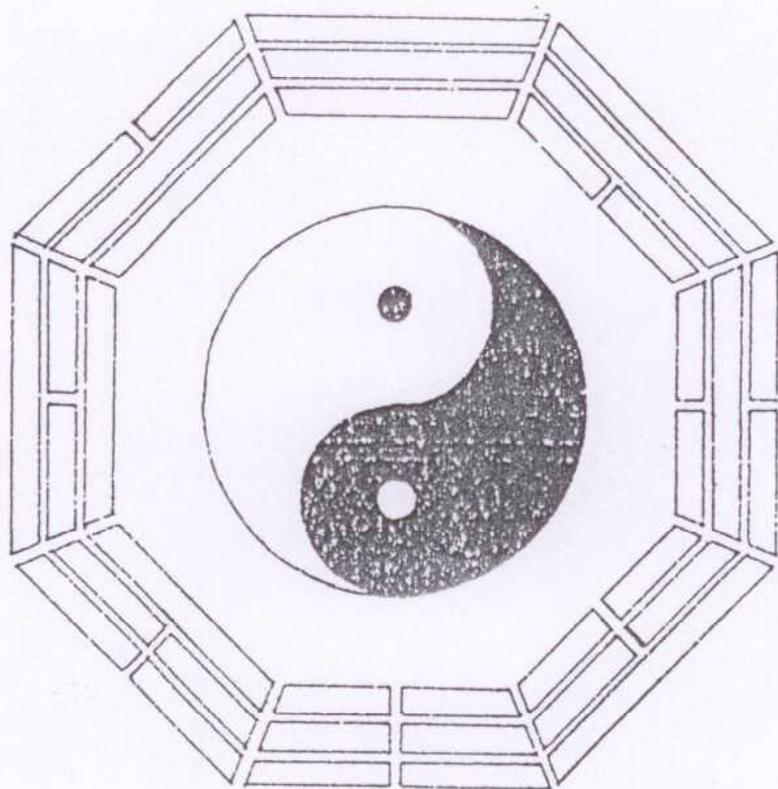


CENTRE TCHAN



MONOGRAPHIES
DU TAO

LE CENTRE TCHAN A TOUS :

SALUT ET VERITE.

Avant toute chose, il importe que vous vous pénétriez de certains principes. Nous vous demanderons donc de lire attentivement les lignes suivantes.

1° / Un être humain "éveillé" est, au plein sens du terme, lucide et conscient. Dès le départ, vous devez donc vous orienter vers ces deux qualités, lucidité et conscience. Pour celā, il vous faudra faire preuve, vis-à-vis de l'enseignement lui-même, d'un constant esprit critique. Lorsque, il y a vingt ans, un postulant se présentait au monastère ouvert" de Kliang-Si, demandant à recevoir l'initiation Tchan, le Grand Maître Wou, lui posait la question suivante : "Etes-vous prêt à accepter pour vrai, sans examen, ce que vous diront vos instructeurs ?" Si le candidat répondait : "Oui", le Maître, avec douceur mais fermeté, l'invitait à se retirer car "un aveugle volontaire ne peut espérer voir un jour la lumière".

Ceci ne signifie pas, évidemment, qu'un esprit de dénégation systématique est souhaitable dans l'enseignement. L'adepte qui nierait, à priori, tout ce qui lui est dit, prouverait par son attitude qu'il estime en savoir plus que ses instructeurs dans la matière enseignée et il serait absurde, bien entendu, de prétendre mener à l'éveil un tel esprit, buté, sclérosé. Mais certaines thèses émises par le Centre peuvent paraître étranges, voire démentielles à des personnes non informées. Nous ne vous demanderons donc pas de croire sur parole ce que nous avançons, par exemple en ce qui concerne les rapports existant entre l'homme et le Temps. Faites jouer, à la lecture de ces thèses, votre esprit critique. Parfois, assez souvent même, l'éveil proprement dit, c'est-à-dire la prise de conscience cosmique, se manifeste à la suite du heurt se produisant entre les concepts anciens et l'apport nouveau.

2° / Nous vous demanderons par contre, de suivre à la lettre nos instructions, surtout en ce qui concerne les attitudes à prendre. Ces attitudes sont les mêmes pour tous puisque le but à atteindre est le même pour tous. Mais elles doivent être nuancées, "interprétées" en fonction du psychisme et parfois du métabolisme de chaque adepte. C'est pour cela que nous vous prions instamment de répondre au questionnaire que vous trouverez dans chaque envoi et de le retourner aussi vite que possible à J. CALMAR. Le présent envoi est, comme vous le voyez, entièrement ronéotypé car chacun de ses éléments s'adresse à tous. Il en sera autrement la prochaine fois. A la lecture de vos réponses, J. Calmar apportera les retouches nécessitées par votre personnalité. Ces retouches se présenteront sous forme de lettres manuscrites jointes aux envois ronéotypés. L'astrologie du Tao nous a fourni sur votre être véritable des renseignements précieux. Nous savons que vous êtes potentiellement capable d'in-

tégrer à votre conscient les vérités profondes qui gitent dans l'Inconscient collectif humain. Mais la vie a apporté dans votre psychisme certaines modifications. La nature de ces modifications n'apparaîtra qu'à la lecture des réponses que vous ferez aux questions qui vous sont posées.

3° / L'enseignement Tchan vous semblera peut-être "sec" et dénué d'Amour. C'est là un reproche qui nous a été souvent adressé. Aux yeux de certains de nos détracteurs, un tchaniste est un individu monolithique, puissamment maître de lui, ne craignant rien, altruiste par raison, mais dénué de toute "sensibilité". Pareil grief fut fait, jadis, à des personnalités aussi éminentes que Lao-Tseu et Sidartha Gautama, le Buddha historique. En réponse, nous disons ceci : l'homme pleinement éveillé est seul capable d'aimer vraiment car il est conscient, totalement, des liens fraternels qui unissent les êtres. L'homme ordinaire aime ou n'aime pas au gré des illusions qui le bercent. Il accorde sa sympathie et la retire selon l'impulsion du moment sans même se rendre compte du fait que ses sentiments lui sont imposés par les influences extérieures ou par l'état de ses organes.

4° / Nous vous demandons de ne pas vous laisser impressionner par l'apparente difficulté de certains exercices et surtout de certaines attitudes à prendre. La tradition du Tao, d'accord sur ce point comme sur bien d'autres avec l'ésotérisme occidental, affirme que ces attitudes furent celles de l'homme avant la chute, de l'homme primordial, de l'homme éveillé. En les retrouvant, vous ne faites que reprendre, pas à pas, le chemin de l'Humanité véritable - celui qui n'aurait jamais dû être quitté pour une autre voie, car cette dernière ne pouvait mener qu'à la souffrance et à la mort. Si vous rencontrez des difficultés - et vous en rencontrerez - faites-le savoir à J. Calmar. Décrivez ces difficultés. Souvent, elles ne sont qu'apparentes. Mais, dans certains cas, elles ont une existence réelle et il convient alors de les contourner et non de les affronter.

Si nous vous demandons de ne pas croire aveuglément tout ce qui est dit, nous insistons, par contre, sur le fait que vous avez tout avantage à faire confiance au dévouement de votre instructeur. Nous ne sommes pas des commerçants, des "industriels en psychologie". S'il en était autrement, nous accepterions n'importe quels élèves et nous n'en faisons rien. Ce que nous voulons est simple : nous cherchons des femmes et des hommes susceptibles de former une élite d'un genre particulier. Car, à la longue, l'action d'une minorité bien "équipée" s'exerce comme un levain sur la masse et tous les êtres profitent de cette action.

Appartenir à une élite ne signifie pas nécessairement posséder une forte culture. Il y a certes, parmi vous, une majorité d'intellectuels. Mais notre enseignement est dépourvu de toute expression technique ou sophistiquée. Les intelligences étant de natures diverses - portées, par exemple, vers l'analyse ou vers la synthèse - il arrivera que vous comprendrez mal certains exposés ou qu'ils ne vous paraîtront pas convaincants. Cela n'est pas grave car tout est prévu pour que chaque forme d'intellect reçoive, à un moment donné, lumière et compréhension. Du reste, la seule compréhension intellectuelle serait insuffisante. Lorsque viendra l'Eveil, votre être entier "comprendra". C'est ce but ultime que visent les Attitudes et certains exercices.

Encore quelques mots avant de terminer ce préambule : à aucun moment l'enseignement ne traitera d'un sujet religieux. Nous dispensons une philosophie pratique et nous conduisons nos adeptes vers un état de

conscience supérieur sans nous soucier de l'appartenance confessionnelle de ces adeptes. Nous comptons dans nos rangs des chrétiens, des bouddhistes, des taoïstes, etc... et des gens qui estiment que la Connaissance du Tao équivaut à une option religieuse. Il se peut, cependant, que parmi nos nouveaux adhérents, se trouvent des personnes qui souhaiteraient trouver dans notre enseignement une certaine orientation vers le Divin. Si tel est votre cas, faites connaître la nature exacte de vos aspirations à J. Calmar, lequel, neutre en la matière, vous mettra en relation avec des personnes compétentes.

Et maintenant, voici notre premier exposé théorique.

◇◇◇◇◇

Vous est-il arrivé de rencontrer un homme totalement, parfaitement heureux ? De tels êtres existent, ce sont les Sages, mais, pour le moment, nous ne tiendrons pas compte de ces hommes supérieurs. Avez-vous un jour rencontré un être humain ordinaire qui, à tout moment et en toute sincérité, pouvait dire : "je suis pleinement, totalement heureux". Nous ne pensons pas qu'une telle rencontre ait pu se produire...

L'homme ordinaire souffre des mille maux, des mille petites-ses qui encombrant sa vie. Mais, supposons, pour l'exemple, un humain très équilibré, dont le système nerveux - par miracle - résisterait aux chocs incessants de l'existence. Dotons cet homme hypothétique d'une santé de fer, d'une vie affective harmonieuse au plus haut degré, d'une fortune considérable et à l'abri de tout aléas, d'une occupation professionnelle qui le passionne et de loisirs nombreux et bien remplis. Un tel homme, peut-on-penser, doit être pleinement heureux : IL A TOUT POUR CELA ! Est-ce bien sûr ?

Ne pensez-vous pas que son heureux présent puisse être rongé, corrodé, par cette pensée, exprimée ou non : un jour ou l'autre, mon bonheur doit finir ? S'il en était autrement, comment expliquerait-on les débauches et les folies, souvent criminelles, de tant d'individus manifestement chéris par la Chance et la Fortune ? Comment expliquer le besoin de "s'étourdir" manifesté par tant d'hommes et de femmes auxquels tout souriait ? Pourquoi les suicidés, véritables gribouilles, sont-ils plus nombreux dans les pays où l'existence est facile et le niveau de vie particulièrement élevé ? La vérité est que l'homme ordinaire ne peut être pleinement heureux parce qu'il sait que le bonheur présent ne peut être éternel. La mort le fera, un jour ou l'autre, disparaître. Que l'on nous comprenne bien. Nous ne prétendons pas que tous les humains sont obsédés par la perspective de la mort physiologique. Les individus braves et maîtres d'eux-mêmes ne manquent pas, même au sein de l'humanité "non éveillée". Mais tous les hommes, consciemment ou pas, sont marqués par la crainte de l'échéance inéluctable - du néant qui suivra la vie.

Votre thèse, direz-vous peut-être, ne vaut que pour les athées, les matérialistes. Les croyants, à quelque religion qu'ils appartiennent savent que l'au-delà leur réserve une autre existence, différente, certes, de la vie actuelle, mais d'une qualité supérieure. La réfutation de cet argument est simple. Elle tient à ce terme même : croyant. L'homme CROIT, il ne détient pas de preuves et certaines idéologies lui font un mérite

de cette foi sans preuves. Il est, certes, en toute religion, des croyants qui possèdent des preuves, des certitudes : ce sont les mystiques. Mais nous étions convaincus, bien avant Bergson, du fait que leur expérience est, par définition, incommunicable.

Nous affirmons ceci : croire est une bonne chose, mais posséder des certitudes est beaucoup plus efficace en ce qui concerne la conquête du bonheur. Ces certitudes, nous allons vous aider à les obtenir. La technique du Tao est basée sur le postulat suivant : contrairement à une opinion trop répandue, l'Univers n'est ni absurde ni inconnaissable à l'esprit humain. Il convient toutefois de noter que, dans cette perspective, le mot "esprit" perd son sens habituel, car une compréhension totale engage tout l'être, corps compris et non pas seulement les facultés psychiques.

Voici un bon exemple de ce que nous avançons. Lisez les phrases qui vont suivre. Lisez-les au moins une fois chaque jour durant la quinzaine qui vient... Vous serez ou non d'accord avec ce que vous lirez, n'importe. Mais il est certain que votre intellect en comprendra le sens. Cependant, votre ETRE total ne le comprendra pas. S'il en était autrement, vous connaîtriez déjà l'EVEIL et nous n'aurions plus rien à vous apprendre. Voici ces phrases :

" Le Temps est UN et éternel. Passé, présent et avenir COEXISTENT. C'est la conscience seule qui se déplace..."

Vous avez lu ? Sans doute avez-vous pensé : comprendre ces phrases ne présente aucune difficulté; cependant, les affirmations qu'elles contiennent sont tout à fait gratuites. De plus, même en admettant qu'elles expriment une vérité, cette vérité, purement métaphysique, ne saurait exercer d'influence sur ma destinée et, à plus forte raison, sur mon comportement quotidien...

Vous pouvez croire cela. Pour le moment, nous n'essaierons pas de vous détromper. Nous vous invitons simplement à relire ces phrases tous les jours au moins une fois. Soulignez-les d'un trait de crayon afin de pouvoir les retrouver aisément dans le texte. Actuellement, certes, vous ne pouvez les comprendre qu'avec votre seul intellect et leur effet est nul. Mais, dans peu de mois, elles seront intégrées à votre être entier. Et vous serez alors LIBRE, totalement. Encore une fois, ne vous demandons pas de croire à la réalité de cette promesse mais simplement d'agir, en adoptant, dès maintenant, l'attitude TSYNG-CHEN dans sa première phase.

○○○○○

La première phase de l'attitude Tsyng-Chen est bien connue de la psychologie occidentale qui l'utilise dans le traitement de certaines névroses. Elle est, dans les cas de timidité pathologique notamment, d'une efficacité incontestable.

Le bouddhisme orthodoxe fait, en ces termes, l'éloge du Satipatthana, procédé apparenté au Tsyng-Chen :

"Celui, ô moines, qui, durant non pas sept années, ni sept mois mais sept jours, pratiquera le Satipatthana-Suta - celui-là atteindra le Nibbana (Nirvanā)..."

Dans le détail, Satipatthana-Sutta et Tsyng-Chen diffèrent assez notablement. Cependant l'idée de base est la même. Il s'agit dans les deux cas d'acquiescer plus de conscience. Mais cette acquisition n'est pas dirigée vers le même but. Cela tient au fait que les fondateurs du bouddhisme et de la technique du Tao étaient des hommes supérieurs certes, mais de psychisme différents, presque opposés même. Sakia Muni, être admirable, était un introverti. Il marqua sa doctrine du sceau d'un pessimisme grandiose et qu'il entendait dépasser. Le bonheur qu'il promet aux hommes est statique. Les Pères de la Technique étaient, au contraire, des extravertis. Chinois pour la plupart, ils devaient à leur appartenance ethnique une nette tendance au dynamisme qui les rapproche des penseurs occidentaux. Leur vision du monde était très proche de celle du Sage de l'Inde, mais ils interprétaient en termes optimistes. Que l'on nous permette cette image grossière : mis en présence d'un récipient d'un litre contenant cinquante centilitres de liquide, le Buddha l'eut trouvé à moitié vide et les Pères du Tao à moitié plein.. (Retenez les phrases qui précèdent : elles vous permettront plus tard de comprendre à quel point l'homme ordinaire est influencé par les pressions extérieures et par son propre tempérament. Et quelle pauvre chose est son "libre arbitre"...)

Pour en terminer avec les ressemblances et dissemblances existant entre le Satipatthana-Sutta et le Tsyng-Chen, nous dirons encore ceci : le but du procédé bouddhiste est d'amener l'homme à constater l'impermanence de toute chose. Nous ne contestons pas la réalité de cette impermanence : nous prétendons rendre permanent ce qui ne l'est pas. Permanence et impermanence n'existent que relativement à la pensée en ce qui concerne le devenir humain. C'est pour cela que le but du Tsyng-Chen est, avant tout, d'obtenir la maîtrise de la pensée. Mais on peut dire aussi que la pratique de cette première phase du Tsyng-Chen provoque déjà un éveil partiel. Ainsi que nous l'avons dit plusieurs fois, ce que nous appelons "Eveil" est le plus haut degré de conscience que l'homme puisse atteindre. Il faut prêter attention à cette notion d'états de conscience. Ordinairement, on admet qu'il n'existe que deux états de conscience non pathologiques chez l'homme : le sommeil et l'état de veille. La réflexion la plus élémentaire nous permet de comprendre que cette façon de voir est erronée. Il existe un sommeil profond et sans rêves durant lequel l'être humain est aussi près de la brute qu'il est possible - un sommeil profond encore, mais soumis à une activité onirique au sein de laquelle les parties conscientes et inconscientes du psychisme s'affrontent ou s'unissent - un sommeil léger qui permet au dormeur d'avoir conscience de tout ou partie des bruits venant de son entourage. Dans ce dernier cas et selon la profondeur du sommeil, ces apports extérieurs déterminent le réveil ou, au contraire, s'intègrent aux rêves sous une forme ou une autre. Il y a enfin cette frontière indélimitable entre sommeil et veille que l'on appelle demi-sommeil. (Pourquoi "demi" et non pas, par exemple, quart ou trois-quart de sommeil ?).

Lorsque l'homme est enfin "éveillé" - nous voulons dire lorsqu'il

est parvenu à l'état de veille ordinaire - il nous faut bien constater que cet "éveil" n'est pas toujours de même qualité. Toute une catégorie d'individus continue à somnoler longtemps après avoir quitté sa couche. Les gestes de ces gens demeurent gauches, maladroits, jusqu'à ce que leurs métabolisme, retrouvant sa routine, leur permette de se conduire de façon plus naturelle, moins mécanique. Au saut du lit, ils évoquaient par leurs mouvements autant de robots. Plus tard, dans la journée, leur allure est devenue normale. Regardez-les : ils sont conscients d'eux-mêmes, de leurs gestes, de leurs attitudes. Ils sont conscients... Nous le sommes...

HALTE ! En êtes-vous sûr ? Au moment où vous lisez ces lignes, aviez-vous, VOUS, simplement conscience de l'attitude qui était la vôtre ? Sentiez-vous la position de vos bras, de vos jambes, de tout votre corps ? Votre buste était-il droit ou au contraire incliné vers votre lecture ? Si vous répondez franchement à cette question - et il est de votre intérêt d'agir ainsi - vous verrez que cette conscience éveillée que l'homme croit posséder par droit de naissance n'est peut-être pas si "éveillée" que cela. Et, notons-le bien, il ne s'agit là que de conscience corporelle. Faites le premier pas vers l'Eveil réel et immédiatement, adoptez l'attitude Tsyng-Chen dans sa première phase.

Il est aisé de prendre l'attitude Tsyng-Chen. En revanche - ceci doit être su de vous - il vous sera difficile de la maintenir longtemps, sauf si vous possédez déjà un certain entraînement en la matière.

Immédiatement - c'est-à-dire, dans la pratique, dès demain matin, au réveil - faites ceci : prenez conscience des mouvements et des positions de votre corps. Cela est d'une grande simplicité. Rien ne vous sera plus facile que de sentir pleinement, par exemple, le geste que fera votre bras lorsque vous ouvrirez une porte. Sentez ce mouvement et, simultanément, ayez au maximum conscience de l'attitude générale de votre personne physique. Voici comment vous devez procéder :

Vous vous éveillez. Après un flottement de l'esprit plus ou moins long, vous vous souvenez qu'il faut adopter, dès le réveil, l'attitude Tsyng-Chen. Vous prenez tout d'abord conscience de la position de votre corps, lequel est, pour le moment, allongé. Vous vous levez, en fixant votre attention sur chacun de vos mouvements et, dans la mesure du possible, sur l'attitude générale de votre corps, respiration comprise. Durant votre toilette, maintenez cette attention : vous vous rendrez compte du fait qu'un nombre important de vos actions habituelles est le fruit pur et simple de l'automatisme. Surtout, ne tentez pas de MAITRISER cet automatisme. Contentez-vous de le surveiller comme vous surveillez vos gestes volontaires. La première phase du Tsyng-Chen n'est rien d'autres que cela : prendre conscience de ses propres gestes et attitudes physiques. C'est d'une exécution très simple. Par contre, maintenir longtemps cette surveillance est difficile, très difficile pour un débutant. Si vous n'avez déjà pratiqué le Tsyng-Chen sous une appellation ou une autre, vous ne devez pas vous illusionner : après quelques minutes, votre attention sera littéralement éparpillée aux quatre vents des phénomènes extérieurs. Votre esprit se retrouvera entièrement pris par l'interprétation des rapports de la vue, de l'ouïe, ou encore il ressassera le souvenir des événements de la veille, ou bien il établira des plans pour le lendemain. Nous savons que les choses se passeront ainsi. Cela est normal et ne doit, en aucun cas, vous décourager. L'être de l'homme se rend obscurément compte du fait que son grand adversaire

est le temps. Il essaye de le vaincre en employant cette arme dérisoire : la rêverie, laquelle, l'entraînant illusoirement vers le passé ou l'avenir, lui donne l'impression d'échapper aux limitations de ce qu'il nomme le présent. Notons bien ceci : pour l'adversaire - le TEMPS - la rêverie est une arme de pacotille dont les "coups" ne sauraient être craints, mais pour son utilisateur - l'Homme - elle se comporte en engin redoutable. C'est une sorte de boomerang qui rate toujours son but mais revient blesser celui qui l'a lancé.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

ADDITIF AU TEXTE 1

Vous avez trouvé avec ce premier texte, une courte lettre manuscrite que vous adressait personnellement notre Instructeur et par laquelle il vous souhaitait la bienvenue parmi nous. L'Ordre TCHAN tout entier se joint à J. CALMAR pour vous dire : "Bienvenue !". Nous souhaitons que, au cours des mois qui viennent, se produise en vous cette "mutation" qui, d'un être humain en proie aux divers malaises engendrés par la vie, fera de vous un être humain libéré. Nous le souhaitons et nous savons que la chose est possible et même certaine pour peu que vous vous intéressiez suffisamment à l'Enseignement TCHAN.

Le texte que vous avez trouvé dans cette enveloppe est, comme vous le verrez, fort bref et voué aux seules généralités. Il en sera de même pour les trois textes qui le suivront immédiatement : ces textes constituent une sorte de préambule à l'Enseignement TCHAN proprement dit, une "mise en ambiance". Ne comportant qu'un petit nombre d'exercices ayant surtout valeur de tests, ils sont destinés à "préparer le terrain" et - grâce aux questionnaires qui leur sont joints - à déterminer quelle Voie est la vôtre. (C'est pour cela que nous vous demandons de bien vouloir répondre, après mûre réflexion, à ces questionnaires - sans vous étonner de leur puérité - qui n'est qu'apparente, nous vous l'assurons).

Il y a, dans l'Enseignement TCHAN, deux Voies d'accès au Réel différentes car, pour l'ésotérisme extrême-oriental, il y a deux types humains différents sur le plan des aspirations spirituelle et matérielle. Toutefois, quelle que soit la Voie que vous choisirez ultérieurement, VOTRE VOIE ne saurait être exactement semblable à celle de n'importe qui d'autre : votre personnalité propre lui imprimera sa marque. Vos réactions ne seront pas - ne pourront pas être - celle d'un autre Adepté, quel qu'il soit. Vous éprouverez le besoin de poser des questions qui seront l'expression même de votre "être". Ces questions, nous insistons vivement pour que vous les posiez. Ne craignez pas d'importuner notre Instructeur. Il est là pour y répondre : c'est sa Voie à lui, sa vocation. Cependant, nous vous demandons de bien comprendre ceci : nous n'avons, pour le moment, que très peu d'Instructeurs en Occident. Le nôtre est particulièrement surchargé de besogne. En conséquence, nous vous demandons de tout sacrifier à l'efficacité : posez vos questions mais faites en sorte que :

1° / Chacune d'elle se rapporte vraiment à l'Enseignement TCHAN. Notre Instructeur n'a pas le temps de satisfaire une vaine curiosité : sa mission est de vous conduire à l'éveil du Tao. Elle est trop importante pour que du temps soit perdu.

2° / Posez vos questions brièvement, clairement. Cette façon de poser les questions est, en soi, un élément de progrès. Abrégez au maximum les formules de politesse (la politesse est dans l'esprit, non dans les formules) et, en contrepartie, excusez à l'avance l'Instructeur si, de son côté, il répond avec une brièveté et une précision sans fioritures. Excusez-le aussi s'il lui arrive de ne pas répondre à une de vos questions. Ce ne sera pas négligence de sa part. Simplement, il agira ainsi parce qu'il saura que vous répondre sur certains points, risquerait d'entraver vos progrès. Que les Puissances Bénéfiques soient avec vous :

TEXTE II

Le but essentiel de l'Enseignement étant de donner à l'être humain les moyens de conquérir sa Liberté, nous allons aujourd'hui préciser ce que, dans la phraséologie du Tao, ce vocable signifie.

Qu'il soit bien entendu, tout d'abord, que la liberté dont nous parlons ne dépend pas de causes politiques, sociales ou économiques. Ce n'est pas que nous négligions ces facteurs. Le totalitarisme politique, de quelque tendance qu'il soit, ne saurait être accepté par des hommes en marche vers l'Eveil et il est certain qu'un milieu social ou économique défavorable entraîne, à la longue, l'abrutissement. Cependant, il faut bien noter que certaines natures - assez rares - trouvent au sein d'une existence particulièrement difficile les ressources nécessaires à la conquête de la véritable Liberté. D'autres au contraire, bien plus nombreuses, reçoivent comme une charge les facilités d'une vie économique et sociale favorable. Epictète, esclave, était un homme libre. César, impérateur, était, en fait, un esclave. Même si - et ce n'est pas le cas ! - il avait réussi à maîtriser les passions qui le gouvernaient, il serait demeuré un homme "conditionné", soumis à toutes sortes d'influences extérieures. Pour les initiés du Tao, César, et après lui tous les "grands hommes" de l'Histoire, font plus encore que l'homme du commun, figures d'individus irresponsables.

Dans quelle mesure l'être humain est-il responsable de ses actes et même de ses pensées ? Au cours des siècles passés, en Occident, une controverse interminable opposa les tenants du libre-arbitre et ceux de l'irresponsabilité de l'homme, jouet du Destin. De nos jours, ce différend s'est notablement apaisé. Un *modus vivendi* est apparu, chacune des parties ayant fait des concessions. Si l'on examine le problème de près, on peut même dire qu'aujourd'hui tout le monde est à peu près d'accord, mis à part quelques extrémistes. Extrémistes de "gauche" : béhavioristes pour lesquels l'homme n'est rien d'autre qu'une machine cybernétique de haute précision - et pavloviens plus royalistes que le "roi" Pavlov. Extrémistes de "droite" : certaines sectes excentriques pour lesquelles la responsabilité de l'homme est totale, absolue. Mais la majorité des grandes écoles de pensée actuelles a, en fait, adopté un point de vue qui est le nôtre depuis bien des siècles : la responsabilité humaine existe, mais dans la pratique elle est très, très limitée. Des objections pourront être faites à notre affirmation. Aux yeux de l'Eglise catholique, dira-t-on la responsabilité de l'homme ne se discute pas. Pourvu par Dieu d'un libre-arbitre, il est responsable devant son créateur. Nous pourrions ergoter et faire remarquer que l'Homme, au sens propre du terme, tel qu'il fut, d'après la Bible, créé par Dieu, n'a que peu de points communs avec l'homme actuel. Nous n'en ferons rien et noterons, simplement que l'Eglise pose de telles conditions à la réalisation du péché mortel (volonté délibérée, connaissance, etc...) qu'il est bien difficile à l'être humain moyen de commettre un tel crime. D'autre part, dans le camp opposé, le marxisme, nous dira-t-on ne manque jamais, avec les néo-lamarckiens, d'ériger en axiome le fait que : "l'homme est le produit de son milieu..." mais il est bien obligé d'admettre, du moins implicitement, qu'il peut y avoir des exceptions à la règle : Lénine appartenait à un milieu bourgeois.

Notre position exacte est celle-ci : dans la vie courante, l'è-

tre humain est pratiquement irresponsable tant qu'il n'est pas conscient, nettement, de la triomphante immixtion du milieu dans son "moi". A nos yeux, il demeure un mineur tant qu'il n'a pas compris que son métabolisme, son hérédité, l'éducation reçue et les multiples apports extérieurs de chaque jour, déterminent entièrement chacun de ses gestes et chacune de ses pensées. En bref, l'homme qui se croit déjà libre de ses actes est un simple robot télécommandé par des forces que nous appelons, par commodité, son Tao personnel - d'autres diraient : son Destin... Mais nous pensons - nous savons - que l'Homme peut, non pas échapper à son Destin car cette définition de la Liberté n'aurait pas de sens réel, mais collaborer avec lui, le diriger dans une notable mesure, "chevaucher son Destin", selon l'expression imagée de l'un des nôtres. Que faut-il faire pour obtenir ce résultat ? C'est simple : il s'agit de prendre conscience, au maximum, de la sujétion dans laquelle nous nous trouvons. Lorsque nous accomplissons une action "délibérée", il nous faut voir jusqu'à quel point cette action vient de notre volonté propre : jamais, dans la pratique... Vous ne nous croyez pas ? Vous êtes dans le vrai en ne nous accordant pas une confiance aveugle. Vous ne devez accorder un crédit absolu qu'à votre expérience personnelle. Cette expérience, faites-la donc. Prenez, par exemple, la profession que vous exercez actuellement. Il se peut qu'elle vous ait été imposée, visiblement, par les circonstances. Mais il est aussi possible qu'elle soit le résultat d'une vocation. Essayez de remonter aux origines de cette vocation. Voyez, avec le maximum de détails, ses débuts. Est-elle "bien à vous" ? cette vocation... N'y a-t-il pas, à ses origines, une influence étrangère ? Cherchez et surtout n'imaginez pas pouvoir découvrir aisément toutes les raisons, extérieures à vous-même qui vous ont poussé dans cette voie. Vous pouvez renouveler l'expérience avec n'importe laquelle des options que vous avez "choisies" : politique religion, goûts les plus divers. Si vous poussez assez loin vos recherches, vous vous apercevrez que votre personnalité entière a été créée par influences extérieures (ou héréditaires, ce qui revient au même). Ces influences vous ont modelé, en agissant soit par attraction, soit par répulsion. Vérifiez : vous constaterez qu'elles ont exercé leur action, en ce qui vous concerne, dans tous les domaines, du plus important à vos yeux au plus insignifiant. Actes, pensées, tout, chez vous comme chez tout homme, est conditionné par elles. Lorsqu'une idée quelconque vous traverse l'esprit, essayez d'en faire l'historique à l'envers et d'en retrouver la genèse. Agissez exactement à l'inverse des détectives de roman et, de la conclusion - votre idée actuelle - remontez aux prémisses. C'est un jeu de société amusant et combien instructif ! Vous verrez clairement que vous ne créez pas votre pensée mais qu'elle vous est imposée par des influences étrangères à votre "moi". En fait, tant qu'il n'a pas pris pleine conscience de la réalité de ces influences toutes puissantes, chaque être humain voit sa personnalité confondue avec elles. Cette constatation entraîne le double corollaire suivant :

1° / pour le moment, vous n'avez pas pleine conscience des influences diverses qui, sans arrêt, façonnent votre "moi". Mais vous allez acquérir cette conscience. Après cette acquisition, VOUS SEREZ RESPONSABLE DE VOS ACTES ET DE VOS PENSEES. Ne l'oubliez pas !

2° / les humains qui vous entourent sont, eux-aussi (et maintenant plus que vous) inconscients de leur sujétion. Tenez-en compte.

TSYNG CHEN (deuxième phase)

Dans notre premier envoi, nous vous avons demandé d'adopter, chaque fois que vous y penseriez, l'attitude Tsyng Chen dans sa première phase c'est-à-dire, en pratique, d'observer le plus souvent possible les gestes et attitudes de votre corps.

Très vite, vous vous êtes aperçu de ce fait : maintenir longtemps cette surveillance est difficile. Votre vie est faite d'obligations diverses et votre attention est, très souvent, nécessairement attirée par des objets extérieurs. Peut-être nos prescriptions ont-elles provoqué en vous une certaine irritation : "observer tous ses gestes est possible, sinon facile, pour un individu menant une vie éremétique, mais moi je vis dans un monde profane, je travaille - ou j'étudie - et il m'est impossible d'observer mes gestes à longueur de journée".

Certes, cela vous est impossible, actuellement tout au moins. Mais vous pouvez ESSAYER, essayer sans relâche, chaque fois que vous y penserez. Nous ne vous demandons pas de REUSSIR mais de tenter, sans vous laisser décourager par l'échec, d'observer vos gestes et attitudes chaque fois que l'idée vous en viendra. Il y a dans les gestes de l'homme de très nombreux automatismes. En fait, on peut même dire que, dans la pratique, le corps humain mène une existence quasi-indépendante, une existence d'esclave dissipé, trop rarement dirigé par son maître naturel, l'esprit. Cet automatisme est le résultat d'une habitude prise. Si vous tentez, chaque fois que l'idée vous en viendra, de redonner à votre esprit, non pas le contrôle, mais simplement la surveillance passive des activités de ce corps, l'habitude inverse s'installera peu à peu et ce sera votre cortex et non le thalamus qui dictera ses volontés à la machine corporelle. Ceci se fera sans qu'il y ait de votre part effort de volonté, tout NATURELLEMENT. Si vous ne vous laissez pas décourager, si malgré les échecs vous persévérez, vous ne tarderez pas à vous rendre compte du fait que VOUS commencez à diriger réellement vos fonctions physiques motrices - mouvements instinctifs ou réflexes mis à part.

La deuxième phase du Tsyng Chen n'est qu'une extension de la première. Elle intéresse trois de nos principales activités : la respiration, la nutrition et l'élocution.

Toutes les écoles psychologiques, en Extrême-Orient surtout, insistent sur l'importance de l'influence exercée par la fonction respiratoire sur le psychisme humain. Il est indiscutable que cette influence existe et que son importance ne saurait être sous-estimée. Cependant, il ne faut pas, non plus, oublier ceci : notre corps est accoutumé, dès l'enfance, à un certain mode respiratoire, déplorable, le plus souvent. Mais déplorable ou non, cette façon de respirer est devenue, le temps aidant, partie intégrante de notre "être". Si nous décidons, abruptement, de pratiquer des exercices respiratoires particuliers, nous brutalisons, nous brimons notre corps physique lequel, quoi qu'on en pense, est moins adaptable que l'esprit. Plus tard, lorsque nous aborderons les exercices respiratoires du Cycle de Longue Vie, nous statuerons sur chaque cas particulier : ce qui convient à l'un ne convient pas toujours à l'autre. Mais en ce début de formation et dans le cadre du Tsyng Chen, nous vous demandons ceci : lorsque, ayant pris l'attitude d'observation de vos gestes et positions corporels, votre attention se portera vers la fonction respira-

toire, veillez, de temps à autre, à bien vider vos poumons. Ne croyez pas devoir expirer à fond après chaque inspiration : le mieux est l'ennemi du bien. Ne systématisez pas non plus en décidant, par exemple, que vous chasserez toute trace d'air vicié de votre poitrine une respiration sur trois. Cela irait à l'encontre du but en cristallisant votre attention sur le seul aspect respiratoire. Simplement, agissez ainsi de temps en temps, au gré de votre fantaisie. Dans toute gymnastique respiratoire, chasser l'air vicié est, de beaucoup le plus important. C'est un puissant moyen d'élimination des toxines. Les inspirations profondes développent, dit-on, la capacité pulmonaire. Cela est exact, lorsque ces exercices sont bien exécutés. Mais cette capacité respiratoire augmentée n'est d'aucune aide par elle-même en ce qui concerne le nettoyage des alvéoles pulmonaires. Or c'est précisément ce nettoyage qui, dans l'acte respiratoire, exerce une action bénéfique sur le système nerveux.

Nous allons maintenant, toujours dans le cadre du Tsyng Chen, aborder la question alimentaire. C'est là un problème important car, dans une certaine mesure : "la digestion fait l'homme"...

Certaines personnes sont contraintes, par leur état de santé et généralement sur ordre médical, de suivre un strict régime alimentaire. D'autres, l'expérience aidant, estiment que tels aliments conviennent à leur organisme et d'autres non. Il existe des végétariens et même des céréaliers et des gens ayant adopté une alimentation omnivore. Nous ne donnerons aucun conseil en ce qui concerne le régime alimentaire proprement dit, estimant que nos adhérents sont, au départ, assez adultes pour savoir eux-mêmes ce qui leur convient. Par contre, en ce qui concerne l'acte de nutrition lui-même, nous avons quelque chose à dire.

Il existe une méthode de manducation - le fletcherisme - qui insiste sur la nécessité de mâcher longuement, très longuement, ses aliments. Ainsi réduits en pulpe, ces derniers se digèrent aisément et l'estomac n'a qu'un effort minime à fournir. Des adversaires de ce système font toutefois remarquer que l'estomac, comme tout autre organe, a besoin d'exercice pour se maintenir en bon état et que des aliments réduits en bouillie, - pré-digérés en quelque sorte - contribuent à provoquer une atonie stomacale. Il est évident que ces deux façons de voir les choses ne s'excluent nullement l'une l'autre. La vérité est, si l'on peut dire, dans le dosage. Si, donc vous possédez un estomac en excellent état, ne le laissez pas s'atrophier par manque d'exercice et mâchez, certes, mais modérément. Si, au contraire, votre système digestif est déficient, mâchez longuement votre nourriture. Mais, en tous les cas - c'est là que nous retrouvons le Tsyng Chen - ayez conscience du fait que vous mangez. Ne mangez jamais distraitement. L'action de se nourrir est tenue pour religieuse en Extrême-Orient. Nous subsistons parce que nous respirons et parce que nous mangeons. Chaque bouchée ingérée est un acte positif qui affirme notre appartenance à l'Être, à la vie. Soyez donc conscients en mangeant. Mais nous ne vous demandons pas l'impossible. Vos conditions de vie ne vous permettent peut-être pas de prendre votre nourriture en silence, loin du bruit en général et des conversations en particulier. Si l'on vous parle à table, répondez. Ne jouez pas à l'ermite renfrogné. Mais évitez de vous laisser entraîner dans une conversation oiseuse et suivie. Tant qu'il n'est question autour de vous que de sujets anodins, genre "pluie et beau temps", vous pouvez vous laisser aller à donner, brièvement, votre avis. Mais si des problèmes plus complexes sont traités par vos commensaux, abstenez-vous. Approuvez vaguement, de temps à autre, d'un signe

de tête dont vous aurez conscience - et pensez à ce que vous faites : vous mangez. Soyez dans cette action, pleinement. Ne vous identifiez pas avec la nourriture - ou avec votre gourmandise éventuelle si le mets vous plait. Dites-vous simplement : je suis un être humain qui se nourrit, rien d'autre. N'accordez, dans la mesure du possible, aucune attention à ce qui n'est pas votre acte. Si le poste de télévision ou de radio sévit près de vous durant le repas, regardez votre assiette. Quant aux bruits que percevront malgré vous vos oreilles, ils sont sans importance tant que vous chercherez à maintenir la conscience de vos gestes.

Venons-en maintenant à la troisième des fonctions auxquelles nous faisons allusion au début de cet exposé : l'élocution.

Si vous avez, comme nous vous le demandions, essayé, non de diriger mais de surveiller les gestes et positions de votre corps, vous avez dû éprouver de sérieuses difficultés à maintenir cette surveillance chaque fois qu'il vous a fallu adresser la parole à quelqu'un. Et même, il y a gros à parier qu'à ce moment-là vous avez complètement perdu le fil de votre observation. Eh! bien, si vous commencez, en dehors de toute conversation, à pouvoir maintenir assez longtemps cette surveillance sans trop de défaillances, il vous faut maintenant vous exercer à la maintenir aussi tandis que vous parlez. Essayez d'agir ainsi, tout au moins au début de toute conversation engagée. Tentez, dans la mesure du possible, de conserver la conscience, sinon de tous vos gestes, du moins de toutes les postures de votre corps. Certes, les premiers temps, les personnes auxquelles vous parlerez vous trouveront quelque chose de bizarre, de contracté, mais vous ne devez pas vous laisser arrêter par ce détail. Tout apprentissage a ses exigences et un apprenti fait toujours, à ses débuts, plus ou moins figure de lourdaud. Cela est vrai, et il est non moins vrai que la pratique assidue du Tsyng Chen dont nous venons de vous exposer la deuxième phase vous donnera, dans peu de temps, une personnalité nouvelle dont la puissance vous étonnera...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

PREMIER EXERCICE : Concentration

Si vous vous contentiez de pratiquer le Tsyng Chen - et compte tenu des innombrables échecs que vous essuyerez au cours de cette pratique - vous seriez déjà assuré de vous trouver, dans trois mois environ, en possession d'un caractère totalement et heureusement transformé. Le Tsyng Chen suffit à donner, en peu de semaines, une assurance, une maîtrise de soi que l'on rencontre - ne craignons pas de le dire - rarement chez le profane. Surtout, un sentiment de cohésion, d'unité de l'être, s'installe et fait disparaître à jamais angoisse et timidité.

Mais l'enseignement Tchan n'est pas une simple méthode de formation psychologique et il se propose de vous emmener plus loin, beaucoup plus loin... C'est pour cela que nous vous proposons maintenant ce premier exercice. Il s'agit d'un exercice de concentration.

On sait que pour les écoles indiennes, concentration et méditation forment, dans la pratique, un tout homogène. L'adepte concentre sa pensée sur un sujet donné puis, peu à peu, sans qu'il y ait nette solution de continuité, cette concentration se transforme en un état méditatif qui doit, l'entraînement aidant, déboucher sur un état indescriptible mais transcendant : le Samadhi.

Aux yeux des psychologues occidentaux, ce processus constitue une hérésie. Concentration et méditation, disent-ils, sont des états d'esprit totalement opposés. Durant la concentration, la pensée se fixe, avec effort, sur un point unique. La zone active du cerveau se trouve alors très réduite, la plus grande partie de cet organe étant bloquée, en sommeil. La méditation, au contraire, consiste à laisser flotter la pensée librement autour d'un thème général. Tout effort volontaire est proscrit. C'est un état passif mais grandement réceptif, alors qu'inversement, l'esprit de l'homme qui se concentre est fermé à tout ce qui n'est pas l'objet direct de son attention.

Nous ne prendrons pas parti dans cette querelle qui nous semble être d'ordre sémantique. Selon toute vraisemblance, les uns et les autres utilisent des mots semblables pour désigner des objets différents. En fait, la méditation yogique est beaucoup trop "dirigée" pour correspondre à ce que les Occidentaux appellent : méditation.

Dans ses propres exercices de concentration ; la Technique du Tao tient compte des trois points suivants :

1° / La concentration mentale est, par elle-même, un exercice fatiguant ;

2° / l'enseignement s'adresse à des personnes qui n'ont pas de temps à perdre ;

3° / les adeptes ne recherchent pas le Contact mystique avec l'Absolu - cela, ils pourraient le trouver ailleurs - mais un état de conscience spécial qui, loin d'entraver l'activité journalière, lui permet au contraire de s'exercer avec plus de facilité.

En vertu de ces impératifs, nos exercices de concentration se doivent d'être brefs et dirigés avec précision vers le sujet qui nous inté-

resse. Le premier de ces exercices se présente ainsi :

Passé

Futur

Regardez bien ces deux mots.

Maintenant, couvrez, de la paume de votre main droite le mot : "Futur" et regardez le mot : "Passé". Vous y êtes ? Ce mot, ne VOYEZ plus que lui. Concentrez-vous sur les cinq lettres qui le composent. Nous disons bien, sur les cinq lettres, prises dans leur ensemble, en bloc, sans détailler.

A présent, et durant une minute, il ne faut voir que ce mot. Rien d'autre ne doit exister pour vous, ni la feuille de papier qui le supporte, ni quoi que ce soit. Votre corps ? Il va sans dire que, pendant l'exercice, vous ne devez absolument pas vous soucier de la position qui est la sienne. Votre corps n'existe plus. Vous n'êtes qu'un regard fixé sur le mot "Passé". Votre cerveau n'est plus qu'un appendice de vos yeux. Il ne s'interroge pas, ne songe pas à la signification du mot. Il constate simplement que l'oeil lui communique la vision de cet ensemble de lettres. Cette contemplation doit durer une minute...

Comment, direz-vous, puis-je savoir qu'une minute vient de s'écouler puisque je dois consacrer toutes mes facultés au seul acte de regarder, aussi intensément que possible, un groupe de signes ?

Justement, vous ne pouvez savoir, consciemment du moins. C'est là qu'intervient - ou plus exactement qu'interviendra après un certain entraînement, une faculté psychologique dont l'homme, habituellement, est aussi peu maître que de ses muscles lisses : le sens du temps. A votre premier essai, vous resterez peut-être deux minutes en état de concentration - ou trente secondes... Faire cesser, "d'instinct", un exercice de concentration après une minute est affaire d'entraînement. Il est malaisé d'expliquer le processus exact, mais c'est un fait d'expérience : l'habitude aidant, un "déclat" se produit qui avertit que la minute est terminée. Les trois premiers jours, ayez près de vous une montre qui vous permettra de vérifier le résultat. Mais le quatrième jour, abandonnez ce contrôle. Vous savez, par exemple, que vos trois premières tentatives ont duré, respectivement : deux minutes, trente secondes, une minute et demie. Vous savez que l'idéal serait de demeurer concentré une minute. Faites confiance à l'habitude et, ce quatrième jour, reprenez l'exercice comme exposé plus haut. Lorsque, (à votre avis) une minute est écoulee, dissimulez à l'aide de votre main gauche le mot : "Passé" et retirez votre main droite qui cachait le mot : "Futur". Maintenant, agissez avec ce mot-là comme avec le précédent. Concentrez-vous sur lui, "en lui" ; songez que seules ces cinq nouvelles lettres comptent...

Entraînez-vous à passer aussi vite que possible d'une concentration à l'autre. L'exercice complet comprend les deux concentrations. Vous pouvez, ce quatrième jour et les suivants, vérifier la durée de la totalité de l'exercice, mais ne vous occupez plus, jusqu'à nouvel avis, du temps que vous consacrez à sa première partie prise à part.

NOTA : cet exercice ne doit, en aucun cas, être pratiqué plus d'une fois par

jour. Vous pouvez, si vous le désirez - c'est même recommandé - intervertir l'ordre des deux objets de votre concentration et commencer, une fois sur deux par le mot : "Futur". Enfin, pour que la perte de temps occasionnée par cet exercice ne dépasse en aucun cas deux minutes, vous pouvez utiliser un réveil dont la sonnerie vous arrachera à votre concentration. Ce premier exercice vous semble peut-être baroque et il est possible que son utilité vous échappe. Pourtant, croyez-nous, cette utilité existe.



Fidèles à notre programme - instiller en chaque adepte l'enseignement à dose homéopathique - nous en resterons là pour aujourd'hui.

Résumons-nous. Nous vous demandons, pour le moment, de consacrer à votre formation deux minutes chaque jour, ces minutes étant dévolues à un exercice que nous avons fait aussi bref que possible. C'est peu, reconnaissez-le et, si occupé que vous soyez, vous pouvez malgré tout disposer de ce court laps de temps, matin ou soir, à votre choix.

En ce qui concerne le Tsyng Chen, il ne saurait, le "pli étant pris", vous occasionner de perte de temps. Au contraire, vous vous rendrez rapidement compte que vos gestes devenant plus sûrs, votre activité se trouvera renforcée par sa pratique.

Nous allons bientôt aborder ce qui est la base même de la Technique du Tao : le Wou-Weï (ou Non agir). Dans sa partie physique, le Wou-Weï a tendance à provoquer un certain amaigrissement chez le pratiquant si ce dernier ne prend pas des précautions spéciales. C'est pour cela que vous trouverez dans le questionnaire cette phrase apparemment saugrenue : "Souhaitez-vous ou non maigrir ?" Nous précisons, à l'usage des personnes intéressées : le procédé est absolument sans danger. Toutefois, l'amaigrissement n'est, en aucune façon le but recherché. Il constitue un phénomène secondaire et marginal.

Nous vous devons aussi une autre précision. Il va nous falloir prochainement entrer dans un domaine qui a assez mauvaise presse en Occident : celui de la parapsychologie, des pouvoirs "magiques". Qu'il soit bien entendu que pour nous, Tchanistes, le surnaturel appartient à un domaine religieux qui n'est pas le nôtre. Les expériences que nous vous proposerons appartiennent, elles, à un domaine peu connu des phénomènes naturels. Ce n'est pas notre faute si la Science occidentale méprise et néglige ces phénomènes. Cependant, nous vous mettons en garde contre l'utilisation inconsidérée des "Tö" ou pouvoirs magiques. Ces pouvoirs ne sont pas un BUT, mais un MOYEN. En modifiant quelque peu votre psychisme, ils vous rendront apte à comprendre certaines choses qui vous échapperaient si vous conserviez les façons de voir de l'homme de la rue. Ceci dit, et pour terminer, lisez-donc cette petite anecdote, empruntée à nos amis bouddhistes. Très connue, elle résume parfaitement l'attitude du Centre Tchan en ce qui concerne la valeur intrinsèque des "pouvoirs magiques".

Un jour, le Seigneur Bouddha, suivi de ses disciples, arriva près d'un fleuve sur les rivages duquel il comptait prêcher.

Des gens d'un village voisin vinrent alors le voir et lui dirent : - Il y a, O Maître, un saint homme qui demeure tout près d'ici, un saint homme qui accomplit des prodiges. Vous devriez le voir...

Le Bienheureux acquiesça et se rendit, suivi de ses disciples, auprès du saint.

Celui-ci, ascète décharné par les mortifications, se leva et vint poliment à la rencontre des visiteurs.

Après les premiers compliments, la conversation s'engagea et le Bouddha posa cette question :

- On me dit grand bien de votre sainteté et des miracles que vous pouvez accomplir. Qu'en est-il exactement ?

- Je puis, dit le Saint Homme, grâce aux vertus acquises par l'ascèse, traverser le fleuve en marchant sur ses eaux...

- Et, demanda le Sage, y-a-t'il longtemps que vous pratiquez cette ascèse ?

- Vingt-cinq années, dit l'ermite.

Le grand Eveillé joignit alors les mains et dit :

- Vingt-cinq années ! Et pour traverser le fleuve dans la barque du passeur, il n'en coûte qu'une piécette !

TEXTE III

Nos deux premiers textes ont déçu la majorité des personnes qui en ont pris connaissance. Ces personnes ne nous ont pas encore fait connaître leur opinion au moment où ces lignes sont écrites, mais nous savons qu'il doit en être ainsi.

Plusieurs raisons peuvent emmener un être humain à rechercher l'initiation Tchan.

1° / Comprenant que l'accord de l'homme avec le Cosmos total (Tao), exige un dépassement des états de conscience ordinaire, cet être humain peut attendre de nous les moyens d'obtenir cette mutation psychologique.

