes le trou dans la flûte à travers lequel Dieu se meut, Dieu joue ». Vous êtes le trou dans cette flûte et Dieu ou la conscience joue à travers ce trou.

Pour amener cela à un niveau pratique, c'est votre tâche de trouver la liberté de la présence, de la conscience inconditionnée de sorte que vous soyez alignés sur le non-conditionné qui veut venir, la dimension transcendante qui veut venir en cela. Votre tâche consiste à trouver cette liberté, la liberté d'être qui vous êtes, la conscience elle-même. C'est alors que vous ne pouvez plus vraiment dire : « Eh bien, libre arbitre ou pas de libre arbitre? ». Considéré d'un certain point de vue, vous n'avez pas de libre arbitre en tant que vous, vous ne savez même pas ce que vous allez dire ensuite.

Je n'ai pas de libre arbitre, il est vraiment limité. Je pourrais dire : je n'ai pas la moindre idée de ce qui va sortir de ma bouche après. Est-ce le libre arbitre ? Je ne sais pas. C'est une question de perspective. Et vous n'avez plus besoin de réponse définitive. D'une certaine perspective, il y a maintenant le libre arbitre. D'une autre perspective, je suis simplement un trou dans la flûte.

La chose importante est simplement de trouver la présence en vous de sorte que vous ne soyez plus animés par des forces et des tendances inconscientes qui représentent des manières que le conditionnement a accumulées en vous. Sortez de là et connaissez la liberté de la présence.