Ou encore :

2° / Il peut, plus modestement, nous demander de lui fournir les moyens d'unifier une personnalité déchirée par ce qu'il est convenu d'appeler : les "complexes".

Ou enfin :

3° / Il peut, tout simplement, désirer atteindre certains buts, parfois matériels, dont l'atteinte dépend de certains facteurs psychologiques, volonté, par exemple.

Comme nous le disions plus haut, la plus grande partie de ces personnes sont déçues parce que :

a / Notre argumentation théorique leur apparaît assez gratuite et présente un caractère fatiguant de "rabâchage".

b / Nous n'allons vraiment pas vite ! Dans nos deux premiers textes, nous ne proposons qu'un seul exercice pratique de quelque importance : le Tsyng Chen. Or, ce Tsyng Chen se retrouve, sous d'autres appellations, dans n'importe quel manuel occidental de psychologie. Ajoutons que c'est là un exercice très peu exaltant.

c / Toujours en ce qui concerne le Tsyng Chen, nous nous montrons très imprécis : nous ne disons pas QUAND il convient de prendre cette attitude. NI COMBIEN DE TEMPS elle doit être conservée. Enfin, la difficulté principale du Tsyng Chen consistant à penser qu'il est nécessaire d'observer ses propres gestes, nous n'indiquons pas comment il faut s'y prendre pour que la pensée se porte sur la nécessité de cette observation.

Voici, en gros, les critiques qui nous seront adressées. Explicitement formulées ou non, nous leur répondrons ceci :

a / Notre imprécision, au sujet du Tsyng Chen, est voulue. Chaque néophyte adapte cet exercice aux motivations dictées par sa personnalité actuelle : notre connaissance de cette personnalité a fait un grand pas en avant.

b / Nous ne VOULONS pas aller vite." L'enseignement doit pénétrer dans la vie de l'adepte sans faire plus de remous que "le poisson n'en fait dans l'eau..."

c / Nos exposés théoriques sont, aussi littéralement que possible, traduits du dialecte de Sin-Kiang. Ce n'est pas un langage très littéraire, tant s'en faut ! De plus, au Sin-Kiang, ces exposés étaient faits oralement à des illettrés - ce qui explique les nombreuses redites. Que leur caractère semble gratuit est sans importance : ils ne visent pas à convaincre, mais seulement à créer un climat, ou, si l'on préfère, à "préparer le terrain". Aujourd'hui, cet exposé sera présenté sous la forme d'un récit, d'une simple anecdote - que nous vous conseillons cependant de méditer...



Ceci se passait à la fin de l'été 1947, quelque part en Chine occidentale, au pied d'un des premiers contreforts montagneux de ce pays que les Chinois appellent : province du Tibet...

Il y avait eu fête au Monastère-sans-portes du Centre initiatique Tchan - une fête qui avait duré toute la journée. Pour des yeux occidentaux, c'eut été là une pauvre fête, consistant essentiellement en une collation de "tsampa" arrosée de thé au beurre et en une séance théâtrale plus que médiocre, offerte par des "artistes" amateurs mais pleins de bonne volonté : les adeptes et tao-tö-jen du Centre Tchan. Le public se composait des villageois des vallées environnantes, avec, pour invité d'honneur, le psychologue iranien Moktar. Les raisons de ces très modestes festivités étaient d'un ordre symbolique simple : au monastère "ouvert", un adepte venait d'accéder au rang de tao-tö-jen du premier degré de Jade. Or, pour la première fois dans la longue histoire de l'Ordre, cet adepte était d'origine européenne. Dans l'esprit du vénérable Wou, Grand Maître de l'Ordre, et dans celui de son ami G. A. Moktar, ce rapprochement Est-Ouest se devait d'être célébré.

Le nouveau tao-tö-jen était un homme extrêmement populaire parmi les paysans de la région. Non qu'il fût possesseur de qualités psychiques, morales ou intellectuelles particulières - mais son physique hors pair, en Chine occidentale le désignait à la curiosité générale. Sa grande taille et sa maigreur l'avaient fait surnommer : le héron - ce qui d'ailleurs n'avait rien de péjoratif dans un pays où le héron est considéré comme oiseau noble. Son long nez, qui ajoutait à la ressemblance avec l'échassier précité, fascinait littéralement les jeunes enfants lesquels, dans cette province particulièrement pauvre en occasions de se distraire, accordaient à l'Européen une curiosité sympathique très semblable à celle qu'un enfant occidental éprouve pour un animal de Zoo.

Toutefois, pour le prestige de l'Ordre, un tao-tö-jen, même physiquement caricatural, devait selon Maître Wou, inspirer quelque respect à la population.

Les dirigeants du Centre Tchan, faisant d'une pierre deux coups,

avaient donc décidé de profiter de la fête pour faire valoir, aux yeux de leurs frustes compatriotes, certaines "qualités" du nouveau tao-tö-jen. Cette démonstration eut lieu durant la séance théâtrale. Elle était adaptée au niveau intellectuel des spectateurs.

Traditionnellement, une partie de ces derniers - les plus enthousiastes - participaient au spectacle en qualité d'acteurs bénévoles, intervenant impromptu dans le jeu dramatique. Cette intervention se produisait généralement lorsque, sur scène - c'est-à-dire, dans la pratique, sur la placette située en contre-bas du monastère - le Héros se trouvait cerné par les Traîtres. Alors, de zélés supporters se ruaient à son secours et, moitié riant, moitié vitupérant, rejetaient les méchants loin de leur héroïque victime.

Tout cela n'allait pas sans "chahut" et, bien évidemment, la qualité du spectacle ne se trouvait pas améliorée. En revanche, les décors, aussi absents que ceux du théâtre shakespearien, ne couraient aucun risque. De plus, ce que le spectacle perdait en intelligibilité, il le regagnait en chaleur humaine. C'était sur cette intrusion des spectateurs dans le spectacle que comptaient Maître Wou et ses assesseurs pour "faire valoir" leur nouveau tao-tö-jen.

Celui-ci, durant le spectacle, se vit charger du commentaire, fait à l'usage de la "salle", des diverses péripéties de l'oeuvre jouée. Il commentait fort mal, avec un accent épouvantable, mais la volonté de croire à ce que voyaient leurs yeux, était robuste chez les bons paysans. Cette volonté d'illusion faisait parfaitement le jeu de Maître Wou.

Durant deux bonnes heures, le spectacle se déroula, lent et solennel, fait de gestes emphatiques et d'attitudes figées qui eussent vite écoeuré le moins difficile des publics occidentaux. Aucune action. Un spectacle statique. Pourtant, à un moment, la "scène" parut reprendre vie. Deux acteurs s'animant, se trouvèrent aux prises. Alors, le nouveau tao-tö-jen entra lui aussi en action. Tourné vers le public, il appela par leur nom un certain nombre de spectateurs et les lança au secours d'un des combattants. Puis, sans désespérer, il agit de même en faveur de l'autre.

Poings crispés, les deux groupes marchaient farouchement l'un contre l'autre. La lutte allait commencer quand, des lèvres du tao-tö-jen, tombèrent de brèves syllabes. Les candidats combattants se figèrent sur place, promenant autour d'eux le regard égaré d'hommes s'éveillant d'un rêve, et, sur un mot du meneur de jeu, tombèrent dans les bras de leurs ex-futurs-adversaires avec de grands gestes d'amitié. Tout le monde rit beaucoup. Mais, à la réflexion, les victimes de ce petit tour d'hypnotisme classique se rendirent compte du fait que pendant un moment, ils s'étaient réellement sentis ennemis de voisins et d'amis de toujours.

Le but de Maître Wou était atteint : ce numéro de music-hall, qui n'eut pas étonné un public occidental, suffit à ébaubir les bons paysans du cru et à leur donner une haute idée des "pouvoirs" du tao-tö-jen au long nez. Mais, selon l'expression de Maître Wou "un citron doit être pressé jusqu'à ce que la dernière goutte de son jus soit sortie". En conséquence, la représentation terminée, il convia les assistants à se réunir dans la grande salle d'études et leur demanda de prendre place autour de lui, sur les nattes de jonc.

Tout le monde s'installa. Seul, le Maître demeura debout, petit vieillard menu au visage plein et souriant. Il parla en ces termes :

"Certains d'entre vous, aujourd'hui, ont pendant quelques minutes, pensé être autre chose que ce qu'ils sont vraiment. Ils se sont cru, les ennemis de leurs frères - puis, on leur a fait venir à l'esprit l'idée que, somme toute, ces ennemis n'étaient pas aussi haïssables qu'il y paraissait tout d'abord et qu'il était bon de se réconcilier avec eux. Car, ne vous y trompez pas, la scène de réconciliation elle-aussi était dictée. Sans cela elle n'aurait pas eu lieu. A quoi bon se réconcilier si l'on ne pense pas vraiment avoir été un instant ennemis ? Cette double scène que nous avons tous vue, que certains d'entre vous ont vécue, peut donner une pauvre idée du pouvoir qu'a l'homme de penser réellement par lui-même, mais cette constatation ne fera pas l'objet de mon propos d'aujourd'hui.

Ce que je veux vous dire est ceci : le tao-tö-jen vous a incité à vous battre, puis à vous réconcilier et vous êtes nombreux à lui avoir obéi. S'il avait prolongé l'expérience, s'il vous avait intégré dans le spectacle de façon durable, vous vous seriez senti, sincèrement, des personnages du drame. Un tel se fut senti empereur, tel autre espion, avec, dans les deux cas, la mentalité convenant au personnage incarné. Et tous, vous auriez attendu avec angoisse le dénouement de la pièce car son contexte donne à penser que la fin est terrible...

Que se serait-il passé si des acteurs professionnels avaient été à votre place ? Certains diront qu'ils auraient été plus encore enclins à s'identifier à leur personnage car un acteur digne de ce nom vit son rôle, selon la formule consacrée. Je ne suis pas sûr du tout de cela. Je puis même dire que je suis sûr que l'illusion n'eut pas joué. Car ces acteurs, jouant tous les jours la même pièce, en connaissant trop bien les détails pour que le pouvoir de la suggestion puisse véritablement agir - à condition, bien entendu, qu'ils soient sains d'esprit. Ils savent que cette pièce, ils l'ont jouée déjà bien des fois et qu'ils la rejoueront encore. Ils ne sont pas le personnage qu'ils sont censé incarner : ce personnage, ils en JOUENT le rôle. Leur conviction apparente n'est que la manifestation de leur maîtrise... Leur vie apparente est dans le drame joué, mais EUX n'y sont pas... Quelle que soit la sincérité d'un acteur qui tient, dans une tragédie, le rôle d'un homme assassiné, il sait bien que la mort qu'il reçoit n'a rien de définitif - qu'il l'a déjà "subie" la veille et qu'il la "re-subira" le lendemain. S'il ignorait cela, il serait fou et peut-être alors mourrait-il effectivement. L'homme éveillé est comme le bon acteur : il sait qu'il a son Tao personnel à vivre - que le monde entier attend de lui qu'il joue le rôle pour lequel il est né. Mais il ne s'identifie pas avec ce rôle. Il sait aussi - que ce rôle il lui faudra le jouer encore et toujours - car le temps est UN, sans passé ni avenir - et seul l'esprit humain, lié à l'événement le plus proche, établit des différenciations. L'homme éveillé sait et SENT, avec toutes les fibres de son être, que ce sont ces différenciations qui font tout le malheur de l'être humain, car celui-ci croit que le passé est mort, alors qu'en fait il est là, tout proche et qu'il le retrouvera à son heure, tout comme un homme ordonné retrouve un objet spatial à sa place. Pourquoi pleurer ce qui n'est plus, alors que tout est là, toujours ? Il suffit de savoir voir... Et cela s'apprend. Un homme éveillé SAIT voir... Celui qui ne sait pas voir que dans la vie il joue un rôle imposé ; non par un simple tao-tö-jen, mais par son Destin (Tao), celui-là n'arrivera jamais à trouver son Tao personnel (sa voie propre). Toujours, il prendra les chauves-souris pour des dragons (1).

Ou, si vous préférez, "des vessies pour des lanternes", mais l'image est moins bonne.

Il ne saura jamais que l'homme qui a accepté son Destin éternel, peut, par cela même, le modifier de façon subtile, insaisissable, tolérée par le Destin (Tao). Mais si un jour ses yeux s'ouvrent, s'il voit que son Destin est immuable et éternel, alors oui, paradoxalement, il pourra modifier ce Destin et maîtriser son Tao personnel. Comme l'homme éveillé, éternellement - mais en connaissance de cause - il jouera le même rôle GLOBAL, mais en le modifiant par touches infimes, il en changera tout le sens. Pour atteindre ce but, il ne possède qu'un moyen : prendre de son mieux conscience du milieu spatial et temporel dont il fait partie intégrante..."

Arrivé à ce point de son exposé, Maître Wou marqua une pause. Son corps se redressa et, lorsqu'il parla de nouveau, il employa la deuxième personne du singulier. Il parut alors, à chacun des néophytes que le Maître s'adressait à lui en particulier. Toute la personne du Vénérable semblait avoir subi une transformation indéfinissable mais réelle, que tous remarquèrent. Ce n'était plus un vieillard fragile et volontiers pontifiant qui parlait, mais un être au-delà du temps, fort et sans peur et dont le regard jugeait chacun. Il continua ainsi :

"Si tu veux être réellement EVEILLE, c'est-à-dire savoir avec ta raison et sentir avec ton corps que ta naissance, ta vie, ta mort, sont des faits éternellement renouvelés sans que l'on puisse dire que l'un précède l'autre. Il te faut d'abord prendre conscience de toi-même, de tes gestes, de tes attitudes, de tes paroles, de tes pensées, de ce que tu ressens, de ce que tu entends, de ce que tu vois : ne t'effraye pas de ce programme, homme encore lié au temps - au sens où tu l'entends, il ne durera pas... Tu dois aussi cultiver le souvenir, pour sentir, autant que tu peux déjà le faire, la présence en toi du passé - cultiver également l'art de la prémonition pour sentir en toi la présence du futur. Tu dois pouvoir, sans que ton cœur tréssaille, ni de regret ni de crainte, évoquer tous les événements qui ont déjà traversé ton chemin et tu dois pouvoir, avec moins de clarté certes, étant données les lacunes de l'esprit humain, prévoir les événements que te réserve "l'avenir". Tu en connais au moins un, dont la venue est inéluctable : ta mort, qui ne sera connue que par d'autres, puisque ta personnalité disparue ne pourra la constater. Il te faut accepter - c'est là le plus important si tu veux connaître l'EVEIL, - la perspective de cette mort sans crainte et sans espoir, en homme "qui ne sait pas". C'est seulement alors que tes yeux pourront s'ouvrir et que tu seras digne de la Connaissance..."

Ayant dit, le Vénérable Wou salua l'assistance et quitta la salle...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Nous vous demandons de lire ce texte plusieurs fois, à quelques jours d'intervalle. Il n'est pas clair. La matière traitée ne permet pas qu'il le soit. Ce que, d'ores et déjà, vous pouvez en retenir, est que notre petit exercice - vous savez ? le Tsyng-Chen - n'est pas gratuit. Pourtant,

sauf si vous y avez pris de l'intérêt, nous ne vous demandons pas de le poursuivre autrement que de façon discontinue. Soyez à ce que vous faites lorsque vous mangez. Dans une conversation, écoutez vos propres paroles - et aussi celles de votre interlocuteur, cela va sans dire. Pensez, de temps à autre, à rectifier votre attitude - à donner à votre corps la station bien droite qui entraîne un état d'esprit énergique - et cela suffira. Nous allons maintenant, compléter le petit exercice de concentration que nous vous avons demandé de pratiquer dans notre second texte.

Nous vous avons priés de concentrer votre pensée durant une minute sur un mot : le mot "passé", puis de reporter toute votre attention sur un autre mot : "futur".

Dans cette deuxième partie du même exercice, nous vous demandons de concentrer votre pensée non plus sur un mot imprimé sur du papier, mais sur un souvenir - agréable ou désagréable, à votre choix, pour l'instant, nous vous laissons juge. Pendant une minute, (approximativement, la durée n'ayant plus ici la même importance) pensez intensément à un événement ou un simple incident de votre passé. Nous disons bien *concentrez-vous* sur ce souvenir. Ne laissez pas votre esprit courir sur les chemins adjacents. Tenez-vous en à ce seul souvenir. Nous savons qu'il est difficile à une personne non-entraînée de fixer longtemps son idée sur un seul objet. C'est pour cela que nous préconisons une concentration brève. Mais si vous pouvez prolonger quelque peu l'exercice, ce n'en sera que mieux.

Après cela, portez votre pensée vers un événement probable de l'avenir. Pour demain, par exemple, vous avez des projets. Essayez de "visualiser" l'un d'entre eux par avance. Imaginez-le agréable ou désagréable, peu importe, mais une fois dessiné dans votre esprit n'y "touchez" plus et contemplez cet événement à venir comme s'il s'était déjà produit. C'est tout. Pratiquez cet exercice chaque jour et tous les jours, changez de sujet. Aujourd'hui, par exemple, vous avez concentré votre esprit sur tel événement passé, puis sur tel événement qui se produira peut-être dans le futur. Demain vous vous concentrerez sur un autre événement ou incident survenu autrefois puis sur un autre événement ayant des chances de se manifester à l'avenir. Nous vous recommandons d'alterner les deux phases de l'exercice.

o o o o o

Notre enseignement a débuté très doucement - trop doucement aux dires de certains. Maintenant, nous allons accélérer la progression. Vous êtes à peu près débarassés du Tsyng Chen - pour le moment - vous pouvez donc consacrer quelques efforts à autre chose. Nous vous proposons un petit exercice, bien connu des adeptes des différents yoga. Il y a parfaite similitude d'exécution entre les deux exercices, celui du Yoga et le nôtre. La seule différence se trouve dans le but recherché. Il consiste en ceci : chaque soir, lorsque vous serez couché et avant de vous endormir, essayez de vous remémorer tous les événements de la journée en commençant par le plus récent et en remontant le cours du temps. Voyons, vous êtes au lit. Juste avant, que ve-

niez-vous de faire ? Vous vous étiez brossé les dents. Avant encore, qu'aviez-vous fait ? Vous aviez échangé vos vêtements de jour contre ceux de nuit... Continuez ainsi. Remontez le cours de la journée par le souvenir jusqu'à l'instant où, le matin, vous vous levez. Si, comme il est probable, une lacune apparaît dans votre mémoire, n'insistez pas, sautez le souvenir récalcitrant et passez au suivant - ou plus exactement au précédent. Ce que nous vous demandons là n'est pas d'une exécution difficile. L'habitude aidant, n'importe qui - absolument n'importe qui - y parvient très bien. En ce qui concerne le développement de la mémoire, c'est peut-être le meilleur exercice qui soit. Et, en ce qui concerne la pratique de la Technique du Tao, il a une autre utilité que vous découvrirez vous-même au bout de quelques jours.

Peut-être est-il parmi vous des personnes qui feront à cet exercice de remémoration le double grief suivant :

1° / Il fait perdre un temps qui pourrait être consacré à un sommeil réparateur.

2° / Il risque, en tracassant l'esprit, de provoquer des insomnies.

Nos réponses - préventives - seront les suivantes :

1° / Après quelques essais, il vous faudra très peu de temps pour procéder à la révision inversée de vos activités pour la journée qui vient de s'écouler.

2° / Cet exercice ne risque pas de vous procurer des insomnies, au contraire. Et, s'il est parmi vous des adeptes du Yoga qui l'ont déjà pratiqué, ils ne nous démentiront pas. En fait, l'écueil de cet exercice est que, dans les débuts, il attire littéralement le sommeil. Le sommeil est comme le chameau : il s'en va quand on l'appelle et vient quand on ne veut pas de lui. Il est vraisemblable, si vous n'avez encore jamais pratiqué l'exercice de remémoration, que vos premières tentatives tourneront court et que vous sombrerez très vite dans le sommeil. Recommencez le lendemain. Et surtout, si un souvenir se dérobe, n'insistez pas, ne vous crispez pas !

o o o o o

Et maintenant, nous allons nous attaquer au Wou-Wei, mais auparavant quelques explications sont nécessaires.

Le Centre Tchan, Ordre Initiatique, maintient dans sa pureté et son intégralité la doctrine des Pères du Tao. C'est, avant tout, une doctrine de philosophie pragmatique. Elle est sans rapport, autre que formel, avec ce qu'il convient d'appeler de nos jours le Taoïsme. Celui-ci est maintenant devenu, sous l'action négative des masses, une sorte de religion fumeuse tournée vers l'espoir de paradis baroques et vers la pratique forcée de la magie cérémonielle. Il est permis de dire que, plus que toute les autres grandes découvertes spirituelles faites par l'esprit humain, celles des Pères du Tao ont dégénéré en tant que doctrines exotériques. D'où la né-

cessité d'organisations telles que l'Ordre initiatique Tchan.

Il se trouve qu'aux origines le mode de vie préconisé par les Sages était appelé : Wou-Wei. En langue française, on peut traduire par : "non agir". Bien entendu, cela ne signifie pas que pour devenir un sage il suffit de ne rien faire. Pourtant, il faut bien reconnaître que le taoïsme actuel a l'air d'avoir accepté pour ce mot cette curieuse signification. Afin de ne pas risquer de se voir confondues avec ce taoïsme abâtardi, les organisations ésotériques donnèrent le nom de Wou-Wei à un exercice particulier qui est, en quelque sorte, la quintessence de la Technique du Tao.

La pratique du Wou-Wei ne suffira pas à faire de vous un être humain supérieur, mais nous vous garantissons que, si vous maintenez cette pratique pendant deux mois, votre force de caractère augmentera dans des proportions incroyables. Nous devons toutefois vous prévenir : ce n'est pas un exercice agréable. Contrairement au Tsyng-Chen, il est d'une application aisée. Il a le défaut d'exiger un peu de temps. Enfin, il doit, dans son emploi, être soigneusement dosé sous peine de risques graves. Aujourd'hui, nous allons parler de sa phase physique. Celle-ci ne comporte aucune contre-indication, telle, du moins, que nous vous la présentons. En principe, l'exercice Wou-Wei provoque l'amaigrissement de la personne qui le pratique. Le procédé est sans danger et dans bien des cas, maigrir est une excellente chose. Mais, dans les monastères ouverts de l'Asie centrale où la doctrine du Tao s'est conservée dans sa pureté, peu de gens éprouvent ce besoin, l'alimentation étant particulièrement frugale et les travaux manuels durs. Le Wou-Wei mis à leur usage : c'est cette version de l'exercice que nous vous donnons ici. Si, personnellement, vous désirez maigrir, vous trouverez des prescriptions manuscrites à la fin du présent texte qui vous permettront, en apportant certaines modifications à l'exercice, d'atteindre ce but.

Voici en quoi consiste le Wou-Wei. - C'est, vous allez voir, d'une extrême simplicité.

L'exercice peut être pratiqué n'importe quand : au réveil, au coucher, avant ou après les repas. C'est affaire d'appréciation personnelle. Lorsque vous vous livrerez à cet exercice, il sera bon que vous soyez seul et dans un lieu calme, tout au moins les premiers temps.

Prenez un miroir. Accrochez-le au mur, de façon à ce qu'il se trouve à la hauteur de votre visage lorsque vous vous trouvez debout. Placez-vous face à ce miroir à une distance qu'il vous faudra calculer en fonction des particularités de votre vue : plus ou moins loin selon votre acuité visuelle. Donc, soyez debout face à ce miroir. Veillez à ce que la lumière de la pièce où vous vous trouvez ne soit ni trop violente ni trop faible. Ceci fait, regardez-vous dans les yeux - ou plus exactement, regardez votre reflet dans le miroir à la hauteur de la racine du nez. Vos muscles doivent avoir un tonus normal, ni contractés, ni trop détendus. Prenez la position d'un "garde-à-vous sans raideur", tête haute, corps droit, mains ouvertes à la hauteur des hanches - ou des cuisses, selon la longueur de vos bras.

Et maintenant... ne bougez plus !

C'est facile ? Pas tant que cela, vous vous en rendrez vite comp-

te. Dans les asanas du Yoga, il est demandé aux adeptes de conserver, parfois durant de longs moments, une position corporelle statique. Ces positions sont généralement peu naturelles. Le corps, les membres subissent un étirement ou une distorsion qui ne se rencontre guère au cours des activités quotidiennes de l'être humain. A première vue, donc, il semble que la pratique de la phase physique du Wou-Weï soit d'une exécution plus facile que les asanas du Hatha-Yoga. En fait, il n'en est rien. Le Wou-Weï est moins fatiguant pour le corps, mais non pour l'esprit, même dans sa phase physique. Quoi qu'il en soit, pendant un temps qui dépendra de vos possibilités, restez immobile. Totalement. Il faut que, respiration mise à part, rien en vous ne manifeste la moindre activité. Si vous ressentez quelque démangeaison, vous ne devez pas vous gratter. Si au départ, votre corps entier a pris une mauvaise position, vous devez la conserver jusqu'à la fin de l'exercice. Vous devez lutter contre le tressaillement de vos muscles. Conservez à votre visage une totale immuabilité : pas un trait ne doit bouger durant tout l'exercice. Enfin, vous devez vous exercer à ne pas battre des paupières. Nous ne vous avons pas donné d'indications quant à la durée que doit avoir l'exercice, laissant celle-ci à votre appréciation. Deux conseils toutefois :

1° / Nous vous conseillons de pratiquer la phase physique du Wou-Weï aussi longtemps que vous pourrez maintenir la position.

2° / Toute votre attention doit être employée à la surveillance de l'inertie voulue de chaque pouce de votre corps mais surtout - surtout ! - lutez contre votre tendance à cligner des yeux. Les premiers temps, lorsque vous sentirez que vous ne pouvez vraiment plus maintenir vos paupières ouvertes, nous vous conseillons d'abandonner l'exercice jusqu'au lendemain.

En Asie centrale, l'aspect physique du Wou-Weï est utilisé pour l'entraînement des hypnotiseurs professionnels. Certains de ces hommes, après des années de pratique, parviennent à maintenir leurs yeux ouverts, sans clignement, durant des heures. Nous ne vous en demandons pas tant : faites seulement votre possible.

RESUME DES EXERCICES PROPOSES AUJOURD'HUI

- 1° / Tsyng-Chen - durant les repas - lorsque vous conversez : surveillez les paroles qui sortent de votre bouche
 - 2° / Exercice de concentration - peut être pratiqué n'importe quand.
 - 3° / Exercice de remémoration - à pratiquer le soir, au lit.
 - 4° / Phase physique du Wou-Weï - peut être pratiqué n'importe quand.
-

Dans le prochain texte, nous commencerons à mettre en pratique le premier exercice para-psychologique et nous nous attaquerons au Cycle de Longue Vie. Il est parmi vous des personnes dont les problèmes sont avant tout d'ordre matériel. Ces personnes s'inquiètent du fait que rien, jusqu'à présent, dans l'Enseignement, ne les aide à résoudre ces problèmes.

Réponse : la pratique des exercices para-psychologiques vous donnera les moyens de vaincre la plupart de vos difficultés. Mais si vous voulez devenir capables de vous servir de moyens dits, à tort, magiques, il vous faut tout d'abord acquérir une formation que peuvent seuls vous donner des exercices aussi peu amusants que le Wou-Weï et le Tsyng-Chen.

Que les puissances bienfaisantes soient avec vous...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

T E X T E I V

L'Enseignement Tchan visant à transformer la vie entière de l'adepte et non pas seulement quelques-uns des aspects de cette vie, nous allons aujourd'hui, sous l'appellation globale : Cycle de Longue Vie, commencer la présentation de la Technique du Tao sous son aspect physiologique. Qu'est, exactement, ce Cycle de Longue Vie ?

Si, aujourd'hui encore, vous posiez cette question à maint paysan des vallées du Sin-Kiang, il vous répondrait peut-être, en haussant les épaules devant tant d'ignorance, que ce Cycle constitue le secret des Initiés et que, qui le pratique, devient par là-même... immortel !

Naturellement, le brave homme se tromperait, car l'immortalité, entendue au sens physique, n'existe pas et ne saurait exister sans perturber gravement l'ordre naturel. Cependant, si les plus ignorants des Chinois et des Tibétains actuels continuent d'imaginer qu'il est possible, par des procédés mystérieux, d'échapper au sort commun des êtres, leur croyance, comme toute croyance même parfaitement erronée, est basée sur des faits réels.

Il est difficile de dire depuis quelle époque la Légende des Immortels se propage à travers le Continent Jaune. Les annales les plus anciennes font mention de ces hommes qui ne seraient plus vraiment des humains mais une nouvelle espèce intermédiaire entre l'humanité et les dieux. Nous ne nous étendrons pas sur ce sujet et noterons simplement que la Tradition affirme que, quelque part dans les mers de l'Est de la Chine, cinq îles paradisiaques sont peuplées par les Immortels. Là se trouveraient des arbres portant des fruits merveilleux. D'autres traditions, moins poétiques, se contentent d'assurer que, loin vers l'Ouest au contraire, vivent cachés dans des vallées perdues, des Sages sur lesquels l'âge n'a aucune prise. L'usure ne les atteint pas. Leur barbe est blanche - signe de sagesse - mais leurs joues sont pleines, roses : des joues de bébé. Ce sont, à l'instar de Lao-Tseu leur maître, des "vieillards-enfants". Les mêmes traditions prêtent à ces vénérables personnages, une particularité saugrenue : ils auraient le sommet du crâne orné d'une énorme protubérance, bosse contenant au dire des conteurs de légendes, soit leur sagesse, soit une sorte de substance sublimée, leur permettant, entre autres choses merveilleuses, de s'envoler, tels des oiseaux, "sur l'aile du vent..." (Dans ce dernier cas, la bosse en question se comporterait, en somme, comme un aérostat naturel, ce qui est, pour le moins étrange).

Il est permis de se demander quelle est la source de ces légendes. En fait, leur origine est assez facile à découvrir. Nous la retrouvons dans le fait que l'on disait des Pères du Tao, qu'ils avaient réussi à vaincre le Temps et la Mort. En un sens, c'était exact, mais non comme l'entendait communément le peuple. Il était vrai, cependant, que dans leur quête, les Pères, en gens pratiques, utilisaient certaines méthodes, certains exercices ayant pour but l'amélioration de la santé du corps et de l'esprit. La voix populaire décida que ces procédés prolongeaient indéfiniment la durée de l'existence physique et nomma "Cycle de Longue Vie" l'ensemble de ces pratiques. C'est à la connaissance de ce Cycle qu'est attribuée l'immortalité des mythiques "vieillards-enfants".

Mais revenons à la réalité et posons cette double question :

1° / Le Cycle de Longue Vie procure-t'il un bénéfice quelconque à qui le pratique et, dans l'affirmative, quel bénéfice ?

2° / En quoi consiste ce Cycle ?

Le Cycle de Longue Vie, bien entendu, ne rend pas le corps physique immortel. Les Pères du Tao étaient des Sages authentiques. Ils savaient parfaitement que la mort est une nécessité biologique et que l'écologie universelle ne saurait tolérer nulle dérogation dans ce domaine. Mais ils savaient aussi qu'il est parfaitement licite de chercher à obtenir une santé physique aussi bonne que possible et que, pour des chercheurs obligés d'affronter certains problèmes métaphysiques angoissants, l'obtention d'un système nerveux particulièrement robuste est une nécessité. Le Cycle de Longue Vie est donc cela : un ensemble de procédés visant à l'amélioration de la santé générale en dehors de toute médecine proprement dite et surtout à l'augmentation du tonus nerveux. Ceci dit, ce Cycle prolonge-t'il réellement la vie ? Il est permis de répondre par l'affirmative. Si vous pratiquez le Cycle, vous n'en franchirez pas pour autant, automatiquement le cap des cent ans, mais il est certain que, l'un dans l'autre, votre potentiel vital se trouvera renforcé par cette pratique.

En quoi consiste le Cycle de Longue Vie ? Essentiellement en ceci : diététique, exercices respiratoires spéciaux, gymnastique encore plus spéciale et dite : magique. Il existe aussi une discipline qui se greffe sur le Cycle de Longue Vie : l'Alchimie, mais nous ne parlerons pas ici de la Voie alchimique, initiation dans l'initiation, qui exige, pour être suivie avec fruit, une somme énorme de connaissances, beaucoup de temps libre et aussi... énormément d'argent. Ajoutons à cela que l'alchimiste, qui lui, entre autres choses, recherche effectivement la prolongation de la vie physiologique, échoue fort souvent dans son entreprise. Restons dans un domaine plus modeste mais plus sûr et voyons, tout d'abord, quels conseils d'ordre diététique nous donne le Cycle de Longue Vie...

Désillusion ! Les pratiques diététiques, recommandées par le Cycle n'ont rien de très particulier : elles ressemblent à s'y méprendre aux conseils prodigués par la médecine occidentale actuelle et portent simplement le sceau du bon sens le plus élémentaire.

Que devons-nous manger ? Il y eut - il y a encore en Chine, des gens qui pensent sérieusement qu'il est bon de s'abstenir de manger des céréales. Motif invoqué : cet aliment est celui des faibles, du petit peuple. L'homme puissant se nourrit de viandes rouges et il est bien connu que les riches et les puissants vivent plus longtemps et se portent mieux que les "gens de peu". Nous ne citons ces puérités que parce qu'elles sont parfois attribuées, à tort, évidemment, à nos maîtres, les Pères du Tao. Les statistiques subissent davantage la maladie et vivent moins longtemps que les classes plus favorisées financièrement. Mais, attribuer au seul mode alimentaire une différence, si réelle soit-elle, de longévité, c'est là simplifier à l'excès. En fait, c'est même aller à l'encontre de la réalité. D'innombrables expériences ont montré aux chercheurs, tant occidentaux qu'orientaux, qu'une sous-alimentation légère favorise au contraire la santé et la longévité. C'est justement ce qu'affirme le Cycle quoi qu'en puissent dire certains. Il est recommandé de manger moins, un peu moins, que ne semble exiger l'appétit. Selon une formule qui a son homologue en France, tout convi-

ve doit quitter la table avec le sentiment de pouvoir ingérer encore un bol de riz. Mais, direz-vous, il arrive, au contraire, que l'on manque totalement d'appétit et qu'il faille forcer la nature, contraindre son estomac à accepter les aliments qu'il "fait mine" de refuser. Pour le Cycle, agir ainsi n'est pas recommandé. Il est prêté à l'estomac et aux organes de la digestion en général, une sorte d'intelligence instinctive qui leur fait "savoir" ce qui est bon ou mauvais pour eux et pour l'ensemble de l'organisme. Si votre estomac "boude", n'essayez-pas de vaincre sa résistance. Prenez-le au mot : jeûnez, une journée ou une soirée, selon le cas.

De toute façon, le jeûne périodique est recommandé. En principe, l'adepte, soucieux de sa santé devrait, une fois par mois lunaire, demeurer une journée entière sans ingérer des aliments autres que liquides. Dans la pratique, il n'est pas toujours aisé, pour des personnes qui travaillent, de se conformer à cette exigence pourtant si bénéfique. Si tel est le cas, il est recommandé, une fois au moins par semaine, de ne pas dîner le soir. En agissant ainsi, on aide l'organisme à éliminer ses toxines, surtout si l'on prend la précaution d'absorber, avant le coucher, une assez grande quantité de liquide non-alcoolisé, eau pure ou infusion quelconque, chaude ou froide selon les goûts et les tempéraments - mais pas de lait si n'est fortement coupé d'eau. Une tisane, surtout, est recommandé : le sureau.

Que convient-il de manger, d'une façon générale ? Cela dépend, évidemment, des individus. Il se peut que votre médecin vous ait soumis à un régime draconien, mais ce genre de régime a tendance à se faire de plus en plus rare, la mode médicale faisant, dans ce domaine comme en bien d'autres, un retour salutaire vers le passé - et le bon sens. Cependant, si vous souffrez de lésions graves, de maladies organiques déterminées, il est bien évident que votre médecin est seul qualifié pour vous prescrire tel ou tel aliment. Mais il se peut que vous vous sentiez seulement "souvent pa-traque", sans savoir exactement la raison de votre état. Dans ce cas-là, nous vous conseillons de suivre la voie ouverte par les Sages. Et tout d'abord, de vous observer - non pas d'observer vos gestes comme le demandait le Tsyng-Chen, mais d'observer les réactions de votre organisme lors de l'ingestion d'aliments divers. Lui seul, cet organisme - s'il n'est pas dans un état trop déficient - sait ce qui lui convient et il vous le dit. Ou plus exactement, il vous fait savoir ce qui ne lui convient pas en protestant par un malaise. Tenez compte de ces manifestations et vous pourrez dresser vous-même un tableau précis des aliments qui vous conviennent et de ceux qui ne vous conviennent pas. Si excellent que soit un médecin, il n'en saura jamais autant sur le fonctionnement de votre organisme que cet organisme lui-même.

Ceci dit, quels sont les aliments que les Pères du Tao conseillent en général ? Contrairement aux affirmations toutes gratuites de certains, ce sont précisément les céréales qui sont l'objet de leurs préférences. Le riz, en tout premier lieu, complet ou non. Et aussi le blé, sous forme de pâtes alimentaires lesquelles, ne l'oublions pas, sont originaires de Chine. Le blé, sous forme de pain est aussi très apprécié. Il y aurait beaucoup à dire sur le pain, aliment de base de l'Occident, qui se voit, à notre époque, frappé d'un certain discrédit. Bien qu'Orientaux, les Pères du Tao vénéraient le pain à l'égal du riz. L'un et l'autre étaient à leurs yeux, des "aliments divins", qui devaient être mangés avec respect. Il se trouve que de nos jours, dans un Occident riche, le pain est beaucoup moins apprécié qu'il ne l'était autrefois. D'autres nourritures, dont le goût flatte davantage le palais, lui

sont préférées. Naturellement, ce penchant pour la gourmandise se dissimule sous d'excellents prétextes. Nous vous proposons de faire cette petite expérience : Posez, aux personnes de votre connaissance, cette question : "A votre avis, le pain, mangé en forte quantité, fait-il engraisser ou au contraire, prédispose-t'il à un certain amaigrissement ?". Vous serez frappé du touchant... manque d'unanimité avec lequel il vous sera répondu. Certaines personnes consomment aussi peu de pain que possible afin de perdre quelques kilogrammes superflus et d'autres, au contraire, pensent (quelqu'un-qui-connaît-bien-la-question- le leur ayant dit), que l'individu qui fait du pain sa principale nourriture est forcément maigre. La vérité est que le pain, sans être, bien entendu, un aliment complet, convient à tous les organismes raisonnablement sains. En Occident, durant des millénaires, des peuples entiers en firent leur nourriture presque exclusive sans qu'aucune carences ne se manifeste (contrairement à ce qui se passe avec le maïs par exemple). Il existe un certain préjugé en faveur du pain dit "complet". Bien entendu, les Sages du Tao, n'ont pu établir une discrimination entre le pain complet et le pain industriel tel qu'il se consomme de nos jours un peu partout dans le monde, puisque le pain tel que le connaît l'homme du vingtième siècle n'existait pas en leur temps. Mais il ne semble pas que ce pain soit aussi piètre que beaucoup de personnes l'affirment. Moins nourrissant, certes, que le pain complet, il est aussi d'une digestion plus aisée et ceci compense largement cela en ce qui concerne un peuple aussi peu "sous-alimenté" que le peuple de France.

Que pensaient les Pères du Tao d'une alimentation carnivore ? Ils estimaient, bien entendu, que l'individu qui se nourrirait exclusivement de viande, ne saurait conserver longtemps la santé ; son organisme subissant une intoxication du fait de l'ingestion de ce seul aliment. Mais ils n'étaient pas contre le principe d'une nourriture modérément carnée. Toujours, ils ont manifesté un haut respect pour la stricte éthique de leurs amis bouddhistes qui s'interdisaient toute alimentation d'origine animale afin de ne pas contribuer, si peu que ce soit, à la destruction d'une créature animée. Cependant, leur réalisme leur interdisait d'abonder dans le même sens. Estimant que, quoi qu'il fasse, l'homme, par sa seule existence, occasionne la mort d'innombrables créatures - serait-ce seulement en marchant - ils pensaient que le Tao d'un animal de boucherie le condamne dès sa naissance à son sort, de même que l'homme, si sage ou si fou soit-il, connaîtra forcément un destin d'homme. Leur recommandation était : "Ne faites pas souffrir l'animal sacrifié..." et ils ajoutaient : "Si l'agneau, touchant, attendrissant, avait la taille d'une fourmi, feriez-vous plus attention à l'endroit où se pose votre pied ?"

Pour résumer, l'alimentation préconisée par les Pères du Tao est avant tout équilibrée. Elle est basée sur les céréales, un peu de viande, quelque boisson alcoolisée absorbée pendant les repas, du fromage, des fruits en quantité suffisante, crus ou cuits, et aussi des légumes verts. En somme, l'alimentation de tout le monde à cela près que le lait n'est pas très apprécié. Le principe essentiel demeure la modération en toute chose. Manger à peu près de tout, mais se lever de table avec une légère sensation de faim au creux de l'estomac.

Comme vous le voyez, il n'y a rien de mystérieux dans ce mode d'alimentation. Il en va autrement en ce qui concerne la gymnastique du Cycle de Longue Vie qui est, en quelque sorte, une gymnastique "magique".

Ses exercices portent des noms souvent pittoresques et souvent puérils. Il y a, par exemple, l'exercice de la "Chauve-souris qui hiberne". Vous n'en trouverez pas la description dans notre enseignement car il présente un caractère acrobatique qui ne le met pas à la portée de n'importe qui. Mais il en est d'autres qui conviennent à tout le monde et qui sont d'un excellent effet sur tous les organismes. La singularité de cette gymnastique réside dans le fait que chaque séance est précédée et suivie de gestes rituels "magiques", destinés à faire bénéficier le pratiquant de l'aide des Forces naturelles et inconnues qui parcourent, sans arrêt, l'Univers. Cette particularité ajoute à une simple culture physiologique, un apport psychologique ou plus exactement para-psychologique. L'homme qui pratique les exercices gymniques du Cycle de Longue Vie, n'est pas seulement occupé, ce faisant, à muscler et assouplir son corps ; il participe à un rituel ayant pour but l'établissement d'une harmonie entre lui-même et le reste de l'Univers.

Venons-en maintenant aux exercices respiratoires. Avant d'aller plus loin, nous croyons devoir vous dire ceci : les exercices respiratoires du Cycle de Longue Vie constituent une excellente gymnastique plumoñaire et même, ils sont plus que cela. Mais il se peut que vous vous sentiez incapable de les pratiquer - si vous êtes, par exemple, atteint de faiblesse cardiaque ou pulmonaire. Ceci n'est pas une entrave à la pratique de la Technique du Tao. Si vous sentez que votre organisme réagit mal après les premiers essais, nous vous conseillons de consulter votre médecin avant de les poursuivre.

Voici d'abord le premier, le plus simple, le plus connu : la rétention respiratoire. On peut à peine dire qu'il s'agit d'un exercice particulier. Cela consiste, tout simplement, à bien vider vos poumons par une expiration complète, puis à les laisser se remplir lentement et, l'inspiration se trouvant à son point culminant, les poumons se trouvant gonflés d'air au maximum, à conserver cet air le plus longtemps possible avant d'expirer aussi doucement que possible. Il est bien entendu qu'il convient de procéder à un entraînement progressif. Au début, le pratiquant conservera l'air durant quelques secondes seulement : disons 10 secondes. Puis il augmentera la durée de la rétention respiratoire à raison d'une ou deux secondes supplémentaires par jour. Il est recommandé de pratiquer cet exercice cinq ou six fois de suite le matin - et le matin seulement - jamais le soir ou l'après-midi ; de préférence au réveil et dans la position couchée. Contrairement à la prānāyāma yogique, cet exercice n'est pas un adjuvant à la gymnastique ou à la méditation, il forme un tout en lui-même et détient en lui-même son but. Il est très simple, simpliste si l'on veut. Mais il est peu d'exercices plus complexes qui détiennent au même degré le pouvoir de régénérer le système nerveux. La légende prétend que l'homme qui parvient à retenir sa respiration jusqu'à ce qu'il ait compté mentalement jusqu'à mille devient, ipso facto, immortel. Il s'agit, bien entendu, d'un simple conte car personne ne peut retenir sa respiration aussi longtemps. En revanche, la personne qui parvient à conserver l'air dans ses poumons durant une ou deux minutes, obtient très rapidement, par ce seul exercice, une extrême tonification de son système nerveux. En ce qui concerne les pratiques respiratoires, nous en resterons là pour aujourd'hui.

Passons maintenant à la gymnastique... Comme nous l'avons dit, chaque séance doit être précédée de gestes rituels destinés à établir un con-

tact entre le pratiquant et les Forces bénéfiques de l'Univers, de façon à ce que le bénéfice retiré de ces exercices, dépassant le niveau physique, atteigne l'Harmonie et donne la Joie. (Telle est la définition exacte du but recherché).

Nous vous conseillons d'exécuter les exercices qui vont suivre le matin, au saut du lit, aussitôt après quelques rétentions respiratoires. Tournez-vous la face vers l'Est, regardant en direction du Soleil levant. Tenez-vous droit. Respirez normalement. Levez vos deux mains à la hauteur de votre visage. Chaque doigt possède une valeur symbolique : l'auriculaire est "la Terre", l'annulaire est "l'Eau", le médium "le Feu", l'index "l'Air" et le pouce le mythique "éther". De plus, la main droite symbolise le Cosmos et la main gauche l'homme lui-même...

Vos mains sont, approximativement, à la hauteur de votre visage : vous allez maintenant dessiner avec ces mains le 1er. Sceau, celui de l'Eveil. Il est destiné à éveiller les forces sacrées de l'Univers - forces NATURELLES, nous insistons. Faites ceci : Repliez, pour les deux mains, le médium et l'annulaire sur le pouce, levez l'index et accrochez les deux mains par les auriculaires repliés. Puis élevez vos mains ainsi réunies aussi haut que possible au-dessus de votre tête et donnez à l'ensemble un mouvement de torsion, de gauche à droite. (Figure 1).

Laissez retomber vos mains dénouées, doucement, puis, sans désenfiler, tracez le 2ème. Sceau, celui "qui Chasse le Gardien des Mondes intermédiaires". Dans chaque main, emprisonnez le pouce sous les trois derniers doigts repliés, les index se touchant par leur extrémité. (Figure 2). Laissez vos deux mains ainsi mises en contact par les seuls index à la hauteur de votre poitrine puis, en remuant les seuls poignets, inclinez-les, index en avant, vers le sol, droit devant vous. Redressez vos mains, puis inclinez-les cette fois vers la gauche, puis vers la droite.

A présent, dessinez le Sceau numéro 3, celui de "l'expulsion des Démons" (entendez : des influences cosmiques néfastes.) Il se fait à l'aide d'une seule main, la gauche qui doit se tenir dressée à hauteur de la poitrine, l'index, le médium, l'annulaire étant levés, l'auriculaire et le pouce, abaissés, étant en contact. (Figure 3). Diriger tout d'abord sa main devant soi, puis à droite, puis à gauche. Après cela, il convient de procéder aux exercices de gymnastique proprement dits.

Puis, la séance terminée, quatrième et dernier Sceau : celui du Départ (Figure 4) : il est destiné à rendre au Cosmos les Forces bénéfiques "prêtées" durant l'exécution des exercices. Repliez les doigts sur l'intérieur de la main - ceci pour chaque main - les pouces exceptés. Joindre les deux poings ainsi formés. Les placer à la hauteur de la poitrine. Ecartez trois fois les pouces de la main de façon à ce que, chaque fois, ils touchent la poitrine.

TERMINE.

King Kio
lentement gauche à droite

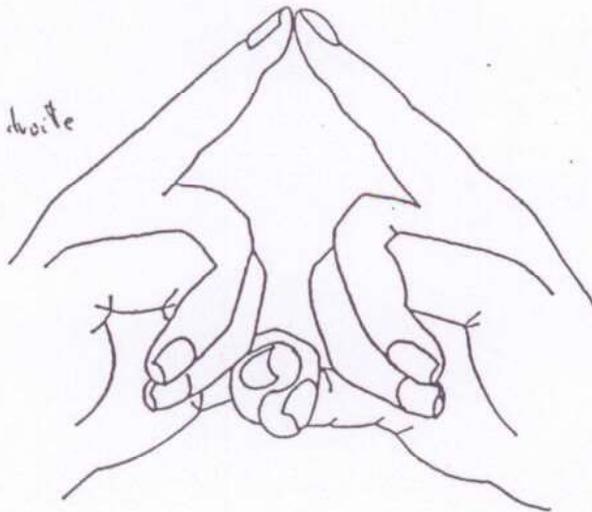


fig.1 Sceau de l'Eveil

*Kien Tchou Pi Na Ye Kiu

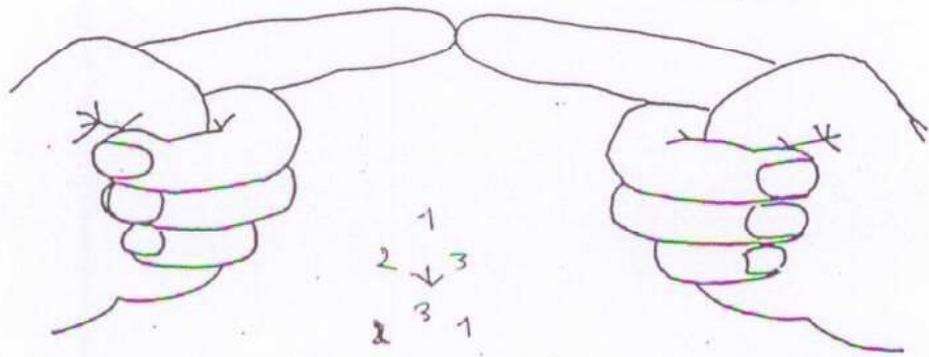
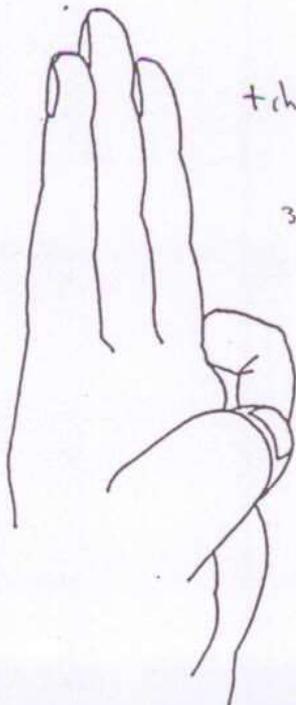


fig.2 Sceau qui chasse le Gardien

tchau tsong mo khin kea yu

Fong Song



3 1 2
11



3 fois

fig.4 Sceau du Départ

fig.3 Sceau de l'Expulsion

Ces Sceaux, par leur seule exécution, mettent en jeu des forces que les personnes mal informées qualifient quelquefois de "magiques". En fait, il s'agit de forces naturelles, invisibles mais réelles, puissantes et bénéfiques, lorsque nous leur faisons appel correctement, c'est-à-dire en suivant très exactement les prescriptions qui précèdent. Il importe que vous appreniez à excécuter parfaitement les Sceaux avant d'aborder la gymnastique proprement dite. Les exercices composant cette dernière sont simples, peu fatiguants et même réparatifs. Ils conviennent à tous, jeunes et moins jeunes, bien portants ou malades : tout es question de dosages. Mais auparavant, il vous faut vous exercer chaque matin à "dessiner", aussi bien que possible, les Sceaux. Nous n'insisterons jamais assez sur ce point. Pour plus de sûreté, et afin que vous ne soyez tenté de pratiquer des mouvements gymniques avant d'avoir parfaitement maîtrisé leur complément indispensable, nous ne vous entretiendrons de ces mouvements que dans notre prochain texte.

En attendant, exercez-vous à excécuter, chaque matin, aussi bien que possible, les 4 Sceaux. Après quelques rétentions respiratoires, levez-vous et, avant même de procéder à votre toilette, tournez-vous vers l'Orient et effectuez les mouvements que nous venons de mentionner. Agissez avec sérieux, avec calme, avec lenteur. Après le troisième sceau, marquez une pause et pratiquez, encore une fois, la rétention respiratoire ou, à tout le moins, videz complètement vos poumons - puis, exécutez le quatrième sceau. Nous ne saurions trop, encore une fois, insister sur l'importance de ces Sceaux. Lorsque vous vous serez familiarisé avec leur exécution, nous vous recommandons de bien PENSER à ce que vous faites : 1er. Sceau - vous faites appel, vous EVEILLEZ, les Forces bienfaisantes de l'Univers. 2ème. Sceau - vous chassez le Gardien, c'est-à-dire les inhibitions qui pourraient empêcher ces Forces d'entrer en vous. 3ème. Sceau - vous écarterez les influences néfastes. Maintenant, vous baignez dans un faisceau de Forces qui, plus tard, augmenteront les effets bénéfiques de la gymnastique, mais qui déjà, vous soutiennent et vous aident. Ces Forces, vous ne pouvez les conserver trop longtemps à votre service : ce serait vouloir entraîner en votre faveur une rupture de l'équilibre cosmique - de l'équilibre du Tao. Avec le dernier Sceau, vous les rendez à l'Univers qui vous les avait prêtées.

o o o o o

Pour aujourd'hui, nous nous en tiendrons là. Avant d'aller plus loin, il importe que vous appreniez à "manier" les Sceaux. Continuez à pratiquer les exercices que vous connaissez déjà. En ce qui concerne la phase physique du Wou-Weï, il serait bon que vous puissiez, du moins occasionnellement, maintenir l'attitude prise un quart d'heure. Rien ne vaut cette attitude (lorsqu'elle est complète : physiologie et psychologie réunies) pour littéralement décupler la volonté et la maîtrise de soi. Pour le moment, il est nécessaire que vous vous habituiez à sa phase physique. Continuez aussi, sans forcer, dans la mesure de vos possibilités, à vous concentrer sur divers événements du passé et sur diverses probabilités d'avenir. N'oubliez pas, le soir, l'exercice de remémoration des activités quotidiennes. Votre mémoire, et aussi votre "conscience d'exister" en tireront profit. Nous vous avons invité à ne plus pratiquer le Tsyng-Chen que durant les repas et lorsque vous tenez une conversation. Sur ce plan là, nos recommandations demeurent les mêmes. QUE LES FORCES BIENFAISANTES DE L'UNIVERS SOIENT AVEC VOUS...

T E X T E V

Nous voici à une croisée des chemins. Nous vous avons, à la fin de notre 4^{ème}. texte, posé cette question insidieuse : "que préféreriez-vous être : sage, riche, etc..." "Nous n'avons pas encore les résultats de ce petit "référendum", mais d'ores et déjà nous pouvons dire que "bonne santé" remporte la majorité absolue, suivie par riche et sage, etc... "ami avec tout le monde" étant nettement en dernière position.

Puisque nous parlons de référendum, établissant ainsi un parallélisme avec la vie politique, continuons sur notre lancée et demandons-nous avec qui - au cas où il n'aurait pas eu la majorité absolue, le candidat "bonne santé" se serait "apparenté" pour continuer à employer la phraséologie parlementaire. Les trois derniers candidats, représentant vraiment trop peu d'électeurs, sont exclus d'emblée. Restent "riche et sage".

Qui, de ces deux-là, sera le partenaire idéal du leader "bonne santé" ? Ce sera "sage", répondront beaucoup, influencés, consciemment ou non, par l'adage latin : un esprit sain dans un corps sain. Permettez-nous de discuter cette opinion. La santé physique, nous sommes bien d'accord, est le premier des biens de ce monde. Tout va bien quand on a la santé, dit le proverbe. La santé permet bien des choses et elle est parfois, mais non toujours, un appoint dans une quête spirituelle. Un homme en bonne santé est plus facilement bon qu'un malade, mais il ne l'est pas forcément et certaines brutes sauvages ont une santé de fer. Mais, plus que tout, une bonne santé permet de gagner aisément sa vie et il est rarissime qu'un valétudinaire gagne beaucoup d'argent sauf s'il possède préalablement une fortune qu'il ne lui reste qu'à faire fructifier.

Nous prétendons que l'homme qui désire avant tout la santé, désire aussitôt après, non la sagesse, mais une vie heureuse, "large", aisée... Nous ne portons, en faisant cette constatation, aucun jugement moral. Nous ne disons pas : ceci est mal, mieux vaut essayer de conquérir la sagesse. Nous essayons de vous faire voir clairement en vous-même. Interrogez-vous, vous qui désirez avant toute chose une santé robuste. Si vous faites preuve de franchise à votre égard, vous répondrez : je désire d'abord la santé, puis une vie harmonieuse avec assez d'argent, et puis, sur la fin de mes jours, la sérénité que donne la sagesse. Telle est la véritable graduation de vos désirs. Nous ne désapprouvons pas ce programme. Mais, il vous faut bien comprendre ceci : vous ne pouvez à la fois poursuivre deux buts. Pourquoi ? Laissons le milliardaire G... répondre à notre place. "Gagner beaucoup d'argent ?" dit-il à un journaliste qui l'interrogeait, "c'est simple : il suffit de ne penser qu'à cela ! "Cet homme a raison. Déjà, le fondateur du Christianisme disait : "On ne peut à la fois servir Dieu et Mammon !" et le philosophe du Tao Souen-Tchen : "Tu ne peux gagner de l'or s'il t'est égal d'en perdre..."

Il n'est pas, direz-vous peut-être, question de viser les trésors fabuleux des grands de ce monde. Ce que je veux, c'est obtenir une vie à la fois heureuse sur le plan matériel et suffisamment "éclairée" sur le plan spirituel. Je ne me soucie pas d'être un second Rockefeller, ni un nouveau Lao-Tseu, mais je voudrais un peu de toutes les qualités qui ont fait de ces hommes, chacun dans leur domaine, ce qu'ils ont été. Or, il n'est pas possible d'acquérir en même temps richesse et sagesse, même modestes. Si le milliardaire en puissance doit, pour atteindre son but, ne penser qu'au seul argent, l'homme aux prétentions plus modestes dans ce domaine doit agir également

ainsi car, où commence la fortune ? Où se termine la stricte nécessité ? Il en est de même pour le candidat à la sagesse. Il n'est pas de sagesse petite ou grande. Lorsque cette vertu est recherchée, tout doit être subordonné à cette recherche. Le sage en puissance, lui aussi, ne peut vraiment s'intéresser qu'à une seule chose car les possibilités humaines sont limitées. Socrate, par exemple, s'intéressait à la seule sagesse. Il négligeait la richesse, même minime. Il négligeait aussi la santé puisqu'il négligea sa vie. S'il s'était évadé comme le lui conseillaient certains de ses disciples ; il eut conservé l'une et l'autre. Mais il n'eut pas été un Sage, car le Sage, supérieur aux circonstances, les accepte, sans sourciller.

Vous vous demandez sans doute où nous voulons en venir. Vous auriez tort si vous pensiez que nous portons un jugement éthique. Nous ne prétendons pas que tout doit être rejeté qui n'est pas la recherche de la connaissance, de la Sagesse. Il est logique que l'être humain pense d'abord à vivre, simplement. Sans vie, pas de sagesse possible. Et, dans notre monde, pas de vie sans argent. L'homme dont l'esprit est omnubilé par des fins de mois difficiles, de même que celui qui souffre dans sa chair, pense d'abord, et c'est bien normal, à faire disparaître ses difficultés immédiates. Il en est normalement de même de l'homme ou de la femme qui connaît l'insatisfaction dans le domaine affectif, et également de celui qui est victime de ce qu'il est convenu d'appeler les "complexes". A tous ceux-là, nous disons : il faut d'abord vous occuper de vos problèmes propres sans penser à autre chose. La Sagesse ? Vous pourrez l'obtenir plus tard, mais plus tard seulement. C'est pour cela qu'à partir d'aujourd'hui, après une période de tests qui vous a peut-être semblé longue, vous allez trouver dans l'Enseignement des paragraphes ou exercices précédés de la lettre A et qui seront réservés aux seules personnes qui s'intéressent plus qu'à tout à la Connaissance. Ces paragraphes, si vous sentez que vous appartenez à l'autre catégorie de personnes citées ci-dessus, nous vous demandons de ne pas en tenir compte. Agir à l'encontre de ce que nous vous disons là, vous serait néfaste. Plus tard, lorsque les temps seront venus, vous retrouverez ces paragraphes ou exercices et vous en tirerez profit. Mais, pour l'instant, il est trop tôt.

Nous vous demandons dès maintenant de choisir et de vous en tenir pour le moment, au seul objet de votre choix. N'essayez pas d'obtenir à la fois vie facile et Connaissance ou vous n'aboutirez à rien de valable. Mais attention : si vous choisissez dans l'immédiat la rude Voie de la Connaissance, vous ne pourrez revenir en arrière et, comme l'on dit "profiter de la vie". Il n'est pas possible, à un homme qui approche la sagesse de faire demi-tour et de se livrer à la recherche de l'amour et de l'aisance financière. Par contre, si vous adoptez l'autre voie, vous réservez l'avenir.

Mais il vous faut avancer sans regarder ce qui se passe sur l'autre, sans aller de l'une à l'autre, sans tergiverser.

Peut-être, sûrement même, est-il parmi vous des personnes qui sont indécises sur la nature de leurs aspirations réelles. A ces personnes, nous proposons ce dernier test, qu'elles s'infligeront elles-mêmes. Il permet d'établir un véritable critère. Lisez les deux phrases qui vont suivre. Elles n'émanent pas d'un Sage du Tao mais d'un Français, éminent spécialiste du Zen, doctrine apparentée à la nôtre : le docteur Hubert Benoit. Ce dernier écrit :

" Il est capital de comprendre cette distinction entre ACCEPTATION et RESIGNATION. Accepter, accepter vraiment une situation, c'est penser et sentir avec tout son être que, eût-on la faculté de la modifier, on ne le ferait pas, on n'aurait aucune raison de le faire..."

Nous précisons que le contexte de l'oeuvre permet de comprendre qu'il s'agit de n'importe quelle situation, même la plus catastrophique. Lisez et relisez ces deux phrases. Etes-vous prêt à vous dire d'accord avec elles, du moins théoriquement ? Aimeriez-vous, plus que tout au monde, accepter sans émoi n'importe quelle situation ? (Accepter et non subir avec résignation) - participer à l'Etre du Monde sans désirer y changer quoi que ce soit ? Si oui, vous êtes mûr pour accéder à la Sagesse telle que nous la comprenons - car il est d'autres Voies, elles aussi très valables et qui n'interdisent pas l'Espoir. Si non, et quelle que soit votre perfection morale, vous désirez "désirer" et nos paragraphes marqués A, ne vous conviennent pas. Pas encore.

Nous tenons, avant d'aller plus loin, à présenter nos excuses à certaines personnes qui veulent bien suivre notre Enseignement et qui sont spirituellement très avancées. Ces personnes ne peuvent accepter le genre de philosophie se dégageant des deux phrases citées plus haut ; leur formation spirituelle s'y oppose. Pour ces personnes qui sont, par leurs connaissances, mieux à même que d'autres d'apprécier et de comprendre, nous allons essayer d'expliquer en termes aussi clairs que possible, en quoi consiste l'obtention de ce que nous appelons "éveil". Ayant compris cela, elles saisiront pleinement la nécessité qui s'impose à nous de cultiver, chez l'adepte qui cherche l'éveil, une forme d'esprit qui fait table rase non seulement de la crainte, mais aussi de l'espoir. Il y aurait danger, danger réel si chez l'homme éveillé, subsistait le goût et l'envie d'améliorer quelque chose en ce monde.

Voici pourquoi :

Nous avons parlé, au début de cet enseignement, de notre conception du Temps. Il est UN, passé, futur, présent coexistent. En fait, l'expression "conception" est impropre. Nous ne PENSONS pas que le Temps est tel que nous disons : nous le savons. Nous avons des preuves. C'est même en l'obtention de ces preuves que consiste l'EVEIL. Il se peut que, théoriquement, nous soyons dans l'erreur en affirmant que le Temps est UN. Cela nous est égal. Nous ne sommes pas des philosophes mais des techniciens de l'Homme. Si l'on exige de nous un véritable purisme dans notre façon d'exposer notre pensée, nous dirons : dans la pratique, tout se passe pour l'homme éveillé, comme si le Temps était UN. Ceci dit, il se peut que la réalité ABSOLUE soit tout autre, mais pour l'homme éveillé par nos méthodes, c'est ainsi que les choses se présentent.

Que l'on nous comprenne bien. Nous ne disons pas, avec Nietzsche et certains philosophes indiens - voire grecs de l'Ionie ancienne - que nous sommes les tenants d'un Temps cyclique, d'un Eternel Retour. Cette thèse, qui comporte des variantes, peut s'énoncer, grosso modo, de la façon suivante :

L'Univers "naît", puis entre en expansion, atteint une croissance maxima, (tout comme l'Univers en expansion de l'abbé Lemire), puis il se contracte, lentement, très lentement et après bien des "éons", retrouve ses dimensions primitives... pour entrer de nouveau en expansion, et ainsi de suite, éternellement, étant entendu que parallèlement à l'Univers spatial,

l'Univers temporel suit un même cycle, les mêmes êtres, les mêmes événements reparaisant à chaque "Retour".

Ce n'est pas là notre façon de voir - ou plus exactement, peu nous importe que la Réalité Ultime soit telle ou telle. Ce que nous savons c'est que, en fait, aux yeux de l'homme éveillé, le Temps est un éternel présent, immobile, au long duquel la conscience seule se déplace. Pour nous, tout se passe comme si chaque être vivant disposait d'un certain "volume" spatial délimité par sa taille et sa corpulence ainsi que par l'amplitude de ses mouvements et déplacements - et d'un certain "volume" temporel défini par la durée de son existence. Les atomes - ou fractions atomiques peu importe - composant son volume spatial sont insécables et inaltérables. Dispersés, ils subsistent. Même si, par suite de la faiblesse de l'organe appelé "mémoire" ou par l'absence de conscience de soi-même, la durée de vie semble manquer de cohésion, chaque "micro-temps" est insécable et inaltérable. Ce qui est mort est bien mort, dit-on. Cela est vrai du point de vue de la conscience de celui qui parle. Mais dans cette fraction du présent qu'on appelle "passé" le mort vit. Sachant cela, nous rejoignons dans la pratique les partisans de l'Eternel Retour en ce qui concerne le Destin de l'homme non éveillé : il y a naissance, puis vie, puis mort, puis naissance, puis vie, puis mort... éternellement - toujours la même naissance, la même vie, la même mort - sans que jamais l'une marque un début et l'autre une fin - chaque événement apparaissant "en son temps selon la progression de la conscience". Vous commencerez à sentir la réalité de ces choses si, lorsque vous regardez un être humain adulte, vous considérez, par delà l'individu présent, l'enfant qu'il fût et le vieillard qu'il sera peut-être. Oui, notre vocabulaire n'a pas été prévu pour exprimer tout cela. Mais l'homme éveillé par la Technique du Tao sait et voit que cela est vrai...

Nous vous offrons donc deux voies, aboutissant, en fait, à un même but.

La première, plus courte, plus directe, fait obtenir, en quelques semaines la possibilité d'atteindre l'Eveil aux réalités du Tao - la compréhension exhaustive du Temps. Nous l'appellerons : Voie A.

La seconde, plus longue mais moins rude, vous demandera environ trois mois pour être à même de réaliser vos désirs terrestres - maîtrise de vous-même, meilleure situation financière, disparition des angoisses, etc... - Ceci fait, vous pourrez reprendre les textes reçus et mettre en pratique les exercices marqués A, vous livrant à l'ascèse qu'ils préconisent. A ce moment, vos désirs réalisés, le chemin de l'Eveil sera pour vous aussi ouvert. Nous appellerons B cette seconde voie et les exercices et paragraphes la concernant seule, seront précédés d'un B. Il est entendu que les adeptes de la voie B n'auront pas, pour le moment, à prendre en considération les exercices A et que les partisans du A n'auront pas, à titre définitif, à tenir compte des exercices et paragraphes B.

Un dernier conseil avant d'en terminer avec cet exposé : en cas de doute, n'hésitez pas : choisissez la Voie B.

Voici maintenant quelque chose qui s'adresse à tout le monde : les exercices de gymnastique du Cycle de Longue Vie.

Nous avons, dans notre dernier texte, expliqué le but recherché par l'exécution des Sceaux. Nous espérons que vous avez expérimentés ceux-ci.

Il convient de pratiquer les exercices proprement dit, aussitôt après l'exécution des trois premiers Sceaux et avant l'exécution du quatrième - n'oubliez pas ceci qui est très important. Si vous omettiez les Sceaux, vous vous livreriez alors à une simple gymnastique, ni plus ni moins bénéfique que la gymnastique suédoise par exemple. Ces exercices portent des noms pittoresques et imagés que nous ne vous donnerons pas car ils sont sans intérêt pratique. Nous les désignerons par des numéros. Les mouvements gymniques du Cycle de Longue Vie n'ont rien de particulier en eux-mêmes : on les retrouve dans la plupart des traités de culture physique. Ce qui les distingue à la fois des méthodes musculatives occidentales et les asanas yogiques est le fait que chaque mouvement doit être exécuté à allure normale, sans précipitation ni lenteur et qu'il n'existe aucune solution de continuité entre deux mouvements. Le second mouvement s'enchaîne qu premier, suivi lui-même sans interruption par le troisième et ainsi de suite. La respiration ne doit absolument pas être volontairement rythmée : dans le cas présent, c'est le corps qui commande et non l'esprit. Les mouvements peuvent être pratiqués en costume de ville et à n'importe quel moment de la journée sauf immédiatement après le repas. Le meilleur moment demeure toutefois le matin au réveil, aussitôt après avoir effectué quelques rétentions respiratoires. Notons aussi que des vêtements trop serrés sont une contre-initiation. De toute façon, avant et après les exercices, n'oubliez pas les Sceaux.

En principe, tous les exercices qui vont suivre conviennent à tout le monde. Il est, en Chine de l'Ouest, des Chinois rentrés au pays depuis peu et dont certains sont largement octogénaires et qui se mettent à exécuter ces exercices alors qu'ils les avaient perdus de vue depuis leur prime jeunesse. Le Chinois vivant à l'étranger est généralement commerçant ou artisan et il mène une vie fort peu athlétique. Cependant, ces hommes et femmes âgés auxquels les médecins occidentaux, très souvent, interdisaient l'effort physique, se trouvent fort bien de ces pratiques. Il en est de même pour de nombreux malades. Toutefois, si vous estimez que votre état de santé risque de souffrir de l'exécution de ces exercices, interrogez votre médecin.

PREMIER EXERCICE

Il est entendu que chaque exercice ne s'exécute qu'une fois. Il est aussitôt suivi du suivant et ainsi de suite. L'allure d'exécution est normale : elle correspond pour la rapidité aux mouvements faits au cours d'une promenade effectuée à 4 kilomètres-heure. Il est contre-indiqué de "pousser" les mouvements à fond : c'est la direction donnée au geste qui importe bien plus que l'effort imposé aux articulations. Toutefois, si vous êtes vigoureux, vous pouvez forcer mais légèrement - vous pouvez aussi, la séance terminée, recommencer autant de fois qu'il vous plaira sans aller au-delà d'un début de fatigue. Le premier exercice ou plutôt mouvement, s'exécute ainsi :

Soyez debout, le corps droit mais non raidi, les bras pendants à la hauteur des cuisses. Fermez les poings, fermement mais sans crispation. Écartez les bras du corps. Vos poings toujours fermés, ramenez vos avant-bras sur les biceps, de façon à ce que les poings se retrouvent logés sous les aisselles. Gardez le corps droit et la tête haute. Maintenant, écartez les jambes de manière à ce que vos pieds se retrouvent à environ 50 centimètres l'un de l'autre. Vérifiez la position de vos coudes : ils doivent, en principe, se trouver à la hauteur de vos épaules. Tout en maintenant ce parallélisme dans la mesure du possible, inclinez votre corps sur la gauche, comme si vous vouliez toucher votre hanche gauche avec ce coude. Redressez-vous et faites le même mouvement à droite, puis, sans marquer de temps d'arrêt, passez au second mouvement qui consiste à...

DEUXIEME EXERCICE :

-(mouvement)... conserver la même pose, jambes écartées, poings serrés sous les aisselles, coudes à la hauteur des épaules - et vous retourner comme si, derrière vous, quelqu'un vous appelait. Les jambes demeurent immobiles et les pieds rivés au sol, avec, en fait, votre seul buste que se tourne. Faites d'abord ce mouvement à droite, et seulement après à gauche, puis passez au...

TROISIEME MOUVEMENT,

(qui est très simple)...vous venez de vous tourner à droite puis à gauche et vous n'avez rien vu de spécial. Cela tenait peut-être au fait que la personne qui vous appelait ne se trouvait pas à votre niveau. Peut-être est-elle derrière vous couchée à terre ? Vérifiez en inclinant le tronc et en essayant de regarder entre vos jambes, tout en conservant vos poings rivés sous vos aisselles et vos coudes dans le prolongement des épaules.

Redressez-vous et pratiquez le quatrième mouvement.

QUATRIEME MOUVEMENT :

Laissez retomber - en souplesse - vos bras le long de votre corps. Desserez les poings. Joignez - sans brusquerie - les talons. Décidément, il n'y avait rien à voir ni à droite, ni à gauche, ni au ras du sol. Peut-être au-dessus de votre tête ? Joignez les mains derrière votre dos. Entrelacez les doigts des deux mains. Retournez vos poignets de façon à ce que la paume des deux mains soit tournée vers le sol. Gardez le corps bien droit et, en même temps, vos bras restant tendus, relevez-les derrière vous en direction des omoplates, les doigts toujours entrelacés et les paumes des mains tournées vers le sol. Lorsque vous ne pouvez plus élever davantage vos mains jointes, faites un effort pour redresser le buste, puis ramenez votre tête en arrière, comme si elle allait à la rencontre de vos mains ; faites lui alors effectuer un mouvement de circumduction de droite à gauche, puis de gauche à droite. (NOTA ; si vous éprouvez de la difficulté à conserver votre équilibre au cours de cet exercice, vous pouvez écarter les jambes à 50 centimètres avant de rejeter la tête en arrière.) L'exercice terminé, reprenez la position droite, mettez les mains sur vos hanches et passez au...

CINQUIEME ET DERNIER EXERCICE

Faites un pas en avant, de la jambe gauche, le pied droit ne bougeant pas. Assurez la position de votre pied gauche puis faites, avec le pied droit, un pas en arrière. Vos mains étant sur vos hanches, laissez les pouces "accrochés" aux dites hanches et ramenez les autres doigts sur l'abdomen, de manière à ce qu'ils soutiennent le bas-ventre dans la mesure du possible. Aidé par la pression de vos doigts, contractez vos abdominaux. Maintenant, pliez le genou gauche et inclinez-vous en avant, les abdominaux toujours contractés et soutenus par les doigts. Redressez-vous, pivotez sur vous-même. Vous regardez à présent dans la direction où se trouve votre pied droit. Faites le même mouvement qu'à gauche. Puis redressez-vous de nouveau, mais sans pivoter sur vous-même cette fois. Vous avez maintenant le corps droit, les pouces aux hanches, les abdominaux contractés, soutenus par les doigts de vos deux mains. Vos jambes sont écartées. Sans bouger ni mains ni pieds, inclinez votre buste en avant - puis en arrière. Reprenez une position normale, pieds joints, corps droit, relâchez vos muscles abdominaux, placez vos mains au long de vos hanches, faites une respiration profonde (mais non une rétention respiratoire - du reste, expirer à fond suffirait). Maintenant, faites en direction de l'Est le Sceau du Départ (n'oubliez pas) et la séance est terminée.

Une recommandation : si vous n'avez pas l'habitude de ce genre d'exercice, pratiquez cette gymnastique non loin d'un point d'appui quelconque : il arrive que des personnes non entraînées perdent l'équilibre au cours du dernier exercice.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

AUX ADEPTES DE LA VOIE B :

Nous vous avons demandé de pratiquer le Tsyng-Chen et vous vous êtes aperçu du fait qu'il n'est pas aussi simple que cela d'avoir conscience des mouvements de son propre corps. Ne vous inquiétez plus du Tsyng-Chen sauf toutefois lorsque vous êtes en conversation. Dans ce cas-là, il est vital pour vous, si vous avez l'intention de réussir dans l'existence, d'avoir conscience des paroles que vous prononcez. Vous ne pouvez pas être un de ces hommes ou de ces femmes dont la sagesse populaire dit très justement : il (ou elle) ne sait pas ce qu'il dit. Mettez-vous bien cela dans la tête : si vous n'avez pas conscience de vos paroles, si "ça" parle en vous sans que ce soit vraiment vous qui parliez, il est absolument inutile d'essayer de progresser dans l'existence. Il ne s'agit pas de faire de vous un orateur mais, c'est un critère absolu, toute personne qui réussit, dans quelque domaine que ce soit, sait ce qu'elle dit.

En ce qui concerne le Wou-Wei, il n'en est plus question jusqu'à ce que vous décidiez, d'après votre propre jugement, d'aborder la Voie A. Par contre, maintenez l'exercice de remémoration : si vous vous y entraînez tous les soirs pendant deux mois, la puissance de votre mémoire doublera, ce qui est, convenez-en appréciable.

Enfin, nous allons vous donner, à la place des anciens exercices

de concentration qui constituaient avant tout des tests, un exercice unique que nous vous recommandons de pratiquer aussi souvent que possible. Il consiste en ceci :

A un moment quelconque de la journée - l'heure n'a pas d'importance mais le calme est nécessaire - asseyez-vous tranquillement. Vous pouvez aussi pratiquer cet exercice couché, mais cela est peu indiqué car votre exercice de remémoration en souffrirait. Fermez les yeux. Puis comptez. Comptez simplement mais en voyant les chiffres que vous énumérez. Dites : 1 et imaginez-vous le chiffre 1 ; puis 2 etc... Vous devez arriver à ne pas percevoir l'existence de quoi que ce soit d'autre que le chiffre dont vous vous occupez. C'est simple mais assez difficile. Beaucoup de personnes parviennent difficilement à conserver une réelle concentration jusqu'à 10. Il faut absolument que vous dépassiez ce chiffre. Dans ce texte, un peu plus loin, nous allons vous donner un procédé para-psychologique qui vous permettra de faire directement pression sur votre destin. Mais si vous ne progressez pas vous-même en augmentant au maximum ce pouvoir de se concentrer qui fait les hommes et les femmes supérieurs, le profit que vous tirerez de la connaissance de ce procédé "magique" et de ceux qui le suivront, ne durera pas. Donc, exercez-vous, il faut que, très vite, vous soyez capable de rester en état de concentration totale, sans percevoir même un bruit, le temps nécessaire pour compter jusqu'à 50 et même davantage.

Remémoration, concentration, surveillance des paroles prononcées par vous, tels seront vos seuls exercices de "culture psychique" à partir de maintenant. Ils sont simples et peu nombreux. Pratiquez-les assiduellement.

Et à présent, place à la para-psychologie que les gens mal informés nomment "magie"...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

QU'EST-CE QUE LA MAGIE ?

"Art supposé d'agir sur les êtres et les choses en dehors des lois naturelles" dit tel dictionnaire. Nous récusons cette définition et proposons à la place : "procédés peu connus permettant d'agir sur les êtres et les choses grâce à l'action de lois naturelles moins connues encore". Est magie à nos yeux tout ce qui n'entre pas dans le cadre des sciences exactes et ce pendant "fonctionne". Pour nous, les qualités morales : amour, désintéressement, etc... s'apparentent à la magie. Elles n'en sont pas moins respectables pour autant.

Comment la magie peut-elle être utilisée dans la vie courante ? Comment, grâce à elle, pouvez-vous changer de situation ? Trouver le grand amour de votre vie ? Améliorer votre santé ? Vous acheter une maison ? Apaiser un conflit ? Il y a bien, évidemment, la bonne fée ou l'enchanteur qui, d'un coup de baguette magique... Mais ce genre de personnage émerge rarement

du domaine folklorique où il est confiné. Non, si vous voulez vraiment voir la magie s'introduire dans votre existence, il vous faut la " créer " vous-même.

L'esprit et le corps humain sont liés. Cette union est appelée : vie. En général, le corps domine son partenaire ce qui est mauvais pour l'être entier. Il convient de renverser la situation et de donner à l'esprit pouvoir sur le corps. Après cela, vous serez dans le domaine magique.

En fait, toutes les méthodes occidentales d'éducation visant à obtenir une vie généreuse, large, pleine, font usage de procédés appartenant au domaine de la magie sympathique. Que disent ces méthodes ? L'Univers contient à profusion, de bonnes, d'excellentes choses. Ces choses sont à vous si vous vous mettez en état de réceptivité en bannissant tout égoïsme. Demandez et vous recevrez - si vous avez la foi. Aimez les autres et ils vous aimeront. Donnez-leur et ils vous donneront. Soyez "ouvert" et disponible et le bonheur entrera en vous.

Nous résumons :

Les méthodes occidentales dirigées vers l'acquisition d'une vie meilleure disent, dans la pratique : persuadez-vous, consciemment et surtout inconsciemment, du fait que ce que vous désirez va se produire et cela se produira effectivement. Eh bien, nous sommes d'accord avec ces affirmations et nous savons que, dans certains cas, cela fonctionne". En Angleterre et surtout aux Etats-Unis d'Amérique, la personne qui se répète constamment que sa situation va s'améliorer voit très souvent ses vœux se réaliser. Bizarrement, en France - pays natal du fameux Coué cependant - et dans tous les pays latins, le système fonctionne nettement moins bien. Pourquoi ? Parce que le scepticisme latin est une entrave ? Non. Parce que la situation économique de l'Europe latine ne permet pas de soudaines mutations financières ? Pas davantage : tout est relatif. La raison du succès restreint de ce genre de méthodes en pays de civilisation latine tient au fait qu'elles sont basées sur la puissance de l'Inconscient individuel. La puissance de notre personnalité inconsciente est incommensurablement supérieure à celle de notre personnalité consciente. L'Inconscient peut presque tout. Si votre Inconscient est certain que votre destin est de devenir milliardaire, vous deviendrez milliardaire. C'est du reste ce qui explique la réussite financière d'un grand nombre de personnes sans qualités intellectuelles particulières : inconsciemment, elles s'étaient toujours "vues" devenir riches. Mais les Inconscients individuels sont aussi différents entre eux que le sont les personnalités conscientes. Eux aussi sont marqués par l'éducation reçue dans la prime jeunesse. Or, l'éducation anglo-saxonne dérive de la morale protestante. Pour le réformé, Dieu bénit, dès cette Terre, l'homme juste et lui donne de grands biens, biens moraux et aussi biens matériels. Aucun barrage inconscient ne s'oppose, chez l'homme américain ou anglais, à ce que le Conscient impose le désir d'obtenir... beaucoup d'argent, par exemple. Il en va différemment en pays catholique. Un Français, même s'il change de religion, même s'il est athée, porte en lui un fort atavisme catholique. Or, ne l'oublions pas, même si elle admet le goût de la richesse, l'Eglise catholique romaine, à l'encontre des Eglises protestantes, n'a jamais, loin de là, identifié l'homme riche et comblé de biens (même moraux s'ils ne sont pas spirituels), à l'homme aimé de Dieu : les Saints de l'hagiographie catholique font vœu de pauvreté et sont méprisés de tous, de leur vivant. L'Inconscient d'un Latin, marqué par cette conviction, en quelque sorte viscérale, ne réagira donc pas, lorsqu'il lui sera demandé d'agir

en vue d'une acquisition matérielle quelconque, avec la conviction, donc l'efficacité, de l'Inconscient d'un Anglo-Saxon. En ce qui concerne les Latins et les peuples dont les réactions sont du même type, il fallait donc trouver autre chose. Or cette autre chose est trouvée depuis fort longtemps. C'est la Magie mécaniste ou rituelle qui fait agir les Forces de l'Inconscient sans lui demander son accord préalable. Nous dirons, nous, qu'il s'agit de procédés para-psychologiques.

Il existe des magiciens professionnels et il en est de très efficaces. Et cependant, n'importe quel homme, n'importe quelle femme est capable, mieux que toute autre personne, d'utiliser la magie pour soi-même. Pourquoi, dans ces conditions, existe-t'il des professionnels de la Magie en dehors des indispensables instructeurs ? Pour deux raisons :

1° / La Magie, comme toute activité humaine, nécessite un apprentissage : il y a des gestes à apprendre, entre autre. Cela est fort simple, au demeurant, comme vous allez le voir et la difficulté ne réside pas dans cet apprentissage mais bien dans :

2° / L'entraînement du mage. Cet entraînement n'est pas compliqué : nous vous en avons donné la base à la page 42 du présent texte : il vous faut apprendre à vous concentrer. Cela est suffisant mais absolument nécessaire. Et il est aussi nécessaire que vous appreniez la concentration de la façon indiquée page 42, à l'aide des chiffres car la numérologie est la base même de la magie mécaniste. Ce qui va suivre vous est donc destiné non dans l'immédiat mais dès que vous serez apte à compter mentalement au moins jusqu'à 50 sans que rien, ni geste ni bruit, ne puisse vous arracher à votre concentration. Mais il est une chose que vous pouvez faire dans l'immédiat.

Désirez-vous VRAIMENT quelque chose ? Oh, certes! vous désirez, ceci, cela... mais désirez-vous vraiment, avec toutes les fibres de votre être ? VRAIMENT, vous désirez quelque chose ainsi ? En ce cas, prenez un crayon et du papier et inscrivez : Je désire VRAIMENT telle chose.. Avant tout, il convient de définir l'objet de votre désir, de le définir nettement. Vous désirez, évidemment, pas mal de chose, mais que désirez-vous D'ABORD, en premier ? Est-ce une maison ? L'aisance financière ? La maîtrise de vous-même ? Une bonne santé ? Un travail qui vous plaise ? Attention : "qui trop embrasse mal étreint" dit le proverbe, véridique pour une fois. Vous ne pouvez à la fois désirez vraiment deux choses ou vous en resterez aux velleités. Il vous faut choisir ce que vous voulez dans l'immédiat.

Sur votre papier, vous avez écrit : je désire... supposons que vous ayez écrit : je désire une maison. Vous avez un besoin urgent de vous loger, les vôtres et vous-même. Devant cette phrase, tracez le chiffre 1 . Puis, sur la ligne suivante, inscrivez : 2 - aisance financière (par exemple) Et ainsi de suite, jusqu'à ce que tous vos désirs soient énumérés, le chiffre les précédant traduisant l'ordre d'importance que vous accordez à chacun.

Revenons maintenant au n° 1 , la maison. Ce doit être pour le moment votre seul désir important - et même, purement et simplement, votre seul désir. Dans quelques instants, il doit dominer toutes vos pensées. Mais auparavant, il vous faut vérifier s'il "cadre" bien avec vos autres désirs, moins immédiats. Certes; il "cadre". En quoi la possession d'une maison pourrait-elle entraver, par exemple, l'obtention de l'aisance financière ? Attention, à ce moment là! il faut que votre maison à venir corresponde, par son

luxe ou sa discrétion avec le niveau financier que vous désirez atteindre. Tout se tient en ce domaine. Fixez-vous une aisance très large, en tenant compte toutefois des trop fortes improbabilités : il est peu probable que vous atteigniez la fortune de MM. Boussac ou Rotschild... A ce point de votre raisonnement, il est encore possible de revenir en arrière ? Ne serait-il pas préférable d'acquérir d'abord l'aisance financière ? Après cela le problème de la maison se résoudrait de lui-même... Non ? Pour une raison quelconque, menace d'expulsion par exemple, trouver une maison bien à vous est urgent ?...

C'est donc votre but numéro Un. Précisons : votre premier grand but. Il y aura pour vous autant de grands buts que vous avez de désirs et chacun d'eux sera fractionné en petits buts qu'il vous faudra franchir avant d'atteindre chaque grand but.

Donc, vous voyez votre future maison dans votre esprit. Nous vous conseillons de la voir confortable et bien située. Ne voyez pas trop grand tout de même, demeurez dans le domaine des réalités. Le château de Versailles n'est pas pour vous et c'est mieux ainsi du reste : son premier propriétaire a connu un sort funeste. Donc, vous voyez votre maison, confortable et bien située. Bien située sur un bon terrain. Vous ne possédez pas de terrain ? Eh ! bien c'est par là qu'il vous faut commencer. Documentez-vous sur les terrains, leurs prix, les fluctuations de la vente. Devenez, en un mot, un amateur éclairé en ce qui concerne les terrains. La magie intervient ici...

Il est bien entendu que vous n'aborderez la phase que nous allons écrire que lorsque vous serez capable de vous concentrer totalement sur une énumération de chiffres allant de 1 à 50 - au moins ! Nous nous permettons d'insister : ne tentez rien avant d'être capable d'une telle concentration : vous n'obtiendrez aucun résultat et le découragement s'emparerait de vous et vous "bloquerait" à jamais.

Cherchez la direction du Nord : il s'agit pour vous de vous accorder avec le magnétisme terrestre. Lorsque vous avez situé le Nord, prenez une chaise et asseyez-vous en tournant le dos au Sud, aussi carrément que possible. Il est entendu que pour faire ce qui va suivre, vous avez choisi un endroit calme, où vous ne risquez pas d'être dérangé. L'heure ? A l'aube, s'il est possible, ou encore la nuit. (L'approche de minuit est la meilleure heure, surtout lorsqu'il y a pleine lune). Si vous ne pouvez disposer d'aucun de ces moments, l'après-midi fera l'affaire, mais jamais, en aucun cas, la partie de la matinée située entre 10 heures et midi. Si vous pratiquez ce qui va suivre aux premières heures du jour, vous pouvez faire précéder la séance de quelques rétentions respiratoires. Mais n'en faites rien l'après-midi ou en soirée.

Donc, vous êtes en position assise, face au Nord, sur vos genoux, placez un morceau de papier ou mieux de ce cartonnet que l'on appelle "carte de Lyon". La couleur importe : il faut qu'il soit jaune ou rouge. Sur ce papier ou ce carton rouge ou jaune, inscrivez en vert si le papier est rouge ou en BLEU S'IL EST JAUNE (ceci est important), ce que vous désirez dans l'immédiat... le plus immédiat ! Pour notre exemple, nous avons dit un terrain, premier but fractionnel d'un premier grand but : votre maison future.

Prenez vos aises. Installez-vous au mieux. Respirez calmement, et si possible, détendez-vous. Pensez, durant un moment à ce terrain que vous désirez obtenir. Imaginez-le aussi précisément que vous pourrez. Voyez-le, comptez les arbres qui y sont plantés, (si la présence d'arbres vous intéresse. Respirez encore une fois, calmement toujours, puis levez-vous. Faites quelques pas en avant, en direction du Nord, puis élevez les mains vers le ciel et exécutez le premier des Sceaux que nous vous avons appris à tracer : celui de l'Eveil. Attention! il ne faut pas qu'entraîné par la force de l'habitude vous traciez dans l'air les deux Sceaux suivants: c'est justement qu "Gardien" et aux pseudo-démons (c'est-à-dire aux Forces) que vous avez à faire. Ce sont celles qui vont travailler pour vous en collaboration avec votre Subconscient. Il convient donc de ne pas les chasser sous peine de ne rien obtenir. Donc, tracez votre Sceau dans les airs en regardant le Nord. Puis inclinez-vous. Profondément. Et regagnez votre chaise, non pas à reculons mais en tenant la tête à demi-tournée de façon à ce que vous ne cessiez jamais de regarder le Nord. Asseyez-vous. Doucement. Auparavant, reprenez le carton ou papier jaune ou rouge que vous aviez déposé sur la chaise avant de vous lever et lisez à voix haute - à demi-voix suffira - ce que vous avez écrit dessus. Ceci fait, retournez le carton de manière à ce que l'inscription soit au contact de vos genoux, et volontairement, ne pensez plus à tout cela mais mettez-vous à compter de 1 à 50, comme dans l'exercice de concentration. Ne vous inquiétez consciemment de rien : c'est votre subconscient qui traite maintenant cette affaire avec des Entités infiniment plus puissantes que lui mais de même nature!

La concentration terminée, posez délicatement le papier ou carton devant vous, puis levez-vous en posant le pied sur le carton. (En faisant ce geste, vous signifiez aux Forces que, grâce à leur aide toute puissante, vous considérez la partie comme gagnée). Précisons que, posé à terre, le carton doit à nouveau montrer son inscription. Etant levé, refaites quelques pas en direction du Nord, inclinez-vous, puis, redressé, tracez le Sceau du Départ. Lorsque vous aurez obtenu ce que vous avez écrit sur le papier ou carton, déchirez celui-ci et brûlez-le. En attendant, le même papier peut servir chaque jour.

La petite cérémonie que nous venons de décrire peut sembler puérile. Si vous êtes du genre de personnes qui exige de savoir comment l'électricité fonctionne avant de tourner le commutateur, nous vous déconseillons vivement de vous en faire acteur. Mais si vous êtes d'esprit assez ouvert pour ne pas avoir de parti pris, essayez donc. Vous nous parlerez ensuite des résultats obtenus. Il est du reste bien entendu qu'en vertu de l'adage (encore un qui n'est pas si faux) : "Aide-toi, le Ciel t'aidera" ; vous devez continuer à vous intéresser consciemment à votre problème du moment, lorsque l'occasion s'en présentera. Et si vous pratiquez souvent la petite cérémonie décrite ci-dessus (et que l'on nomme : rite de l'appel aux Forces, vous verrez que les occasions se feront très, très nombreuses. Dans un prochain texte, nous vous apprendrons comment pratiquer ce qui est certainement la chose la plus importante aussi bien de la philosophie que de la magie du Tao : la respiration embryonnaire.

NOTA : Dans notre dernier texte, nous avons dit que les Sceaux devaient être exécutés afin de chasser les Forces néfastes et de permettre aux Forces bénéfiques de venir jusqu'à nous. Il est possible que certaines personnes, nous voyant maintenant faire Appel à des Forces que nous avons précédemment qua-

lifiées de néfastes ou de maléfiques, imaginent que nous nous livrons maintenant à ce qu'il est convenu d'appeler "magie noire". Que ces personnes se rassurent : il n'en est rien. Notre "magie" est naturelle et les bons anges et les démons n'ont rien à voir dans tout cela. Les Forces évoquées le matin, au réveil, par l'exécution de trois Sceaux consécutifs sont celles qui viennent du Cosmos à l'être humain. Les secondes, celles qui, étant plus proches de nous sont évoquées dès le premier Sceau, sont les Forces qui emmènent l'esprit de l'homme - plus exactement son subconscient - au contact des réalités du Tao (ou du Cosmos, si vous préférez, vu sous l'angle psychique). Leur fonction, dans le premier cas, leur confère donc un caractère néfaste puisqu'elles risquent d'inverser le résultat recherché.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

De toute façon, n'oubliez jamais ceci : lorsque vous pratiquez l'appel aux Forces, toute pensée de haine ou seulement de malveillance doit être proscrite loin de vous. D'autres personnes en souffriraient et... vous aussi!

Note de la page 45 - On sait que les Sociétés Secrètes et les Ordres Initiatiques ont coutume de soumettre les néophytes à des épreuves destinées à déterminer leur valeur personnelle et leur dévouement à la "Cause". Initiatique, l'Ordre Tchan ne pouvait manquer à cette tradition, d'ailleurs utile. Mais, peu portés au mélodrame et à la grandiloquences, les Tchanistes ont substitué, aux classiques épées nues brandies en direction du coeur, aux serments-de-fidélité-sous-peine-de-mort, aux errances symboliques dans les Ténèbres, des procédés plus terre-à-terre, plus efficace et, somme toute, plus cruels. L'incident du bidon, dont il est parlé ici, constituait une de ses épreuves, infligée indistinctement à tout nouveau venu au "monastère ouvert" de Kliang-Si, néophyte ou non. Elle consistait simplement à envoyer la "victime" tirer la valeur d'une bonbonne de pétrole (destiné à l'éclairage) au robinet d'un bidon colossal, installé dans une cave, en sous-sol. Le robinet de ce bidon était truqué. Grâce à un ressort, il "bondissait" hors de portée du bonhomme qui, sa bonbonne remplie, entendait le refermer. Le pauvre diable n'avait plus alors qu'à reboucher tant bien que mal l'orifice avec une main, tout en tentant, de l'autre, de récupérer le robinet fugitif. Tout était calculé de façon à ce qu'il ne puisse y parvenir. Naturellement, personne, quelle que fût la puissance de ses cris, ne venait à son secours avant de nombreuses heures. Le jugement porté sur le néophyte était, en partie déterminé par son attitude au cours de ces heures où il demeurait seul (bien que discrètement surveillé), trempé de pétrole et aux prises avec ce bidon dont le contenu - lui avait-on dit sans trop insister constituait la seule ressource de la communauté en lumineaire. (Soi-dit en passant, la quasi-totalité du pétrole répandu était récupérée grâce à une cuve souterraine ingénieusement camouflée). Dans le cas qui nous occupe, le jeune Européen après avoir appelé et juré tout son saoul, avait assez vite compris que l'incident était voulu et, ayant retrouvé son calme, avait patiemment attendu que l'on veuille bien le délivrer. Plus tard, il devait subir une autre épreuve - toujours sans le savoir. Nous en parlerons dans un prochain texte.

Elle est connue en Occident sous cette appellation feuilletonnes-
que : supplice de la goutte d'eau...

Que les Puissances bénéfiques soient avec vous...

T E X T E VI

Il était une fois, quelque part dans la région Sud de l'Océan Pacifique, une île perdue dont les frustes habitants menaient une vie très primitive.

De temps en temps, ils voyaient passer au-dessus de leurs têtes des appareils volants, avions ou hélicoptères, appartenant à une grande nation civilisée dont les forces militaires occupaient des points stratégiques situés sur d'autres îles, éloignées de la nôtre de quelques milliers de kilomètres.

Selon leur tournure d'esprit, les îliens, regardant passer ces engins dans le ciel, leur attribuaient une origine soit surnaturelle, - les chars volants des Dieux - soit naturelle - d'énormes oiseaux, d'espèce inconnue qui émettent durant leur vol un grondement ininterrompu.

Un jour, un hélicoptère se posa sur l'île. Les membres d'une mission scientifique en descendirent et les indigènes durent se rendre à l'évidence : ils n'avaient devant leurs yeux ni Dieux ni oiseaux, mais une sorte de pirogue volante construite et conduite par des êtres, supérieurs peut-être, mais humains.

L'île était fort pauvre, le ravitaillement peu abondant. Les Européens, désireux de ne point constituer une charge pour leurs hôtes, décidèrent de faire parachuter, par un avion de l'armée, la nourriture nécessaire à l'expédition durant son séjour dans l'île.

Sous les yeux émerveillés de la population locale, le radio du bord lança un appel par l'intermédiaire de son poste émetteur et le jour même, des containers lestés de parachutes, descendirent sur l'île. Ils recélaient d'énormes quantités de denrées comestibles, dont une partie fut distribuée à la population éblouie.

Le temps passa. Certains, parmi les îliens, plus intelligents ou moins timorés que d'autres, entrèrent en contact assez étroit avec les Européens pour en recevoir quelques notions élémentaires. Ils comprirent que cette distribution céleste de nourriture ne procédait d'aucun miracle et n'était que la résultante d'un usage judicieux d'une application technique de la Science.

Ils apprirent à manier les forces bienfaisantes qui, par l'intermédiaire de l'émetteur, leur délivrait gracieusement un supplément de nourriture.

Un jour, les Blancs partirent. Mais ils laissèrent dans l'île le poste émetteur dont, maintenant, certains indigènes connaissaient assez bien le mode d'emploi.

Les années passèrent, les îliens initiés au maniement de l'appareil radio continuaient, lorsque la famine menaçait, de lancer des appels sur les ondes et la manne tombait ponctuellement - les services d'intendance de la nation civilisée n'ayant pas eu connaissance - selon une vieille coutume administrative - du départ de la mission.

Les années passèrent encore. Les îliens vieillirent, moururent,

les spécialistes-radio suivant le sort commun. Mais, ces derniers, avant de fermer les yeux, donnèrent à des jeunes gens pleins de bonne volonté, des conseils quant à la manière d'utiliser le poste émetteur.

Les années passaient toujours. "Fidèle au poste"; l'intendance expédiait par la voie des airs des colis de vivres chaque fois que demande lui était faite. Or, peu à peu, le poste se détraqua. De plus en plus fréquemment les émissions n'atteignirent plus leurs destinataires et les colis de vivres se raréfièrent. La génération qui avait connu les visiteurs blancs avait depuis longtemps disparu. On ne parlait plus d'eux que par ouï-dire et ils prenaient, rétrospectivement, un caractère plus humain. Bientôt, on ne sut plus, dans l'île, s'ils avaient été des hommes ou des Dieux.

Mais, sur notre île, il existait, comme partout, des esprits forts. N'ayant jamais vu les Blancs, ils nièrent leur existence et même la possibilité de cette existence : les Dieux n'existent pas. Quant au poste émetteur, c'était un ridicule, un puéril accessoire de magie, fabriqué par des malins pour mystifier et exploiter les imbéciles. Ce qu'on demandait au poste arrivait quelque fois ? Simple coïncidence résultant d'une loi naturelle qui serait un jour ou l'autre découverte par les chercheurs sérieux, c'est-à-dire par eux-mêmes...



Nous vous avons conté cette historiette parce qu'il existe une analogie, une similitude même, entre l'expérience vécue par ces primitifs hypothétiques et l'aventure humaine toute entière.

Dans notre dernier texte, nous vous avons proposé d'utiliser des forces inconnues de vous, grâce à ce qu'il nous faut bien nommer, faute d'un terme meilleur, la magie cérémonielle. Nous ne sommes donc pas contre l'utilisation de procédés dits "magiques" sous condition, bien entendu, que cette pratique demeure un moyen et une étape et non un but : mais nous voulons, avant d'aller plus loin, vous montrer ce qui se cache sous ce mot : magie.

Que disent tous les ésotérismes ? Que disent les plus antiques des Traditions ?

Elles disent - ils disent ceci : jadis, il y a très, très longtemps, à l'aube de l'Humanité, une ou plusieurs races intelligentes mais peut-être non-humaines selon nos critères, enseignèrent à l'homme les rudiments de ce qui devait devenir la civilisation technique, matérielle - et des moyens d'action directe sur la nature sans autre instrument que le corps et le cerveau. L'Hindouisme, la Théosophie, la Bible, mentionnent des créatures d'une puissance inimaginable dont le psychisme pouvait, grâce à des connaissances particulières, modifier directement le milieu ambiant. Les légendes affublent ces êtres du nom de fées, génies, enchanteurs. Plus tard, par une confusion fâcheuse, diverses religions les assimilèrent aux anges et aux démons.

Dans ce domaine, la Doctrine du Tao a son mot à dire, sans prétendre pour autant épuiser le sujet, vraiment trop vaste. Mais voici ce qui se dit dans les monastères ouverts ou non, de l'Asie Centrale :

"Autrefois, les Géants étaient sur la Terre... "Cette phrase apparaît dans la Bible, mais les hommes bruns, jaunes ou blancs des lamaseries et des monastères taoïstes l'entendent également dire par leurs maîtres. Qu'étaient exactement ces géants ? Des hommes ? Des créatures différentes ? La Technique du Tao ignore les dogmes déformants et nous préférons dire avec simplicité : nous n'en savons rien et ignorons même si le caractère de gigantisme qui leur est prêté s'applique à leur corps matériel ou à leur psychisme. Nous avons, tout au plus, des raisons de croire que les affirmations péremptoires de certains occultismes sont inexactes. D'après ceux-ci, les Anciens, quels qu'ils soient, auraient, dès les origines - leurs origines - auraient, disons-nous, orienté leur civilisation vers la conquête directe de la matière par l'esprit, sans passer le stade technique que connaît l'homme actuel et surtout l'homme occidental. Nous avons des raisons de croire qu'il n'en est rien et que les Anciens, les Géants (ou quel que soit le nom qu'on veuille leur donner) ont connu, au contraire une civilisation matérielle, mécanique, très poussée et, dans son principe, très semblable à la nôtre. Nous pensons - et estimons avoir des raisons de penser - que cette civilisation technique ne se dépassa que grâce à sa propre tendance à la simplification et à la miniaturisation : le perfectionnement technique serait devenu tel qu'il leur fut possible d'agir directement sur le monde matériel sans l'intermédiaire de la machine ou de l'outil, le support permettant l'action, devenant le corps lui-même transformé en une sorte d'émetteur-récepteur.

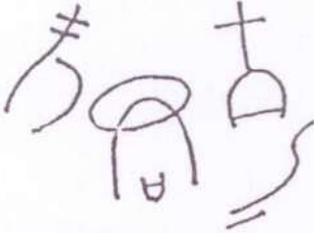
Nous venons d'employer deux mots : émetteur-récepteur, qui peuvent prêter à confusion. Ces mots sous-entendent l'existence d'ondes, de fluides, etc... Or, nous n'avons pas du tout l'intention de donner à notre enseignement l'orientation pseudo-scientiste qu'impliquerait l'emploi de ces mots. Nous ne savons pas quelle est la nature exacte des forces, des énergies, mises en action par certaines attitudes, par certains gestes faits à certains moments et dans certaines conditions. Mais nous savons, à la suite d'expériences poursuivies au cours des millénaires, que ces forces sont bienfaisantes et que le résultat recherché est très souvent atteint. Nous ne disons pas que nous n'aimerions pas en savoir davantage : mais nous ne possédons pas l'outillage nécessaire et, de toute façon, notre mission est autre. Elle consiste simplement à transmettre aux humains de ce temps le flambeau - rendu un peu fumeux par les siècles et l'ignorance - mais jadis allumé par les Anciens. Lorsque vous exécuterez l'opération appelée, fort justement, "Appel aux forces", dites-vous bien que vous ne vous livrez pas à la pantomime de sorcier de village mais à une technique dont les origines se perdent dans la nuit des temps.

Au moment où vous lisez ces lignes, vous n'avez certainement pas encore obtenu le degré de concentration nécessaire à la mise en pratique de "l'Appel aux Forces". Par contre, n'importe qui, à n'importe quel moment, peut utiliser avec fruit ce qu'il est convenu de nommer : le Sceau Tout Puissant de Lao-Tseu.

Quelques précisions sur ce Sceau qui est très connu - et en même temps très mal connu - dans tout l'Extrême-Orient. C'est le Sceau dessiné sur du papier, du carton ou du bois et non un Sceau tracé en l'air par les mains d'un adepte. On lui attribue les mêmes propriétés qu'au Sceau non moins fameux de Salomon. Sceau de protection, il écarte les influences néfastes, d'où qu'elles viennent. Cela est exact et, cependant, ce n'est pas si simple. A l'instar des Pa-koua dont l'origine elle-aussi, se perd au fond des âges, le Sceau de Lao-Tseu n'est pas un talisman. Et tout d'abord, Lao-Tseu n'en est pas l'in-

venteur. Simplement, il a éprouvé la valeur protectrice de ce Sceau, l'a recommandé autour de lui et son nom lui est resté attaché.

Généralement, le Sceau de Lao-Tseu est présenté, dans les ouvrages traitant d'occultisme, sous cette forme :



Comme vous le voyez, il s'agit là d'un de ces signes sans signification rationnelle, tel qu'il en apparaît tout au long de l'histoire de la Magie. Pourquoi, peut-on fort logiquement demander, un dessin de ce genre aurait-il le pouvoir de protéger l'être humain ? Nous sommes d'accord avec vous. Présenté sous cette forme, le Sceau de Lao-Tseu n'est qu'un gribouillis sans signification. Mais, quoi qu'en puisse dire, en toute

bonne foi d'ailleurs, les auteurs d'ouvrages d'occultisme oriental, ce n'est pas là la forme véritable de ce Sceau ou plus exactement, les éléments ne sont pas disposés de la façon qui convient. Quelle différence cela peut-il faire ? dira-t'on... Cela fait une différence énorme ainsi que vous pourrez le constater en regardant, sur l'image suivante, le Sceau Tout-Puissant de Lao-Tseu, tel qu'il doit être contemplé - et les psychanalistes qui utilisent de plus en plus des techniques basées sur des procédés apparentés, ne nous démentiront pas.

Peut-être, en contemplant plus bas sur cette même page, le véritable Sceau de Lao-Tseu et en le comparant avec sa version exotérique telle qu'elle est dessinée, comprendrez-vous d'emblée en quoi consiste la différence. Si tel n'est pas le cas, nous ne pouvons et nous le regrettons, définir cette différence avec des mots, car ils constitueraient autant de pièges. Mais nous pouvons faire mieux et nous vous proposons de tenter une expérience.



Voici le véritable Sceau de Lao-Tseu, le Sceau ésotérique. En quoi diffère-t'il du Sceau présenté précédemment et qui est, comme nous l'avons dit, connu de tout le lointain Orient ?

Les éléments constitutifs sont les mêmes, mais ils sont disposés de façon tout autre. Présenté ainsi, le Sceau se referme sur lui-même et son élément central devient ce petit signe qui était inversé sur le premier Sceau et ressemblait ainsi au signe zodiacal du Taureau : . Maintenant, il retrouve sa position naturelle et il est aisé de constater sa ressemblance avec la première lettre de l'alphabet latin, le A.

Ce petit signe est appelé JEN en ésotérisme taoïste et son histoire est bien curieuse. Le mot "jen" est, pense-t-on, d'origine chinoise. En Chine, ce mot a plusieurs significations (comme du reste la plupart des mots chinois) mais la plus courante est : homme, dans le sens général d'être humain. Or ce mot se retrouve dans des pays où la langue chinoise est inconnue - ou méprisée, comme au Tibet. Mais, assez bizarrement, le sens de ce terme s'est, en quelque sorte, étendu. En 1927, le Trachi-Lama, interrogé par un journaliste anglais sur la signification de ce mot, répondait : "Est "jen" tout ce qui est "capable de penser qu'il pense". Si un chien peut se dire : "je pense que je suis un chien, il est JEN..."

En fait, en Asie Centrale, on entend par "jen", toute créature supérieure à l'animalité, et il est certain que jadis, en Chine même, il en était ainsi. Aujourd'hui, pour les populations de l'Asie Centrale, les dieux

et démons hypothétiques des panthéons locaux, les humains, sont "jen". Demain, il n'est pas impossible que les cerveaux électroniques soient déclarés "jen" eux-aussi. Et notons en passant, que pour les Tibétains du Sud et pour les Népalais, certaines des créatures qui rôdent dans les montagnes et qui sont connues en Occident sous l'appellation globale de "Yéti", sont "jen" alors que d'autres ne le sont pas.

Donc, le "jen" est l'être pensant quelle que soit sa race et même son espèce. Si nous insistons sur ce point, c'est parce que nous avons toute raison de croire que "l'inventeur" du Sceau dit de Lao-Tseu, n'appartenait pas à notre espèce. Voici pourquoi nous pensons ainsi : le "jen" représente l'ego de la personne qui trace le Sceau. (Pour que ce Sceau soit efficace, il faut en effet, que le dessinateur et l'utilisateur soit une seule et même personne). Or la Tradition nous dit - et il est difficile de voir dans cette affirmation quelque chose de gratuit - que le créateur du Sceau dit (à tort) de Lao-Tseu, en traça simultanément les quatre éléments constitutifs. Pareil exploit est impossible à un être humain. Vous pouvez faire l'expérience vous-même. Avec un peu d'adresse vous parviendrez fort bien à dessiner deux éléments à la fois, mais non les quatre.

Quoiqu'il en soit, nous allons vous prouver :

- 1° / Que le Sceau ésotérique de Lao-Tseu, le vrai, est efficace.
- 2° / Que le premier Sceau ne l'est pas.

Voici comment il faut procéder : la propriété la plus élémentaire du Sceau Tout-Puissant de Lao-Tseu, est de chasser les cauchemars. Trouvez dans votre entourage des personnes - deux au moins - qui soient sujettes à ces malaises oniriques. Disons, pour la clarté de l'exposé, que vous connaissez deux personnes se trouvant dans ce cas. Proposez-leur de participer à une expérience psychique, mais sans préciser sa nature. (Parlez, par exemple de transmission de pensée, ce faisant vous ne mentirez pas, car ce Sceau est aussi utilisé pour des expériences de ce genre et il n'est pas impossible, dans le présent cas, qu'un phénomène télépathique se produise entre vos "cobayes" et vous).

Si ces personnes acceptent votre proposition, demandez leur d'agir ainsi : le soir, au moment de se coucher, qu'elles tracent, en rouge sur du papier jaune ou EN BLEU SUR DU PAPIER BLANC, le Sceau Tout-Puissant de Lao-Tseu, dont vous leur aurez remis une copie.

A la première personne, remettez la copie du Sceau exotérique et à la seconde celle du véritable Sceau, celui qui est représenté page 52 (second). S'il vous était possible de renouveler l'expérience deux ou trois soirs de suite sans éveiller la curiosité des personnes intéressées, ce serait l'idéal, car il est bien probable que le premier soir l'expérience sera faite machinalement, sans prendre grand intérêt à la chose. Ce sera, malheureusement, très probablement impossible. Dans ces conditions, il ne vous restera plus qu'à vous informer, le lendemain de l'expérience des résultats de cette dernière. Vous pourrez alors constater que, dans le second cas, la nuit de votre "victime" a été calme et sans mauvais rêves, tandis que dans le premier cas - sauf hasard - les cauchemars ont continué comme par le passé. Il reste évident que si vous voulez acquérir une certitude personnelle quant à ce que nous vous disons ici, il conviendra, non d'édifier des théories, mais de multiplier les expériences. Bien entendu, si nous vous conseillons de tenter celle-ci

dans des conditions aussi défavorables - sans que les intéressés en connaissent le but - c'est afin d'éliminer toute possibilité d'auto-suggestion. Il est évident que beaucoup de personnes à qui vous diriez : "Grâce au Sceau de Lao-Tseu, vos cauchemars vont disparaître" risqueraient, à cette seule audition, d'être influencées et d'agir, inconsciemment dans ce sens. (C'est du reste ce qui se produit avec le faux Sceau et toute la cohorte des talismans).

Comme nous l'avons dit plus haut, chasser les cauchemars n'est que la première des propriétés du véritable Sceau de Lao-Tseu. En fait, c'est le Sceau de Protection par excellence, le plus important des Sceaux "yin". C'est le Sceau qui met à l'abri des coups du sort, pas forcément en les écartant, (certains événements qualifiés de désastreux doivent se produire), mais en les faisant glisser sur l'intéressé "comme l'eau sur les plumes d'un canard" selon l'expression imagée de Sou-Tchien. Nous croyons savoir une chose et, si nous nous trompons, que les membres de la hiérarchie bouddhique saïgonnaise trouvent ici nos excuses : il y a peu de temps, un moine bouddhique se donnait la mort volontairement, par le feu. Ce n'était pas le premier cas de suicide de ce genre, dicté par des raisons politiques et humanitaires, que nous n'avons pas à discuter. Cependant, alors que jusque-là, la Hiérarchie, sans donner d'encouragements officiels aux candidats au suicide, n'avait cependant rien fait pour les dissuader, cette fois les choses se passèrent différemment et le bonze défunt fut blâmé. Nous pensons connaître les raisons de ce blâme : le suicidé aurait puisé la force d'âme nécessaire à l'affrontement du supplice, non dans la méditation, mais dans la contemplation du Sceau de Lao-Tseu, ce qui, évidemment, n'est pas très orthodoxe.

Nous espérons qu'il n'existe en vous aucune tendance suicidaire. Il existe bien d'autres utilisations de ce Sceau fameux. Nous avons dit que le simple fait de dessiner ce Sceau, en rouge sur du papier jaune ou en bleu sur du papier blanc, suffit à mettre à l'abri des cauchemars. Cela, vous pouvez, nous vous l'avons montré, le vérifier par vous-même. Mais le Sceau de Lao-Tseu peut mettre une "carapace protectrice" invisible sur toutes les circonstances de votre vie. Comment cela peut-il se faire ? Franchement, nous n'en savons rien. Nous avons des théories, mais non des preuves. La personne qui utilise le Sceau reçoit les coups de la vie avec une violence très atténuée : c'est un fait d'expérience, mais nous serions bien incapable d'expliquer pourquoi. Nous pensons que "l'inventeur" du Sceau a fait appel à des propriétés inconnues de l'Espace et du Temps, peut-être à des concepts se rapprochant de ceux découlant de nos mathématiques non-euclidiennes. Nous pensons ceci, mais nous ne savons pas. Et à ce propos, nous vous conseillons fortement de vous méfier des pseudo-adeptes, soi-disant occultistes qui ont une explication pour tout. La vérité est que les plus savants d'entre nous possèdent les bribes d'un immense et très ancien savoir et que nous sommes des enfants comparés à Ceux qui ont disparu.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

AUX ADEPTES DE LA VOIE B

Voici comment il faut procéder si vous voulez vous placer, définitivement, sous la protection du Sceau :

Sur un papier jaune, dessinez à l'encre rouge (ou à l'aide d'un crayon quelconque, c'est sans importance) le Sceau de Lao-Tseu tel qu'il est représenté page 52. Vous pouvez aussi, comme dit plus haut, utiliser un papier blanc et de l'encre bleue.

Le Sceau étant tracé, regardez ce petit signe, le "jen". Il est le symbole de l'ego de la personne qui l'a dessiné, c'est-à-dire de vous-même. Ce que vous avez à faire est simple : imaginez que les traits qui entourent ce symbole sont des murs, de très hautes murailles, protectrices, évidemment. Il faut arriver à voir nettement cela dans votre esprit. Vous êtes là, au coeur de cette espèce de fortification. Imaginez qu'il s'agit de murailles de hauteurs diverses, les plus proches étant les plus basses, les plus éloignées les plus hautes, de façon à ce que vos regards puissent les voir toutes. Pratiquez cet exercice dans les moments de dépression, lorsque, vraiment, vous ressentez le besoin de vous sentir protégé. Auto-suggestion ? Nous ne pouvons pas vous prouver le contraire. Mais souvenez-vous de l'opération "anti-cauchemar"... Il n'y a aucune attitude spéciale à prendre. Cette contemplation du Sceau avec identification du contemplant au "jen" peut être faite à n'importe quel moment.

Il est bien évident que, plus votre pouvoir de concentration sera grand, plus forte sera la protection obtenue. Cependant, même sans aucun entraînement psychique, vous obtiendrez des résultats. Et ce simple fait témoigne en faveur de la puissance du Sceau.

Ceci dit, il demeure bien entendu que vous ne devez pas, pour autant, abandonner tout entraînement psychique. Les pages qui précèdent ont été écrites à l'intention des adeptes de la voie B. L'entraînement que nous leur proposons n'est pas très pénible, tant s'en faut. Nous leur demandons simplement de procéder chaque soir à un exercice de remémoration des incidents ou événements de la journée, d'avoir conscience des paroles qu'ils prononcent et enfin de se livrer chaque jour à un bref exercice de concentration consistant, en tout et pour tout, à compter de 1 à 5°, en éloignant d'eux tout ce qui n'est pas la vision de ces chiffres, prononcés mentalement. Cela n'est pas très facile, d'accord. Le simple fait de s'apercevoir que l'on pratique convenablement l'exercice suffit à frapper celui-ci de nullité. Mais enfin cet exercice n'est pas long et, avec de la bonne volonté, on en vient assez rapidement à bout. Nous rappelons que sa bonne exécution journalière, pendant une semaine environ, est nécessaire avant d'être à même d'entreprendre l'opération dénommée "APPEL AUX FORCES". D'ici quelque temps, lorsque vous aurez parfaitement maîtrisé cet exercice, nous vous dirons comment augmenter encore votre puissance concentrative car, ne l'oubliez pas, dans le domaine psychique, la concentration est tout. Pour le moment, continuez simplement vos exercices. Et n'omettez pas, dès maintenant, d'utiliser le Sceau-Tout-Puisant de Lao-Tseu.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Maintenant, vous allez trouver ici un conte très bref et qui est destiné aux adeptes de la Voie A. Si vous avez choisi l'autre Voie, vous pouvez lire ce conte, mais nous vous demandons de ne pas trop réfléchir, pour le moment, aux implications qui s'en dégagent : elles ne cadrent pas avec votre Voie actuelle.

HISTOIRE DE LOU-KI

Au temps des Royaumes Combattants, dans une Chine dévastée, la vie des paysans était misérable. A cette époque, il n'était pas rare de voir les plus pauvres d'entre eux vendre leurs enfants à des trafiquants de chair humaine.

Ce fut ce qui arriva à Lou-Ki.

Lou-Ki était un jeune paysan du Ho-nan que son père, par trop chargé de famille, décida de livrer, contre quelques sapèques, à un recruteur de l'armée. En un sens, Lou-Ki avait de la chance : il aurait pu tomber plus mal et être vendu comme esclave, par exemple, à un de ces entrepreneurs qui entretenaient les routes et distribuaient à leur personnel plus de coups de rotin que de riz. Donc, en principe, Lou-Ki n'était pas trop défavorisé par le sort. Les soldats étaient relativement bien nourris, mais un détail réduisait à néant cet avantage : ils payaient leur nourriture avec leur solde et une coutume particulièrement barbare, voulait qu'ils ne touchent cette solde qu'en fonction du nombre d'ennemis tués. Chaque soldat apportait un certain nombre de têtes coupées à l'officier payeur, et il recevait en échange un nombre correspondant de pièces de monnaie.

Dans ces conditions, le pauvre Lou-Ki risquait fort de mourir de faim, plus sûrement encore qu'à la ferme de son père. Car il se savait, par nature, incapable de tuer quoi que ce soit. Déjà, chez ses parents, il ne pouvait porter la main sur le moindre animal et, s'il n'avait tenu qu'à lui, le goret de la maison serait très probablement mort de vieillesse. C'était, du moins en partie, en raison de cette caractéristique que Lou-Ki avait été vendu. Que pouvait faire un paysan chinois d'un fils aussi sensible ? Dans un pays aux moeurs plus bénignes, on eut dit : il est un peu mou, mais c'est un bon garçon. Dans la Chine brutale des Royaumes Combattants, il n'était qu'un déchet, inapte à la survie.

Donc, Lou-Ki ne vécut pendant assez longtemps, que de rogatons qu'il disputait aux chiens ou de la pitié méprisante de ses camarades. La vérité nous oblige à dire que Lou-Ki n'était pas bon : il était seulement faible. Il aurait bien voulu, comme ses compagnons, couper des têtes ennemies et se sentir un brave, aux poches pleines de pièces de monnaie. Mais il ne trouvait pas le courage de combattre et de tuer. A la longue, pourtant, il prit une grande décision. Il se dit : il faut absolument que je devienne un homme brave, un vrai héros. Je VEUX devenir cela et j'y parviendrai !

A partir de ce moment, on le vit davantage sur les champs de bataille. Oh ! il n'était pas au tout premier rang avec les vétérans aux joues balafrées. Lucide, il se tenait à une place modeste où il y avait quelques coups à donner et à recevoir. Pas trop. Lou-Ki s'entraînait progressivement.

Cependant, cet entraînement progressif ne donnait pas d'aussi bons résultats qu'il l'avait espéré. Les coups à donner - et à recevoir - lui faisaient toujours peur, et il se comportait au combat comme ces petits chiens qui font mine d'attaquer puis se sauvent pour peu que l'adversaire montre les dents. Les gains réalisés restaient maigres, très maigres. Lou-Ki se rendait

parfaitement compte de cela et, peu à peu, il sentait le désespoir l'envahir de nouveau.

"Que faudrait-il donc que je fasse pour devenir brave" ? s'écria-t'il un jour, alors qu'un combat venait de commencer. Et la réponse lui apparut, fulgurante : rien ! il ne pouvait rien faire ! Lâche il était, lâche il resterait ! Alors, n'ayant plus d'espoir, Lou-Ki fonça n'importe où, devant lui, dans la mêlée...

Un moment plus tard, les soldats, brandissaient leurs armes, acclamait à pleine voix Lou-Ki, le héros, qui, à lui seul, venait de couper plus de cinquante têtes...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

AUX ADEPTES DE LA VOIE A

Ce n'est pas par sadisme que nous vous avons conté cette sangninaire petite histoire de têtes coupées. Dans le Sin-Kiang, son pays d'origine, ce conte est présenté sous cette forme de façon à ce qu'il ne puisse s'en dégager aucune implication découlant de la morale courante.

Nous vous demandons de méditer longuement cette historiette en tenant compte des faits suivants :

- 1° / Nous ne prétendons pas faire de son "héros" un personnage moral.
- 2° / La philosophie qui s'en dégage ne saurait en aucun cas être l'apologie de l'action opposée à la réflexion.
- 3° / Il ne s'agit pas non plus d'une philosophie de "l'à quoi bon, Ce qui doit arriver arrivera!"

Méditez, et trouvez la solution vous-même. Ce n'est pas une "at-trape". La solution existe et, lorsque vous l'aurez trouvée, vous serez bien près de ce que nous appelons "l'éveil". Il ne vous restera guère plus, pour y parvenir, qu'à pratiquer un exercice complexe psycho-physiologique et à méditer sur une option métaphysique que nous vous fournissons.

Nous demandons aux adeptes de la Voie B de ne pas chercher la solution de cette "devinette". La trouver ne leur apporterait rien, bien au contraire.

Dans notre précédent texte, nous avons demandé aux adeptes de la Voie A de pratiquer le Tsyng-Chen durant une heure par jour. Maintenant, nous leur demandons de réduire cette durée à QUATRE séances de chacune UNE minute, mais en pratiquant un Tsyng Chen intégral, c'est-à-dire :

- durant la minute que dure l'exercice, prenez connaissance de chacun de vos gestes et, EN MEME TEMPS, prenez, par tous vos sens, connaissance de tout ce qui vous entoure. En d'autres termes, tout en ayant conscience des attitudes et mouvements de votre corps, essayez de percevoir aussi nettement que possible tous les bruits qui parviennent à vos oreilles, de voir

réellement et non pas vaguement toutes les images qu'enregistrent vos regards, de ressentir le souffle éventuel du vent sur votre visage et sur vos mains, etc... En un mot, nous vous demandons, durant quatre fois une minute chaque jour, d'utiliser à plein vos sens, tous vos sens - de les exacerber même. Il est évident que, durant cet exercice, vous ne pourrez plus penser consciemment à quoi que ce soit d'autre qu'à ce que vous faites. Si "quelque chose" pouvait encore penser en vous à ce qui n'est pas votre activité ou vos perceptions physiques, ce quelque chose serait votre Inconscient. Or votre Inconscient possède, au bas mot, dix fois la puissance réflexive de votre Conscient. L'Inconscient de tout être humain est génial. C'est sur cette donnée que nous comptons pour vous faire "assimiler" ce qu'est l'éveil.

Quelle que soit votre intelligence, vous ne pouvez comprendre avec vos seules ressources conscientes ce qu'est en réalité l'Espace-Temps. Aucun homme ne le peut. Einstein n'a pas pu et cependant ce sont ses travaux qui ont fait admettre aux hommes de science occidentaux le bien-fondé de notre doctrine. Mais leur certitude demeure théorique. Nous, hommes du Tao, possédons la connaissance pratique et cependant aucun de nous, très probablement, ne possède l'intelligence CONSCIENTE d'un Einstein. Nous ne saurions trop insister sur le fait que vous devez prendre l'habitude, chaque jour et pendant 4 fois une minute, d'exacerber vos sens comme il est dit à la page précédente. Ce n'est que par cette habitude prise que vous parviendrez à l'état psychique nécessaire pour atteindre l'Eveil.

Cependant, n'oubliez pas non plus de pratiquer le Wou-Wei. L'impossibilité que donne la pratique de cet exercice est plus qu'utile à l'Homme Eveillé.

Pour terminer le texte d'aujourd'hui, à tous nous disons ceci :

Vos problèmes sont maintenant tels que nul questionnaire ne pourrait les évoquer tous. Dans une dizaine de jours, adressez à J. Calmar une lettre personnelle les exposant.

Et que les Puissances Bénéfiques soient avec vous.....

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

T E X T E VII

Toute notre doctrine est basée sur le fait que le temps est UN, passé, présent et avenir n'étant que des créations de l'esprit humain englué dans la matière.

Nous ne prétendons pas, en avançant cela, faire oeuvre originale. D'autres que nous partagent cette conviction : citons, par exemple et pour ne pas quitter le monde occidental, les mathématiciens relativistes. Ces hommes de science possèdent même la preuve de la véracité de nos affirmations, mais ces preuves sont d'ordre mathématique. Elles ne peuvent donc être VUES clairement par aucun homme, fût-il mathématicien, car elles consistent en symboles. Nous entendons, nous, vous faire sentir NOS preuves, grâce à l'aide de ce qu'il est convenu d'appeler en Europe, votre Inconscient.

En supposant que vous n'avez jamais vu la mer, une description mathématique de celle-ci serait d'énumérer le nombre de millions de mètres-cubes d'eau - de tonnes de sel qui la composent. En ce qui nous concerne, nous ne décrivons pas : nous vous indiquons le chemin qui mène à la mer et, par le Wou-Wei, nous vous donnons les moyens de résister à l'assaut des vagues.

Ceci dit, n'existe-t'il pas un moyen à la portée de tous, sinon de voir, du moins d'appréhender ce qu'est, en réalité, le Temps ?

Le plus curieux est que ce moyen existe depuis toujours et que, cependant, dans la pratique, les preuves indiscutables apportées par son truchement ne sont pas admises.

Quel être humain, en effet, ignore totalement les prémonitions ?

Distinguons, toutefois. Certaines prémonitions ne sont que le résultat de calculs inconscients (toujours l'Inconscient) basés sur des probabilités échappant à la raison consciente.

Mais il en est d'autres : à qui de nous n'est-il pas arrivé de penser brusquement à une personne perdue de vue depuis des années et de rencontrer cette personne quelques minutes plus tard ?

Télépathie ? Admettons ! Mais, lorsqu'il s'agit d'un objet ? En tout état de cause, nous ne pensons pas qu'il existe encore, à l'heure actuelle, des humains qui nient formellement toute possibilité de prévision de l'avenir, fût-ce de façon vague et accidentelle.

Dans ces conditions, et en excluant toute expérience où un calcul inconscient mais néanmoins rationnel peut s'effectuer, comment admettre que le Futur n'existe pas déjà puisque, fugitivement, nous pouvons percevoir une de ses données ? Et si ce Futur coexiste avec ce Présent, comment le Passé n'existerait-il pas encore puisque le Présent est, au regard du Passé, l'avenir ?

Nous pensons que le meilleur moyen de vous convaincre est de vous faire toucher vous-même les preuves du doigt. Ce sera un excellent exercice pour les adeptes de la Voie A, lesquels, par cette expérience même, approchent de l'Eveil - un excellent exercice également pour les adeptes de la

Voie B qui y puiseront une force supplémentaire, utilisable dans leur lutte pour la réalisation de leurs justes désirs.

Bien qu'elle facilite l'approche de l'Eveil, cette expérience est d'ordre onirique.

Peut-être ne le savez-vous pas, mais, dans son sommeil, l'être humain se livre très souvent à ce que l'on pourrait appeler des expériences prophétiques. Peut-être, en lisant cela, pensez-vous : il est possible que cela se passe ainsi pour d'autres mais jamais pareille chose ne m'est arrivée!...

Vous vous trompez. TOUT LE MONDE fait des rêves prémonitoires. Il n'y a pas d'exception connue. Il existe, encore aujourd'hui, des personnes qui affirment, en toute sincérité, qu'elles ne rêvent jamais. Ces personnes sont dans l'erreur : le rêve dans le sommeil est, pour l'être humain, une nécessité absolue. Si l'on surveille un dormeur à l'aide d'instruments appropriés et qu'on l'éveille chaque fois que les prémisses d'un rêve apparaissent, le malheureux se met en peu de jours - ou si l'on préfère : en peu de nuits - à dépérir. Très rapidement il perd la raison et une issue fatale s'ensuit inéluctablement. Des expériences de ce genre ont été faites en Occident - sans qu'elles soient, bien entendu, poussées jusqu'à la folie et la mort du sujet - mais il y a un peu plus de vingt années, des médecins nazis firent l'expérience intégrale, aliénation et mort comprise.

Ce qui incite certaines personnes à penser qu'elles ne rêvent pas est le fait qu'elles ne gardent aucun souvenir de leurs rêves. Lors du réveil, il se produit un choc psychique qui, dans certains cas, fait disparaître toute mémoire du phénomène onirique. De toute façon, le cerveau humain est ainsi fait que le souvenir d'un rêve s'estompe très vite, se déforme et, en quelques heures, parfois en quelques minutes, devient très différent de la "réalité rêvée". Si vous ne croyez pas qu'il vous arrive, comme à tout le monde, d'avoir des songes prémonitoires, c'est tout simplement parce que votre mémoire est infidèle. Le Centre Tchan a pratiqué de nombreuses expériences en la matière. Nous pouvons vous dire que, en moyenne une fois sur trois, les rêves que nous faisons font état de réalités "futures". Chez une personne qui pratique ce que nous allons vous conseiller, cette vision du futur, plus précise que chez un homme non entraîné, demeure pourtant assez confuse : cette confusion relative est liée au choc causé par le réveil. Ceci n'est qu'un inconvénient mineur et l'appréciation exacte de la valeur prémonitoire d'un rêve est affaire d'habitude.

Voulez-vous vérifier si, oui ou non, il vous arrive de faire des rêves prémonitoires ? C'est très simple.

Placez à portée de main, le soir, avant de vous endormir, un calebain et un crayon. Chaque fois qu'au cours de la nuit il vous adviendra de vous éveiller, notez immédiatement les circonstances évoquées par votre dernier rêve ou tout au moins ce qui en subsiste. Vous relèverez ainsi un tas d'absurdités : ce n'est pas que le rêve soit particulièrement absurde par lui-même, simplement, il ne convient pas de le juger d'après un critère adapté à la vie diurne. Vous relèverez, disions-nous, beaucoup d'absurdités, mais pour peu que vous perséveriez dans l'habitude de noter la substance de vos rêves, vous constaterez bientôt que nombre d'entre elles n'ont d'absurde que l'apparence et qu'en fait elles vous donnent des indications précieuses sur nombre d'événements à venir.

Un conseil : méfiez vous des détails fournis par les rêves. Certains sont exacts, mais nous n'avons généralement pas les moyens d'apprécier leur exactitude. Si vous avez des raisons de penser qu'un rêve contient des éléments prémonitoires - et avec l'habitude cela se "sent" - fiez-vous au contexte général, mais négligez les détails. Nous allons vous donner un exemple précis :

- Au mois d'août dernier, une personne habitant la région parisienne fit un rêve qu'elle sût immédiatement être prémonitoire. Habituee à surveiller ses rêves, elle commençait à cette époque à savoir les diriger. Or, étant intéressée par les courses de chevaux, cette personne rêva, justement, de la course qui devait avoir lieu le lendemain. A l'état de veille, cette dame - car c'est d'une dame qu'il s'agit - était décidée à mettre toute sa mise sur un seul cheval mais, à la vérité, elle était assez embarrassée car dans cette course se présentaient deux chevaux possédant, aux dires des connaisseurs, un nombre égal de chance. Le premier, que nous appellerons, pour la commodité du récit : numéro 8, était un coursier puissant, aux formes un peu lourdes. Le second, disons le numéro 5, était plus léger mais au moins aussi rapide que le numéro 8. Bref; cette dame était fort embarrassée et elle comptait assez sur une prémonition onirique pour la sortir du doute.

Elle fit le rêve suivant :

Elle arrivait, accompagnée de son mari, sur le champ de course. Très souvent, les rêves prémonitoires se présentent sous une forme allégorique et sont assez difficiles à interpréter pour une personne peu entraînée à cet exercice, mais dans le cas de cette dame férue de courses de chevaux, l'interprétation se présentait "en clair". Donc, elle pénétrait sur le champ de course suivie de son mari. Le rêve était très précis. Elle voyait les gens parieurs, jockeys et simples spectateurs, aussi nettement que dans l'état de veille. Elle gagna sa place en pataugeant dans les flaques de boue, car, dans son rêve, il pleuvait à seaux. La course se déroula. Les parieurs, tant bien que mal abrités sous leurs parapluies, hurlaient leur enthousiasme tandis qu'un cheval, totalement inconnu, dépassait ses rivaux sans effort apparent et arrivait au poteau triomphalement, "dans un fauteuil" selon l'argot des turfistes. La foule s'égosillait à crier : "le 14! le 14!".

La dame s'éveilla en criant elle-même : "le 14!, le 14! dans un fauteuil!".

Et tout se produisit comme elle avait rêvé. Elle se rendit au champ de course, accompagnée de son mari et sous une pluie battante et là, elle misa une forte somme sur le cheval numéro 14, une abominable rosse - ce que les joueurs appellent "un toquard".

La course se déroula comme dans le rêve... à un détail près : ce ne fut pas le cheval numéro 14 qui gagna, mais le numéro 8. Le 14 lui, attirera bien l'attention du public... mais ce fut au milieu de la course, instant où la fantaisie lui venant et en dépit des efforts de son jockey, il s'arrêta au bord de la pelouse et - dit la dame - se mit à brouter les pâquerettes.

Cette presonne, en interprétant son rêve, avait confondu l'accessoire, le détail, plus spectaculaire - le 14! le 14! - avec le fond même, avec l'essentiel : il pleuvait. Toute la substance du rêve était, si l'on peut dire, imprégnée de cette pluie. Le rêve criait littéralement : demain, au moment de la course, il pleuvra!

A ce moment, cette dame eut dû faire usage de son raisonnement logique. L'inconscient est une grande force, mais l'être humain n'est vraiment complet que lorsqu'il unit l'apport intuitif de l'inconscient, aux claires données de la conscience. Dans ce rêve il pleuvait. Le raisonnement le plus élémentaire permettait de prévoir logiquement, que le cheval le plus puissant serait avantage par l'état du sol.

Il est possible, ainsi que nous l'avons dit, de décider soi-même de la matière de ses rêves. Il existe des personnes qui, naturellement et sans pouvoir expliquer comment elles s'y prennent, décident de rêver à telle ou telle chose et y parviennent parfaitement. Nous laisserons de côté ces cas exceptionnels. Pour l'être humain de type courant, l'emploi d'une technique particulière est nécessaire.

Il ne suffit pas, pour être à même de décider soi-même ce que sera la trame d'un rêve, d'orienter sa pensée, avant de s'endormir, vers le sujet qui intéresse. Cette méthode simpliste peut, occasionnellement, donner des résultats mais, en général, elle est très insuffisante. "Lancer" un rêve dans une direction donnée, est un exercice que l'on peut, analogiquement, comparer au jet d'une pierre. Si vous projetez une pierre devant vous avec votre seule main et la seule force de votre bras, elle ira, sans doute, dans la bonne direction, mais, pour peu que le but à atteindre soit assez éloigné, il se produira une dérive, due au manque de puissance du jet. Mieux vaut utiliser une fronde, un propulseur.

En ce qui concerne la possibilité "d'atteindre" volontairement un rêve donné, nous allons vous fournir un mode de propulsion. Il est basé - ainsi, du reste, que tout l'enseignement Tchan - sur le caractère rétif et contrariant des facultés humaines.

Il vous est arrivé, comme à tout le monde, de chercher vainement dans votre mémoire, une date, un nom. Plus vos efforts de remémorations étaient grands, plus le mot recherché s'éloignait de vous. Enfin, après de longs moments de recherche infructueuse et agacée, vous abandonnez : "tant pis! n'en parlons plus!". Et alors, très souvent, comme une illumination, le nom, la date surgissait brusquement au niveau de votre conscience et, avec un sentiment de délivrance, vous vous écriez : "mais bien sûr! il s'appelle Untel et cela se passait en 1943!". Cette curieuse particularité de l'esprit humain est due à une caractéristique de notre Inconscient : celui-ci n'aime pas être bousculé et il ne travaille bien que si on lui fait confiance.

Cette particularité, vous avez aussi pu, peut-être, en prendre une fois de plus connaissance pendant les exercices de remémoration. Lorsque vous tentez de vous souvenir, l'un après l'autre mais en remontant le cours du temps, de tous les événements de la journée, il est probable que, plus d'une fois, le sommeil s'est emparé de vous sans crier gare. Pourtant, dans ce cas-là, les événements évoqués étant récents, votre Inconscient, mine inépuisable de souvenirs, n'était que très peu sollicité. Ce peu lui suffisait pourtant comme prétexte à refus.

Voici donc, comment il faut vous y prendre pour diriger votre Inconscient vers le rêve de votre choix.

Vous êtes couché. Puisque vous avez décidé d'orienter ce soir vos rêves, négligez l'exercice de remémoration. En lieu et place, évoquez ce à quoi vous désirez rêver. Il faut, bien entendu, que vous soyez capable de réa-

liser convenablement cette évocation, c'est-à-dire de "visualiser" ce qui vous intéresse. De voir, en imagination, les visages des personnes qui doivent en être les acteurs - s'il y a lieu - d'entendre le son de leur voix, d'avoir conscience du décor. Tout cela implique, bien entendu, un certain entraînement à la concentration. Et justement, cette méthode d'orientation d'un rêve est essentiellement un exercice de concentration "contrariée".

Donc, durant un assez long moment, faites, éveillé, l'inventaire - si l'on peut dire - du rêve que vous désirez faire lorsque vous serez endormi. Puis, sans transition, changez le sujet de votre concentration et entreprenez, comme suite, de compter de 1 à 50 en consacrant toutes vos facultés, toute votre attention, à cette énumération. Vous y parviendrez très difficilement. Il y aura, fatalement, plusieurs ratages. N'importe, recommencez après chaque échec. Ayez soin, cependant, avant de reprendre votre énumération et après chaque échec, de pratiquer une respiration profonde afin d'éloigner de vous l'énervement. En fait, il n'y a pas lieu d'être énervé car ces échecs répétés font partie de l'expérience. Ils démontrent que votre Inconscient, irrité de vous voir ainsi changer le sujet de vos pensées a décidé, lui, de continuer sur sa lancée et de s'intéresser uniquement, à ce que vous évoquiez tout d'abord. Faites-lui confiance : tandis que vous continuerez à fixer péniblement votre attention consciente sur vos chiffres, il travaillera de son côté et, lorsque le sommeil se sera appesanti sur vous, vous le retrouverez, toujours occupé de la scène évoquée primitivement et la poursuivant dans l'avenir qu'il connaît, lui...

Nous pensons qu'il n'est pas nécessaire de faire davantage ressortir l'intérêt des rêves prémonitoires dirigés. D'une part, ils développent l'intuition, donc le pouvoir d'agir efficacement sur le destin - d'autre part ils tendent à prouver que, sur un plan qui n'est pas celui de notre conscience ordinaire, présent et futur coexistent.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Il nous faut maintenant, et avant d'aller plus loin, faire le point car il est certain que bon nombre de personnes qui nous lisent se sentent désorientées. Les paradoxes, les incohérences, les contradictions même abondent dans leur lecture.

Au départ, nous vous avons proposé, comme but ultime, l'atteinte d'un état de conscience différent de l'état de conscience ordinaire - état qui, même s'il ne se manifeste qu'une fois, laisse un tel souvenir que ses effets se manifestent durant toute l'existence et que l'être humain qui l'a ressenti se sent définitivement libéré de toute crainte, de tout mal. Cet état de conscience nous l'avons appelé : EVEIL, parce qu'il nous fallait un mot français traduisant sans trahir : satori, nirvâna et samadhi débouchant sur le moksha. Nous avons préféré "éveil" à "délivrance" (insuffisant à notre avis) ou à "illumination", définition qui serait excellente si elle n'avait, en Occident, un sens péjoratif. L'homme qui a vraiment compris que le contraire de la mort n'est pas la Vie mais la naissance - naissance et mort n'étant que deux incidents marquant le cours infini de la Vie omniprésente - celui-là est vraiment comme un homme éveillé parmi les gens qui dorment...

Pour obtenir ce résultat, aux Indes, au Japon, au Tibet, en Chine, de nombreux humains, luttent leur vie durant. Il peut donc sembler invraisemblable que des résultats sérieux puissent être obtenus en quelques mois, sans contact direct, par des Occidentaux non préparés. Et cependant, cela est. Gautama, le Bouddha historique, a connu son Eveil en une seule nuit d'effort dans le bon sens, en dépit d'un entraînement de plusieurs années qui l'avait emmené sur une voie fausse. Le Bouddha était, direz-vous, un être exceptionnel. Il vous répond lui-même : "Toi-aussi, tu es Bouddha!".

Ne croyez même pas que le chemin que nous vous montrons soit le plus court. C'est une voie rapide mais non la Voie rapide par excellence. Celle-ci est bien connue de nos frères tibétains du dzog-Tchen. (Tchen étant la prononciation tibétaine de "Tchan") La voie du dzog-Tchen consiste à comprendre que ce que nous appelons notre personnalité, n'est que le résultat de l'influence du milieu sur notre être essentiel, originel, encore sans "visage". Ceci est parfois pleinement compris en une seule séance de méditation. Puis l'adepte du Tchen, rejetant délibérément cette personnalité qu'il sait fautive et le passé qui l'a forgé, décide de ne vivre que dans le présent le plus immédiat, s'intéressant, par conséquent, uniquement à ce que fait son être actuel, dans le milieu actuel (Tsyng-Chen). Quelques jours de pratique suffisent alors, si l'homme est vraiment tout entier tendu vers son but, pour atteindre l'Eveil...

Soit, direz-vous peut-être. Admettons que cela soit exact. Mais cela, c'est le but terminal. Ce que je désire tout d'abord obtenir, c'est la solution de mes problèmes personnels...

Vous avez raison quoi qu'en puisse dire et penser certains maîtres ou soi-disant tels. Il convient, disent ceux-là, de rejeter notre petit "moi" illusoire pour entrer en contact avec le Réel. Ce programme est excellent, mais ce petit "moi" constitue le présent de l'homme non-éveillé et s'il était capable de discerner autre chose que les désirs de son ego, il connaîtrait aussi la simultanéité du passé, du présent, du futur - en d'autres termes, il serait déjà éveillé et sa quête n'aurait pas de raison d'être. Nous croyons, nous, qu'il convient de donner à l'ego ce qu'il désire - et même de l'en gaver. Ce n'est pas en privant un enfant de chocolat et en lui vantant des aliments plus sains qu'on le dégoûtera de la confiserie : une indigestion de chocolat aura plus d'effet. Et, puisque, quelques lignes plus haut, nous parlions du Bouddha, croyez-vous qu'il eût été si vite lassé des "joies de l'existence", s'il eût été fils de mendiant et non fils de prince ?

Un autre reproche peut nous être fait et, il faut le dire, on ne s'en prive pas : à certains de nos adeptes, ceux qui ont adopté la Voie B, nous proposons des techniques qui leur donneront les "tö", les fameux "sidhis" tant honnis par tous les "purs". Cela est vrai, et pourtant, nous aussi, nous jugeons que les "tö" peuvent être une entrave dans la conquête de l'Eveil. Mais ils peuvent aussi être bénéfiques. Celui qui a obtenu grâce aux "tö" ce que désirait son ego, peut décider d'aller plus loin. Nous nous adressons, ne l'oublions pas, non à des moines ou des nones mais à des personnes complètement absorbées par le siècle. Si, grâce au puissant développement de la volonté que procure la pratique des exercices dits para-psychologiques un certain nombre d'entre elles, ayant satisfait aux exigences de son ego - ou plutôt, s'étant rendu compte de la vanité des récriminations de celui-ci - décide de prendre définitivement la Voie A, nous serons satisfaits, n'en déplaise aux censeurs. Et même si, s'arrêtant en chemin, certains se contentaient de la maîtrise de soi que donne cette pratique, nous serions déjà à demi satisfaits... Nous

allons donc, continuer à vous enseigner d'autres procédés para-psychologiques.



AUX ADEPTES DE LA VOIE B :

Parvenez-vous à vous concentrer assez longtemps et fortement pour compter de 1 à 50 sans que rien d'autre n'existe pour vous que l'objet de cette énumération ? Si vous n'y parvenez pas, continuez à vous entraîner dans ce sens : c'est la condition "sine qua non" de votre développement psychique et, par conséquent, de la réalisation de tous vos désirs, quels qu'ils soient : aisance financière ou maîtrise de vous-même. Il demeure bien entendu que vous ne devez en aucun cas, vous livrer à ce que nous avons appelé la cérémonie de "l'Appel aux Forces" avant de vous être rendu maître de cette forme élémentaire de concentration. Si vous êtes parvenu à pratiquer convenablement cet exercice sans vous laisser distraire par quoi que ce soit, bruit ou sensation physique ou mentale quelconque, nous vous conseillons de le perfectionner en l'inversant, c'est-à-dire de pratiquer l'énumération en commençant à 50 et en "redescendant" jusqu'à 1. Cette deuxième forme de l'exercice maîtrisée, il ne vous restera plus qu'à apprendre - progressivement - à le pratiquer dans un milieu de plus en plus bruyant et agité. Ceci réalisé, vous serez bien près de la perfection concentrative. Un mot encore, au sujet de "l'Appel aux Forces". Chez une personne non entraînée, aucun résultat n'est jamais obtenu ou alors il est décevant. Chez un individu entraîné à la concentration, des résultats positifs se manifestent de une fois sur trois à deux fois sur trois, selon le degré d'entraînement. Cela ne "fonctionne" pas à tous les coups, quel que soit le "pouvoir" de l'exécutant. C'est évidemment là ce qui différencie ce genre de technique de celles basées sur les données de la Science exacte, ainsi que ne manqueraient pas de le faire remarquer les techniciens... de Cap Canaveral, par exemple.

Nous allons maintenant passer à ce qu'il est convenu d'appeler la télépathie. C'est un sujet touffu, sur lequel bien des choses ont été dites, y compris pas mal de sottises.

Actuellement, son étude est à l'ordre du jour et de nombreuses expériences ont lieu, notamment en Russie et en Amérique. Les travaux de Rhine, par exemple, et pour ne citer qu'un chercheur, sont connus dans le monde entier. Nous ne pensons pas que sa façon d'aborder le problème soit la bonne mais n'importe, la bonne volonté de ce savant et de ses collègues est évidente et le Grand Maître de l'Occident a dit fort justement : "Cherchez, et vous trouverez..."

Le nombre de romans, d'études, plus ou moins compétentes, traitant de la télépathie est impressionnant. Que n'a-t-on pas dit sur les miracles accomplis par les gourous indiens - auxquels les Pouvoirs seraient venus, comme un sous-produit de leur perfection et sans qu'ils les cherchent - par les lama et les shamans mongols ?

La télépathie est une réalité, même si les explications que l'on donne sur sa nature sont sujettes à caution. En Occident, ou plus exactement au Proche-Orient, il y eut autrefois un télépathe éminent si l'on en croit

les Apocryphes : Céphas, le "lecteur de visages", le futur Saint-Pierre. Il fut chargé dit-on, de vérifier sur le visage du Christ, si celui-ci était bien ce qu'il disait être, c'est-à-dire le Messie...

Mais direz-vous, il y a maladresse : la télépathie est un phénomène qui met en contact l'intellect de deux personnes parfois très éloignées l'une de l'autre, ce que pratiquait Céphas s'appelle la physiognomonie tout simplement!

Cette remarque serait exacte si le texte apocryphe ne disait explicitement que le futur apôtre "pensait de la pensée de celui qu'il examinait". Et cette simple phrase nous fait entrer d'emblée au cœur du phénomène télépathique.

Avant d'aller plus loin, examinons, très rapidement, les procédés expérimentaux utilisés en Occident pour l'étude de la télépathie. A l'instar de ceux employés par le professeur Rhine, ils sont tous d'ordre statistique. Il s'agit généralement de faire deviner, par un sujet qui ne peut les voir, la nature ou le couleur de cartes spéciales ou toute autre expérience similaire. Des résultats positifs sont, paraît-il apparus. Certains étudiants américains, notamment, fourniraient des réponses justes dans une proportion sans rapport avec les possibilités prévues par le calcul des probabilités. Nous ne contestons absolument pas l'intérêt de ces recherches. Toutefois, elles nous rappellent un peu le cas de cet homme de science qui souhaitait, voici peu, construire une machine électronique capable de composer des poésies. Car la télépathie, la véritable télépathie; est avant tout basée sur l'intérêt humain s'exerçant de personne à personne. Si l'Ordre Tchan était, tant soit peu, un Ordre "sentimental", nous dirions que la lecture de la pensée d'autrui est basée sur l'Amour...

Car c'est bien ainsi, en effet, que les choses se passent. Veuillez réfléchir à ceci : lorsqu'il y a communication de pensée entre deux êtres - même et surtout si cette communication est purement accidentelle - il y a à l'origine, un puissant mouvement émotif. Jamais, ou presque, cet échange n'a lieu entre individus sentimentalement indifférents l'un à l'autre. La littérature consacrée au domaine télépathique fourmille de cas de ce genre : une mère qui entend son fils en danger, l'appeler - une femme qui perçoit mentalement l'annonce du retour de l'être aimé... Car, il faut le noter, ce sont surtout les femmes, plus "intuitives" comme l'on dit, que les hommes, qui sont les sujets d'expériences télépathiques involontaires. Or, en laboratoire, au cours d'expériences d'ordre statistique, les étudiantes s'avèrent en général, moins douées que les étudiants. Ce détail, à notre avis, devrait mettre en garde les chercheurs occidentaux et les aider à comprendre que leur enquête avance sur une voie de garage.

Tout cela étant dit, est-il, en définitive, possible de lire, carrément, dans la pensée d'autrui ? La réponse est oui, cela est possible et tout le monde peut y parvenir à condition de le désirer vraiment. Nous ajouterons même que ce pouvoir-là, ce "tö", ce siddhi, loin d'être une entrave dans la recherche de l'Eveil, de la communion avec l'Absolu, est au contraire une aide puissante. Mieux : il peut constituer une Voie à lui seul!

Alors qu'on lui parlait d'un homme capable de lire aisément les pensées d'autrui, le philosophe Mö-Ti, si prompt au sarcasme cependant, ne disait-il pas avec respect : "Allons voir le Saint!".

Nous lui donnons raison : pour lire vraiment la pensée d'autrui, il faut s'identifier à autrui, c'est-à-dire, au moins durant un bref moment, être capable de perdre volontairement son ego, ce qui est le fait d'un "saint", quelle que soit la signification exacte que l'on donne à ce terme.

Il existe des hommes et - bien que le fait soit assez peu connu - surtout des femmes qui se sont entièrement voués à la télépathie considérée par eux comme une ascèse. Cette catégorie d'individus existe en Asie - Indes, Chine, Tibet et surtout Mongolie - depuis des millénaires. Si les hommes de science occidentaux dirigeaient leurs recherches du bon côté, ils auraient vite fait d'en apprendre fort long sur la question.

Mais il ne faudrait pas croire que les Asiatiques possèdent dans ce domaine des dons particuliers. N'importe quel homme, n'importe quelle femme appartenant à l'espèce "homo sapiens" peut parfaitement maîtriser la fonction télépathique... à une condition toutefois : il faut vraiment VOULOIR et ne pas être animé par une pensée égoïste. Autant dire tout de suite que ce n'est pas facile ! Pourtant, et quelle que soit la Voie que vous avez choisie, nous ne saurions trop vous conseiller de suivre, au moins jusqu'à un certain point, l'entraînement qui est celui des télépathes : vous en tirerez fatalement un bénéfice énorme.

L'entraînement des télépathes est basé sur la réponse fournie à cette question : "Qu'est-ce qui limite l'homme ?" Autrement dit, pourquoi l'être humain est-il malheureux ? Prenons un exemple simple. Supposons une équipe sportive - des joueurs de foot-ball si l'on veut. Cette équipe vient de gagner un match et tous les joueurs clament leur joie. Tous les joueurs... ou presque. Il en est deux cependant que nous pourrions nous attendre à voir ne pas participer à la joie générale : ils ont été mal desservis durant la partie et leur jeu a souffert de cet état de chose. Le premier est grognon, maussade, il ressasse ses amertumes, ses échecs. Le second rit et chante avec tout le monde parce qu'il ne voit qu'une chose : l'équipe a gagné. Le premier sera forcément malheureux et le second, non.

Nous ne sommes pas des moralistes. Si nous disons que l'être humain qui ne peut pas faire abstraction de lui-même est voué au malheur, ce n'est pas pour soutenir une thèse, mais bien parce que c'est là un fait d'expérience. Si étrange que cela puisse paraître, il existe une attitude - et, nous précisons - une attitude lucide, qui permet d'accepter son sort réellement et, par là-même d'échapper au malheur sans cesser pour autant d'être un parfait égoïste. Cette attitude ne consiste pas, comme on pourrait le croire, à se désintéresser d'autrui et à ne s'intéresser qu'à son propre sort. L'individu qui agit ainsi, même s'il "réussit" parfaitement dans la vie est bien obligé, à son corps défendant, de constater que d'autres "réussissent" encore mieux que lui et l'envie ne tarde pas à gâter sa satisfaction. Non, l'attitude dont nous parlons est la suivante : l'homme se dit : je suis un raté, "un pauvre type". Rien ne me réussit et je ne réussis à faire rien de bon. D'autres parviennent à d'heureux résultats. Cependant, qu'ils le veuillent ou non et surtout qu'ils en aient conscience ou non, eux aussi seront un jour frappés par la souffrance et la mort. Pour être plus bref, leur malheur n'en sera que plus intense. Par conséquent, j'ai sur ces gens une incontestable supériorité : je suis lucide et eux ne le sont pas. Ils sont aussi de "pauvres types" et ils l'ignorent !

Si bizarre que cela puisse sembler, cet étrange raisonnement a

parfois des résultats positifs et l'on a vu certains de ces hommes obnubilés par leur ego, devenir, après cette constatation somme toute orgueilleuse, des individus altruistes et par là-même heureux. Il est même possible de citer des systèmes philosophiques basés sur des prémisses aussi hasardeuses. Nous éviterons de citer des noms de penseurs occidentaux ayant fait leur pareil procédé d'évolution spirituelle, mais si vous voulez vous donner la peine de chercher quelque peu, leur identité vous apparaîtra vite. Par conséquent, des résultats ayant été obtenus, il n'est pas possible de condamner en bloc ce système. Pourtant, nous le croyons dangereux et vous conseillons plutôt d'essayer la méthode des télépathes, axée elle-aussi sur ce postulat : "L'homme est malheureux parce qu'il est isolé".

Comment s'y prennent les télépathes pour briser cet isolement ? C'est, en principe, très simple. Il suffit de se désidentifier de soi-même et de s'identifier à autrui - pas à longueur de journée, bien entendu, simplement durant de brefs moments. Ce qui nous empêche de nous "arracher" à nous-même, c'est d'abord, évidemment notre corps, avec ses exigences. Mais - c'est aussi - et surtout - le fait que nous avons des opinions. Le Bouddha, à qui un disciple demandait son opinion sur un sujet donné, répondit simplement : "Le sage n'a pas d'opinion". Plus près de nous, et en Occident, René Descartes, en Hollande, gagna à un certain moment sa vie en montant en scène et en soutenant - brillamment - une thèse dont le sujet était fourni par le public. Après cela, il exposait l'anti-thèse de façon tout aussi brillante et convaincante.

Si vous voulez bien vous poser la question, dans une discussion, qui à tort, qui a raison ? Mis à part le cas d'imbéciles avérés, bêtifiant congénitalement, il est bien rare que deux individus opposés par une discussion n'aient pas en partie tort, en partie raison. Ou plus exactement, chacun d'eux a raison du point de vue relatif qui est le sien.

Les télépathes commencent donc par s'interdire d'exposer leur point de vue à autrui. Si une question précise leur est posée, ils répondent mais sans insister. Si leur interlocuteur donne un avis différent, ils s'efforcent de saisir son point de vue autant qu'il leur est possible. Pour cela, ils imaginent être, non pas "à la place" de la personne en question car ce faisant ils transporteraient, si l'on peut dire, leurs idées personnelles avec eux, mais bel et bien, "être" leur propre interlocuteur. En discussion avec Jean, ils ne diront pas : "Voyons, quelles seraient mes pensées sur ce sujet si j'étais Jean ?" mais plutôt : "Je suis Jean, né dans telle famille, ayant vécu dans telles conditions. Mon tempérament est tel. Comment vais-je penser ?".

Ceci paraît d'une exécution difficile ? C'est, comme toute chose, une question d'habitude, d'entraînement. Il est bien évident que certains éléments échappent forcément au futur télépathe. Par exemple, Jean peut être fondamentalement plus intelligent et c'est un excellent exercice d'essayer de raisonner en s'identifiant à quelqu'un de plus intelligent que soi - un exercice justement recommandé aux aspirants télépathes. Il se peut aussi que ce soit par pure méchanceté que Jean tienne au point de vue qui est le sien. A ce moment-là, il convient de penser, avec, du reste, tous les psychologues occidentaux modernes, qu'un méchant est toujours malheureux et que personne ne choisit volontairement le malheur. Si Jean est méchant, c'est une raison de plus de s'intéresser à son cas, quand ce ne serait que pour parfaire la connaissance que l'on a déjà de lui. Et si, direz-vous, votre candidat à la télépathie se trouve en présence d'un interlocuteur qui n'est pas de son

avis et qu'il ne connaît pas ? Dans ce cas et au début de son entraînement, il se garde de juger ce qu'il ne connaît pas.

Un autre exercice consiste à penser à soi-même à la troisième personne. À dire - mentalement "il" au lieu de "je" quand on pense à soi. Cela n'a l'air de rien mais en peu de temps, des résultats incroyables sont obtenus de cette façon. Essayez donc, quelques minutes chaque jour, de penser : IL ou ELLE fait ceci au lieu et place de : je fais ceci. Essayez de penser ainsi lorsque, notamment, vous avez des ennuis. Des résultats positifs apparaîtront vite. En ce qui concerne ce sujet, nous n'en dirons pas davantage aujourd'hui. Avant d'aller plus loin, vous devez vous habituer à penser à autrui à la première personne du singulier et à vous-même à la troisième personne durant quelques minutes chaque jour.

VOIE B :

Si vous avez choisi la Voie B, continuez à vous entraîner à la concentration : c'est la base de tout progrès et rien ne peut être fait sans elle. Au besoin, négligez tout autre exercice - la remémoration, par exemple - mais apprenez à concentrer votre pensée au maximum : tout est là!

VOIE A :

Si vous avez choisi la Voie A, continuez le Wou-Weï et le Tsyng-Chen intégral (4 fois une minute chaque jour). Il est encore trop tôt pour aller plus loin.

Et quelle que soit la Voie choisie, dans dix jours, faites savoir à J. Calmar "où vous en êtes..."

Que les Puissances Bienfaisantes soient avec vous...

TEXTE VIII

AUX ADEPTES DE LA VOIE A

Vous êtes peu nombreux à avoir choisi d'emblée cette Voie. Ce n'est toutefois pas en raison de votre petit nombre que l'essentiel de nos textes s'adresse aux adeptes de l'autre Voie. Simplement, il se trouve que vous êtes plus près de l'Eveil que nos autres adeptes. Vous avez donc moins à apprendre : en approchant du sommet, la montagne s'amenuise.

AUX ADEPTES DE LA VOIE B

Aujourd'hui, nous allons indiquer aux adeptes B par quelle méthode ils peuvent développer le don de clairvoyance qu'ils détiennent potentiellement, comme tous les humains. Nous ne parlerons pas dans ce texte de l'entraînement télépathique dont nous avons donné les prémisses dans notre dernier envoi. Les exercices de désidentification et réidentification à autrui doivent être maîtrisés avant d'aller plus loin dans ce domaine, ce qui, dans le meilleur des cas, exige au moins quelques semaines de pratique.

Comme tout ce qui touche à la parapsychologie - à la "magie", disent les bonnes gens - la clairvoyance doit être pratiquée dans un esprit altruiste. Et il ne s'agit pas seulement de ne pas vouloir le mal d'autrui ou même de vouloir son bien, il s'agit de faire taire en soi tout sentiment de supériorité dû à la pensée que nous faisons usage de forces puissantes échappant au pouvoir d'autrui. Nous insistons : toute expérience de para-psychologie doit être faite dans un climat d'humilité. La para-psychologie qui oublie cet impératif ne devient pas la proie des "démons" (les démons n'ayant rien à voir dans tout ceci), mais on peut dire que dans une certaine mesure il devient un démon lui-même. Permettez-nous de vous citer une petite anecdote très authentique; dont certains journaux U.S. ont fait état, voici quelques années.

Dans un laboratoire californien, un groupe de spécialistes de l'agronomie, eut un jour une idée saugrenue. Ces gens prirent un lot de cent graines sélectionnées, toutes semblables: Ils en firent deux tas égaux qu'ils semèrent dans des pots et soumirent à des procédés de culture rigoureusement similaires. Mais, devant les pots contenant les graines du premier tas, ils se réunissaient tous les jours - ils étaient cinquante! - et concentraient leur pensée sur ces graines, les "couvrant de bénédictions" selon la formule de l'un d'entre eux. Après quoi ils passaient aux graines du second tas et, d'après le chercheur précité, personnage porté à l'humour, "ils couvraient ces graines de malédictions jusqu'à la septième génération". Le résultat fut que ces graines ne parvinrent même pas à germer, cependant, que celles fournies par le premier tas donnaient des plants magnifiques. L'expérience fut refaite plusieurs fois...

Nous désapprouvons cette expérience, quel que soit son caractère scientifique. L'homme appartient à la Vie. Pour vivre - ainsi le veut son Tao - il doit profiter d'énergies issues de la disparition d'autres vies. L'homme ne peut pas ne pas tuer : fût-il végétarien, il détruira des plantes qui vivent elles-aussi. Mais il ne doit jamais tuer gratuitement, même et

surtout par la pensée ; la pensée engage tout homme autant que l'action. Et, lorsqu'il s'agit d'une pensée oeuvrant directement sur la matière vivante, comme c'est le cas pour tout para-psychologue entraîné, comme ce fût, occasionnellement le cas pour ces chercheurs américains, la faute - ce mot étant pris au sens pragmatique et non seulement éthique - est encore infiniment plus grande. Sur les cinquante chercheurs dont nous parlons, cinq furent, au cours de l'année suivante, frappés d'un mal bizarre, apparenté au rachitisme. La Sagesse des Nations dit : "Crachez en l'air et cela vous retombera inmanquablement sur la figure...". Inmanquablement ? Peut-être pas. Mais c'est là un risque qu'il vaut mieux ne pas courir. Ce risque, vous ne le courrez pas si vous pratiquez la para-psychologie dans un état d'esprit altruiste. Bien au contraire!

Venons-en maintenant, à ce qui fait le premier sujet de ce texte, c'est-à-dire à la clairvoyance. La clairvoyance est apparentée à la télépathie, cependant, sur le plan spirituel, elle lui est inférieure.

Il existe des personnes chez qui la clairvoyance se manifeste naturellement, sans que leur volonté propre intervienne. De tels cas sont moins rares qu'on ne le croit. Cependant, ces "voyants nés" auraient tort de s'imaginer qu'ils sont gratifiés par le Ciel d'un tel don en raison de leurs mérites particuliers ; on bénéficie du pouvoir inné de clairvoyance comme l'on peut être doué, de naissance, pour les mathématiques. Il n'y a, à cela, aucun mérite particulier et un niveau spirituel élevé n'est pas requis, contrairement à ce qui se passe pour la télépathie. De plus, il est beaucoup plus facile de devenir clairvoyant - ou mathématicien - que télépathe. Il n'est pas nécessaire, dans ces deux premiers cas, de faire une totale abstraction de son ego.

Pour acquérir le don - si l'on peut dire! - de clairvoyance, il faut, comme pour tout ce qui touche à la para-psychologie, posséder tout d'abord un fort pouvoir de concentration de l'esprit. De plus, presque toujours, un "support" est indispensable. Dans le monde entier, les clairvoyants font usage de supports parfois pittoresques - songez, par exemple, à la voyance par le marc de café - parfois classiques, comme le miroir et la boule de cristal.

La clairvoyance, vision des êtres, des événements ou des objets au-delà des possibilités physiques de l'oeil dans l'espace et même le temps, dépend - encore! - d'un apport de notre Inconscient à notre raison consciente. Cette vision peut être nette et montrer les choses (ou les événements) tels qu'ils sont ou qu'ils seront. Elle peut aussi revêtir un aspect allégorique. Tout le monde peut connaître, accidentellement, une expérience de clairvoyance. Celle-ci, en semblable cas, est extrêmement proche des expériences télépathiques accidentelles. Elle est aussi le résultat d'un état émotif spécial.

Il est bien évident que les clairvoyants professionnels - ceux, tout au moins chez qui ce don n'est pas inné - ne se contentent pas de souhaiter qu'un tel état émotif apparaisse chez eux et qu'ils procèdent à un entraînement psychique méthodique. Il existe différentes façons de s'entraîner.

Le procédé que nous allons vous enseigner est utilisé principalement au Tibet et en Mongolie extérieure. Il nécessite, au départ, un pouvoir concentratif assez développé.

Nous conseillons d'agir ainsi :

Tout d'abord, prenez une feuille de papier, format machine à écrire, et dessinez ce qu'il est convenu d'appeler un "carré magique". C'est un assemblage de trois fois trois chiffres, lesquels, additionnés en n'importe quel sens donnent toujours un total s'élevant à 15.

Voir ci-dessous :

$$\begin{array}{r} 2 + 7 + 6 \\ + + + + + \\ 9 + 5 + 1 \\ + + + + + \\ 4 + 3 + 8 \end{array}$$

Cet assemblage de chiffres doit être placé au centre de la feuille de papier et ses dimensions doivent être, approximativement, celles montrées ci-dessus. Il n'est pas nécessaire, quoi qu'aient pu en prétendre certains, de tracer chaque colonne à l'aide d'une encre d'une couleur donnée. Dessinez vos chiffres en noir, en bleu, en rouge, à l'aide d'un crayon, d'une plume ou d'un stylo-bille, peu importe. Ce qu'il faut, c'est obtenir une parfaite lisibilité.

Si vous entreprenez une expérience de clairvoyance, c'est parce que vous désirez connaître quelque chose qu'il ne vous est pas possible de connaître par les moyens d'information ordinaire. Précisons : Parce que vous désirez vraiment connaître ce quelque chose. Comprenez ceci : il ne s'agit pas d'une amulette, d'un jeu de société. Il convient d'avoir le respect des Forces Naturelles, justement parce qu'elles sont naturelles, comme il convient d'avoir le respect de ces aliments "divins" que sont le pain et le riz. Vous ne pouvez pas vous livrer à une expérience de voyance amusante. Cela n'existe pas ; voir au-delà des limites des sens humains est chose sérieuse, très sérieuse. Si vous abordez cette expérience avec l'état d'esprit d'un profane, vous n'obtiendrez aucun résultat, autant vous en informer tout de suite.

Il est recommandé de ne pas vous livrer à des expériences de clairvoyance à un moment de la journée suivant de trop près les repas. L'aube et le crépuscule sont de bons moments...

Asseyez-vous devant une table, votre feuille de papier sur laquelle est dessiné votre carré "magique", posée devant vous, bien à plat sur la dite table. Maintenant, que désirez-vous "voir" ? Il faut, nous le répétons, qu'il s'agisse de quelque chose d'important, que vous vous sentiez émotivement engagé. S'il s'agit d'une babiole, l'expérience ratera inéluctablement.

Supposons que vous soyez dans l'anxiété au sujet d'un ami perdu de vue depuis un certain temps. Si vous possédez un objet quelconque ayant appartenu au disparu (lettre, photographie, etc...) prenez cet objet en main ou placez-le devant vous s'il est trop volumineux.

Ceci fait, placez une de vos mains (la gauche, dit-on, mais l'expérience prouve que ce n'est pas une nécessité) sur votre papier, au-dessous des chiffres que vous avez tracés.

Maintenant, regardez votre carré "magique". La première colonne

horizontale de chiffres se présente ainsi : $2 + 7 + 6$, ce qui donne, nous l'avons remarqué, un total de 15. Avant d'aller plus loin, chassez volontairement de votre esprit tout ce qui a trait à l'ami disparu. Imaginez-le d'abord aussi précisément que vous le pourrez - prenez votre temps - puis, mentalement, biffez ses traits de votre esprit. Lorsque l'image commence à s'effacer, répétez-vous à plusieurs reprises, mécaniquement et sans tenter de vous convaincre - ce à quoi vous ne parviendrez pas - : "Je ne veux pas penser à Untel". Puis, sans transition, mettez-vous à additionner la première colonne horizontale de chiffres : $2 + 7 + 6 = 15$. Passez ensuite à la seconde colonne horizontale, à la troisième, puis à la première verticale, etc... En somme durant un moment - disons dix minutes, un quart d'heure, - comptez et recomptez dans tous les sens, les chiffres que vous contemplez. Il est bien entendu que vous vous concentrez sur cette série d'additions autant qu'il est en votre pouvoir de le faire. Si vous vous êtes suffisamment concentré, après dix ou quinze minutes, vous connaîtrez par coeur la place occupée dans le carré par chacun de ces chiffres. A ce moment-là, fermez les yeux et poursuivez vos additions mentalement. Nous insistons sur la nécessité d'une concentration aussi intense que possible. Vous n'obtiendrez rien tant que vous ne parviendrez pas à consacrer la totalité de votre esprit conscient sur ce que vous faites. Au début, cela vous paraît difficile. Mais, comme nous l'avons dit, tout le monde peut devenir maître de ses facultés de concentration... Lorsque vous avez appris à lire, ces facultés ont été sollicitées aussi intensément que nous vous demandons de faire ici. Vous ne vous en êtes pas rendu compte pour une raison fort simple : personne ne vous avait découragé à l'avance en vous disant : "C'est difficile, très difficile!". Et vous avez appris à lire sans grande difficulté. Se concentrer sur les exercices que nous vous proposons n'est pas plus difficile. Il suffit, pour en venir à bout de bien vous convaincre de ce fait et de faire preuve de quelque persévérance.

Revenons-en à notre expérience qui touche à sa fin. Il est difficile de dire à quel moment précis et sous quelle forme la perception extrasensorielle se manifesterá en vous - cela dépendra essentiellement de votre tempérament propre. Mais ce qui est certain, nous nous en portons garant, est que si :

- 1° / vous êtes parvenu à un état de concentration suffisant.
- 2° / vous n'êtes guidé par aucun mobile malfaisant ou haineux, cette perception se manifesterá car votre Inconscient finira obligatoirement par franchir le barrage que votre esprit conscient lui oppose.

Vous aurez, soit une vision de l'ami disparu alors que, les yeux fermés, vous vous efforcez de conserver le contrôle de vos additions de chiffres, soit une pensée fulgurante qui vous viendra l'exercice terminé. Le tout est d'apprendre, en faisant de multiples expériences, comment votre Inconscient personnel relève, habituellement, le défi qui lui est posé.

Si vous avez choisi la Voie B, peut-être vous posez-vous cette question : est-ce que, vraiment, tous ces exercices qui relèvent de l'entraînement d'un shaman mongol ou d'un lama tibétain spécialisé dans la para-psychologie, est-ce que ces pratiques peuvent véritablement me donner la maîtrise de moi-même, de mes pensées, de mes actions, de mon "devenir" ? La réponse est oui. A condition toutefois que vous œuvriez, non pas dans un but totalement désintéressé, ce qui vous est impossible pour le moment, mais dans un climat moral raisonnablement altruiste. Qu'on le veuille ou non, quoi que puisse

affirmer l'orgueilleuse - et très jeune - civilisation occidentale, il y a plus de force véritable, de maîtrise de soi et même de vraie bonté chez un shaman, un tao-tsé moyens que chez la plupart de nos psychologues agressivement rationalistes, considérant la psychologie comme un simple métier. Il existe de mauvais shamans - "les magiciens noirs" - comme il existe de mauvais prêtres. Dans les deux cas, il s'agit d'exception et non de règle. Suivez donc la Voie B, la Voie des lamas exorcistes et des Tao-Tsé. Mais dites-vous bien que la para-psychologie est un moyen d'atteindre la maîtrise de vous-même d'abord, l'Eveil ensuite lorsque vous sentirez que le moment est venu. En aucun cas, elle ne saurait constituer une fin en soi.

Dans un texte précédent, nous vous avons expliqué en quoi consistait l'Appel aux Forces. Lorsque vous procéderez à cette opération, nous vous recommandons, juste avant de l'entreprendre, de prier si vous êtes croyant, d'adresser une pensée de sympathie à l'Univers entier si vous êtes non-religieux au sens classique du terme. Encore une fois, cette prière ou cette pensée sympathique n'est pas destinée à conjurer une Force mauvaise extérieure, mais bien le démon de la Volonté de puissance que nous portons tous en nous.

Nous vous conseillons de demander tout d'abord, en pratiquant l'Appel aux Forces, votre amélioration morale personnelle. C'est là une chose que l'on obtient plus facilement que toute autre par ce procédé. La concentration demandée est moins grande, puisque l'objet du désir est tout proche. Mais, de toute façon, sachez qu'il est licite d'obtenir certaines choses de cette façon et qu'il en va autrement pour certaines autres. Ce qui ne veut pas dire que vous ne les obtiendriez pas : mais elles vous seraient d'un mauvais usage. Par exemple, il est licite, pour un homme qui estime être insuffisamment payé par son employeur de demander aux Forces d'améliorer son salaire. Mais, il est illicite de ne pas, en même temps, faire son travail le mieux possible. Si un homme aime une femme, il est licite qu'il demande aux Forces d'inspirer à cette femme un semblable amour, mais si cette femme éprouve déjà un attachement pour un autre homme - ou si elle n'est pas libre - ou si l'homme n'a pas réellement l'intention de faire le bonheur de la femme, sa demande aux Forces devient illicite et, un jour ou l'autre, il regrettera de l'avoir formulée. Il est d'ailleurs recommandé, lorsque l'on fait Appel aux Forces, de ne pas exiger plus qu'il n'est possible raisonnablement d'espérer; Il est également recommandé d'aider consciemment les forces inconscientes. Nous avons connu un homme qui voulait améliorer sa situation et qui, pour cela, fit Appel aux Forces. En même temps, il se conduisait à son travail de telle façon qu'à tout autre moment il eut été licencié. Dans ce cas précis, l'opération ne donne aucun résultat positif. L'homme en question pût même s'estimer heureux de garder sa place. Prudence, donc, et réflexion préalable. Soyez bien certain, avant d'entreprendre l'Appel, que vous désirez vraiment et par-dessus tout, ce que vous allez demander...

Citons encore un autre cas d'Appel aux Forces, couronné de succès celui-là... Succès regreté après coup!

Il s'agit d'un jeune homme, originaire du Sud-Ouest de la France et qui aimait une jeune fille... qui ne l'aimait pas, mais alors, elle pas du tout. Le garçon était malheureux "comme les pierres" selon sa propre expression. Etre aimé de cette jeune personne lui paraissait une absolue nécessité. Devant son insistance et non sans l'avoir charitablement prévenu, nous lui avons enseigné la manière d'appeler à son secours les Forces secourables quoi-que non pourvues de ce que nous appelons intelligence. Et cela "marcha". Très bien. Trop bien, même. Ils sont mariés depuis bientôt un an au moment où ces

lignes sont écrites et le jeune homme vient de tenter, sans succès cette fois... de s'enroler dans une quelconque Légion étrangère. Le malheureux avait l'intention de fuir la divine créature qu'il avait épousé et qui s'était révélée, dès les premiers jours du mariage sous son véritable aspect de harpie, jalouse, vindicative et atrabilaire. Détail pittoresque, mais peu apprécié de l'infortuné époux : cette aimable personne, de constitution athlétique, rosse comme plâtre son conjoint, lequel est assez chétif. Méditez cette mésaventure et dites-vous bien, avant d'entreprendre une action psychique : "Est-ce que vraiment cela m'est nécessaire" ?

Il nous faut encore vous mettre en garde contre autre chose. Lorsque, après quelques semaines consacrées au développement de votre pouvoir de concentration, vous passerez à la pratique de "l'Appel aux Forces", il faut vous attendre à des échecs répétés. Il se peut que votre première expérience soit couronnée de succès mais, s'il en est ainsi, ne croyez pas pour autant que "c'est gagné!". Il en est de la para-psychologie comme de toute chose : la chance (!) sourit parfois au débutant, mais, si celui-ci veut devenir un véritable praticien, il lui faut se perfectionner - et les échecs sont faits pour l'aider à marcher vers cette perfection. L'échec est nécessaire.

Lorsque vous obtiendrez des résultats réguliers dans le domaine para-psychologique (en moyenne 70 % de réussites), sans doute serez-vous tenté de faire bénéficier autrui de vos nouveaux talents. Ce sera tout à votre honneur mais, n'oubliez pas que les désirs d'autrui ne sont pas forcément les vôtres.

Pour terminer, nous vous disons ceci : nous ne voulons pas faire de vous un "magicien" ou une "magicienne". Si nous vous proposons d'utiliser, après entraînement, les pouvoirs cachés en vous, comme en tout être humain, c'est simplement parce que cette méthode, la seule à agir directement sur le Subconscient, donne infiniment plus vite que toute autre, la maîtrise de soi-même et de son destin. La para-psychologie n'est, en elle-même, ni bonne ni mauvaise. Elle peut se comparer à la pratique de l'athlétisme. Il est des jeunes gens qui se livrent au sport pour acquérir un corps robuste et devenir des hommes qui ne seront pas à la charge de la Société - et même qui seront utiles à celle-ci. Mais l'athlétisme sert aussi de préparation militaire et donne à la jeunesse des muscles solides qui doivent permettre de tuer plus aisément. La para-psychologie sera ce que vous en ferez, mais, nous vous prévenons : les "magiciens noirs" sont toujours leurs propres victimes...



Nous allons maintenant vous entretenir d'un des éléments les plus importants de la Technique du Tao : la respiration embryonnaire...

Il existe, en Occident, beaucoup d'ouvrages qui citent cette pratique, qui la décrivent même. Disons-nous que leurs auteurs connaissent mal ce dont ils parlent ? Nous n'irons pas si loin. Mais il est certain qu'ils jugent de l'extérieur et n'ont jamais sérieusement pratiqué ce genre de respiration.

... Lorsqu'il est question de sciences ou techniques typiquement chi-

noises, les auteurs d'Occident manifestent une forte tendance à classer systématiquement celles-ci en deux catégories non seulement différentes, mais opposées. Les unes sont dites irrationnelles, pré-logiques, "magiques" - les autres sont rationnelles, logiques, dignes, en un mot, de civilisés. L'Astrologie du Tao, la divination par le Yi-King appartiennent, pour les Occidentaux, à la première catégorie. (Exception notable toutefois : C. Jung estime "valable" l'utilisation du Yi-King. Il est vrai que Jung s'est donné, lui, la peine d'étudier la question avant d'en parler).

Par contre, l'acupuncture et la respiration embryonnaire ont trouvé accueil favorable en Occident. Ce sont, dit-on, des techniques "qui fonctionnent". Par conséquent, elles sont rationnelles.

Rationnelle, l'acupuncture ? Basée sur le système des "correspondances" exactement comme l'Astrologie, l'acupuncture est bien une méthode de magie médicale s'il en est ! Il est vrai que l'Occident connaît aussi le "placebos", ce médicament de farces et attrapes... qui donne souvent d'aussi bons résultats que les médicaments authentiques.

La respiration embryonnaire est, elle-aussi, considérée comme une technique rationnelle. Et cependant, nous aimerions bien savoir en quoi elle diffère, en son principe, des procédés para-psychologiques mentionnés par nous dans les pages précédentes.

En ce cas, la respiration embryonnaire appartiendrait donc au domaine magique et Lao-Tseu, Sou-Tchien et le très rationaliste Confucius qui l'ont pratiquée seraient donc des "magiciens" ? Pour nous, il n'existe pas de problème : la magie n'existe pas, mais la para-psychologie existe bel et bien et c'est une technique naturelle.

Voyons maintenant en quoi consiste ce mode respiratoire, et tout d'abord quel est son but ? Le qualificatif l'indique, mais en partie seulement : il s'agit de rendre l'être humain tout entier - et non seulement son corps - aussi indépendant du milieu que l'est, en principe, l'embryon... De rendre, en un mot, l'être humain aussi autonome qu'il est possible, par rapport à l'Univers (Tai). Ceci afin de le rendre, justement, capable de comprendre ce Tao. Pour que l'individu soit capable de connaître le Tout, il faut, c'est évident, qu'il soit réellement un individu, c'est-à-dire, qu'il soit indivisé.

Il est nécessaire d'avoir déjà pratiqué la rétention respiratoire avant de se livrer à la respiration embryonnaire. On doit, obligatoirement être capable de retenir son souffle un assez long moment. Contrairement, à la rétention respiratoire, la respiration embryonnaire peut se pratiquer à n'importe quel moment. Toutefois, la position couchée est requise.

Il convient d'être allongé sur une natte - ou un matelas de dureté moyenne. Aucun souffle de vent ne doit pénétrer dans la pièce. Il n'est pas nécessaire de se déshabiller mais les vêtements ne doivent occasionner nulle gêne. Le corps doit être allongé sans raideur, les muscles détendus, les bras le long du corps. Il ne faut mettre sous la tête ni coussin, ni oreiller. La tête doit se trouver à plat, au même niveau que le corps. Vous y êtes ? Bien. Maintenant, expirez à fond. Videz vos poumons complètement ; aussi complètement que possible. Il s'agit avant tout de chasser tout air vicié.

Vos poumons sont vides ? Aspirez à présent. Normalement. Il ne s'a-

git pas d'absorber le plus grand volume d'air possible mais de prendre une aspiration normale, comme vous le faites habituellement. Seulement, lorsque l'air que vous venez d'aspirer, a pénétré dans vos poumons, n'expirez plus - exactement comme lorsque vous pratiquez la rétention respiratoire, à cette différence près que l'air ne doit pas demeurer inerte, si l'on peut dire, dans vos poumons. Abaissez votre poitrine, rétractez vos muscles pectoraux et votre abdomen gonflera sous la pression de l'air. Gonglez à nouveau la poitrine, rentrez le ventre. Dégonflez la poitrine, laissez bomber l'abdomen. Recommencez plusieurs fois cet exercice. Bien, vous avez compris le principe.

Maintenant, réfléchissez. Ou se trouve votre ego, votre "moi" ? Disons-nous qu'il est réparti dans toute votre personne ? Si tel était le cas, un uni-jambiste ne posséderait donc plus un "moi" complet et nous savons qu'il n'en est rien. Le "moi" serait-il donc localisé dans une partie précise du corps ? Au moment exact où nous en sommes et à la condition d'identifier l'ego à l'être "existant", il est permis de dire que, pratiquement, votre "moi" se trouve là où est l'air inspiré. Nous savons ce que cette thèse peut avoir d'artificiel et nous ne la tenons certes pas pour article de foi mais enfin, dans la pratique, c'est à peu près ainsi que les choses se présentent.

Donc, pour l'instant, vous pouvez, sans trop bousculer la raison, assimiler votre "moi" à l'emplacement occupé par cet air que vous venez d'aspirer. Votre ego se trouve en ce moment dans votre poitrine. Maintenant, votre poitrine s'abaisse, l'air "descend" vers l'abdomen, qu'il rend pro-éminent. Votre ego ou, si vous refusez d'accepter ce mot, ce "quelque chose" qui maintient en vous la vie et qui n'est rien d'autre que l'air aspiré, se déplace comme un curseur et se trouve maintenant un peu au-dessous de vos dernières côtes. En êtes-vous bien sûr ? En fait, il est plus que probable que cet air n'a pas changé le moins du monde de place - sauf si vous possédez déjà une longue pratique des exercices respiratoires - et cependant, vous sentez, vous, qu'il s'est déplacé. Qu'est-ce à dire ? Nous ne sommes pas des scientifiques et ne vous fournirons pas d'explications pour la raison simple que nous n'en possédons pas de convaincantes. Mais il est certain que, même si dans la réalité l'air ingéré ne s'est pas déplacé, vous ressentirez ce déplacement. Les Anciens taoïstes disaient que, même si le "corps" de l'air ne se déplace pas, son "esprit" se meut. Comme, dans la pratique et en dépit de tout raisonnement logique, les choses se présentent effectivement ainsi, nous vous proposons de laisser de côté ce problème sans le résoudre et d'en tirer un enseignement pratique.

Si l'air peut - par répercussion musculaire ou de toute autre façon, agir sur une partie du corps - l'abdomen - avec laquelle il n'entre pas en contact, pourquoi cette action ne pourrait-elle pas s'exercer sur n'importe quelle partie du corps ? Je ressens une douleur dans un bras, dans une jambe, cet air qui est ma vie, ma force, moi-même en somme, ne pourrait-il pas, dirigé par la pensée vers l'organe souffrant, lui insuffler - c'est le cas de le dire - de la force, et par là-même soulager la douleur ? Si je sens mes nerfs en mauvais état, si je suis peu maître de moi, ne puis-je pas, en dirigeant "l'esprit de l'air" vers mon système nerveux, donner à celui-ci l'équilibre qui lui manque ? Si, enfin, mon intelligence défaille devant un problème, "l'esprit de l'air", guidé vers mon cerveau, ne m'aidera-t-il pas à le résoudre ? La réponse est : si!

Auto-suggestion, dira-t-on évidemment, ce terme étant le maître-

mot de l'Occidental devant un phénomène psychique dont la nature lui échappe, (il y a du reste progrès : au siècle dernier, il eut dit : hystérie). Nous disons, nous, tout simplement, que c'est là le résultat d'un travail physiologique de l'Inconscient, au service d'une concentration mentale intense, car, pour mener à bien ce genre de chose, une concentration intense est requise. Peut-être notre définition est-elle le pendant exact de la définition occidentale, mais, en ce cas, si par auto-suggestion il est possible comme tel est ici le cas, de soulager la douleur et d'acquiescer momentanément plus de lucidité d'intelligence, vive l'auto-suggestion! Nous tenons toutefois à signaler que les "placebos", ces médicaments factices qui soulagent mainte douleur et sont bien, eux, des applications de l'auto-suggestion, sont sans effet sur le rhumatisme. Or, la pratique de la respiration embryonnaire donne, dans les cas d'arthrite, de rhumatismes, de sciatique, d'excellents résultats.

Comme vous l'avez sans doute déjà compris, les applications de la respiration embryonnaire ne sont pas limitées au domaine de la lutte contre la douleur physique. Cette méthode, pour certains, constitue un tout, et il est parfaitement possible de parvenir à l'état spécial de conscience appelé "EVEIL" par la seule pratique de cet exercice convenablement dirigé. Toutefois, nous croyons que rares sont les Occidentaux auxquels cette Voie convient. Que ceci ne vous empêche cependant pas de pratiquer la respiration embryonnaire, au moins en ce qui concerne la lutte contre la souffrance physique et même morale. La personne déjà capable de se concentrer fortement - et vous en serez capables si vous pratiquez l'exercice de concentration sur les nombres que nous vous avons précédemment proposé - peut, à volonté, en "dirigeant l'esprit de l'air vers son cerveau", chasser loin d'elle toute pensée déprimante, de même qu'elle peut, dans une large mesure, combattre la souffrance physique.

Nous en resterons là pour aujourd'hui. Il vous faut, si vous avez choisi la Voie B, assimiler ce que vous venez de lire avant d'aller plus loin. Lorsque vous jugerez que cette assimilation est chose faite, signalez-le à J. Calmar, qui vous fera parvenir la suite de votre enseignement. Si vous avez pris la Voie A, nous vous disons : êtes-vous sûr d'avoir parfaitement compris le sens de l'historiette qui vous fût contée dans le sixième texte ? S'il en est ainsi, vous approchez de l'Eveil tel que nous le comprenons - et tel qu'il vous apparaîtra bientôt. Continuez à pratiquer le Wou-Wei qui est, si nous osons dire, le comburant de votre expérience - et le Tsyng-Chen intégral qui en est le carburant. Bientôt, il sera temps de vous fournir un petit texte à méditer - d'une façon spéciale. L'Eveil ne sera plus alors qu'à quelques pas de vous. Mais ne brusquons rien, n'est-ce pas ? L'entraînement que vous suivez en ce moment vous est nécessaire, croyez-nous!

QUE LES PUISSANCES BIENFAISANTES SOIENT AVEC VOUS...

TEXTE IX

Peut-être l'avez-vous remarqué ? Il est un mot qui n'apparaît pratiquement jamais dans nos textes, le mot Dieu. Nous vous avons prévenus dès le départ. L'Ordre Tchan est une organisation qui s'occupe de psychologie - et même de para-psychologie -, de philosophie pratique, mais absolument pas de religion au sens habituel du terme. Il se peut, cependant, que notre attitude vous étonne quelque peu. En Occident, nous l'avons remarqué, les Ecoles de "Pensée constructive" font toutes au moins allusion au pouvoir divin, soutien et garant des justes souhaits de l'homme. La technique du Tao, qui est, elle aussi en somme, une méthode de pensée constructive, ne demande pas à Dieu d'entrer dans son champ d'action. Nous tenons à vous donner les raisons de cet agnosticisme pratique.

Si nous ne faisons pas appel à Dieu, à l'Absolu, ou quelque nom que l'on veuille donner à la Conscience cosmique, c'est tout simplement par respect. Il est bon, il est bien, que des organisations à caractère religieux invoquent Dieu, prient... Il est bon, si vous êtes croyant que vous agissiez de même et si, tout en ayant en vous des aspirations vers le Divin, vous n'avez pu encore trouver une Voie religieuse qui vous satisfasse, nous nous tenons - nous l'avons déjà dit - à votre disposition pour vous mettre en relation avec des personnes qui pourront vous guider utilement. Mais nous nous refusons à mêler Dieu à des problèmes qui regardent l'homme seul. Nous ne sommes pas de ces petits garçons qui appellent papa à la première difficulté rencontrée. D'après toutes les religions, l'être humain possède un libre arbitre ou, tout au moins, est susceptible d'en acquérir un. Il existe en nous assez de ressources potentielles pour que nous soyons capables de régler nous-même nos minuscules problèmes. Louez Dieu si vous en ressentez le besoin, mais ne l'invoquez donc pas à propos de bottes!

Un reproche - que nous attendions - nous a été fait. C'est un bien vieux reproche, puisqu'il fut déjà adressé - entre autres - au Pape Gerbert et Albert le Grand, saint patron des hommes de science. Il s'agit, bien entendu, de nos procédés para-psychologiques.

- "L'homme qui prie" nous a-t-on dit, "demande humblement que quelque chose lui soit donné. Vous, même si votre attitude est respectueuse, vous EXIGEZ!".

Nous admettons parfaitement les critiques des personnes qui nient la valeur des pouvoirs para-psychologiques en tant que facteurs d'élévation spirituelle. Nous leur répondons simplement : l'expérience parlera pour nous. Mais le reproche qui nous est fait, "d'exiger et non de demander", nous ne pouvons l'accepter. Un radiesthésiste "demande-t-il" quelque chose à son pendule ? Le prie-t'il ? Comme le radiesthésiste, nous nous livrons à une expérience d'ordre pratique. Nous tentons de résoudre le problème suivant : en prenant certaines attitudes, en effectuant certains gestes, dictés par une Tradition millénaire, pourrions-nous mettre en mouvement à notre avantage, les Forces, les énergies ININTELLIGENTES qui circulent à travers l'Univers ?

Il ne s'agit pas d'évoquer des Anges, des Génies, des Démones ou toute autre entité pourvue de ce que nous appelons : raison, mais bien de solliciter des Puissances dont la nature s'apparente au magnétisme, à l'électricité et surtout au psychisme INCONSCIENT (c'est-à-dire non raisonnable) de l'être humain.

Peut-être, direz-vous. Mais en ce cas, si ces Forces appartiennent à la Nature brute, pourquoi leur manifestez-vous un si curieux respect ?

Le paysan chinois ou tibétain s'incline devant le bol de riz qu'il va manger. Animisme ? Certes pas ! Mais sentiment de vénération dû à la Nature, qui est, tout comme l'Homme, une émanation du Divin - quel que soit le sens que l'on donne au mot "Divin". Ne croyez-vous pas que l'Occidental gagnerait à se montrer un peu plus respectueux à l'égard de la Nature ?

Restons-en là. Il serait quand même étonnant qu'il existe encore des personnes imaginant que c'est Dieu lui-même qui tonne au sein des orages...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Maintenant, durant quelques pages, nous allons vous présenter un texte touffu, confus, de lecture et de bonne compréhension malaisées.

Des comparaisons baroques, des propos bizarres et peut-être révoltants vont être tenus. Pour tout dire, le texte qui va suivre vous sera peu compréhensible et vous semblera probablement un tissu d'insanités.

En ce cas, direz-vous, pourquoi le présenter ?

Réponse : parce que ce texte n'est pas fait pour être compris par la seule raison consciente mais par

votre psychisme TOTAL -

SUBCONSCIENT COMPRIS

Ceci grâce à la pratique d'un exercice que nous avons déjà mentionné - mais dont nous parlerons plus loin longuement : le TSYNG-CHEN intégral, porte de l'EVEIL.

Ce texte est, en principe, destiné aux seuls adeptes de la Voie A. Cependant, même si vous avez choisi de suivre, pour le moment, l'autre Voie, nous vous conseillons de le lire. Et de le lire plusieurs fois.

Vous pensez qu'il est trop tôt ? Que vous n'êtes pas encore préparé ? Qu'il subsiste en vous trop de désirs divers ?

Peut-être ! Mais peut-être aussi est-il, à votre propre horloge : PLUS TARD QUE VOUS NE PENSEZ !

Lisez ce texte baroque. En dépit de son incohérence, il est le texte le plus important que vous puissiez lire, car il constitue la première tentative faite par un Ordre ésotérique, pour transcrire EN CLAIR l'essentiel de sa Connaissance.

Seuls les hommes du Tao pouvaient se livrer à cette tentative, car ils sont, parmi les "occultistes", ceux dont la mentalité se rapproche le plus de celle des scientifiques d'Occident. De plus, depuis les transformations ap-

"Comme le fait est courant dans ce pays, comme très souvent l'homme qui entend cette voix intérieure a eu un père qui entendit un jour la même voix et qui mourut effectivement, il sait, d'expérience en quelque sorte, que ce que dit la voix va se réaliser et - c'est alors que je ne comprends plus - il devient tout triste. Et lorsqu'on lui demande la raison de sa tristesse, il vous regarde d'un air étonné et vous répond qu'il ne peut qu'être triste puisqu'il va quitter les siens pour toujours, sans espoir de jamais les revoir. L'avenir, dit-il, lui est fermé...

"Eh! bien, moi, je vous le demande : comment un homme qui connaît la prescience peut-il parler d'avenir ? S'il meurt le troisième jour de la Lune et qu'il en ait eu prescience, le premier jour de cette même Lune, il fallait bien que cet événement - sa propre mort - EXISTE déjà ce premier jour...

Comment pourrait-on avoir connaissance d'une chose qui n'existe pas ? Vous me dites qu'un sens mystérieux donne la pré-connaissance des choses à venir ? Des mots! Ce sont des mots derrière lesquels vous cachez votre ignorance... Car, si l'on suit votre raisonnement, il nous faut admettre que pour l'être humain, il existe un passé, un présent, un avenir - mais que pour le sens mystérieux dont vous parlez et qui pourtant appartient à l'homme TOUT EST PRESENT!

Vous dites maintenant que chez l'homme, tel qu'il est habituellement, lorsque ce sens mystérieux dont vous parlez ne se manifeste pas, le passé n'est qu'un souvenir et le futur un néant, un vide à remplir, parce que, s'il en était autrement, l'homme sachant ce qui va advenir, n'agirait plus, laisserait tout aller à vau-l'eau...

"Là, votre raisonnement est proche du mien, car vous reconnaissez implicitement que passé, présent et futur ne sont que des fictions. Mais vous êtes-vous jamais posé cette question capitale : Pourquoi, si le Temps est un Présent Eternel, l'être humain ne le reçoit pas comme tel ?

"Je vais vous le dire : l'homme ne peut concevoir la pérennité du Présent parce qu'il est la proie de la soif du Devenir. Mis à part le Sage, l'homme n'est jamais content de son sort. - ni du fonctionnement de l'Univers. Même le Saint n'est pas satisfait, car il veut sans cesse devenir meilleur. Des Sages ont dit : "Qui es-tu donc pour penser qu'il n'est pas ce qu'il devrait être ? L'aurais-tu créé plus intelligemment"? S'il aspire à la Sagesse, à la Connaissance, l'homme accepte cette recommandation.

MAIS CE QU'IL N'ARRIVE PAS A COMPRENDRE, C'EST QUE LUI-AUSSI FAIT PARTIE DE CET UNIVERS ET QU'IL DOIT S'ACCEPTER TEL QU'IL EST. L'homme n'est jamais satisfait de ce qu'il est lui-même. Je ne parle pas du fait qu'il estime toujours ne pas avoir assez d'argent, assez de plaisirs - ce sont là des faiblesses mais non les plus graves - je parle du fait que l'homme voudrait ETRE autre chose que ce qu'il est. Tel qui est irritable voudrait devenir doux, tel qui est timide voudrait s'imposer à autrui. Or, paradoxalement, on ne peut changer qu'en acceptant, CONSCIEMMENT, d'être ce que l'on EST. (1)

L'un de vous vient de me demander si l'homme qui est naturellement méchant doit ne pas lutter contre sa déplorable tendance naturelle. Je vois où vous voulez en venir : vous voulez pouvoir dire que Sou-Tchien conseille de suivre sa propre nature, même si elle est vicieuse...

Eh! bien, non. Il ne faut pas confondre l'ETRE et le COMPORTEMENT.

Nous vous proposons, en somme, de faire exactement l'inverse de ce que l'Occident appelle la Pensée créatrice, laquelle est plus ou moins basée sur la méthode du pharmacien Coué. Cette méthode consiste, comme chacun sait, à se répéter jour après jour, même sans y croire : "Tout va mieux, tout va de mieux en mieux" et ce mieux est censé arriver lorsque l'Inconscient, saturé d'affirmations optimistes finit par acquiescer et par mettre ses ressources en action de façon bénéfique.

Beaucoup de psychologues se sont moqués de cette méthode, qualifiée par eux de puérile, de simpliste, d'infantile. Cependant, quelques uns - et parmi les meilleurs - pensent (et ils ont raison) qu'il y a une parcelle de vrai dans le procédé préconisé par M. Coué. En fait, l'erreur de cette méthode est la suivante :

Elle part du principe que l'Inconscient n'est qu'une forme dégradée du Conscient - une sorte de Conscient plus puissant quant au "pouvoir", mais peu "intelligent" - et qu'il convient de convaincre par la répétition, comme l'on fait avec un enfant peu doué. Il n'en est rien : l'Inconscient est une brute formidable qui n'agit que dans un perpétuel esprit de contradiction. "C'est un mulet géant!" disait Yuan-King.

C'est pour cela qu'il convient d'utiliser les forces de l'Inconscient pour comprendre ce que le conscient seul ne peut comprendre - c'est-à-dire le fait que tout ce qui arrive à l'homme - sa naissance - sa mort - sa vie - tout cela se déroule, pour qui n'est pas aveuglé par la soif du Devenir, en même temps et perpétuellement. Ce qui fait que l'homme n'est pas, ne peut pas être DEFINITIVEMENT mort, quoi qu'il puisse croire et espérer. L'homme a soif de biens dans l'immédiat. Il a soif d'une vie meilleure dans une vie au-delà de la tombe et il soupire : "Cette vie-ci ne vaut pas la peine d'être vécue. Je souffre de ceci, de celà. Je voudrais être ceci ou celà. J'ai trop de malheurs. Mais si, plus tard, dans une autre vie, dans un autre monde, je rencontre le calme et la plénitude, tout sera bien!"

Ne comprend-t'il pas que pour apprécier le Bien il est nécessaire que le mal existe ? Qu'une éternité de délices ne peut se concevoir puisque un délice ne peut s'apprécier qu'en raison d'un mal antérieur et d'un mal postérieur possible et même probable ? Que tout malheur est relatif et que ce qui lui paraît un malheur - s'il est seul, s'il a faim, s'il est pauvre, s'il est malade - lui paraîtrait un délice s'il se trouvait dans un de ces camps où sévissaient les séides de M. Hitler. Que l'on nous comprenne bien :

- Nous ne disons pas : il n'y a pas de vie par-delà la tombe mais simplement : l'Eternité existe déjà dans cette vie-ci. Si nous ne sommes pas plus clairs dans nos explications, c'est tout simplement parce que le vocabulaire adéquat fait défaut. Comme nous l'avons dit et répété, le conscient seul ne peut parfaitement comprendre cela, quelle que soit l'intelligence de la personne qui y réfléchit. L'apport de l'Inconscient est nécessaire. Voici, quelle que soit la Voie que vous avez choisie, ce que nous vous proposons. Vous allez lire une phrase qui émane de l'un des plus remarquables Tchánistes de notre époque, le psychologue iranien Moktar. C'est une phrase pittoresque et même saugrenue. Nous l'avons retenu de préférence à celles prononcées par de vieux maîtres chinois ou tibétains, parce qu'elle "cadre" parfaitement avec la mentalité de l'homme d'aujourd'hui. Si elle est bien comprise - nous voulons dire si, après l'exercice qui suivra, le sens de cette phrase est ressenti à la fois intellectuellement et intuitivement - l'adepte de la Voie A connaîtra ce que nous appelons l'EVEIL. L'Univers lui apparaîtra sous

son véritable aspect et il l'acceptera - et il s'acceptera lui-même. Plus modestement, l'adepte de la Voie B, aura perçu certaines vérités qui lui rendront plus aisé le chemin.

Voici cette phrase (ou plutôt cette série de phrases, mais seule la dernière, sous sa cocasserie, possède une véritable importance).

"Nous savons aujourd'hui que le Temps et l'Espace sont liés (dit le docteur). Sans Espace, pas de Temps perceptible et vice-versa. Nous savons aujourd'hui également que, pour les sens de l'homme et pour les instruments qu'il utilise, il n'est, dans l'Univers, nulle vitesse perceptible supérieure à celle de la lumière puisque tout objet dont la vitesse approche celle de la dite lumière voit sa masse tendre vers l'infini et, par conséquent, se convertit en ondes (ou en particules peu importe) de lumière, lorsqu'il atteint la vitesse-limite de celle-ci. C'est justement parce que l'homme, bien qu'il puisse concevoir intellectuellement une vitesse supérieure à celle du phénomène lumineux, n'en a pas rencontré dans la pratique et dans son Univers de tous les jours - qu'il est incapable de concevoir intellectuellement la pérennité du Présent.

"Que se passerait-il, du moins en théorie, si un corps quelconque pouvait se déplacer plus vite que la lumière ? Cette dernière vitesse étant une vitesse limite, le corps en question remonterait le Temps. Et c'est bien ainsi que, dans l'Univers, hors de portée de la compréhension de l'être, conditionné par la soif du Devenir, les choses se passent. Prenons un être, l'homme par exemple et comparons sa vie au déroulement d'un de ces objets avec lesquels les enfants jouent et qu'on appelle, je crois, un "yoyo". Mais, pour ma démonstration, j'ai besoin d'un yoyo d'un genre très spécial : d'un yoyo dont la ficelle se déroulerait sous l'action de la pesanteur à vitesse normale, comme un honnête yoyo - mais qui, lorsque le jouet, grâce à l'impulsion acquise, remonterait vers le doigt, s'enroulerait à une vitesse supérieure... à celle de la lumière ! Inutile de dire qu'il s'agit là d'un exemple de haute fantaisie. Mais, en admettant, pour les besoins de ma démonstration, la possibilité théorique de pareil objet, que se passerait-il ?

"Supposons que, d'une part, l'enfant qui jouerait avec ce yoyo, se trouve pour la première fois en possession d'un jouet de ce genre et qu'il ignore tout de son fonctionnement. Supposons d'autre part qu'avant de repartir vers le haut à une vitesse supra-lumineuse notre yoyo marque un temps d'arrêt suffisant pour que l'enfant ait le temps de réfléchir au comportement de son jouet.

"Tandis que la double rondelle de bois descend, à vitesse normale, l'enfant - supposons-le quelque peu métaphysicien malgré son jeune âge - a tout le loisir de philosopher : "mon yoyo" pense-t'il "vit sa vie de yoyo qui consiste à descendre vers le sol..." Arrivé à l'extrémité de la ficelle, le yoyo marque le temps d'arrêt dont nous avons parlé et le jeune philosophe songe : "il en est ainsi de toute chose. La vie de mon yoyo, ou tout au moins sa fonction est arrivée à son terme..."

"Mais au même instant, plus prompt que la lumière - et remontant, par conséquent, non seulement vers la main de l'enfant mais aussi ce que nous appelons le cours du temps, le yoyo revient à son point de départ de l'espace-temps c'est-à-dire quelques dizaines de centimètres plus haut et quelques secondes avant le point de l'espace/temps où il se trouvait à la fin de sa course... Il se trouve donc au point précis et à l'instant précis où il était a-

Vous pouvez avoir une troisième réaction, très légitime celle-là :

" Faire l'effort de comprendre ces pages" pouvez-vous penser, "je le veux bien. Mais quel rapport cela a-t'il avec mes problèmes personnels ? Je gagne mal ma vie... ou je suis malheureux affectivement... ou je n'obtiens pas le poste que je désire... ou encore je ne parviens pas à trouver le contact avec mes semblables... Oui, je me le demande, quel rapport avec mes besoins ? Après tout, j'ai choisi la Voie B, celle des "pouvoirs".

Nous vous répondons :

Ce texte, compris par vous, suivi du Tsing intégral exécuté selon les directives que nous allons vous donner, suffira à lui seul à métamorphoser votre existence. Il est un des points de jonction des Voies A et B.

Enfin, nous prévoyons une quatrième réaction.

Vous pouvez penser : "Ce que ces gens-là affirment et qui est peut-être gratuit, me paraît aller à l'encontre de mes croyances personnelles. Ma religion - ou ma philosophie - affirme certaines choses que ce texte paraît nier. Je n'ai pas l'intention de remettre en question les options sur lesquelles sont basées ma morale et toute ma vie. Ce texte, de mon point de vue, est destructif..."

A ces personnes, nous répondrons :

Non! Cent fois non! Ce texte n'est pas destructif. Il ne l'est pour aucune croyance positive. Que vous soyez bouddhiste, chrétien, védantiste - si vous réussissez à assimiler le contenu de ces quelques pages, vos croyances se trouveront renforcées parce qu'assises, enfin, sur quelque chose de vécu. Et à ce sujet, dans un prochain texte, nous vous parlerons d'une philosophie prodigieusement ancienne, dont l'Occident - et même pratiquement l'Orient - ne connaît RIEN en dehors d'un extrait caricatural : le Bardö-Tho-Dol ou "Livre des Morts Tibétains". Cette philosophie - qui n'est pas, précisons-le - un syncrétisme, permet de comprendre la validité et la réalité de toutes les religions possibles.

Voici, en gros, quelles seront les réactions que nous prévoyons après lecture de ce texte. Nous ne pouvons vous dire que ceci : la première est la meilleure...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Ce qui va suivre est donc destiné à la personne qui, même sans trop d'enthousiasme, a décidé de jouer le jeu et de relire chaque jour les passages de notre texte dont le sens lui paraît le plus obscur. Nous lui conseillons de méditer durant quelques minutes après chaque lecture. Nous l'avons prévenue - et nous la prévenons encore du fait que la compréhension intellectuelle, pour importante qu'elle soit, ne suffit pas : la Technique du Tao n'est pas le Sam-kiya. Il faut maintenant intégrer cette connaissance consciente que demeure en vous - nous le savons - assez confuse et trouble, à votre Etre subconscient.

Pour cela, la pratique du Tsyng-Chen intégral est nécessaire.

Nous avons déjà expliqué aux adeptes de la Voie A en quoi consistait le Tsyng-Chen intégral. Mais nos explications ont été insuffisantes. Cette insuffisance n'avait aucune importance avant aujourd'hui, mais maintenant c'est différent et il nous faut maintenant mettre, comme l'on dit, les points sur les i.

Dans notre premier texte, nous vous avons demandé de pratiquer la phase physique du Tsyng-Chen. C'était là, il faut bien le dire, un exercice peu exaltant. Il oblige les gens à porter leur attention sur ce qu'ils font et ils ont horreur de ça. De plus, nous ne précisions pas la durée de l'exercice ce qui ajoutait au sentiment d'ennui qui s'en dégage naturellement.

Le Tsyng-Chen intégral est très différent. Et tout d'abord, ce n'est pas un simple exercice psychologique.

Parmi les personnes qui suivent la Voie A, certaines nous ont écrit pour nous dire, sans plus :

"Tous les jours, quatre fois par jour durant une minute chaque fois, j'ai pratiqué le Tsyng-Chen intégral..." Quelques unes ajoutaient : "C'est assez (ou très) difficile..."

Comme nous l'avons dit plus haut, notre explication au sujet du Tsyng-Chen intégral était insuffisante et ces personnes n'ont pas compris...

Voici par contre, ce qu'écrit un homme qui, lui aussi, pratique cet exercice pour la première fois mais qui, particulièrement doué sur le plan psychique, a saisi intuitivement l'étrangeté de cet exercice :

"Cela ne fait aucun doute, (écrit Monsieur J. T..., de Nantes) le Tsyng-Chen est fatiguant. Curieusement fatiguant. Mais ces 4 minutes en 24 heures sont comme des bains-où je "sors" de quelque chose. C'est bizarre comme, pendant l'exécution de cet exercice, on a l'impression de voir les objets, les choses les plus banales, pour la première fois. On n'a pas l'impression de les découvrir, non! mais ils prennent un autre sens... Lequel ? je ne peux le définir. Ah! que les mots sont imparfaits, et combien je traduis mal ce que je ressens. C'est "cela" et ce n'est pas "cela"... Mais je suis sûr que vous comprendrez au moins une partie de mon bredouillage..."

Nous comprenons TOUT et non une partie de ce que nous écrit M. T... Et ce n'est pas un bredouillage mais une traduction aussi parfaite qu'il est possible de l'état ressenti - étant donnée, comme le remarque notre correspondant, l'insuffisance des mots.

Ce que ressent M. T..., nous l'avons nous-même ressenti, alors que nous débutions dans la pratique du Tsyng-Chen intégral. Nous ajouterons que, dans certains cas, légère sensation d'oppression, d'étouffement, peut aussi se manifester. Lorsque le Tsyng-Chen commence à prendre place dans les habitudes de vie, que se passe-t'il ?

Le caractère d'étrangeté ne s'atténue pas, bien au contraire, mais une sensation d'euphorie apparaît très vite, qui donne à l'exercice quelque chose d'exaltant. Techniquement parlant, les sensations éprouvées se situent à mi-chemin entre celles ressenties lors du samadhi yogique et celles accompagnant le "bersek" nordique - mais sans les manifestations agressives habituelles lorsque apparaît le bersek. (Nous rappelons que le bersek était - et est encore - ce sentiment particulier et justifié d'invincibilité qui s'empare d'un combat-

tant à la suite d'exercices spéciaux - ou par absorption de breuvages appropriés - ou accidentellement, sans raison spéciale. Les anciens Gaulois, Germains, et surtout Vikings connaissaient bien et appréciaient cet état mental et physique qui leur permettait des prouesses impossibles à réaliser en temps ordinaire. Par lui-même, le Tsyng-Chen intégral se rapprocherait davantage du Bersek que du samadhi, car il est (par lui-même, nous insistons) "état de l'être" et non "connaissance".

Puisque, comme nous l'avons dit, notre description du Tsyng-Chen intégral a été insuffisante, nous allons la reprendre de façon détaillée.

Le Tsyng-Chen intégral consiste, pendant un laps de temps dont la durée n'a aucune importance mais que nous avons évalué à une minute pour fixer un chiffre, à prendre conscience de TOUT ce dont il nous est possible de prendre conscience.

Ce TOUT englobe : nos gestes ordinairement conscients (du moins en principe) comme par exemple le geste d'allumer une cigarette. Nos gestes habituellement inconscients : les pas que nous faisons "machinalement". Nos réflexes : respiration - battements de paupières. Les attitudes que nous prenons. Nos pensées. Nos sensations : il fait chaud - il fait froid - je sens le vent sur mon épiderme - une odeur frappe mes narines - je ressens une démangeaison à tel endroit de mon corps. Ce que nous voyons. (Durant l'exercice la vue ne doit pas se concentrer sur quoi que ce soit mais au contraire "flotter" autour de nous, sans s'arrêter sur aucun détail particulier. Il en est de même pour l'ouïe : nous devons essayer de tout entendre sans essayer de retenir quoi que ce soit de précis).

Bref, nous devons utiliser à plein régime TOUTS nos sens à la fois et être aussi CONSCIENT que possible de ce que perçoit ces sens...

Comme l'on dit familièrement : "les bras vous en tombent!". Vous savez fort bien que vous ne pourrez jamais appliquer ce programme... Rassurez-vous, nous le savons aussi. Personne ne peut, même après trente années d'entraînement. Aussi, ce que nous cherchons, ce n'est pas vous amener à contrôler réellement ce que font tous vos sens, mais simplement faire en sorte que toutes vos facultés conscientes soient simultanément occupées. Nous vous demandons, entre autre, durant le Tsyng-Chen intégral, de "surveiller vos pensées..." Mais songez-y : si vous pratiquez l'exercice correctement, vos pensées, toutes vos pensées, seront fixées sur le travail de surveillance que nous vous demandons de faire. Il ne restera en vous rien de conscient qui puisse, à proprement parler, continuer à s'occuper de spéculations ou de cogitations. Cependant, "quelque chose" prendra, en quelque sorte, la relève, et pensera en vous tandis que votre pensée consciente sera occupée par la surveillance de votre activité sensorielle : votre "moi" inconscient. Et ainsi, pendant une minute approximativement, TOUTES vos facultés seront en action en même temps, ce qui, dans la vie ordinaire, ne se produit JAMAIS. L'homme, au dire des neurologues - affirmation à laquelle nous souscrivons pleinement - n'utilise consciemment qu'un DIXIEME de ses facultés...

Tout cela est bien beau, direz-vous peut-être, mais, dans la pratique, cela me servira à quoi ?

Toute personne qui a commencé à pratiquer le Tsyng-Chen intégral de la bonne façon, n'a pas besoin, pour continuer cette pratique, qu'on lui

donne des raisons. Elle continuera d'elle-même car la sensation réelle d'augmentation de force (même physique) et de lucidité qu'elle a éprouvée durant cet exercice bien fait - c'est-à-dire avec le maximum d'intensité, - est en soi-même une récompense qui l'incitera à persévérer.

Mais ce n'est pas tout, évidemment. Bien loin de là. Lorsque, ayant lu le texte que nous vous avons proposé, ayant réfléchi à son sens, ayant, quelques minutes médité à son sujet de la façon ordinaire dont on médite, c'est-à-dire en évoquant dans votre esprit le thème général, sans vous concentrer sur un point particulier ; lorsque - ayant fait tout cela, vous passerez, immédiatement, sans solution de continuité, à la pratique du Tsyng-Chen intégral, alors, vous connaîtrez ce que nous appelons l'Eveil aux réalités du Tao, la connaissance intuitive et, en quelque sorte channelle, des rapports existant entre l'homme et le Continuum...

Nous ne prétendons pas que vous réussirez tout de go, à la première expérience. (Et pourtant, ce cas s'est déjà rencontré). Vous ne réussirez peut-être pas non plus à la dixième : cela dépendra de vos dons personnels. Mais, pour peu que vous persévériez : vous réussirez à ce jeu, il n'y a pas de perdants...

Afin de prévenir une question probable, nous tenons à préciser que la pratique du Tsyng-Chen intégral ne pose aucun problème de santé. C'est un exercice fatiguant, lorsqu'on n'y est pas encore habitué. Mais la fatigue qu'il provoque est saine et ne laisse aucune trace. En ce moment, au Japon et aux U.S.A., certains de nos amis neurologues obtiennent, grâce à l'usage du Tsyng-Chen intégral, des résultats spectaculaires - et que nous savons durables - dans le domaine des dépressions nerveuses.

Ce que nous venons de dire au sujet de l'Eveil provoqué par le Tsyng-Chen, s'adresse avant tout, bien entendu, aux adeptes de la Voie A. Mais les adeptes de la Voie B ont un égal intérêt à pratiquer cet exercice. Parce que, si l'on peut dire que le Tsyng-Chen est la clef de l'Eveil, il est permis d'affirmer aussi qu'il est également la clef des Pouvoirs - des "Tö".

Adeptes de la Voie B, nous vous avons demandé d'apprendre à concentrer votre attention totale sur des chiffres. Nous vous avons montré comment pratiquer certains gestes dits (à tort) "magiques" lesquels, mettant en relation votre psychisme inconscient et certaines forces naturelles apparentées à ce psychisme, vous permettaient d'influer directement sur certains événements au sujet desquels vous vous sentiez émotivement engagé. Lorsqu'elle est correctement appliquée, cette méthode "marche", en moyenne, de façon satisfaisante. Mais, nous vous avons prévenu : elle ne "marche" pas toujours. Les raisons d'un échec possible sont diverses. La concentration peut être insuffisante. L'intensité volitive peut également être trop faible. Il se peut aussi que plusieurs désirs contradictoires se rencontrent au sein de votre inconscient. De plus, en cela comme en beaucoup de domaines, certaines personnes sont douées et d'autres le sont moins. (Par exemple, au moment où ces lignes sont écrites, certains adeptes de la Voie A, à dire vrai peu nombreux, ont obtenu des résultats capables d'étonner un expert). D'autres, en revanche, n'ont obtenu aucun résultat tangible. Ils n'ont du reste pas lieu de se décourager. Leur entraînement est encore bien court.

Mais, lorsque vous pratiquez cet exercice parapsychologique que nous nommons "Appel aux Forces", vous agissez, si l'on peut dire, à l'aveuglette. Vous ne pouvez savoir dans l'immédiat quel sera le résultat de votre acte.

Vous ne "sentez" rien. Il en va tout différemment avec le Tsung-Chen intégral pratiqué dans un but parapsychologique. Toutefois, nous vous prévenons, les résultats que vous obtiendrez grâce au Tsung-Chen ne sont pas de même nature que ceux que l'Appel aux Forces peut donner. Il ne saurait être question, avec le Tsung-Chen, de DEMANDER quelque chose à qui que soit - ou plutôt à quoi que ce soit. Il s'agit de FAIRE Vous-même. Car, durant quelques minutes après cet exercice, vos capacités personnelles dépasseront fortement leurs limites habituelles. Afin de vous permettre de mieux comprendre ce que nous voulons dire par là - et un bon exemple valant mieux qu'un long discours, nous allons vous donner non pas un, mais deux exemples.

Les lignes qui vont suivre sont dues à un de nos instructeurs relatant, dans une lettre à un ami, deux expériences personnelles.

"Pour ma part, -écrit-il "je n'ai, en 15 ans de pratique, utilisé le Tsung-Chen qu'à deux reprises dans un but autre que la compréhension du Tao. Il est certain que Maître W... a raison : se servir du Tsung-Chen en dehors de la recherche de l'Eveil est un véritable viol de la Réalité, et à ce titre, mieux vaut en laisser l'usage aux seuls chamanes. Pourtant, mes deux expériences personnelles baignaient, si je puis dire, dans un contexte humain tel que je ne puis les regretter". Jugez-en :

"La première fut, nettement, la plus spectaculaire. Elle eut lieu à M... Vous vous souvenez de cette bourgade perdue ? Elle est semblable à cent autres villages riverains. A cette différence près qu'elle possédait, à l'époque, une petite imprimerie, propriété de notre ami l'Italien Renato (lequel est mort récemment, vous l'ignoriez peut-être). Ce fut dans cette imprimerie que la chose arriva...

Le Comité de Défense du District avait passé commande à Renato de bon nombre d'imprimés, destinés aux populations établies aux bords du Fleuve. Ces imprimés, je l'ai su plus tard, comportaient divers textes. Sur les uns étaient mentionnés des conseils - ou plutôt des ordres - prophylactiques à l'intention des villages du Sud que le typhus menaçait. D'autres faisaient état de dispositions à prendre en vue de l'engrangement des récoltes ou de la venue des troupes d'un quelconque Seigneur de la Guerre.

Le délégué du Comité avait particulièrement recommandé à Renato l'imprimé destiné à être diffusé parmi les communautés israélites du Bassin. "Très important", avait-il dit et l'imprimeur avait parfaitement compris qu'il s'agissait d'une question de vie ou de mort. A cette époque et en ce lieu, la vie et la mort étaient séparées par un intervalle si mince, que l'homme qui eût voulu parler longuement d'un péril mortel n'eût cessé de discourir, vous le savez comme moi...

Le texte à composer à l'intention des communautés juives, avait été rédigé en Hébreu par le rabbin Lewis, de L..., car le Comité n'ignorait pas que Renato possédait une "casse" de caractères hébraïques - ce dont il n'était pas peu fier...

Le délégué parti, Renato confia la composition de ce texte à un de ses ouvriers, lequel fit son travail, puis, fut satisfait de lui-même à tel point que, sans même faire épreuve, il jugea l'oeuvre définitivement terminée et décida de fumer une cigarette. A cette époque, le papier à cigarette était rare dans la région. Le papier de sa copie hébraïque, lui paraissant d'une mineur appropriée à cet usage, sereinement, notre homme s'en servit pour se rou-

ler à la russe, une cigarette qu'il fuma. Après quoi, par inadvertance, il flanqua sa composition par terre!

J'étais occupé à réparer un filet de pêche quand je vis venir vers moi un Renato bien ennuyé. Il m'exposa ses ennuis, ni lui, ni, bien entendu, aucun des membres de son personnel, ne connaissaient un seul mot d'hébreu. De toute façon, eussent-ils été aussi experts en cette langue que Maïmonide lui-même, ils n'en eussent pas été beaucoup plus avancés car la copie du texte était partie en fumée et la composition, décomposée en ses éléments constitutifs, jonchait en ce moment le sol en terre battue de l'imprimerie... A tout hasard, Renato venait voir si "je pouvais faire quelque chose...!"

Je réfléchis quelques instants. Le cas était grave. Pour autant que nous puissions savoir, des vies humaines pouvaient être en jeu. Je décidais de tenter quelque chose par le Tsyng-Chen...

: Dans l'atelier de Renato, l'ouvrier coupable, souriant et très décontracté, pas le moins du monde inquiet des conséquences de sa négligence et de son peu de conscience professionnelle, me montra le petit tas de caractères qu'il venait de ramasser. Je tournais et retournais quelques lettres entre mes doigts. Aussi ignorant que Renato de la langue "du Peuple élu", ce que j'avais là, devant moi, était - excusez le mauvais jeu de mots : il s'impose - était pour moi de l'hébreu...!

Durant quelques instants, je me sentis découragé : que pouvais-je tirer de valable de ce magma ? Rationnellement, il était absolument, rigoureusement, totalement impossible que je reconstitue, à partir de ce chaos, la composition typographique dispersée. Je résolus pourtant d'essayer et, à "corps perdu", toutes mes facultés tendues, je me "lançais" dans le Tsyng-Chen...

Vous connaissez les sensations éprouvées : je voyais : Renato, dont un tic nerveux déformait par instant la commissure des lèvres, ce grand dadaï de T... qui avait stupidement répandu la composition sur le sol, les ouvriers, les machines, les murs avec leurs écriteaux recommandant l'ordre et la propreté, mes mains, enfin, tripotant les caractères de plomb en vrac devant moi. J'entendais : le bruit ferrailant de la Minerva hors d'âge que Renato utilisait encore pour l'impression de cartes de visites (ce péché mignon des Chinois) - et je n'entendais à proprement parler rien d'autre car le vacarme produit par la vieille machine couvrait tout autre bruit. Mais je "sentais" les battements de mon cœur - la très légère trépidation du sol - comme je sentais l'odeur de pétrole et de plomb fondu, comme je sentais la position prise par mon corps ; la tension de mes muscles, le contact de mes doigts et du plomb. Et surtout, je SENTAIS, intensément, en moi et si je puis dire : hors de moi, cette sensation d'euphorie, d'exaltation, de dépassement de l'être que procure une bonne exécution du Tsyng-Chen. Brusquement, sans préavis, je me retrouvais dans mon état normal, ordinaire, à ce détail près que mes mains semblaient être devenues indépendantes de mon individu. Elles s'affairaient, travaillaient, rassemblaient et groupaient les caractères... Que vous dirai-je ? La composition se trouva rétablie en un temps très bref. Nous sûmes plus tard qu'elle ne comportait pas une erreur. Sa teneur, par chance, avait une importance réelle".

"Mon autre expérience est plus brève. Elle consiste, tout simplement, à retrouver dans une pièce, une aiguille que l'on supposait avalée par un bébé. Grâce au Tsyng-Chen, je VIS la mère de l'enfant déposer UNE HEURE PLUS TÔT cette aiguille sur un rebord de fenêtre où elle l'avait oubliée. En rapport avec la contexture du temps, cette deuxième expérience est, plus que

l'autre, apparentée à l'Eveil..."

◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Ce sera tout pour aujourd'hui. Lisez et relisez. "Imprégnez-vous" de ce texte. Et pardonnez-nous sa très mauvaise présentation ; ses fautes de syntaxe, d'orthographe, son impression défectueuse : on ne juge pas un fruit sur son apparence mais sur le goût qu'il a et sur ses effets sur l'organisme. Prenez votre temps avant de demander la suite des textes. Ceci est vraiment très important.

Un conseil si vous êtes adeptes de la Voie A et si vous désirez immédiatement tenter l'expérience de l'Eveil : ne négligez pas le Wou-Wei. Tant pis si vous ne pouvez à la fois penser intensément et vous contempler dans un miroir : ne vous regardez pas. Mais tous les jours, durant quelques minutes, évoquez intensément le sort commun de chaque être - et qui sera le vôtre : la mort. Evoquez-le simplement sans essayer de trouver une consolation ni en en faisant un épouvantail. C'est un évènement qui se produira. Songez aux diverses façons dont il peut se produire. L'homme, bien qu'il connaisse l'inéluctabilité de la mort en général, n'arrive pas à se convaincre entièrement, consciemment et inconsciemment, de l'inéluctabilité de sa propre mort. C'est un des écueils rencontrés sur le chemin de l'Eveil...

Notre prochain texte, dans le cadre du Cycle de Longue Vie sera consacré à la médecine du Tao...

QUE LES PUISSANCES BIENFAISANTES SOIENT AVEC VOUS.

TEXTE X

Le texte précédent, le neuvième, est - de beaucoup - le plus important de tous ceux que nous vous avons donnés à lire.

Il se peut que cette importance vous ait, jusqu'à maintenant, échappé, et que vous n'ayiez vu, dans ces quelques pages, qu'un rabachage bizarre et confus de propos hétéroclites.

Une personne encore insuffisamment préparée, éprouve souvent cette impression. Cela est normal, car si la connaissance de la vérité qui permet d'échapper au malheur était de compréhension parfaitement aisée, intellectuellement et intuitivement, le malheur n'existerait plus sur cette Terre et nous ne savons que trop qu'il n'en est rien...

Pourtant, N'oubliez pas ceci : ce que nous vous avons dit dans notre neuvième texte est "assimilable" par tous, à la condition de savoir esquiver les écueils suivants :

1° / Il vous faut éviter de croire que vous ne pouvez parvenir à cette assimilation. Ce serait une erreur. Vous le pouvez. TOUT LE MONDE PEUT...

2° / Il vous faut éviter de croire, au contraire, que vous pouvez assimiler ce texte très rapidement. Ce serait une erreur plus grave que la première, car elle guette surtout les penseurs et les dirige vers une voie fautive dont ils ne peuvent plus se détourner que très difficilement. LA COMPREHENSION PUREMENT INTELLECTUELLE NE SUFFIT ABSOLUMENT PAS!...

Pour échapper à ces deux dangers il vous faut :

a / Lire souvent ce neuvième texte ;

b / Méditer quelque peu sur son contenu, puis, sans désespérer :

c / Abandonner volontairement toute méditation et pratiquer, alors qu'en votre esprit les dernières pensées méditées se dissipent, à l'exercice du Tsyng-Chen intégral.

En agissant de la sorte, à un moment ou à l'autre, fatalement, vous trouverez le contact avec le Réel. Quand ? Cela est impossible à dire car l'expérience se situe hors du domaine des phénomènes...

... Mais, (sachez-le) il n'est pas d'exemple d'hommes ou de femmes ayant persévéré dans la Voie que nous vous indiquons et qui ne soient parvenus à la compréhension des rapports existant entre l'humain et l'Espace / Temps - à l'Eveil aux réalités du Tao et, accessoirement à la maîtrise de certains "tö" ou "pouvoirs". Le tout est de persévérer...

Afin de vous permettre de consacrer vos efforts à cette expérience, nous allons, dans le présent texte, aborder un sujet simple, de compréhension aisée : celui de la Médecine du Tao, essentiellement basée sur la diététique.

Il fait partie du Cycle de Longue Vie.

Dans notre quatrième texte, nous vous avons indiqué quels principes diététiques recommandaient les Pères du Tao. Vous l'avez certainement remarqué : les conseils donnés ne brillent pas particulièrement par leur originalité. "Soyez modérés en toute chose", telle est la maxime qui pourrait les résumer. Sans doute avez-vous pensé : "Si ce sont là les "secrets" du Cycle de Longue Vie, ils sont semblables à celui de polichinelle : tout le monde les connaît" et vous avez eu raison.

En fait, les conseils de notre quatrième texte s'adressaient à une catégorie particulière d'individus - et nous ne vous les avons cités que pour vous montrer que la Technique du Tao ne connaît, par principe, aucun tabou alimentaire : qu'elle n'est axée, en un mot, sur aucune doctrine religieuse ou para-religieuse, quoi que certains puissent prétendre. Ceci dit, les destinataires des conseils donnés dans notre quatrième texte sont les élèves des "monastères ouverts" de l'Asie centrale.

La vie menée par ces jeunes gens n'est pas précisément ce qu'on imagine communément en Europe. En général, les Occidentaux ont tendance à voir les pionniers de la Recherche spirituelle d'Extrême-Orient sous les traits d'hommes passant la majeure partie de leur journée accroupis, plongé dans la méditation et ne se livrant que fort peu aux exercices manuels. Cette image, valable dans une certaine mesure pour certains ashrams indiens, est totalement fautive en ce qui concerne les "monastères ouverts" du Sin-Kiang, du Tsin-Ghai, du Nord-Tibet ou de la Basse Mongolie.

Les tao-tö-jen, qui ne sont pas, qui n'ont jamais été contrairement à leurs voisins des lamas - les bénéficiaires d'un ordre féodal dont la disparition ne doit pas être regrettée, vivent sous un régime où la parole de Saint-Paul : "Qui ne travaille pas ne mange pas!" a force de loi...

Durant des années, le néophyte doit gagner sa vie de ses mains - généralement en pratiquant des travaux agricoles - tout en poursuivant ses études. Mener de front ce double emploi du temps sous un climat qui est un des plus rudes de la planète exige une constitution exceptionnellement résistante. Les adeptes résidant dans un "monastère ouvert" peuvent se permettre d'absorber des nourritures qui terrasseraient le Chinois des Vallées et, tout aussi bien l'Européen moyen. Leur prescrire un régime alimentaire, leur donner une nourriture autre qu'énergétique serait une inutilité manifeste - et d'ailleurs une impossibilité : il n'existe pas, en Mongolie par exemple, de magasins spécialisés dans les produits de régime. De plus, les aspirants tao-tö-jen recherchent, en principe, tout autre chose que la santé physique et le prolongement de la durée de leur existence telle que les hommes la conçoivent habituellement.

Ceci dit, il existe bel et bien une diététique du Tao qui constitue, à elle seule un véritable système médical, entièrement naturel. Elle est, de nos jours comme autrefois, utilisée en Chine et dans les pays voisins avec un indéniable succès. Nous savons même que son usage commence à se répandre en Europe - et notamment en France - et que les résultats obtenus dans ce dernier pays ont parfois été spectaculaires. En Chine, il est un adage qui dit que l'homme qui pratique le Tao médical se reconnaît à son allure et à son odeur. L'allure est d'un être jeune quel que soit l'âge. L'odeur est agréable, contrairement, dit-on, à celle de l'homme qui méconnaît les Règles du Tao. La "Vox populi" ajoute, comme il fallait s'y attendre, que l'adepte du Tao médical vit TOUJOURS plus de cent ans! Bien entendu, l'exagération est manifeste

1° / Dort bien. Ni trop, ni trop peu : de sept à neuf heures par nuit selon son tempérament. Il quitte sa couche reposé et jamais courbatu. Ses rêves ne lui laissent aucun arrière goût de malaise. Il ne somnole pas dans la journée. Le soir, il éprouve une sensation très légère et agréable de fatigue uniquement physique s'il travaille durement. Il s'endort presque immédiatement après son coucher.

2° / L'être humain en bonne santé récupère vite ses forces après un effort, quel que soit son âge. Dans les villes et les campagnes du monde entier, on ne trouve pas d'humains réellement vieux. La durée de vie normale de l'homme devrait être de 140 ans - un peu plus pour la femme. Passé cet âge, l'être humain serait vieux. Plus jeune, même si son apparence est d'un vieillard, il n'est, en fait, qu'un homme ou une femme dans la force de l'âge artificiellement vieilli par un mode de vie défectueux.

3° / L'être humain sain de corps se reconnaît à l'harmonie de ses proportions. Il peut être mince ou massif selon son type morphologique, longiligne ou bréviligne, mais en tous les cas, il n'y aura en lui ni manque ni excès. Pas de forte maigreur - pas de tissus adipeux. L'être humain est, physiquement, un composé de minéraux (YANG) et d'eau (YIN). L'excès d'élément YIN produit l'adiposité, son contraire crée la sécheresse.

4° / L'être humain en bonne santé doit se sentir souple de corps et d'esprit. La première souplesse est obtenue par la pratique d'un exercice physique naturel - vie dans la nature - ou rationnel : gymnastique. La seconde souplesse s'obtient par l'usage du raisonnement ou du doute permanent, même et surtout dans les domaines où les convictions sont les mieux établies.

5° / L'être humain physiquement sain doit, en ce qui concerne ses selles, être comme un animal sauvage : le papier hygiénique peut être employé pour le principe. En fait, il doit être superflu. Les excréments, jaunes foncés et sans odeur ne doivent laisser aucune trace sur le papier. L'individu en bonne santé va à la selle une fois par jour, sans exceptions. Certains individus, par leur constitution, peuvent être astreints à s'y rendre deux fois (maximum), tout en étant bien portants. S'ils y vont plus souvent, ils sont malades. L'homme qui présente le moindre signe de constipation ne peut, lui non plus, être en bonne santé. Il en va de même pour celui qui urine plus de quatre fois par jour : l'élément Yin est en excès dans son organisme. Une urine saine doit être jaune foncé et transparente. Si sa couleur est trop claire, c'est que le Yin a été absorbé dans une trop forte proportion.

6° / L'être humain en bonne santé possède une humeur égale. Il est plutôt gai, sans explosions de joie - lesquelles, lorsqu'elles se produisent sans raison, révèlent l'existence d'une affection cachée - surtout si elles sont suivies d'un état dépressif.

7° / Enfin, l'homme sain de corps, est doué d'un bon appétit, non excessif.

Le médecine-diététique du Tao est avant tout un art d'observation. Qu'observe-t-elle ? La Nature. Et elle compare....

Elle compare la santé, la vitalité - sinon la longévité, non observable dans le premier cas - de l'animal sauvage et de l'animal domestique. La santé, la vitalité de la bête des bois est incomparablement supérieure à celle de l'animal qui vit près de l'homme. Pour quelle raison ? Par sélection naturelle, l'animal sauvage chétif disparaissant dès le jeune âge et les survivants

étant tous des individus sains ? L'argument paraît valable. Cependant, de nombreuses expériences le minimisent fortement : on a constaté, par exemple, que le lapin domestique débile, rendu à la liberté, ne mourrait généralement pas mais devenait au contraire plus robuste.

L'animal sauvage, dira-t-on aussi, est peut-être plus sain que son congénère domestique en raison de l'exercice permanent auquel la recherche de la nourriture le contraint de se livrer. Argument valable en partie, mais en partie seulement : le boeuf de labour et le cheval de course, se livrent à un exercice aussi intense - et dans le cas du coursier : mieux dosé - que ceux auxquels sont astreints leurs frères sauvages. Cependant, en ce qui concerne la vitalité et la santé générale - les épizooties mises à part - les sauvages se montrent très supérieurs au plus vigoureux des boeufs et au plus piaffant des coursiers.

Cela est peut-être vrai en ce qui regarde le domaine animal, dira-t-on, mais quant à l'homme, c'est faux. L'expérience nous montre que les peuples primitifs sont, sur le plan "santé", à moins bonne enseigne que les civilisés. Bénéficiant de l'hygiène, des progrès de la médecine, le civilisé vit beaucoup plus longtemps que le "sauvage" et il se porte mieux.

Cet argument est faux, spécieux et sans valeur, car il est fondé sur un postulat erroné. L'existence de peuples "primitifs" est une fiction, une vue de l'esprit. L'espèce "homo sapiens" est apparue sur cette Terre voici des centaines de milliers d'années et tous les humains vivant actuellement font partie de cette espèce. Aucun peuple ne peut donc être primitif. Croire le contraire serait faire preuve d'un racisme borné et anti-scientifique. Quant à imaginer que certains peuples ont pu, tout en regardant les siècles s'écouler, conserver un mode de vie immuable, c'est accorder bien peu de crédit à l'ingéniosité humaine. La vérité est que les différents peuples, sous la pression des circonstances, ont choisi des formes de civilisation différentes mais, en valeur absolue, égales. Il se trouve seulement que dans une de ces formes - celle que nous appelons orgueilleusement LA civilisation - l'observance de l'hygiène est plus poussée et les progrès médicaux sont plus grands. Mais il n'existe pas, il n'existe plus depuis d'innombrables millénaires, d'homme primitif, d'homme naturel. Nous sommes donc obligés de nous référer à l'exemple des animaux.

Nous n'allons pas entrer dans le détail mais dire, aussi brièvement que possible, pourquoi - de l'avis de la médecine-diététique du Tao - l'animal sauvage jouit d'une santé et d'une vitalité très supérieure à celle de la bête commensale de l'homme : l'animal sauvage se nourrit comme le veut la nature. L'animal domestique mange comme le veut l'être anti-naturel par excellence : l'homme.

Voici les différences :

L'animal domestique, à l'exemple de l'homme consomme des nourritures artificielles. L'occasion lui est donnée de manger au-delà de ses besoins. Il ne jeûne jamais. Enfin et surtout, toujours à l'exemple de l'homme, il absorbe dans sa nourriture un excès de liquide.

C'est ce dernier point l'essentiel. La nourriture solide doit être Yang - sèche. La boisson Yin. Les deux ne doivent jamais être mélangées si l'on veut que se produise leur effet bienfaisant - leur effet naturel.

Partant de ces notions de base, les médecins du TAO ont établi un régime alimentaire :

- Qui doit être efficace dans la lutte contre toutes les formes de maladies.

- Qui doit s'adapter à tous : aux personnes jeunes comme à celles qui "se croient âgées" ; aux maigres, auxquels il doit donner de la chair, comme aux gras auxquels il doit faire perdre de l'adiposité ; aux sédentaires comme aux actifs ; aux intellectuels comme aux manuels.

- Qui doit, enfin, tout en étant, nécessairement, dur, tenir compte de la douilletterie de l'être humain civilisée - oriental comme occidental - c'est-à-dire être limité dans le temps.

Ce régime alimentaire doit être suivi durant une ou plusieurs périodes de 28 jours, correspondant au mois lunaire. Chaque période est appelée "étape".

Une première étape permet d'obtenir :

1° / Une rectification de poids pour un homme gras. C'est-à-dire qu'une première étape amène toujours une certaine perte de poids, minime chez les maigres, importante chez les personnes grasses.

2° / Une amélioration très grande en ce qui concerne plusieurs maladies. Les rhumatismes et l'arthrite, notamment, peuvent disparaître dès ce stade.

Après cette première étape, il est permis de persévérer et de continuer le régime si l'on en a l'énergie. Mais dans le cas contraire, il est aussi permis de reprendre la vie "normale" et malgré cela la plupart des résultats obtenus persisteront. Si, quelque temps plus tard, des malaises sont à nouveau ressentis, ou si - dans le cas d'une cure d'amaigrissement - le poids remonte, il est conseillé d'attaquer la seconde étape.

Cette seconde étape permet d'obtenir :

1° / Une rectification de poids pour tous. Les gras maigrissent encore mais en revanche les maigres commencent, non à engraisser, mais à "forcir".

2° / La disparition totale de maladies comme l'arthrite et le rhumatisme. Les hémorroïdes également commencent à disparaître à ce stade.

3° / Une grande atténuation des maux affectant les organes suivants : coeur, estomac, intestin et, chez les femmes : utérus.

Une troisième étape, immédiatement après la seconde ou plus tard, permet d'obtenir :

1° / Un poids corporel parfait.

2° / Une allure jeune, quelque soit l'âge. La disparition de la plupart des maladies organiques.

Pour les malades nerveux, une quatrième étape est habituellement nécessaire pour qu'ils retrouvent leur bon équilibre.

PRECISIONS : Il est conseillé de faire coïncider le premier jour de chaque étape avec celui de la nouvelle lune. Conseillé également, à qui entre-

prend une étape et sent le découragement l'envahir, de ne pas insister, de reprendre l'alimentation habituelle et d'attendre que l'envie lui vienne d'adopter ce régime. Il est instamment recommandé de ne pas s'y soumettre à contrecœur. L'expression "soumettre" doit elle-même être proscrite. Les étapes de la diététique du TAO doivent être franchies par des êtres libres, acceptant délibérément l'effort qu'ils se demandent à eux-mêmes. Encore une fois, acceptation n'est pas, bien loin de là, résignation. Précisons encore : durant les premiers jours, le régime est très dur pour qui n'a pas déjà, dans ce domaine, l'expérience d'une discipline sévère. En revanche, ne l'oubliez pas : il est limité dans le temps.

Voici en quoi consiste une étape de vingt-huit jours :

PREMIER JOUR

(Il doit normalement coïncider avec le premier jour de la nouvelle lune) : Vous vous levez ; vous prenez votre petit déjeuner et votre repas de midi comme d'habitude. Mais vous supprimez le repas du soir sans pour autant vous coucher plus tôt que d'habitude. Au contraire, vous devez maintenir votre activité, surtout physique, au maximum.

DEUXIEME JOUR

Lever à sept heures au plus tard. Avant toute chose, buvez. Un demi-verre d'eau. Pas trop froide. Si vous éprouvez le besoin d'aller à la selle, allez-y immédiatement. Sinon, faites un peu de gymnastique : celle du Tao est, évidemment, recommandée. De toute façon, il importe qu'un laps de temps égal ou supérieur à un quart d'heure s'écoule entre l'instant où vous ingérererez un demi-verre d'eau et celui où vous absorberez votre petit-déjeuner. Vous avez donc le temps de procéder à vos ablutions matinales. Maintenant, passons à ce petit-déjeuner : il est recommandé :

1° / De ne pas manger distraitement.

2° / Quelque soit l'aliment absorbé, de mâcher soigneusement les premières bouchées.

3° / De se lever de table avec une légère sensation de faim.

Les éléments du petit-déjeuner seront à choisir parmi les mets suivants :

Flocons d'avoine, sarrasin, froment, maïs, millet, en bouillies (très épaisses) ou en galettes. Blé ou maïs en semoule. Pain - de préférence pain complet. Une pomme si vous aimez, mais pas d'autre fruit.

En aucun cas, vous ne devez boire quoi que ce soit.

Au repas de midi, observez les mêmes principes : bien mâcher les premières bouchées - Se lever de table avec une légère sensation de faim. Et choisir entre les aliments suivants les éléments de votre repas :

Repas de midi :

Observez les mêmes principes : bien mâcher les premières bouchées - se lever de table avec une légère sensation de faim. Et choisir entre les aliments suivants, les éléments de votre repas :

Olives noires (jamais plus de trois ou quatre). Radis (deux ou

trois). Carottes crues ou cuites. Poireaux. Céleri-rave ou céleri-branche. Choux-fleur (en très petite quantité et à supprimer si vous ne les supportez pas habituellement). Choux verts, (même observation). Riz ordinaire (en salade exclusivement), riz complet. Epinards, salsifis, pâtes alimentaires (si possible, faites à la maison et sans oeufs). Lentilles, haricots blancs (toujours réduits en pulpe et débarassés de leur peau), pois chiches (mis longtemps à tremper avant cuisson). Haricots verts (en petite quantité).

Comme dessert : tartes (uniquement aux pommes). Beignets. Pommes fruit. Châtaignes si vous les supportez.

Si vous désirez manger une salade, tenez vous-en à la salade de riz blanc déjà citée, au cresson, au poireau, au céleri et aux carottes crues et râpées. Pissenlits et chicorée à la rigueur. Comme condiments et assaisonnement vous pouvez utiliser les produits suivants : sel marin brut, cumin, thym, laurier, muscade, romarin, fenouil, persil, ail, oignon, échalote, persil ou cerfeuil, huile d'olive.

Recommandation importante : aucun aliment sucré, aucun fruit à l'exception de la pomme, ne doit être absorbé. Les aliments seront préparés de préférence à l'étouffée. Si leur nature rend ce mode de cuisson impossible, ils seront préparés, par ordre de préférence décroissante : grillés ou sautés (dans très peu d'huile), frits (toujours dans très peu d'huile) ou enfin bouillis. Chaque fois que la chose sera possible - et si votre estomac le tolère, l'aliment cru sera préféré à tout autre. Nous insistons, tous ces aliments doivent être absorbés en petite quantité et une légère sensation de faim doit persister après le repas. Autre recommandation : dans la mesure du possible, faire cuire les aliments à petit feu, avec très peu de sel. Ne saler complètement qu'au moment de servir.

Repas du soir :

Même choix à faire parmi les mêmes aliments. On pourra, en plus, prendre un potage à base de poireaux, de carottes, d'oignons ou de céleri, mais très épais et rendu encore moins fluide par l'adjonction de farine de sarrasin ou de froment. Le repas du soir sera sensiblement plus léger que celui de midi.

Mais direz-vous, et la boisson ?

Evidemment, c'est là que, dans ce régime, les choses, deviennent difficiles : aucune boisson n'est permise pendant les repas. Il vous faudra attendre un quart d'heure minimum, après le repas de midi et celui du soir pour pouvoir absorber un peu de liquide : la valeur d'une tasse. Boire de préférence chaud, mais pas trop : une infusion, si possible : tilleul, menthe, chicorée ou thé très léger. Absolument pas de café ou d'alcool. Si vous êtes absolument réfractaire aux infusions, absorbez à la rigueur un demi-verre d'eau pure ou coupée de vin rouge, pas trop froide. Au milieu de l'après-midi, loin de tout repas, buvez une bonne tasse ou verre de boisson - et buvez lentement. Et n'oubliez pas ceci : en aucun cas cette boisson ne doit être sucrée. De tout le mois, le sucre ne doit pratiquement pas entrer dans votre alimentation.

Une mise en garde maintenant : il est possible que vous décidiez de suivre ce régime "jusqu'à un certain point". Ce serait absurde car ce régime forme un tout. Mais en tous les cas, si vous décidez de boire aussi peu que régime le prescrit : ne mangez ni viande, ni poisson, ni oeuf - ce serait faire courir de graves risques à votre santé. Une privation partielle de boisson et

une nourriture carnée vont très mal ensemble."

Tel quel, ce régime doit durer 28 jours. L'idéal serait que les aliments absorbés soient en proportion de 25 % de légumes verts pour 75 % de céréales et de légumes secs. La période de 28 jours terminée, vous pouvez continuer immédiatement le régime si vous le trouvez supportable, entamant ainsi une seconde "étape". Vous pouvez aussi reprendre votre mode alimentaire ancien jusqu'à ce que vous éprouviez l'envie ou le besoin de recommencer votre cure. Dans ce dernier cas, nous vous conseillons de revenir progressivement à vos anciennes habitudes; L'ingestion massive, durant les premiers jours, de produits sucrés ou carnés, de boissons abondantes, détruirait tout votre acquis. Méfiez-vous surtout du lait et des produits laitiers - et notamment du fameux yaourt. De préférence à ce dernier produit, consommez plutôt du vrai fromage.

Que ceci soit bien compris : si vous décidez de vous "soumettre" au régime alimentaire proposé ici, il vous faut ne pas oublier que TOUTS les produits alimentaires non mentionnés, sont interdits pour une période de 28 jours. Nous devons aussi vous prévenir des faits suivants : durant les premiers jours, certaines réactions désagréables sont possibles et même probables :

1° / Constipation, due à la déshydratation et à la diminution du volume des aliments ingérés. Il n'y a aucun danger à cela du fait de l'absence de toute protéine d'origine carnée. Attendre : les selles redeviendront normales et désodorisées.

2° / La sensation de soif rend, durant quelques jours, inévitable et pessimiste. Très vite, tout rentre dans l'ordre.

3° / Le sommeil nocturne tend, toujours au début, à être davantage peuplé de rêves. Cela aussi disparaît très vite.

4° / Les urines, tout en se raréfiant, sont généralement très colorées. Elles redeviennent normales après une ou deux semaines mais doivent plutôt rester foncées que trop claires.

Pour terminer, trois observations importantes :

- il est à peu près impossible à un fumeur d'adopter un régime aussi déshydraté ;
- aucun médicament, sauf homéopathique, ne peut être absorbé durant ces 28 jours, sauf cas de force majeure, en conséquence ;
- il est nécessaire, avant d'adopter ce régime, de demander l'avis de son médecin traitant.

Il est possible, probable même, que les personnes qui liront ces lignes ci-dessus ne trouveront pas ce régime très enthousiasmant. Mais de toute façon, que vous l'adoptiez ou non, nous allons maintenant vous proposer un "truc" qui, avec ou sans régime, augmentera notablement votre vitalité générale. Ce procédé est utilisé par les fameux "messagers" tibétains, capables de marcher et même de courir des journées durant sans prendre de repos. Ces gens-là se mettent, certes, en état d'auto-hypnose avant d'entreprendre leurs longues randonnées, mais aussi, ils procèdent ainsi :

- prendre du sésame non décortiqué. Le faire légèrement rôtir à la poêle en le remuant sans arrêt. Puis le réduire en farine dans un mortier.

- Prendre du gros sel, marin de préférence, le réduire en poudre et le passer, lui-aussi, à la poêle.
- Mélanger les deux produits dans la proportion d'une cuillère de sel pour quatre de sésame.

A noter que l'on peut broyer le sésame dans un moulin à café électrique. A noter également que le sésame peut, à la rigueur, être remplacé par du millet, mais dans ce dernier cas, le millet sera seulement rôti - grillé, si l'on préfère - très légèrement.

Lorsqu'on se sent fatigué, ou avant d'entreprendre un dur travail - et de préférence à jeun - prendre la valeur d'une cuiller à soupe du mélange sésame-sel et le mettre dans sa bouche. Puis, se mettre debout, les bras en croix. Demeurer dans cette position aussi longtemps que les épaules ne ressentiront pas trop de tiraillement - et même un peu plus : soit quelques minutes pour une personne non-entraînée à cet exercice. Durant ce temps, mâcher, malaxer le mélange mais sans l'avaler. Ne déglutir que lorsque les bras sont retombés le long du corps. C'est tout. Nous serions bien incapables de vous donner la raison pour laquelle cet "asana", combiné avec l'absorption d'un mélange de sel et de sésame, augmente les forces et combat la fatigue, mais c'est un fait d'expérience, expérience qu'il vous sera facile de faire vous-même.

Nous allons en rester là pour aujourd'hui. Mais avant de vous quitter, nous allons vous donner la liste des sujets que nous traiterons dans nos prochains textes :

- Voyance
- Action à distance
- Télépathie

Ceci pour les adeptes de la Voie B. Et pour ceux de la Voie A :

- Pratique permanente du Tsyng-Chen.

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS...

TEXTE XI

Il existe plusieurs voies permettant à un être humain d'accéder à un état de conscience différent de celui qui lui est habituel. Nous avons délibérément négligé de vous présenter deux de ces voies : celle de la méditation et celle de la prière.

- La méditation : il est pratiquement impossible, ou tout au moins très difficile "d'enseigner la méditation" par correspondance. Tout au plus est-il permis de dégager les grandes lignes de cette forme de discipline mentale.

- La prière : nous reconnaissons la valeur de la "bakti" mais notre enseignement est a-religieux : nous sommes des "neutres". Pourtant, afin de répondre aux questions de certaines personnes, nous allons ouvrir une brève parenthèse et dire quelques mots de la prière. Nous ne distinguerons pas entre la prière de louange et celle de demande. Nous parlerons simplement, non du genre, mais du niveau de la prière.

Il y a tout d'abord le niveau le plus bas. L'être humain (mais est-il vraiment humain ?) répète mécaniquement des formules toutes faites. A la longue, cette méthode peut avoir, à l'instar de celle de Coué, une certaine action sur le subconscient personnel de l'individu. Ce subconscient peut alors répondre, d'une façon ou d'une autre, et le suppliant engage un "dialogue"... avec lui-même.

Au degré au-dessus, existe la prière "venue du fond du coeur". Elle est essentiellement basée sur l'émotivité. Son action, qui peut dépasser le niveau de l'inconscient personnel, est plus ou moins efficace, selon le niveau de véhémence atteint.

Bien supérieure est la prière - d'origine émotive également, mais d'une émotivité contrôlée - où le dévot sait "ce qui prie". Il s'agit là d'une forme très élevée d'oraison. L'homme "se connaît", se situe dans son milieu au moment de la prière, ne se fait aucune illusion sur ce milieu et sur lui-même et tente de hisser le tout vers l'Absolu. C'est là la prière d'un être totalement humain. Son action dépasse de beaucoup le niveau de l'inconscient individuel (et peut-être même collectif) et va rejoindre Autre Chose dont nous ne voulons pas parler. Nous rencontrons cette forme de prière chez les grands mystiques. Mais, ne l'oublions pas, le mysticisme est affaire de tempérament, ou, si l'on veut, de prédestination : ne devient pas mystique qui veut. Pour un saint authentique, que de perroquets se gargarisant d'une eau bénite douceâtre!

Fermons la parenthèse...

Et maintenant, récapitulons : nous vous avons offert le choix entre deux voies que nous avons appelées : A et B. Nous vous avons montré un des chemins permettant d'accéder à l'Eveil. Il mène, obligatoirement, à l'Eveil s'il est suivi sans défaillance. Combien de temps faut-il pour parvenir au but ? Nous ne pouvons vous le dire : tout est cas d'espèce. Cependant, étant Occidental, vous aimez tracer des plans et pouvoir dire à l'avance : tel jour, à telle heure, j'aurai changé d'état de conscience, je serai "éveillé" ! Eh! bien, soyez satisfait : le moyen de pouvoir prévoir ainsi existe. Il s'appelle : la Voie directe. Et, qui mieux est, vous pourrez suivre cette voie quelle que soit

celle que vous avez déjà choisie : A ou B. Que vous acceptiez le monde tel qu'il est ou que vous souhaitiez y apporter quelque modification, la voie directe vous est ouverte. Et vous arriverez au but. A une condition : il vous faudra suivre, au jour le jour, le programme que nous vous tracerons. Et ne dites pas : "je n'ai pas le temps. Je suis trop occupé. Ce que je fais ne me laisse pas assez de liberté d'esprit". Cette voie est celle de l'homme très occupé, sur tous les plans. Si vous disiez : "Mes conditions de vie m'empêchent de suivre cette voie, ce serait le dormeur amoureux de son sommeil qui parlerait en vous, car l'homme est ainsi fait : non seulement il dort, mais il chérit son sommeil. S'il pouvait le haïr, si un nombre suffisant d'humains pouvaient haïr le sommeil de leur être, tout changerait pour notre espèce - d'un changement bénéfique...

A la fin de ce texte, nous allons vous proposer le début d'un programme de sept fois dix jour. Sept étapes. Vous pouvez, si vous le désirez, faire durer chacune des ces étapes quinze jours (nous vous le conseillons, même).

Il s'agit d'un programme très progressif. N'importe qui, quel que soit le travail, le milieu, le niveau de vie, le degré d'instruction ou même d'intelligence, peut l'appliquer. Une seule chose est requise : non pas la Volonté avec un V majuscule, mais la simple bonne volonté. Si vous appliquez ce programme, nous vous garantissons que l'unification de votre être sera réalisée dans trois mois maximum. Vous ne verrez jamais plus le monde - ni vous-même - avec votre regard actuel. Aurez-vous à ce moment-là une vision claire et exacte des rapports de l'humain avec l'espace/temps ? Peut-être pas de façon constante (cela dépend en partie, malgré tout, de votre niveau intellectuel), mais par instant brefs, oui, indiscutablement. Et ces instants se feront de plus en plus nombreux. Avant de passer à autre chose, nous vous proposons de prendre connaissance de la liste des états de conscience auxquels accède ou peut accéder l'être humain.

1° / Etat de sommeil sans rêves ;

2° / Etat de sommeil avec rêves ;

3° / Etat de veille ordinaire à la fin du sommeil nocturne, avec souvenir d'une partie des rêves faits (souvenir conscient) ;

4° / Etat de veille ordinaire - dans le courant de la journée - le souvenir conscient de la plupart des rêves a disparu, le corps est plus "éveillé" qu'à la fin du sommeil nocturne, les pensées sont plus claires - mais les rêves oubliés par la conscience continuent leur action dans le subconscient ;

5° / Etat de sommeil nocturne avec rêves dont certains présentent une caractère prémonitoire ou significatif de quelque façon ;

6° / Etat de veille ordinaire avec conscience de l'existence de son propre corps et des paroles prononcées par ce corps (Tsyng-Chen 1ère et 2ème phase).

7° / Etat de conscience de son propre corps, de ses propres paroles, de tout ce que perçoivent les sens - c'est-à-dire conscience de son être corporel et du milieu physique.

Exacerbé, cet état aboutit à :

8° / Etat de Tsyng-Chen intégral qui, s'il peut être maintenu,

devient le 13^{ème} état dont il sera question plus loin.

9° / Etat de non-conscience de son propre corps et de son propre esprit (dépersonnalisation), réalisé par des pratiques para-psychologiques, et permettant une connaissance directe de milieux physiques ou mentaux éloignés dans le temps ou l'espace (voyance, télépathie, pré-cognition, etc...)

10° / Etat de conscience (supérieur déjà à l'état de veille ordinaire) ; les activités du corps, la perception du milieu, les pensées présentes (leur nature), tout cela apparaît consciemment à l'esprit et cette prise de conscience tend à devenir permanente.

11° / Etat où la conscience du corps, du milieu, des pensées présentes et du passé vécu tend à devenir permanente. (A ce stade, l'état de veille ordinaire est déjà dépassé. On peut déjà dire qu'il y a éveil partiel).

12° / Etat où la conscience du corps, du milieu, des pensées présentes, du passé vécu et du passé (origine) du milieu, tend à devenir permanente.

13° / Etat où la conscience du corps, du milieu, des pensées présentes, du passé vécu, du passé du milieu, est devenue permanente.

Ce treizième état de conscience est le plus élevé auquel puisse atteindre un individu humain qui entend demeurer un individu. Nous ne vous donnons pas l'assurance que vous parviendrez à ce stade si vous suivez scrupuleusement le programme en sept étapes que nous allons vous proposer. Mais si vous suivez nos instructions, vous atteindrez à la fin de ce programme le douzième état. Cela, nous pouvons vous l'affirmer. Et, croyez-vous, donc, à la fin de ce texte. Mais pour l'instant, place à la para-psychologie...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Nous avons proposé aux adeptes ayant choisi la Voie B, de les initier à certaines disciplines para-psychologiques. Nous avons pensé qu'il était préférable de limiter le nombre de ces disciplines, et de faire, parmi elles, un certain tri. Prenons, par exemple, la lévitation. Il existe une méthode d'entraînement visant à permettre à l'être humain de s'affranchir momentanément des lois de la pesanteur. Cette méthode donne-t-elle des résultats pratiques ? Nous n'en savons rien. Certains trapas nous ont affirmé que oui. Pour notre part, bien que connaissant les techniques utilisées, nous n'avons jamais eu la tentation de les expérimenter. Car, nous vous le demandons, quelle peut être l'utilité de ce genre de pratique ? En quoi, le fait de s'élever de quelques décimètres dans les airs peut-il aider quelqu'un, nous ne disons pas : à s'éveiller, mais à quoi que ce soit ? A supposer que vous soyez capable de léviter, quel bénéfice en tirerez-vous ? Vous ne pourriez même pas vous produire dans un music-hall : les gens crieraient au truquage. Cela vous permettrait-il "d'épater" vos amis ? Oui, et c'est bien tout. Croyez-vous sérieusement que cela vaille la peine de soumettre son corps et son esprit à une discipline ingrate ?

Il est un autre "pouvoir" qui est très recherché, du moins en théorie. Celui de se rendre invisible. Infantilisme, influence des contes de fées et des diverses mythologies. En fait, il est parfaitement possible de se rendre non-visible. Les histoires d'ascètes contemplatifs "présent de corps mais non-visibles" sont, très souvent parfaitement authentiques. Et il nous a été

dit (sur ce point précis nous parlons donc par qui-dire) qu'un capucin européen est capable de "performances" de ce genre. Mais ni vous ni les tao-tô-jen du Tchan ne pourrez jamais réaliser cet exploit. Parce que l'invisibilité n'est pas ce que l'on pense. Il n'est pas question de posséder, momentanément un corps physique perméable aux rayons lumineux. Un jour ou l'autre, la Science - si ce n'est déjà fait - trouvera un procédé éliminant l'opacité de la matière, chair humaine comprise. Mais il y a d'énormes chances pour que l'application de cette méthode rende son "bénéficiaire" aveugle, puisque les éléments formant la chambre noire de son système oculaire seront, eux-aussi, traversés par les rayons lumineux. En fait, l'invisibilité très réelle - et le plus souvent involontaire - de certains ascètes, est un effet second de l'état de dépersonnalisation auquel ils sont parvenus. On ne les "voit" pas, alors qu'un appareil photographique dirigé vers eux reproduit bel et bien leur image. (L'expérience a été faite).

Finalement, nous avons limité à trois les disciplines para-psychologiques que nous vous offrons. Nous les avons, jusqu'ici, effleurées en passant. Maintenant, nous allons entrer dans le vif du sujet et traiter à fond - chacune des questions suivantes :

- 1° / Clairvoyance ;
- 2° / Action psychique à distance ;
- 3° / Télépathie.

Si décidément, vous avez la vocation de la "magie" et qu'après étude de ces disciplines vous êtes intéressés par certaines pratiques non mentionnées par nous, nous vous demandons de faire part de vos désirs à J. Calmar, qui vous répondra directement si le sujet est de sa compétence ou, dans le cas contraire, vous mettra en contact avec un tchaniste spécialisé dans le domaine qui vous intéresse dès que les circonstances le permettront.

(Nota : vous remarquerez que l'hypnotisme n'est pas mentionné. Ceci pour deux raisons : d'abord, l'hypnose n'a rien de "magique". Ensuite parce que son usage est interdit en France aux non-médecins).

o o o o o

I - LA CLAIRVOYANCE

Ce qui différencie la voyance telle quelle est pratiquée en Occident de son homologue centre-asiatique, est le fait que, dans le second cas, ce procédé de perception qualifié d'irrationnel, découle toujours d'un entraînement rationnel. Pour les maîtres d'Asie Centrale, il n'y a pas de clairvoyants "nés". Pas plus qu'il n'existe de plombiers ou de menuisiers "nés". Tout au plus est-il admis qu'il existe des personnes plus douées naturellement dans ce domaine que d'autres - comme il existe des personnes plus douées que d'autres pour les travaux de plomberie ou d'ébénisterie.

C'est pour cela, qu'au Tibet par exemple, le plus remarquable des Voyants est considéré avec le respect dû à un bon ouvrier et rien de plus - ce qui surprend généralement les Occidentaux. Nous allons tout d'abord vous décrire l'entraînement auquel se soumet le clairvoyant centre-asiatique. Ultime-

ment, nous vous exposerons les procédés utilisés pour provoquer la clairvoyance proprement dite.

ALIMENTATION :

Disons tout de suite que la pratique de la voyance ne s'accommode pas de la diététique du Tao. Par exemple, le voyant DOIT certains jours, consommer de la viande. Par contre, certains aliments, permis par le régime du Tao, lui sont interdits.

Aliments interdits :

Haricots et fèves. Cet interdit paraît saugrenu, mais c'est un fait d'expérience : l'ingestion de ces deux papillonacées contrecarre la clairvoyance. Ne nous demandez pas pourquoi : nous l'ignorons. Mais c'est ainsi.

Le glucose sous toutes ses formes est interdit (sauf exception citée plus loin). Bannir toute sucrerie, chocolat, miel, entremets sucrés, fruits et jusqu'aux petits pois - surtout en conserve car ils sont paraît-il artificiellement sucrés (?)

Pas d'alcool ni de vin. La bière, par contre, est recommandée. (Ainsi que le lait de jument fermenté, mais il est peu probable que vous trouviez en Occident ce genre de produit qui est, de tout façon, néfaste à l'organisme, donc à déconseiller). D'une façon générale, boire beaucoup - eau, lait coupé d'eau ou non - petite bière - est recommandé.

Prescriptions alimentaires spéciales :

Un jour sur trois, manger de la viande - et si possible, en manger beaucoup (de préférence au repas de midi). Le reste du temps, s'en abstenir. A part cela et le fait que le poisson est vivement recommandé, l'alimentation est celle de tout le monde.

Mais tous les soirs, avant le coucher, absorption d'un grand verre d'eau - plutôt froide - dans lequel on aura placé, le matin : une pincée de thé noir - quelques feuilles de menthe (fraîches, si possible, sinon augmenter le nombre des feuilles. Disons trois feuilles fraîches ou six ou sept si elles sont desséchées). - Quelques feuilles de tilleul (même proportion que pour la menthe). Ajouter la valeur d'une pointe de couteau de sel et autant de bicarbonate de soude. Aucun de ces produits ne doit subir d'ébullition : ils doivent macérer à froid durant au moins douze heures. Notez qu'il ne faut pas que le goût de l'eau soit modifié par le sel et le bicarbonate qui y sont dissous. Pour les produits végétaux, c'est différent : qu'ils aient ou non modifié la saveur du liquide est sans importance. Et ne nous demandez pas en quoi l'ingestion de cette mixture peut influencer favorablement sur le potentiel de clairvoyance d'un individu. Nous n'en savons rien et ne voulons pas vous asséner de fausses explications dans un jargon pseudo-scientifique : nous devons admettre que nous n'en saurons pas davantage sur ce sujet tant que la Science ne se sera pas décidée à se pencher, sans préjugé, sur ce genre de problème. Tout au plus pouvons-nous nous permettre de faire remarquer qu'il est bien connu qu'une alimentation sans glucose provoque - dit-on - une tendance aux visions. Le contrôle de celles-ci risquant d'échapper au Voyant, nous pouvons supposer que le mélange thé + menthe + tilleul + sel + bicarbonate de soude, est destiné, en

vertu de propriétés qui nous échappent, à ramener ces visions "dans le droit chemin", ainsi que nous le disait jadis un vieux shamane.

Voici maintenant en quoi consiste l'entraînement physique et psychique du Voyant (les deux sont liés).

Tous les matins, et aussitôt levé : défécation. Excusez-nous d'insister, le sujet est nauséabond mais la chose est importante : les toxines accumulées dans l'intestin influencent le psychisme.

Puis toilette. Se nettoyer le corps comme on a l'habitude de le faire, puis se sécher. Après cela, laver de nouveau, à l'eau froide, le visage, le cou et la nuque (mais pas le dos ni les épaules). Lavez aussi, toujours à l'eau froide, le creux de la poitrine (plexus solaire), mais pas les pectoraux ou les seins. Puis laver la face interne des cuisses. Essuyez sans trop frotter - par tapotements à l'aide de la serviette, de préférence. Puis décider sur quel sujet va porter l'exercice d'entraînement du matin. Disons, par exemple, sur les événements qui sont susceptibles de se dérouler dans la journée.

Cette décision prise, se mettre debout, sur un tapis assez épais. Il n'est pas nécessaire d'être dévêtu pour pratiquer l'exercice qui va suivre. Toutefois, il convient de ne pas être couvert de vêtements qui gênent les mouvements.

S'agenouiller sur le tapis. Poser les mains à plat devant soi, les poignets retournés, l'extrémité des doigts dirigée vers les genoux. Poser la tête sur le tapis. Arquer le corps, les orteils se rapprochant le plus possible de la tête. En équilibre sur la tête et les mains, lever les jambes et les mettre à la verticale... Vous avez reconnu cet exercice : c'est l'āsana de la Tête cher aux hatha-yogins. Pas tout à fait cependant : cet exercice est d'origine mongole et, à l'encontre de l'āsana indien, la position d'équilibre sur la tête et les mains ne doit pas être maintenue : il convient de marquer un temps d'arrêt (compter 1 - 2) puis de ramener les jambes au sol et de retrouver la position agenouillée. Là encore, marquer un temps d'arrêt (1 - 2) puis se remettre tête en bas (temps d'arrêt), reprendre la position à genoux (temps d'arrêt) etc... Les shamanes et les bön-po recommencent cet exercice sept fois de suite. Les lamaïstes cinq fois seulement. Nous conseillons ce dernier chiffre : c'est très suffisant.

Ici une remarque importante : si vous n'avez pas l'habitude de ce genre d'exercice, demandez l'avis de votre médecin avant de vous y livrer. Cette gymnastique, qui a nom : lai-qu-li-ping (littéralement : aller-venir-énergie-vase) est beaucoup plus brutale, plus traumatisante pour l'organisme, que n'importe quel āsana indien.

A la fin du dernier exercice, alors que l'on se trouve en position agenouillée, prendre immédiatement l'attitude Shi-vi (de tranquillité), qui est exactement semblable à l'āsana indien du Diamant : les jambes touchant le sol des genoux aux orteils, le postérieur reposant sur les talons, la tête et le buste se trouvant dans une même ligne verticale. Deux points différents, cependant, de l'āsana du Diamant : les yeux doivent être fermés dès la prise de position, et les mains, au lieu de reposer à plat sur les cuisses, doivent être posées, sur ces mêmes cuisses, la paume en l'air. Aussitôt que cette position est prise, "tomber" dans une méditation basée sur le sujet qu'il a été décidé d'évoquer, (dans notre exemple : les événements qui vont se dérouler dans le

monde dans le courant de la journée).

Cette méditation doit être aussi éloignée que possible de toute concentration d'esprit. En fait, elle sera presque un rêve éveillé, dirigé certes, mais à peine. Evoquer l'un après l'autre les pays ou les hommes susceptibles de défrayer la chronique du jour. Essayer de ne pas s'attarder dans l'évocation d'un individu ou d'un pays donné. Passer en revue rapide le plus d'éléments possibles. Puis laisser les idées, les images venir librement. Il se peut que certaines de ces images aient tendance à se maintenir plus longtemps que d'autres ou à revenir plus souvent. Noter le fait et vérifier ultérieurement si leur caractère mérite ou non l'adjectif "prémonitoire". (Si votre état de santé vous interdit de pratiquer intégralement le lai-qu-li-ping, vous pouvez tout au moins vous livrer au début de cet exercice et poser la tête sur le sol, puis prendre ensuite l'attitude Shi-yi sans dresser les jambes à la verticale. Augmenter, dans ce cas, le nombre des répétitions - le doubler).

Dans la soirée, l'entraînement du Voyant centre-asiatique comprend des exercices plus nettement techniques. Pour ces pratiques, un "support" est utilisé. Le moins connu mais, d'après tous les connaisseurs, le plus efficace, consiste tout simplement en un simple morceau de papier blanc. La voyance dans le cristal n'est pas ignorée en Asie centrale, mais il semble que cette technique n'est pas autochtone. Les voyants, shamanes ou lamas, ont très probablement connu ce procédé par l'entremise d'Indiens en rapport avec l'Occident. L'utilisation d'écailles de tortue pour établir des pronostics d'avenir ne peut être assimilée à la voyance proprement dite. En effet, cette méthode divinatoire, basée sur l'interprétation de signes apparaissant sur la surface craquelée d'écailles soumises à une forte température, requiert certaines connaissances mais non des capacités particulières. Il en est de même de la divination par les baguettes et de divers procédés apparentés.

La feuille de papier blanc constitue une sorte d'écran cinématographique sur lequel la vision intérieure doit se trouver projetée. En général, il s'agit d'un carré de papier dont les dimensions sont comprises entre 50 centimètres et un mètre de côté. Le voyant place ce carré de papier sur le mur, de façon à ce qu'il se trouve très exactement à la hauteur de son visage lorsqu'il sera assis. La distance entre l'homme et l'écran doit être d'environ deux à trois mètres. La pièce sera plongée dans une demi-obscurité. Il importe cependant qu'une lampe soit allumée, mais elle sera voilée ou placée de façon à ne donner qu'un éclairage faible et indirect. Il est recommandé de ne pas oublier de tracer, avec la main, le "Sceau qui chasse le Gardien" avant de commencer la séance d'entraînement.

Plus tard, lorsque le Voyant se livrera à son art de façon effective, il lui faudra, après l'exécution du Sceau, brûler un bâtonnet d'encens dans une soucoupe placée devant lui. L'expérience prouve que l'inhalation des vapeurs d'encens favorisent réellement la clairvoyance, tout au moins dans certaines conditions.

Etant assis et ayant tracé le Sceau, le Voyant ferme les yeux et concentre sa pensée sur le sujet qui l'intéresse. Il essaye de l'évoquer avec le maximum de détails. Plus la concentration de pensée sera longue et profonde, plus les résultats obtenus seront probants. Généralement, la concentration de pensée précédant une séance d'entraînement dure un quart d'heure environ. Lorsqu'elle est terminée, notre voyant garde les yeux fermés, mais chasse, dans la mesure où il en est capable, toute pensée de son esprit.

Puis il entreprend un mouvement de gymnastique consistant à tourner la tête en direction de son épaule droite, puis de son épaule gauche, tandis qu'il souligne chaque tête-droite ou tête-gauche d'un chiffre prononcé mentalement : un, deux, trois etc... Il compte ainsi jusqu'à cent. En fait, en début d'entraînement, nous recommandons d'arrêter bien avant ce chiffre : une sensation - d'ailleurs recherchée - d'étourdissement, se produit assez vite. Arrivé au chiffre cent, le Voyant rend les muscles de son cou à leur immobilité première, mais il conserve les yeux fermés et porte les mains à son visage. La partie de la paume de chaque main située près du poignet, au-dessous de l'auriculaire, vient alors presser doucement les paupières fermées, exerçant une poussée légère sur les globes oculaires. Tout en exécutant ce geste, il convient de répéter une sorte de mantra dont voici un exemplaire typique : zhao - shi - chu - xin - wo. Ces cinq mots n'ont, par eux-mêmes, pas grand sens puisqu'ils signifient littéralement : illuminer - réel - sortir - coeur - moi. Ces mots appartiennent à la langue chinoise et même exactement, au chinois de Pékin. Les hommes du Sn-Kiang ou même du Tibet qui les utilisent, ne les comprennent généralement pas. C'est précisément à cause de cette incompréhension à peu près générale que ces mots sont utilisés. Non parce qu'étant inconnus, on leur suppose un caractère magique, mais parce que chaque mot devant être suivi de sa traduction dans la langue de l'opérateur, l'effort intellectuel demandé contribue quelque peu à chasser toute autre pensée consciente. Ajoutons que l'accentuation originale doit être aussi respectée. Un Français récitant le mantra en question devra donc répéter à mi-voix - et ceci durant plusieurs minutes (quatre ou cinq au moins) : zoh - a o (le a est à peine prononcé) - chi (le i est prononcé à peu près normalement, il est toutefois un tout petit peu moins marqué que dans le mot français "chinois" par exemple). Notons en passant que la traduction exacte du mot "réel" n'est pas "shi" mais bien "shi zai". Expliquer la raison pour laquelle ce terme a, dans ce "mantra" perdu la moitié de sa substance nous entraînerait trop loin et ne servirait pas à grand chose. Le mot "chu" se prononce "tchu". Le u terminal est le u français, fortement prononcé, craché en quelque sorte. Le mot "xin" se prononce xine, le e final étant, si l'on peut dire, tranché net. Ne pas oublier que chacun de ces mots doit être immédiatement suivi de sa traduction dans la langue natale de l'opérateur. Ajoutons que cette formule doit être récitée à mi-voix. A noter aussi que lorsque l'entraînement laissera la place à la voyance proprement dite, l'ordre des mots répétés sera interverti, le dernier devenant le premier. (Ce dernier mot "wo" se prononce : ou - o).

Pressant toujours (légèrement) ses paupières, le Voyant récite dix fois, vingt fois, les mots sus-mentionnés. Puis il écarte les mains de son visage et ouvre les yeux. L'écran est en face de lui. La pièce baigne dans la pénombre. Il regarde l'écran. Qu'y voit-il ? Nous le disons tout de suite : durant les premiers temps, il ne verra absolument rien si ce ne sont les phantasmes produits par l'afflux du sang dans ses globes oculaires. Peu à peu, cependant, il commencera à apercevoir des images d'abord floues puis de plus en plus nettes. Dans les derniers temps de son entraînement, il veillera à pratiquer plusieurs rétentions respiratoires après ces exercices, lesquels, à ce moment, devront avoir lieu le matin.

Terminer chaque séance par le Sceau du Départ exécuté debout.

Nous en resterons là en ce qui concerne la description de l'entraînement des clairvoyants. Il existe, certes, de nombreux autres procédés d'approche de la voyance. Mais il convient de ne pas disperser ses efforts et ce

que nous vous avons appris constitue le procédé à la fois le plus simple et le plus efficace. Nous vous donnerons, dans notre prochain texte des détails sur l'exécution d'une opération de clairvoyance proprement dite. Nous vous parlerons aussi de la modification momentanée du régime alimentaire qui précède cette opération. Mais de toute façon, un assez long entraînement préalable est nécessaire avant que vous ne soyez en mesure d'obtenir des résultats probants.

Et surtout n'oubliez pas : dans tout le centre-asiatique, même dans les régions où la langue arabe est complètement inconnue, un Voyant, un "Magicien" qui n'est que cela et rien d'autre, est traité de fakir. Le mot "fakir" signifie pauvre, dans le sens de "pauvre type"



Au début de ce texte, nous vous avons parlé d'un programme de "sept fois dix jours". Pour compenser ce que le mot "programme peut avoir d'aride, nous avons pensé qu'il était préférable de vous présenter le dit sous forme d'un récit très authentique dont nous commençons ici la publication :

Il y a de cela bien des années, le vénérable Wou, auquel son entourage, hors de sa présence, accordait volontiers le titre de "tseu" (maître), fit appeler près de lui un jeune homme d'origine européenne qui séjournait au "monastère ouvert" de Kliang-Si depuis près de trois mois. Ayant invité son visiteur à s'asseoir, Maître Wou, faisant fi des circonlocutions chères aux lettrés de l'Est, demanda abruptement :

- Voulez-vous devenir des nôtres ?

Le garçon fut étonné.

- Je ne crois pas, dit-il, posséder les qualités requises. D'abord, je suis fort peu doué pour l'étude des langues étrangères. Je n'ai jamais pu apprendre vraiment l'anglais et votre langue, je sais que ses subtilités m'échapperont toujours. Si vous et deux ou trois occupants de ce monastère ne parlez pas ma langue, j'aurais le plus grand mal à me faire comprendre de mon entourage. Pourquoi ne pas me laisser à mon seul travail actuel ? Je sarcle, je bine ni mieux ni plus mal qu'un autre. Je vous suis reconnaissant de m'avoir donné un toit et de la nourriture dans ce pays où le hasard m'a conduit. J'essaye d'exprimer ma reconnaissance par mon travail en attendant le moment où les circonstances me permettront de regagner mon pays...

Maître Wou secoua la tête :

- La méconnaissance d'une langue n'est pas un obstacle : les mots pouvant constituer autant de pièges. Je sais, mon jeune ami, que vous ne connaissez pas l'inquiétude métaphysique. Mais cela pourra venir plus tard... si vous refusez mon offre. Et de toute façon, dans ce dernier cas, vous ne connaîtrez jamais la vraie liberté, celle qui délivre des chaînes du temps...

- Soit, dit le jeune homme. Si vous y tenez, j'accepte. Mais vous serait-il possible, en termes simples, de me définir cette fameuse liberté dont j'entends parler, sous le nom d'"éveil" depuis que je suis ici ?

- Je puis le faire en termes très simples, dit le vieillard. Regardez-moi : je suis un vieil homme. Mais auparavant, j'ai été un adulte dans la force de l'âge, auparavant encore, un jeune homme, un enfant, un bébé. De tous ces personnages qui est "moi" ? Négligeons les arguties. Ne disons pas : le "moi" n'existe pas. En fait, même si la chose est vraie, "moi" existait bel et bien. Donc, qui est moi ? Le vieillard, l'adulte, le jeune homme, l'enfant ou le bébé ? Et je ne compte pas la multitude des personnages intermédiaires, si je puis dire...

- Je ne sais que répondre, dit le garçon. Dans le domaine théorique, on peut toujours admettre l'inexistence du "moi", mais je me rends compte qu'en répondant cela j'esquiverais le problème tel que vous le posez. Je dirais donc : je ne sais pas.

- Eh! bien, dit le vieillard, je vais vous éclairer. Dire que le "je" existe, c'est se servir de mots. Dire que le "je" est inexistant, c'est aussi se servir de mots et les mots ne sont pas la chose qu'ils veulent désigner. Dire que le "je" est à la fois le bébé, l'enfant, le jeune homme, l'adulte et le vieillard, tout cela n'est que mots aussi - et cela ne peut être la vérité ultime. Cependant, l'homme doit en prendre son parti : la vérité objective lui est dissimulée tant qu'il demeure un homme, même supérieur. Par contre, des vérités subjectives existent et les plus élevées d'entre elles sont à la portée des êtres que nous sommes, êtres finis en tant qu'individus. La vérité subjective la plus haute qu'un humain puisse atteindre individuellement, est la connaissance pratique du fait que le "je" échappe à l'emprise du Temps. L'homme qui sait cela, non pas par croyance mais par expérience, échappe à tout jamais au malheur sous toutes ses formes. Il devient spectateur et non plus acteur. Tout se passe comme si, installé au-dessus de la tête corporelle et au-delà de l'émotivité, le "je" considérait avec une pitié à la fois amusée et attendrie, les activités de la petite marionnette qu'il avait cru autrefois être "je". Et cette pitié amusée et attendrie va aussi aux autres petites marionnettes qui se croient aussi des "je".

- Beau programme, dit le jeune homme - que le mysticisme n'avait jamais particulièrement attiré - et peut-on savoir par quel moyen ce résultat peut être obtenu ? Par l'entraînement aux pratiques magiques ?

- Ne méprisez pas ce que les Anglo-Saxons appellent la "para-psychologie", rétorqua Maître Wou. Tout ce qui vise à donner à l'homme sa plénitude a son importance! Mais la para-psychologie n'est pas le procédé d'accès le plus direct à l'Eveil aux réalités du Tao. La voie la plus droite est celle que nos amis Tibétains appellent "dzog Tchen". C'est la voie la plus rapide, celle de l'attention...

- N'en dites pas davantage, fit le jeune homme, j'ai compris : votre "dzog Tchen" est proche parent de l'exaspérant "Tsyng-Chen", je ne le vois que trop... Oui, je ne vous en avais rien dit, mais j'ai, moi aussi, essayé de pratiquer le "Tsyng-Chen", comme les autres, pour me rendre compte. Je n'ai jamais rien entrepris d'aussi agaçant... Et j'ai abandonné. Un homme n'a-t'il rien de mieux à faire que de se regarder s'agiter comme s'il... comme s'il regardait un robot en action ?

- Un homme, certes, a mieux à faire, dit Maître Wou. Mais un robot ? De toute façon, malgré certaines similitudes, le dzog-Tchen n'est pas le Tsyng-Chen. Ce dernier est essentiellement physique. Il permet, en occupant

totalément l'intellect à la surveillance des activités sensorielles, de résoudre, à l'aide du psychisme inconscient, des problèmes dépassant les possibilités de la raison. L'homme qui persiste dans la pratique du Tsyng-Chen intégral atteint, un jour ou l'autre, le but recherché. Il l'atteint, mais quand ? Il ne peut le savoir à l'avance. Avec le dzog-tchen, c'est différent : pour un individu donné, la date d'un éveil au moins partiel, peut être fixée à quelques jours près (sous réserve de bonne volonté de la part du sujet). Ainsi pour vous, d'après votre attitude générale et en tenant notamment compte de l'incident du bidon (1), je dirai que dans soixante jours vous toucherez au but...

- En ce cas, dit le garçon, commençons tout de suite. Que dois-je faire ?

- Quelque chose qui est, comme vous l'avez dit, apparenté au Tsyng-Tchen, mais plus simple : pendant les dix jours prochains, veillez - c'est le mot - à tenir votre tête et vos épaules bien droites chaque fois que votre travail ne vous obligera pas à vous pencher vers le sol. Redressez-vous, prenez la position d'un garde-à-vous sans raideur à longueur de journée. Et tenez compte du nombre de fois où vous procéderez à cette opération. Ceci chaque jour...

- Bon! fit le jeune homme d'un ton résigné, j'essayerai. Est-ce tout ?

- Pas tout à fait. Le dzog-Tchen "travaille" sur deux plans. Durant ces dix jours - et beaucoup plus longtemps si nécessaire - je ferai en sorte que ceux de nos amis qui parlent votre langue soient constamment à vos côtés. Vous ne devrez parler qu'à eux et surveiller chacun des mots qui sortiront de votre bouche.

- Je vois : si mes compagnons de travail ne parlaient pas ma langue maternelle, je serai tout naturellement obligé de faire attention à ce que je dis et l'exercice deviendrait trop aisé...

- C'est cela. Ainsi, pendant dix jours, outre, bien entendu, votre travail habituel, il vous faudra veiller à vous tenir bien droit et à ne pas parler sans savoir ce que vous dites. Rien d'autre. La tête droite, le corps droit, la langue droite sont choses allant ensemble... Naturellement, il vous faudra aussi tenir compte du nombre de fois où, dans la journée, vous aurez pensé à surveiller vos paroles. Ce sera tout. Le onzième jour, revenez me voir...

- Bien j'ai compris. Et... c'est facile à mettre en pratique votre petit programme ?

- Pour vous, dans les débuts, pas trop, je le crains...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Pendant les jours qui suivirent, le jeune Européen nota, sur un carnet, les résultats de son expérience. Nous vous les communiquons sans rien y changer...

Premier jour :

"Sacré père Wou! Pas tellement drôles ses petits trucs. Surtout lorsqu'on passe chaque jour huit heures aux champs, deux ou trois heures à des bricolages divers et trois heures ou plus à étudier... Enfin, puisque ça lui

fait plaisir! C'est un bien brave vieux... Pour la tête et le buste : redresser, ça a été à peu près, je puis le dire ce soir. Lorsque l'on passe des heures courbés vers le sol, on est trop heureux d'avoir un prétexte pour se redresser. Ca, je l'ai fait très exactement 127 fois durant le temps passé aux travaux agricoles! Par contre, en bricolant dans la remise et surtout pendant que j'étudiais, j'ai passé de longs moments sans penser à me redresser. Et pour la surveillance de mes paroles, ça n'a pas été si facile. Le petit père Wou savait ce qu'il faisait en me collant ces deux sangsues pour co-équipiers. Ces deux gars sont chinois dans tous les sens du terme; même T... qui est pourtant d'origine buriate. Ils n'ont pas cessé de m'interpeller à brûle-pourpoint, ce qui fait qu'à plusieurs reprises je ne sais vraiment pas ce que je leur ai répondu..."

Deuxième jour :

"Toute cette histoire commence à m'agacer! Ce n'est pas possible de penser à se tenir droit comme un petit soldat quand on est aussi occupé. Et ces deux imbéciles qui ne cessent pas de me poser des questions! J'ai bien envie - tout en "écoutant mes paroles" puisqu'ils y tiennent, de citer à chacun d'eux le mot historique du général Cambronne puisqu'ils sont, m'ont-ils dit, friands d'Histoire de France : ça élargirait le champ de leur connaissance dans ce domaine. De toute façon, aujourd'hui, je n'ai pensé à me redresser que 28 ou 30 fois aux champs. Je ne sais plus au juste, 11 fois en bricolant (mes deux persécuteurs n'étaient plus là) et 5 fois en étudiant. Par contre, alors qu'hier je n'avais pas même réussi à compter le nombre de fois où j'avais réussi à surveiller mes paroles, j'ai pu le faire aujourd'hui : huit fois en tout. Ou rien ne va plus, c'est pendant les repas. Là je ne pense à rien d'autre qu'à manger. Ventre affamé n'a pas d'oreilles... Même pour ses propres paroles."

Troisième jour :

"Un peu mieux aujourd'hui. J'ai trouvé un truc : je parle moins. Je ne dis aux autres, de moi-même, que ce qui est strictement nécessaire et, lorsqu'ils me posent une question, j'attends un peu avant d'y répondre. Un peu agaçant mais on s'y fait - même à table. Ce qui devient vraiment plus facile, c'est de penser à se redresser : plus de 300 fois aujourd'hui..."

Durant les six jours suivants, le jeune homme ne nota rien sur son carnet.

Le dixième jour :

"Demain, je vais revenir voir Maître Wou. Depuis trois jours, je ne compte plus le nombre de fois où, dans la journée, au travail ou à table, je songe à me redresser : j'y pense tout le temps. Il en est de même pour la surveillance de mes paroles... Je me faisais un monde de bien peu de chose. Et maintenant, qu'est-ce que le père Wou va me proposer ?

Les premières paroles de Maître Wou, lorsque le garçon pénétra dans sa cellule, furent :

- Alors ? Est-ce que l'habitude a réussi à vaincre l'habitude ?

TEXTE XII

- Je ne sais, dit Maître Wou à son jeune visiteur, si vous avez parfaitement compris les raisons pour lesquelles je vous ai demandé, en premier lieu, de surveiller conjointement vos paroles et l'attitude - la rectitude - de votre corps...

- En ce qui concerne les paroles, répondit l'Européen, je suppose qu'il s'agissait avant tout de m'apprendre à ne pas parler pour ne rien dire, "à ne pas me vider par la bouche" comme on dit dans ce pays-ci... Quant aux épaules bien droites, je ne vois pas... Peut-être considérez-vous que certaines attitudes physiques, prises délibérément, entraînent des attitudes mentales correspondantes ?

- Je vois ce que vous voulez dire : corps tendu par la volonté : âme droite et inflexible - corps avachi : mentalité veule. Il y a un peu de vrai dans tout cela, mais ce n'est pas là notre raison. Nous voulons, non pas créer une attitude mentale particulière en partant d'une certaine attitude physique, mais lier, au départ, deux attitudes, l'une et l'autre physique et mentale à la fois. Raidis ton corps - acte physique entraînant la prise de conscience et l'existence de ce corps et influençant, comme vous le disiez, l'esprit dans le sens de l'énergie (ce qui en fait un acte mental) - surveille tes paroles : acte intellectuel se transformant en acte physique par mise en mouvement de l'appareil élocutoire. Tout cela est très élémentaire, certes, mais si nous voulons obtenir un être humain unifié, il nous faut aller doucement. Avant d'en terminer avec cette première partie de notre programme, j'aimerais insister sur deux détails :

1° / La surveillance des paroles habitue peu à peu l'homme à ne plus parler pour ne rien dire et ceci sans coercition. L'individu qui écoute ce qu'il dit, se rend vite compte du fait qu'il profère habituellement pas mal de bêtises ou, tout au moins, de nombreuses paroles inutiles et ce fameux automatisme qui nous fait tant de mal joue, dans ce cas particulier, un rôle bénéfique en éliminant peu à peu tout ce qui ne sert à rien. Cette discipline est donc plus utile - et aussi, sans qu'il y paraisse, plus difficile à maintenir - que celle qui consiste à conserver toujours un silence absolu et à ne pas s'exprimer que par gestes, comme le font les membres de certaines communautés religieuses.

2° / Nous lions, dans cet exercice, le corps et la parole. Peut-être avez-vous pensé qu'il serait plus logique d'associer l'attitude du corps et l'expression du visage ? Corps droit, visage impassible = homme statue... Nous ne sommes pas d'accord. Il est possible d'observer ses propres paroles sans intervenir volontairement. La discipline s'établit d'elle-même dans le langage. Par contre, il est impossible - à moins de vivre en permanence devant un miroir - de savoir ce que son visage exprime : on ne peut donc donner à ce visage, et ceci par un constant effort volontaire, que l'apparence de l'impassibilité. Que cette apparence se transforme, à la longue, en réalité, je ne le nie pas, mais la nature est brimée dès le départ, ce que nous voulons éviter...

--- J'enregistre, dit le néophyte. Et maintenant, Wou-Li-Pang, quelle est la suite du programme ?

- Nous allons, si vous le voulez bien, nous conduire en bons disciples de Lao-Tseu, le "vieillard-enfant"...

- Excusez-moi, coupa le jeune homme, mais ce que vous venez de dire m'incite à vous demander l'explication d'un problème qui me tracasse depuis longtemps. Vous venez de vous dire disciple de Lao-Tseu. A d'autres moments, le Bouddha est cité par vous comme votre maître. En Occident, j'avais vaguement entendu parler du Tchan que mes compatriotes tiennent pour la version chinoise du bouddhisme Zen. En Inde, les tchanistes sont tenus pour taoïstes. Etes-vous l'un ou l'autre ? J'avoue que je ne m'y retrouve pas...

- J'ai toujours, dit Maître Wou, été intéressé par cette manie, qu'a l'Occidental, de tout étiqueter. Nous travaillons sur des philosophies qui ignorent l'exclusivité. Bouddha disait : "si tu trouves ta Voie ailleurs, tant mieux. Sinon, viens vers nous". Et les bouddhistes Zen disent, eux : "lorsque tu as prononcé le nom du Bouddha, rince-toi la bouche et crache...". Bouddha et Lao-Tseu ne sont pas, pour nous, des maîtres vénérés : ce sont des scientifiques dont nous mettons les théories à l'épreuve... Du reste, pour vous montrer à quel point nous sommes indifférents à toutes ces oiseuses questions d'obédience, ce n'est plus Lao-Tseu que je vais vous citer, mais un autre qu'une bonne partie de vos compatriotes considère comme Dieu lui-même : Jésus - qui a dit : "soyez pareils à des enfants..."

- Cela veut dire, je pense : soyez purs comme des enfants ?

- Purs ? Je ne sais pas. Après tout, Jésus appartenant à un peuple qui professait la croyance au péché originel : ne raisonnez pas trop en moderne ; souillés par le péché d'Adam, les enfants d'Israël ne pouvaient être purs. Mais ils avaient, comme tous les enfants, un pouvoir que l'adulte ordinaire n'a plus : à chaque instant, ils créaient le monde...

- ? ? ? ? ?

- Je m'explique : chaque fois qu'un spectacle nouveau s'offre aux yeux de l'enfant, c'est comme si, pour lui, le monde - ce spectacle - venait d'être créé. Et comme, d'un instant à l'autre, pour des yeux qui savent voir, toute scène change quelque peu, cette création est perpétuelle pour l'enfant qui, lui, sait voir avec des yeux non habitués. L'habitude est le grand ennemi de l'homme d'âge adulte. C'est elle qui détruit le paradis intérieur. Un homme véritable doit retrouver le regard de l'enfance et sa capacité de création et d'émerveillement. Je ne veux pas me lancer dans une diatribe contre l'esthétisme. Néanmoins, vous trouverez beau un "merveilleux paysage" et hideuse une usine à gaz. Supposez que vous voyiez pour la première fois une usine à gaz et que vous n'ayiez, dans le passé, jamais rien vu qui lui ressemble. Supposez d'autre part, que vous avez toujours vécu face au merveilleux paysage auquel je faisais allusion. Ne croyez-vous pas que vous seriez émerveillé par l'usine et indifférent devant le paysage ? Tout ce que je dis là est assez puéril, je vous l'accorde et je ne parle ainsi que pour vous faire comprendre l'importance de ce que je vais vous demander de faire :

"Aussi souvent que l'idée vous viendra - et cette idée deviendra presque permanente si vous transformez en alliée votre ennemie : l'habitude - regardez ce qui vous entoure avec un sentiment de créateur. D'ordinaire, le regard est avide, absorbant. Il attire à lui la vision de ce qui est devant lui. Tout se passe comme si les choses existaient réellement TELLES QU'ELLES SONT VUES et que le regard, passant par là, s'en imprégnait. Mais, véritablement, c'est le regard qui crée la chose vue telle qu'elle est vue. Toute vision est subjective. Lorsque vous regardez un homme, cet homme n'est tel que

vous le voyez que pour votre regard. Il faut, à la lumière, une fraction infinitésimale de temps pour aller de vous à moi. Cependant, durant cet instant infime, mon corps, tourbillon d'atomes, s'est transformé - et, sur un autre plan, mes pensées se sont modifiées subtilement, même si cette évolution m'échappe. De plus, ce que vous voyez de moi est, pour autant que l'on puisse savoir, unique. Rien ne nous prouve qu'un autre homme, même en cet instant, même à votre place, aurait eu la même vision. Et nous savons que, placée où vous êtes, une mouche, par exemple, verrait tout autre chose. Donc, que nous le voulions ou non, c'est le contemplateur qui crée l'objet de la contemplation. Lui disparu, cet objet n'existe plus tel qu'il a été perçu et avant, il n'existait pas. En conséquence, il vous faut savoir que, dans la pratique, tout se passe comme si vous projetiez votre regard et que cette projection donne naissance à l'objet vu. Ayez cette sensation. Ne vous comportez plus comme un enregistreur mais comme un projecteur d'images. Sachez que les agrégats que vous percevez existent tels quels pour vous et pas nécessairement pour d'autres.

N'oubliez pas, non plus, qu'en dehors de sa subjectivité votre vision s'arrête aux apparences. Demandez-vous souvent : cette vision qui est mienne, que serait-elle si j'utilisais un microscope ? Si je percevais les atomes tourbillonnant (si tant est qu'il existe pareils atomes) ? Faites cela, non pas toujours certes, mais de temps à autre. En somme, dans la mesure où vous y penserez, efforcez-vous de contempler tout ce qui sera offert en spectacle à vos yeux comme si jamais vous n'aviez rien vu de semblable et comme si vous sentiez - ce qui sera, dans une certaine mesure la vérité - que vous venez de créer, pour vous seul, ce que vos yeux voient. Un bon truc : sentez la présence de vos yeux et "projetez" votre regard vers l'objet contemplé. Ce sera un premier pas de fait vers un nécessaire dynamitage des structures. Il faut que vous obteniez la sensation que quelque chose - un rayon si vous voulez - sort de vos yeux ("sentez" vos yeux), va se poser en un point de l'espace et crée ce qui est vu. Comment créer ? En partant d'éléments aussi primordiaux que possible. Une maison est devant vous : en la regardant, évoquez mentalement les éléments qui la composent ; il y a des pierres qui sont un agglomérat formé dans le sol, il y a des milliards d'années ; de planches découpées dans le tronc d'un arbre lui-même issu d'une graine nourrie par l'humus du sol...

Il n'est, bien entendu, pas question pour vous de rechercher les origines de chaque chose perçue : une vie n'y suffirait pas. Il s'agit, simplement, de sentir que l'objet regardé n'est pas seulement ce qui est désigné par une formule toute faite. Une maison est aussi un amas hétéroclite. Vous la voyez, ordinairement, comme un abri à l'usage des hommes. De temps à autre, regardez-la avec les yeux d'un être qui, par sa nature ne saurait que faire d'un tel abri : un "esprit" si vous voulez, ou une créature tellement robuste que s'abriter ne lui serait pas nécessaire. N'importe quel être, n'importe quel objet peuvent être regardés ainsi ; un homme : c'est un composé d'éléments chimiques, mû par des gestes dictés par des réflexes ou par des pensées. Ces réflexes ou ces pensées ont leur origine, soit dans les réactions biologiques de ce composé que nous appelons "homme", soit dans le milieu extérieur...

- Vous ne croyez donc pas, coupa le néophyte, qu'il existe quelque chose en l'homme qu'on appelle "l'âme" et qui est indépendant du milieu ?

Maître Wou marqua une pause. Puis il reprit :

- Je vais, mon jeune ami, vous dire une chose que je dis habituellement à toute personne qui débute dans le dzog-tchen. Avec vous, je n'en avais rien fait jusque là car je vous savais agnostique. Voici cette chose : le dzog-tchen est une expérience technique. Dans le domaine technique ou scientifique,

aucune croyance, aucune foi qui ne peut être prouvée immédiatement, là, devant nous et à tout le monde : rien de tout cela ne peut être admis quelle que soit sa valeur pour l'expérimentateur. Il y a, en Occident, de remarquables hommes de sciences qui sont aussi des prêtres. Croyez-vous que Breuil ou Theillard de Chardin auraient pu faire un pas en avant dans leur science s'ils avaient dit au préalable : "il faut que tout ce que je vais découvrir concorde avec ce que l'Eglise enseigne ?". C'est une règle absolue : croyez au Karma, à la création du monde "ex nihilo", à l'âme immortelle, cela vous regarde. Mais si vous ne réussissez pas, tandis que vous pratiquez le dzog-tchen, à reléguer votre croyance aux tréfonds de vous-même ; si vous l'introduisez dans un domaine où ne doit intervenir que ce qui peut être perçu directement par n'importe qui, alors, n'allez pas plus loin : vous n'obtiendrez pas plus de résultats que n'en aurait obtenu l'abbé Breuil s'il avait à toute force voulu faire coïncider ses découvertes avec les données de la Bible...

- En ce qui me concerne, dit le jeune homme, cela ne présentera pas de grandes difficultés...

- Tant mieux... Donc, je résume : je vous demande, deux fois par jour ; plus souvent si vous le pouvez, de vous transformer en "Martien" qui visiterait pour la première et dernière fois notre planète. Ce que votre regard voit, vous ignorez ce que c'est, à quoi cela peut servir et même si cela peut servir à quelque chose. Ce que vous voyez, vous ne l'avez jamais vu et vous ne le reverrez jamais et nul, avant vous ne l'a jamais vu tel que vous le voyez et nul ne le verra. Votre regard crée. Prenez l'habitude de regarder ainsi au moins trois fois chaque jour. Peu à peu, sans même le vouloir, vous vous surprendrez à voir les choses de cette façon de plus en plus souvent. Notez que si vous étiez aveugle vous pourriez "créer" à l'aide un autre sens. La vision n'est pas privilégiée dans ce domaine : elle est seulement, pour la majorité des hommes, le sens le plus esclave de l'habitude. Si l'homme était construit comme le chien, ce serait l'odorat qu'il conviendrait de déshabituer... Alors, nous sommes bien d'accord ? Vous continuez à surveiller vos paroles et l'attitude rectiligne de votre corps et, en sus, trois fois par jour au minimum, vous projetez vers le milieu qui vous entoure un regard de nouveau-né ? Revenez me voir dans dix jours. Avec un regard neuf...!

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Nous ne pensons pas que le programme que nous vous proposons soit d'exécution bien difficile. Il est aussi gradué que possible. N'importe qui, avec un peu de bonne volonté, peut essayer de surveiller ses paroles et la rectitude de son corps. Vous avez de nombreux oublis ? Ce n'est pas important. Ce qui compte est de persévérer. Si, aujourd'hui, vous n'avez songé qu'une seule fois à prêter attention à vos paroles et une seule fois à vous dire : "tiens-toi droit!", dans un mois vous agirez ainsi presque constamment, sans même y penser consciemment. Les automatismes sont les plus redoutables ennemis de l'Eveil, mais pas tous. Certains, au contraire, le favorisent et l'automatisme qui consiste à surveiller paroles et attitude sans même y penser est de ceux-là. Songer trois fois par jour à regarder autour de vous avec des yeux neufs ne constitue pas non plus un gros effort. Là aussi, un automatisme apparaît qui sera bénéfique. Si vous suivez scrupuleusement les indications que nous vous donnons sans vous lancer dans les spéculations à propos du "comment" et du "pourquoi", vous vous rendrez compte, dans quelques semaines que, sans même

avoir ressenti le bouleversement qui s'est produit en vous, vous êtes devenu un autre être, beaucoup plus proche du réel que le "vieil homme". Mais n'oubliez pas : vous ne devez en aucun cas laisser passer une seule journée sans au moins tenter de faire ce que nous vous demandons. Toute journée perdue ramène au point de départ.

Et maintenant, nous allons revenir à la parapsychologie appliquée. Si vous suivez l'entraînement en vue d'obtenir la Clairvoyance, souvenez-vous que la pratique du dzog-tchen dont vous venez de lire la deuxième phase, contribue puissamment à augmenter les capacités de voyance extra-sensorielle.



CLAIRVOYANCE (suite)

Nous allons aujourd'hui traiter de la pratique de la voyance proprement dite, telle qu'elle découle de l'entraînement dont nous avons exposé les principes dans le dernier texte. Avant d'aller plus loin, nous tenons à rappeler que la clairvoyance n'est pas - pas encore - une technique relevant d'une science exacte et ce, dans quelque pays que ce soit. Il en va de même pour tout ce qui touche à la parapsychologie. En conséquence, lorsque vous aurez réalisé votre première expérience positive dans ce domaine, n'imaginez pas que par la suite tout doit vous réussir systématiquement. Les forces utilisées sont mal connues. Leur réalité se dissimule sous tout un florilège de superstitions. Toute connaissance que nous en avons, est forcément obtenue par des procédés empiriques. Il fut, croyons-nous, un temps où la parapsychologie était une technique basée sur des données exactes et des postulats vérifiables. Le jour reviendra où toutedignité lui sera rendue. Pour le moment, il convient de faire preuve de prudence et de modestie dans nos tentatives.

Lorsqu'il juge que son entraînement est suffisant - c'est-à-dire lorsqu'il commence à visualiser sur son écran de papier des images de plus en plus cohérentes - le Voyant décide de passer à la pratique.

La séance aura lieu le matin ou le soir, peu importe, mais assez loin des repas : au moins une heure avant - deux heures au moins après. Toujours, l'expérimentateur procède à des ablutions avant d'opérer. Il se lave à l'eau fraîche les mains et les avant-bras, le visage et la nuque (au-dessus des cheveux). Puis il procède comme pour une séance d'entraînement. Il place son écran de papier contre le mur, tamise les lumières, s'assoit face à l'écran et trace le Sceau qui chasse le Gardien. A ce moment, trois détails nouveaux interviennent. Le Voyant fait brûler quelques grains d'encens - voire un bâtonnet entier si la séance promet d'être longue - dans une soucoupe placée près de lui. Puis il place dans sa bouche la valeur de deux morceaux de sucre ordinaire, tels qu'on en trouve dans le commerce. Après cela, il ingère une cuillerée à soupe d'alcool assez fort. Le sucre se dilue dans l'alcool et notre homme avale le tout. A noter que cette infraction au régime alimentaire habituel doit être strictement réservée aux séances de Voyance proprement dites. En aucun cas, en cours d'entraînement, il ne sera question d'absorber du sucre ou de l'alcool.

Ceci mis à part, le Voyant procède ensuite exactement comme au début de l'entraînement du soir. Concentration de pensée, mouvements tête-droite et tête-gauche tout en comptant mentalement, pression douce sur les globes oculaires. Il n'y a changement que lors de la récitation du mantra. Comme nous

l'avons dit, ce dernier, quel qu'il soit, devra être inversé lors de la séance de voyance proprement dite. Dans le cas cité par nous, le Voyant à l'entraînement disait à mi-voix : zch-a-o (tout en pensant : illuminer) ; chi (il pense : réel) ; tchu (sortir) ; xin (cœur) ; ou-o (moi). En séance de travail, il dira tout d'abord : ou-o (moi) ; xin (cœur) ; tchu (sortir) ; etc... A la fin de ce texte, nous vous donnerons une série de mantras que vous pourrez utiliser lorsque celui-ci vous sera devenu trop familier pour mobiliser vraiment vos facultés conscientes. La séance de Voyance se termine, exactement comme il a été dit pour l'entraînement. Notons qu'un bon Voyant n'hésite pas à faire durer plus d'une heure.

En dehors de cette forme de Voyance avec support, il en existe une autre qui utilise les seules ressources de l'esprit du Clairvoyant. Elle est basée sur le pouvoir de concentration mentale et, si vous avez convenablement pratiqué la concentration sur les chiffres telle que nous vous l'avons proposée, cette forme de Voyance est à votre portée. Elle est, cependant - nous devons vous avertir - d'un maniement délicat. Le Voyant qui la pratique doit, préalablement, bien se convaincre d'une chose : étant un être humain, il peut lui advenir de se tromper. Car la sensation de réalité de la vision observée est telle que l'on peut en arriver à croire beaucoup plus fermement à ce qui est perçu directement par l'esprit qu'au témoignage des sens physiques. Bien entendu, il arrive souvent que l'esprit ait raison contre les sens. Mais l'hallucination est aussi possible et il convient de se méfier. Si remarquable soit-il, un Voyant se trompe un jour ou l'autre dans l'interprétation qu'il donne de sa vision. Nous vous prions de ne pas oublier ce détail.

L'entraînement à cette forme de voyance ne demande pas d'exercices acrobatiques comme c'est le cas pour la Voyance avec support. Tout demeure dans le mental. Notons en passant que cette discipline est d'origine religieuse. Les Voyants qui la pratiquent - surtout au Tibet où elle est très populaire - ont généralement débuté dans cette carrière poussés par un zèle pieux. D'ordinaire, il s'agit d'un jeune homme qui, sur les conseils de son guru, pratique une forme de concentration de pensée destinée à lui permettre de visualiser avec une intensité aussi grande que possible, une des multiples déités du panthéon tibétain. Le jour vient où cette visualisation prend une force telle que l'image obsessionnelle devient, pour l'élève, impossible à différencier des créatures réelles qui l'entourent. Le jeune homme se rend alors près de son guru et deux alternatives peuvent alors se présenter : le garçon peut dire sa joie d'avoir "créé" pour lui tout seul une divinité qui l'escorte partout et l'aide en toute chose. Dans ce cas, le guru le félicite et lui conseille de persévérer dans une si bonne voie. Et l'élève repart, tout content, tandis que le maître le suit du regard - ce genre de regard que l'on réserve aux imbéciles incurables. Mais il se peut aussi que le jeune homme dise à son maître ses doutes quant à la réalité de la vision "créée". En ce cas, le visage du guru s'éclaire et il propose au garçon d'aller plus avant, soit en pratiquant la méditation par delà les formes, soit en prenant une autre voie. Quelquefois, cette voie est celle de la Voyance sans support, qui convient fort bien à un homme capable, à la fois, de visualiser fortement et de ne pas être convaincu pour autant de la réalité de ses visions.

L'entraînement du Voyant n'utilisant aucun autre support que son propre esprit, est très simple : tout dépend de la capacité de concentration. Au début, nous conseillons l'utilisation d'une image quelconque : photographie ou reproduction de tableau. Supposons que vous avez en main un chromo représentant le fameux Angelus de Millet. Asseyez-vous commodément, en tailleur si vous préférez. Placez sur vos genoux ou devant vous la reproduction et regar-

dez-la. Observez tous les détails, l'un après l'autre. Voyez d'abord le décor. Puis les personnages. Gravez bien, dans votre mémoire, les attitudes des personnages, leurs vêtements, ce que vous percevez de leurs traits. Ecartez le tableau de vos yeux et tentez de le reconstituer de mémoire avec tous les détails. Fermez les yeux, cela vous aidera. Recommencez tous les jours et, si vous le pouvez, trois ou quatre fois par jour, ce petit exercice. Selon vos aptitudes, vous le maîtriserez plus ou moins vite mais, avec de la persévérance, vous en viendrez à bout. Lorsque vous connaîtrez le tableau dans ses moindres détails, mais alors, vraiment, au point de pouvoir le visualiser n'importe où, n'importe quand ; simplement en fermant les yeux et en portant votre pensée sur ce sujet, compliquez l'exercice. Imaginez, (dans le cas de "l'Angelus" - il est bien entendu que ce qui va suivre devra être adapté aux particularités de l'image qui aura servi de base à ce pré-entraînement qu'est la contemplation) imaginez, disions-nous, que le tableau se mette à vivre. L'entraînement proprement dit commence. Vous n'avez plus aucun support matériel. Tout, maintenant, va se passer dans votre imagination. Le tableau, vu en esprit, s'anime. Le soleil, invisible jusque là, se met à briller. Vous entendez le bruit des cloches ; vous sentez le vent passer sur votre visage et sur vos mains. Exercez-vous à ressentir tout cela puis, imaginez que les personnages se mettent en mouvement. L'homme remet son chapeau sur sa tête, se retourne (vous voyez son visage de face) la femme se signe et se met au travail. Imaginez-la au travail ainsi que l'homme. Vous pouvez, avec un peu d'entraînement, les voir vivre avec autant d'intensité et de naturel que si leur existence était réelle et se déroulait ici-même, sous vos yeux.

A la longue, l'effort fourni pour faire "vivre" les personnages devient inconscient. Il semble qu'ils échappent à votre volonté, qu'une vie personnelle les anime. Lorsque vous en serez à ce stade, nous vous conseillons de laisser l'expérience se poursuivre. Il ne faudrait pas, évidemment, que vous en arriviez à croire à la réalité de l'hallucination volontairement créée. C'est du reste pour cela que nous vous conseillons, dans les débuts, d'éviter de tirer des images du néant. Vous risqueriez sinon de croire à leur totale réalité comme le jeune Tibétain cité plus haut, du moins d'être troublé par ces trop vivantes apparences. Ici, une parenthèse : il existe une certaine théorie au sujet d'images créées de toute pièce par le cerveau humain. Selon ses auteurs, les phantasmes ainsi tirés du néant seraient, à la longue, doués d'une sorte de vie indépendante dans un Univers parallèle au nôtre. Sous certaines influences, ils seraient susceptibles de se manifester matériellement dans notre monde où ils viendraient se mettre au service de leur créateur. Nous savons qu'il y a du vrai dans ces affirmations mais nous ne nous attardons pas sur ce sujet. Non pas, comme on l'a dit, parce qu'il relève de la "magie noire" mais simplement parce que les bön-po et shamanes qui pratiquent ce genre de manoeuvre occulte finissent généralement leurs jours dans la démence. Nous vous conseillons donc de ne pas chercher personnellement le procédé qui donnerait aux images produites par votre esprit une "vie réelle" : vous risqueriez fort d'y parvenir car ce n'est pas aussi difficile qu'on pourrait le penser - et vous le regretteriez par la suite. Contentez-vous de développer en vous la faculté de voyance telle que nous vous la présentons : vous ne courrez ainsi aucun danger.

Lorsque vous serez vraiment capable d'obtenir, à partir d'un tableau ou d'une photographie quelconque, la sensation mentale de vie dont nous avons parlé, vous pourrez passer au stade de la représentation de scènes futures découlant de ce que vous connaissez déjà mais, encore une fois, évitez d'imaginer "à partir de rien". Agissez plutôt ainsi avec le sujet dont vous désirez percevoir l'avenir. (Nous supposerons, dans notre exemple, qu'une personne

amie vous consulte sur le probable résultat d'un examen auquel un de ses enfants se présente). Le dialogue suivant s'engagera :

Vous : Pouvez-vous me dire à quel moment aura lieu cet examen et surtout quand votre fils sera informé personnellement du résultat ?

Le consultant : L'examen aura lieu en juin et le résultat sera connu quelques jours après. Fin juin sans doute. Je ne puis être plus précis...

Vous : Bien, puis-je avoir la photo du jeune homme ?

Vous prenez entre vos mains la photographie et vous invitez votre visiteur à garder le silence durant quelques minutes. A la vérité, ce silence est superflu. Si, depuis trois mois seulement, vous vous entraînez chaque jour à "visionner" en tout lieu et en toute circonstance, vous êtes devenu capable de "créer" une vision au sein du tintamarre le plus infernal. Mais il existe une tradition, aussi bien orientale qu'occidentale, qui veut que le voyant ait besoin d'un silence recueilli pour opérer dans les meilleurs conditions. Pourquoi bousculer sans nécessité les traditions ?

Tenant en mains la photographie, vous gravez dans votre mémoire les traits du garçon et, s'il se peut, son allure générale. Naturellement, si vous le connaissez personnellement, votre travail se trouvera facilité. Mais, même en ce cas, nous conseillons d'utiliser la photographie qui sera un puissant aide-mémoire. Le travail à exécuter est exactement le même que lors de la visualisation de "l'Angelus" citée plus haut : ayant fermé les yeux, vous devez "voir" le sujet et imaginer le décor dans lequel il évoluera lorsque les résultats de l'examen lui seront communiqués. Peu importe que ce décor imaginaire ne corresponde guère au décor réel. Serrez les probabilités de plus près, ce sera suffisant. La scène devant se passer au mois de juin, il y a quelque chance pour que le temps soit beau et que le soleil brille. En tout cas, il est probable que la température sera relativement clémente et que le sujet ne sera pas emmitouflé de lainages. Imaginez-le donc en tenue d'été. Il n'est plus aussi souriant que sur la photo. Ses traits sont un peu crispés. Insistez, pendant quelques minutes, sur la visualisation d'un sujet immobile, se tenant dans la position où le montre sa photographie, mais vêtu de façon légère et portant sur le visage les traces d'un peu d'inquiétude. Lorsque l'image sera stable, nette, imaginez le sujet se mettant en mouvement. Quelque chose l'attire. Non en face de lui, car dans ce cas il viendrait "vers vous" ; mais sur sa droite ou sur sa gauche, à votre choix. Ce quelque chose vers lequel il va, est un tableau mural annonçant les résultats de l'examen. Il serait bon que le jeune homme se dirige "de lui-même" vers ce tableau (nous voulons dire : il serait bon que l'image se déplace sans intervention de votre volonté consciente), mais, si elle n'en fait rien vous pouvez la "guider" vers le tableau. Imaginez donc, volontairement, le déplacement du garçon vers le tableau si cela est nécessaire mais, lorsque ce dernier est atteint, lorsque vous voyez votre sujet planté, en train d'examiner la liste des candidats reçus, vous ne devez plus rien "créer" ; votre volition ne doit plus intervenir. Vous devez vous contenter de fixer le visage de votre création pour tenter d'y déceler la satisfaction ou l'amertume. Peut-être n'y parviendrez-vous pas, surtout dans vos débuts. Peut-être l'image se dissoudra-t-elle avant qu'une expression quelconque apparaisse sur les traits du sujet. En ce cas, l'expérience a échoué. Dites-le franchement. Un des grands maux de la Voyance professionnelle réside dans le fait que, très souvent, pour sauvegarder sa réputation et satisfaire la clientèle, le Voyant affirme avoir obtenu un résultat alors qu'en fait il n'en est rien. Même - et surtout - si vous décidez de faire monnayer vos facultés de Voyance, nous vous conseillons une scrupuleuse honnêteté en ce domaine. Elle finit toujours par montrer payante d'une manière ou d'une autre.

Les termes que nous avons employés pour vous décrire ce monde de Voyance, vous ont peut-être laissé un peu perplexes. Nous parlons de phantasmes, d'hallucination volontaire. Il est logique que vous pensiez : "En somme, ce que fait ce Voyant relève, purement et simplement d'une imagination débridée. Tout se déroule dans le domaine de l'imagination et le hasard décide..." En fait ce n'est pas aussi simple que cela. Si le hasard seul devait décider, les résultats positifs devraient, logiquement avoisiner cinquante pour cent. Or, ils sont nettement, très nettement plus élevés. L'Ordre Tchan a fait, dans ce domaine, une multitude d'expériences que vous pouvez refaire vous-même. Grosso-modo, ce qui se produit peut être énoncé ainsi : alors que la pensée consciente, étroitement asservie au temps entropique ne connaît rien du futur et ne conserve du passé qu'une faible connaissance appelée mémoire, la pensée inconsciente peut, dans certaines conditions, lorsqu'un "champ" favorable est créé, s'affranchir de ce temps et se projeter aussi bien "en avant qu'en arrière". Et, puisque nous avons abordé le sujet de la différence de comportement sinon de nature existant entre la partie consciente et la partie inconsciente de la psyché, il nous faut en dire quelques mots encore, en raison d'une prochaine étape du dzog-tchen qui a nom : apprentissage de la Peur.

Tout n'est pas faux, loin de là, dans cette manière de voir. Mais, s'il n'y a pas fausseté, il y a trop grande simplicité, pour ne pas dire simplisme. L'inconscient ne se laisse pas influencer aussi aisément qu'on l'imagine et sa puissance, sa "masse" dépassent de loin celles du conscient - étant entendu, du reste, qu'il n'y a pas cette solution de continuité entre les deux "pensers". Si l'on se sent un peu déprimé, il n'est pas mauvais de tourner volontairement ses pensées vers un sujet souriant. Mais, si la partie inconsciente de votre psychisme a des raisons - ses raisons à elle, qui sont sans rapport avec ce que vous croyez être les vôtres - ne comptez pas qu'elle soutiendra votre conscient lorsque celui-ci entendra, par une attitude optimiste, solliciter la bienveillance du destin. D'une manière générale et pour dire les choses d'une façon grossièrement approximative, la partie inconsciente de votre psychisme a tendance à prendre le contrepied des désirs volontairement exprimés. Toutes les névroses trouvent là leur origine. Il importe donc que vous sachiez que, si vous évoquez volontairement des images désagréables d'un futur possible, cette évolution ne risque pas de provoquer les désagréments évoqués par ces images. Et, dans la phase du dzog-tchen dont nous parlons, ce genre d'évocation est nécessaire. N'oubliez pas ceci : pour qu'une possibilité évoquée par votre pensée consciente se réalise, il faut que votre inconscient soit d'accord (tout ceci, bien entendu, dans la mesure où votre volition est engagée). Si vous avez des raisons de penser que votre inconscient est d'accord avec votre conscient de façon autre que fugace et intermittente, c'est que vous jouissez d'un remarquable équilibre psychique. C'est que vous êtes un de ces trop rares humains chez qui la crainte ne saurait exister et pour qui l'espoir n'a pas lieu d'être, l'Univers et l'ego étant acceptés tels qu'ils sont. Mais, si vous êtes réellement ainsi, vous n'avez que faire du dzog-tchen...



Nous allons terminer ce texte en vous communiquant une petite liste de mantras que vous pourrez utiliser si vous pratiquez la Voyance avec support. A propos de cette forme de Voyance, nous n'avons pas cru devoir exposer en détail le déroulement d'une séance proprement dite. Il est évident que le Voyant se contente, en séance, d'évoquer le sujet à propos duquel on l'inter-

roge, de la façon dont il procédait à l'entraînement avec les événements et les hommes politiques. Il fixe sa pensée sur l'atmosphère générale des examens (dans un cas semblable à celui cité plus haut) et évoque aussitôt après un quelconque visage de jeune homme s'il ne connaît pas le sujet. S'il le connaît, évidemment, il évoque son visage réel, mais sans insister, les traits peuvent demeurer flous, c'est sans importance. Ce que le voyant "avec support" doit percevoir, c'est l'impression de joie ou de découragement qui se dégage d'un personnage qui peut n'être que silhouette.

En aucun cas, le voyant "avec support" n'utilise de photographie ou de "témoin" quelconque. En revanche, contrairement au voyant "sans support" il trace en début et en fin de séance des Sceaux et utilise des mantras dont voici quelques exemplaires, transcrits phonétiquement :

- 1 / Rèn (connaître) - tu (image) - xu iao (avoir besoin de...) - jiang laǐ (l'avenir).
- 2 / Guan (voir) - lou jing (tranquille) - zchao (chercher) - schí (savoir).
- 3 / Uuan ling (accueillir) - zenque (tout) - schou (recevoir) - li (force).
- 4 / Kong (vide) - schaǐ (exposé au soleil) - dang (attendre) - si xiang (pensée).
- 5 / Ba-o-ku-o (comprendre) - zao (chercher) - zi dao (connaître) - iu jian (rencontrer).

Les traductions données sont littérales.

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS...

T E X T E X I I I

- Eh! bien, mon ami, où en sommes-nous ? demande Maître Wou à son visiteur lorsque, pour la troisième fois, le jeune homme venu d'Europe se présente devant lui.

- Mission accomplie, dit ce dernier. J'ai respecté le programme. Maintenant, toute la journée, je pense à me tenir physiquement bien droit et je m'écoute parler, ni plus ni moins qu'un orateur de comice agricole. Soit dit en passant, je parle un peu moins mais je dis toujours pas mal de bêtises : la différence est que, maintenant, je m'en rend compte. Quant à cette histoire de "regard qui crée" ce n'est pas très difficile et assez amusant. Toutefois, ma première expérience en la matière n'a pas été sans risque. J'avais décidé de tenter l'expérience suivante : regarder un chameau avec "des yeux neufs". De "créer" un chameau. J'en ai choisi un qui attendait le bât, près du puits. Une énorme bête, un véritable monstre. Je l'ai imaginé chameau adolescent, bébé, chameau, chameau fœtus... Que sais-je ? J'ai imaginé jusqu'à ses géniteurs... et même la nourriture qui les avait fait chameau et chamelle. Et le lieu où ils avaient pu trouver cette nourriture. Vous voyez : je faisais les choses en conscience...

- Et, que s'est-il passé ?

- Très simple : l'animal appartenait à un caravanier mongol. Vous connaissez le caractère aimable de ces gens-là! Le type n'a probablement pas cru que j'examinais sa bête avec des intentions créatrices. En tout cas, il s'est mis à hurler dans son patois et toute son équipe est arrivée avec des gourdins. Je suis revenu ici très vite...

Maître Wou se mit à rire :

- Tout cela n'est pas grave. Donc, nous pouvons dire que vous obtenez des résultats dans l'expérience du "regard créateur" ?

- J'en obtiens. C'est même assez amusant de jouer ainsi au petit dieu parfaitement théorique. Seulement, je me pose une question : où donc ce petit jeu de société peut-il me mener ?

- Votre question est bonne, dit Maître Wou. Mais elle gagnerait à être précédée d'une autre. Celle-ci : QU'EST-CE qui va être mené quelque part ?

- Comprends pas...

- Simple : je vous ai demandé de regarder, occasionnellement, n'importe quel objet comme si vous veniez de le créer. Comme ferait un "petit dieu", selon votre expression. Mais, vous n'êtes pas un dieu, pour autant que vous sachiez, du moins. Qu'êtes-vous donc ? Vous n'êtes pas, comme le dieu dont vous parliez, incréé. Qu'est donc cette créature qui crée elle-même du regard en dissociant la chose regardée en éléments aussi primordiaux que possible ? QU'EST-CE qui va être mené quelque part ? N'est-il pas logique que l'être qui, grâce à son regard, crée le chose qu'il regarde, se crée ou plutôt se re-crée lui-même dans la mesure où sa mémoire le permet ?

- Diable! dit le jeune homme. Qu'allez-vous chercher maintenant ? Expliquez-vous clairement. Que voulez-vous que je fasse ?

- Vous avez dit : où ce petit jeu de société peut-il me mener ?

Je pose la question : qu'est-ce qui va être mené quelque part ? Ou, si vous préférez : qu'êtes-vous ? Non, je ne vous demande pas votre nom que je connais fort bien. Un nom est peu de chose. On peut en changer sans altérer profondément ce que nous appelons notre personnalité. Mais, en ce moment même, qu'êtes-vous ? Votre nom constitue un des éléments de votre être, un des moindres. Ce que vous êtes est la somme des expériences subies par un agglomérat physique et mental qui est désigné par ce nom. C'est cela qu'il vous faut d'abord connaître : ce que vous êtes. Après, mais après seulement, vous pourrez vous demander où vous allez.

- Et, que faut-il faire pour obtenir cette connaissance ?

- Je vous préviens. Vous allez vous récrier ; trouver que ce que je vous demande est impossible, surhumain. Et puis, à la réflexion et surtout après expérience, vous vous rendrez compte du fait que le travail demandé n'exécède nullement vos forces. Je vous demande de prendre conscience, de façon permanente ou presque, de la somme d'expériences qui a fini par constituer ce que vous appelez "je"...!

Durant quelques dizaines de secondes, l'Européen garda le silence. Lorsqu'il se décida à parler, sa voix eut des intonations ironiques :

- Rien de plus ? C'est peu, en vérité ! A part le fait qu'il me faut penser, à longueur de journée à me tenir droit comme un soldat de bois ; que je dois faire attention à toutes les paroles que je prononce - ce que je fais, du reste, en ce moment - que je dois, au moins trois fois par jour, promener autour de moi un regard de bébé-Martien-petit-dieu-créateur ; travailler huit ou dix heures aux champs et deux ou trois autres à la forge ; étudier le soir, ces espèces de dessins que vous appelez une écriture et que, somme toute, lorsque j'ai dormi cinq heures dans une nuit, j'ai quasiment fait la grasse matinée, il est certain que j'ai bien le temps de me remémorer tous les détails de mon existence passée...! Car c'est bien cela que vous voulez que je fasse ? Mais cette fois, je regrette : je ne suis pas Superman...!

- Moi non plus, dit le vieillard. Et pourtant, j'y arrive. Je travaille cependant tout autant que vous, vous ne le contesterez pas ? Et je n'ai plus votre âge. Et je n'ai jamais possédé votre force physique. Ce que je vous demande est loin d'être aussi difficile qu'il y paraît. Reconnaissez ceci : si l'on vous pose la question : vous souvenez-vous de ce que vous appelez votre passé ? des souvenirs vont remonter en vous, mais confus, fragmentaires. Vous n'êtes pourtant rien d'autre que le résultat de ces expériences passées ou, plus exactement, c'est là, pour le moment, tout ce qu'il vous est permis de connaître de vous. Je vous demande d'examiner vos souvenirs tous les jours. Mais pas tous vos souvenirs à la fois, bien entendu ! Les souvenirs sont de deux sortes : ceux qui sont nets, précis et ceux qui ne sont que formels. D'un point de vue objectif, les premiers ne sont pas forcément les plus importants. Tel homme peut garder un souvenir parfait, total, de telle promenade faite dans sa jeunesse et ne conserver qu'un souvenir très vague du jour de son mariage, par exemple.

- Ce que vous dites là est vrai, fit le garçon. Le souvenir le plus net de mon enfance est celui-ci : je dois avoir trois ans et je suis avec mon père, accoudés, tous deux, au parapet d'un vieux pont de ma ville natale. Mon père lance des feuilles de papier à cigarettes aux martinets qui les rattrappent au vol. Ce souvenir est si net que, vous l'avez remarqué, j'en parle au présent. Et cependant, mon père a dû faire ce geste bien souvent, pour m'amuser, et je n'ai gardé souvenance que de ce jour là. Pourquoi ? Je l'ignore. Par contre, je n'ai qu'une idée très vague de ce qui s'est passé plusieurs années plus tard, le jour de ma première communion. Il est vrai que

je n'étais pas particulièrement pieux.

- La netteté d'un souvenir dépend d'un double état psychologique et physiologique en rapport, du rest, avec ce que nous nommons "éveil". Cette netteté est donc indépendante de l'importance réelle du fait dont on se souvient. Mais un autre facteur intervient : l'homme, étant ce qu'il est, n'aime pas se souvenir de circonstances où il s'est senti humilié. En lui, un processus inconscient se déclenche, qui efface de la mémoire ce qui le pousserait à douter de lui-même, de sa propre valeur. Or, même lorsqu'il nous arrive de jouer un beau rôle dans nos souvenirs, ce beau rôle ne fut, dans la réalité, jamais aussi beau qu'il apparaît à notre mémoire. Il y a toujours, dans nos plus belles actions, un petit coin sombre, un aspect sordide, sur lequel nous n'aimons pas revenir. En conséquence, nous nous mentons à nous-mêmes, ce qui est infiniment plus grave que de mentir à autrui en connaissance de cause. Je ne veux pas dire, naturellement, que le jour de votre première communion vous avez subi une humiliation quelconque : je parle en général. Mais, voulez-vous un exemple : un individu accomplissant un acte de bravoure a, pratiquement toujours, au moment de cet acte, l'esprit traversé de pensées de lâcheté, d'abandon. Certains de ses gestes, même, sont lâches. Mais un peu plus tard et, sur le plan pleinement conscient, en toute sincérité, il ne se souvient plus que de l'acte de bravoure lui-même. Pourtant, il s'en est peut-être fallu de très peu que la lâcheté ne l'emporte sur l'héroïsme. Et cependant, toute trace de ce qui fut tendance à l'abandon a disparu. En revanche, lorsqu'une somme de pensées et de petits gestes, "beaux et laids", aboutit à de mauvais résultats, l'homme oublie le tout et s'oublie, s'endort un peu plus, ou, ce qui est pis, sombre dans la névrose si le souvenir inconscient proteste...

Ce que je vous demande de faire est simple. Chaque matin, avant votre lever, évoquez quelques-unes des circonstances essentielles de votre vie. Attention, je dis : évoquez, ou tout au moins essayez d'évoquer, les circonstances qui ont fait de vous ce que vous êtes et non celles dont le souvenir est resté le plus vif en vous. Vous n'y parviendrez pas facilement ? Cela est certain et beaucoup de choses demeureront dans l'ombre. Respectez l'ordre chronologique : commencez par le début de votre existence et revenez, dans le temps, jusqu'à l'époque actuelle. Attention encore : évoquez, souvenez-vous, mais ne jugez pas. Ni vous, ni les autres. Il n'y a pas plus de jugement à porter dans l'histoire de votre vie que dans celle des saisons. Naturellement, vous laisserez de côté tous les événements qui se sont produits à une époque où votre conscience n'était pas suffisamment claire : vos souvenirs de bébé, importants sur un autre plan de recherche psychologique, ne compteraient pas pour nous, même si vous pouviez les faire revenir à votre mémoire.

Je vous ai dit de ne vous intéresser qu'aux seules circonstances importantes de votre vie. Mais il est bien entendu que cette importance est, en bonne partie, d'ordre subjectif. Parmi les événements que vous avez vécus, certains, qui vous paraissent aujourd'hui insignifiants ont pu vous paraître déterminants à l'époque où ils se sont produits et la somme de vos pensées, de vos désirs, de vos impressions, de vos illusions de ce moment de votre existence, a eu autant d'influence sur votre "devenir" que l'évènement lui-même ou n'importe quel autre.

- Tout cela est bien compliqué!

- Pas tellement. Demain matin, en vous éveillant, posez-vous cette question : quel est mon plus ancien souvenir ? Naturellement, ce ne sera pas le souvenir vraiment le plus ancien qui affleurera, mais ce sera, malgré tout, un très lointain souvenir. Celui d'une bagarre, peut-être, qui vous

opposa à un autre gamin sous le préau de l'école maternelle. Evoquez ce souvenir avec autant de précision qu'il vous sera possible. Cette précision ne sera pas grande ? Peu importe. Essayez seulement de vous souvenir au mieux des faits, du décor, de votre état d'esprit. Dans la journée qui suivra, reportez quelquefois votre pensée vers ce souvenir. Vous verrez comme il redeviendra vivace. Mais ne vous éternisez pas sur cette vision d'une petite tranche de votre passé. Dès le lendemain, évoquez de la même façon un souvenir un peu plus récent. Peut-être un autre souvenir, plus ancien que le premier, viendra-t-il s'immiscer entre ces deux évocations. Tenez-en compte, laissez ce souvenir affluer en vous, mais ne vous y attardez pas trop. Il faut que, d'une façon générale, partant de vos plus jeunes années vous remontiez la chaîne de vos souvenirs jusqu'au moment présent, à raison d'une évocation caractéristique par jour. Plus tard, vous pourrez revenir en arrière et passer en revue des événements un peu négligés durant cette remontée du temps. Mais pour l'instant, contentez-vous d'agir comme je vous dis : évoquez chaque jour un souvenir du passé, en remontant vers ce que nous appelons le présent. Et, entre deux évocations, dans le courant de la journée, essayez de vous "voir", de vous "situer", tel que vous étiez durant la période qui sépara effectivement ces deux souvenirs. Si vous vous embrouillez quelque peu, si vous placez chronologiquement un événement avant un autre, tant pis, ce n'est pas grave, l'important est de re-créer une ambiance et non de dresser un bilan.

Il faut une dizaine de jours à un individu de bonne volonté pour apprendre à ressentir la présence de son corps simplement en se tenant droit. Il faut, en général, un peu plus pour acquérir la pleine conscience du fait qu'on parle et des paroles qu'on prononce. Prendre l'habitude de regarder le monde comme s'il venait d'être créé, par nous, à l'instant même dans le "temps écoulé" est un peu plus long, mais c'est, là encore, affaire d'habitude. Tout cela est ennuyeux ? Difficile à exécuter ? Oui, sans doute, tant que l'habitude n'est pas prise. Mais contrairement à ce que pensent la plupart des gens - quoi qu'ils disent - rien n'est obtenu sans effort. Paraphrasant Jaspers, je dirais volontiers : "être vraiment, c'est agir et penser différemment". L'homme ne redeviendra un homme au plein sens du terme que lorsqu'il aura retrouvé les habitudes qui étaient siennes avant sa déchéance. On ne peut être "éveillé" et se "laisser penser" comme le fait l'homme ordinaire. - C'est une loi contre laquelle l'homme ne peut rien...

- Bon! dit le jeune homme qui avait écouté d'un air résigné cette tirade. Je vais essayer. Mais il est une chose qui m'échappera toujours et m'empêchera probablement d'atteindre ce que vous nommez "éveil". Je suis bien sûr que je ne comprendrai jamais réellement le sens de cette phrase que j'entends rabâcher depuis que je suis ici : "Le temps est Un, etc...".

- Puisque nous avons devant nous un peu de temps - ce fameux temps! - dit Maître Wou, je vais vous faire un peu de lecture. Car, vous lisez, n'est-ce pas ? fort mal l'anglais... Je vais donc traduire...

Il se pencha et prit, dans un rayon de sa petite bibliothèque, un volume dont il montra le titre à son visiteur. Celui-ci lut : "A New Model of the Universe" et le nom de l'auteur : Ouspensky. Maître Wou ouvrit le volume, découvrit la page recherchée avec une rapidité dénotant une connaissance approfondie de l'ouvrage, et traduisit à voix haute le passage suivant :

- "La vie en elle-même EST le temps pour l'homme". (C'est, commenta Maître Wou, Monsieur Ouspensky qui s'exprime ainsi). Pour lui, il n'y a pas de temps autre que celui de sa vie. L'homme EST sa vie. Sa vie EST son temps. Notre manière de mesurer le temps pour tous en utilisant les phénomènes tels que le mouvement apparent de la Lune ou du Soleil, est incompréhensible, du fait de sa commodité pratique. Mais on oublie généralement

que ce n'est qu'un temps formel, accepté d'un commun accord. Pour l'homme, le temps absolu est sa vie. Il ne peut y avoir d'autre temps en dehors de celui-là. Si je meurs aujourd'hui, demain n'existera pas POUR MOI. Mais, comme nous l'avons dit plus haut, toutes les théories sur la vie future, sur une existence post-mortem, sur la réincarnation, etc..., contiennent une erreur évidente. Toutes se fondent sur notre compréhension habituelle du temps, c'est-à-dire sur l'idée que demain existera après la mort. En réalité, c'est en cela que la vie diffère de la mort. L'homme meurt parce que son temps s'achève. Il ne peut y avoir de lendemain à la mort. Or toutes les conceptions de la vie future réclament un lendemain, l'existence d'un lendemain. Quelle sorte de vie future serait-elle donc, celle où il n'y aurait ni futur, ni lendemain, ni temps, ni après... ? "

- Et voilà, fit Maître Wou, ce qu'écrit Monsieur Ouspensky, homme assez connu en Occident.

- Il me semble, dit le jeune homme, qu'il fait sienne vos thèses et qu'il soutient votre façon de voir quant à l'éternité du présent...

- C'est vrai, dit Maître Wou. Cet homme a reçu - indirectement - l'enseignement du Tao. Et il soutient notre façon de voir, comme la corde soutient le pendu - ainsi que dit un de vos proverbes. Par rapport aux penseurs du Tao - j'entends : les penseurs qui, en même temps réalisent - Ouspensky se situe à la place qu'occupent les théologiens par rapport aux mystiques dans le domaine religieux. C'est-à-dire qu'il essaye d'exprimer par des mots ce qui, pour les autres, est expérience directe. Et, ce faisant, il trahit. Je laisse de côté tout ce qui, dans ce passage, est d'ordre eschatologique. M. Ouspensky a certes raison quand il dit que l'homme ne saurait connaître aucun autre temps que ce que nous appelons "homme" et qui est, à nos yeux, un composé psychobiologique, n'est pas forcément que cela et peut très bien, après sa dislocation, voir un ou plusieurs de ses éléments - ou d'autres, non perçus par nous - entrer en contact avec un temps AUTRE que celui que nous subissons - le temps entropique - ou que celui que la technique du Tao nous permet de connaître : le temps réel et statique. J'en ai déjà trop dit sur ce sujet, étant, par profession, un homme a-religieux. J'en reviens donc à notre temps à nous, le temps de l'homme sur la Terre, que nous voyons sous la forme d'un défilé de jours nous menant de la naissance à la tombe et qui est, en fait, immobile et statique pour qui sait voir.

- Ne croyez-vous pas, dit l'Européen, profitant d'une pause du vieux maître, que cette conception du Temps, statique, immobile et dans lequel les mêmes causes reproduisent éternellement les mêmes effets, est particulièrement déprimante ? Je n'ai que vingt-quatre ans mais, si je dois revivre, encore, toujours, les années de misère, la torture, la guerre, la prison politique, bref, tout ce que j'ai déjà connu de peu réjouissant et que ne compensent pas, loin de là ! les moments heureux ; je vous avoue que le matérialisme pur et simple me paraît beaucoup plus tentant... !

- C'est bien ce qu'a dû penser Monsieur Ouspensky, répondit paisiblement Maître Wou. Dans son livre, il continue ainsi :

"Cela signifie que si un homme est né le 2 septembre 1877 à 7 heures du matin et qu'il meurt en 1912, il se retrouve après sa mort en 1877 et doit revivre éternellement la même vie. En complétant le cercle de sa vie, il s'y réintroduit. Il renaît dans la même ville, dans la même maison, le même jour, à la même heure ; il referra les mêmes erreurs, connaîtra les mêmes personnes, etc... Et lorsque le moment viendra (en 1912), il mourra exactement comme il l'a fait et, au moment de sa mort, ce sera exactement comme si quelqu'un remettait toutes les horloges à 7 heures du matin, le 2 septembre 1877..."

Maître Wou commenta ce qu'il venait de lire :

- Naturellement, tout ceci est faux parce que mal exprimé. L'auteur emploie des expressions comme : revivre éternellement la même vie - cercle de sa vie - il mourra comme il l'a fait, etc... qui tendent à montrer l'infini et l'inaltérable sous la forme de la répétition, du retour cyclique. Pour être juste, il faut reconnaître que tout ceci est inexprimable avec les mots et c'est du reste pour cela que nous insistons sur les exercices pratiques qui, seuls permettent une connaissance directe, au-delà du vocabulaire. Quoi qu'il en soit, telle qu'elle est ici exprimée, cette thèse est en effet extrêmement déprimante. L'auteur s'en aperçoit fort bien et, du coup, il se lance tête baissée dans le piège sémantique qu'il a lui-même posé. Il écrit :

"Il y a des hommes dont la vie contient une ligne intérieure ascendante (?) qui les fait sortir peu à peu du cycle (!) des répétitions éternelles (!) et les élève sur un autre plan de l'être..."

Et il cite des cas : tel homme peut se souvenir de son avenir et par là-même éviter de recommencer les erreurs commises. Vous voyez à quel point Ouspensky se prend à son propre piège, fait de mots : il est bien évident qu'il ne peut y avoir immuabilité si un homme, quel qu'il soit, modifie quelque chose. Et, comme toute modification entraîne fatalement une altération du futur, il s'ensuit que le futur dont le souvenir a été gardé et qui a servi de base à la modification, ne peut pas exister.

- La thèse se détruit donc elle-même...

- Non, mon jeune ami : rien de matériel, de visible, ne peut être modifié. Seul le Sage qui ne se soucie pas du "devenir" peut avoir une vision globale du temps et y puiser la sérénité. Il est faux de penser qu'il puisse y avoir "souvenir du futur" chez un homme ayant soif du "devenir". Si cela était, il serait capable, sachant ce qui va être, de modifier ce futur et, en conséquence, il ne pourrait pas le connaître. Le bonheur est un état d'esprit : les martyrs chrétiens étaient heureux dans l'arène, face aux fauves... Ils devaient ce bonheur au "devenir" ? à l'espoir d'être bientôt dans la Maison du Père ? C'est exact, mais j'ai vu mourir à Shangaï des militants marxistes, matérialistes convaincus. Il est indiscutable qu'en marchant vers la chaudière où les hommes du Kuo-min-tang allaient les ébouillanter, certains d'entre eux étaient heureux. Je ne vous donne pas la philosophie de ces hommes en exemple à suivre, je veux simplement vous montrer que le bonheur ne dépend pas de l'espoir. Il y a, mon garçon, quelque chose de supérieur à l'espoir, c'est la certitude ; et elle ne peut être acquise que par un dur travail sur soi-même. Vous pouvez, certes, obtenir le bonheur métaphysique à moins de frais et bien plus rapidement. Vous n'avez qu'à suivre les directives du ministre d'une quelconque religion. S'il s'agit d'un homme ordinaire, il vous dira des choses qu'on lui a dites à lui-même et qu'il a cru, sans preuves, parce que son tempérament l'y prédisposait. Ces choses seront peut-être vraies, je n'en sais rien et lui non plus, s'il est un homme ordinaire. Mais ce ministre sera peut-être un mystique et, en ce cas, il aura peut-être perçu quelque chose de réel, qu'il vous communiquera. En ce cas, il vous faudra croire ses affirmations de confiance - ce qui est simple pour certains - ou devenir vous-même un mystique afin de voir les mêmes choses. Je vous conseillerai, si quelque jour vous vous sentez la vocation religieuse, d'adopter plutôt la deuxième attitude, en vous méfiant des effets de la suggestion.

Nous n'aimons pas offrir aux hommes une croyance toute faite. Tout ce que je vous dis est peut-être un tissu de mensonges ou de rêveries. Cherchez, trouvez par vous-même. Le dzog-tchen est fait pour cela. Dans toutes les paroles que j'ai prononcées devant vous, il n'en est aucune qui indique de quelle nature est la sérénité que procure "l'éveil". Cela, vous devez le dé-

couvrir vous-même sinon, ce serait, à nos yeux, sans valeur. Vous pourriez, si j'en disais plus, devenir la victime de la suggestion pure et simple... Bonsoir, mon ami...

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Oui, Maître Wou avait raison : l'idéal serait de vous proposer la recherche de "l'éveil" sans vous dire un seul mot de la nature de celui-ci. Car, en fait, "l'éveil" de l'homme aux réalités du Tao est bien autre chose que ce que les pauvres mots employés par nous donnent à entendre. Cette "autre chose", vous la trouverez infailliblement si vous poursuivez l'expérience dzog-tchen jour après jour, sans tenir compte de vos croyances et sans vouloir donner au réel, lorsque vous le percevrez, une expression verbale. En fait, le réel ne peut être décrit. Ceci, pour une raison fort simple : le réel et l'irréel ne sont qu'une seule et même chose perçue sous deux angles différents. Mais le langage humain n'a été conçu que pour décrire la vision obtenue sous le deuxième angle.

Nous allons maintenant revenir à la parapsychologie. Là aussi, vous devez vous garder de toute impatience. Nous vous donnons, de texte en texte, la description de certaines méthodes utilisées par des hommes du Centre-Asie pour agir sur l'Univers environnant par des moyens extra-sensoriels. Beaucoup d'entre vous ont remarqué que, comparée à la "magie" occidentale, celle que nous vous présentons se distingue de la première par un caractère simple, simpliste, si l'on veut. Les évocations, le rituel, sont réduits, semble-t-il, à bien peu de chose. En fait, en Asie Centrale, ces pratiques sont généralement bien plus compliquées. Ne l'oubliez pas, les hommes et les femmes qui pratiquent ce genre de profession, sont tenus de satisfaire aux goûts de leur clientèle qui exige un décorum, une mise en scène frappant l'imagination. Elle en veut, comme l'on dit "pour son argent". Les magiciens jaunes organisent donc des cérémonies ostentatoires, autant et plus compliquées que celles auxquelles se complaisent leurs collègues blancs. Mais toutes ces exhibitions (dont certaines sont fort spectaculaires) n'influent en rien sur la valeur de l'expérimentateur, de son savoir-faire et, dans certains cas, du bon usage de certaines propriétés du magnétisme terrestre. Du reste, les maîtres véritables, dont la réputation n'est plus à faire, procèdent aussi simplement que nous. Mais de toute façon, si vous avez l'intention d'impressionner quelqu'un par une expérience "magique", rien ne vous empêche de corser cette expérience en y introduisant un cérémonial compliqué de votre choix. L'être humain raffole, très souvent, de ces puérités...

Il est une autre chose qu'il vous faut comprendre bien. Nous vous offrons, dans ces textes, une formation parapsychologique. Permettez-nous une comparaison : supposez que, n'ayant jamais pratiqué aucun sport, vous désiriez devenir haltérophile de compétition, par exemple. Il vous faudra entreprendre, au préalable, un travail méthodique de musculation joint à l'apprentissage des mouvements d'haltérophilie proprement dite. Mais, même lorsque votre musculature aura atteint un développement et un tonus suffisants, même lorsque vous posséderez une connaissance quasi-parfaite de la façon dont il convient d'arracher, d'épauler et jeter et autres exercices propres à la discipline en question, vous n'en serez pas pour autant devenu un champion, ni même un haltérophile "qui réussit" dans son sport. La pratique, l'irremplaçable expérience, vous manquera encore. Il en va de même en parapsychologie. Nous vous présentons seulement trois domaines parapsychologiques, choisis parmi les plus importants.

Ceci afin de ne pas disperser vos efforts. Nous vous disons en quoi doit consister l'entraînement qui "musclera" votre psychisme. Cette "musclature" obtenue, nous vous disons quelle est la marche à suivre, quels "mouvements" vous permettront d'obtenir des résultats. Nous nous sommes permis, ci-dessus, une comparaison d'ordre sportif. En voici une autre empruntée au domaine culinaire : la parapsychologie pratique ne ressemble en rien à ces recettes de cuisine du genre "Tous Cordon Bleu" : mettez le produit Machin dans l'eau bouillante et, cinq minutes après, vous obtiendrez un savoureux Lièvre à la Royale... Non, la parapsychologie pratique demande un entraînement, la connaissance des techniques à utiliser et un "tour de main" qui ne s'acquiert qu'avec la pratique... Dans nos deux derniers textes, nous vous avons parlé de la Voyance. Vous pouvez devenir Voyant. Rien ne s'y oppose. Il y a en vous, comme en tout être humain, tout ce qu'il faut pour cela. Mais vous n'y parviendrez, comme en tout autre domaine, qu'avec de la pratique.

Maintenant, nous allons traiter de l'action psychologique à distance. Nous avons déjà abordé ce sujet dans le 5ème texte avec "l'Appel aux Forces". Théoriquement, il était trop tôt pour cela : en principe, c'est seulement après s'être longuement exercé à la pratique de la Voyance que le "magicien" devient, par la puissance de concentration acquise, capable d'agir efficacement dans ce domaine. En principe, disions-nous, mais en principe seulement. Dans la réalité, "l'Appel aux Forces" est surtout conditionné par la bonne utilisation de certaines propriétés peu connues du magnétisme terrestre. Il arrive très souvent que des personnes sans entraînement psychique poussé obtiennent, sur ce plan, des résultats remarquables. Une difficulté, toutefois, se présente au néophyte : c'est son Inconscient qui, dans cette expérience, se trouve chargé du gros de l'ouvrage. Or, si cet Inconscient n'est pas, sur le plan spatial, guidé comme le Conscient par un appareil sensoriel aux possibilités limitées, il ne l'est pas, non plus, sur le plan temporel. En d'autres termes, des résultats peuvent être obtenus dans un futur assez éloigné, ce qui fait que l'expérimentateur, ne percevant rien de tangible dans l'immédiat, a souvent tendance à se décourager. Il abandonne alors toute pratique et, lorsqu'il rencontre plus tard le résultat positif de son expérience, il l'attribue au seul hasard...

Ce que nous allons vous proposer maintenant ne peut être entrepris que lorsque vous aurez déjà une pratique suffisante de la Voyance. Dans l'immédiat, vous ne pourrez rien "faire", mais vous pouvez apprendre. Et tout d'abord apprendre sur quels principes est basée la pratique d'une action psychique à distance (en Asie centrale tout au moins).

Jusqu'ici, nous avons évité de verser dans un exotisme facile. Nous n'avons, pour ainsi dire, jamais évoqué sérieusement le double concept du Yin et du Yang qui est, pourtant, à l'origine, non seulement de la pensée philosophique chinoise, mais aussi de la parapsychologie Est-Asiatique et Centre-Asiatique (Tibet compris : les bön-po, précurseurs du lamaïsme "magique" ne sont guère que des taoïstes plus ou moins dégénérés). Il nous faut maintenant dire au moins quelques mots de ce double concept.

Tout se passe, dans l'Univers comme si...

Le Tao, principe de toute chose, se manifestait dans le monde tangible par un double état "d'être". Ce double état a nom : Yin et Yang. Tout ce qui est perceptible aux sens, être vivant, matière inerte, situation, pensée ; bref, toute manifestation, quelle qu'elle soit, exige la co-existence (en quantité variable) de ces deux principes par lesquels se manifeste le Tao. Le Yang est la force d'expansion, tendant toujours vers le plus. Il symbolise la masculinité, la vie tendant vers l'avenir, les couleurs claires, le revouveau. Exac-

tement aussi important, le Yin qui est la force rétractive, tendant vers le moins, symbole de la féminité, du retour vers la matrice avant le renouveau, le sombre, l'approche de l'hiver, etc...

Il importe de bien comprendre deux choses :

1° / Sur un certain plan, tout ce qui, dans la nature appartient au Yin, forme un bloc dont chaque fraction interfère ou peut interférer sur les autres. Il en est de même, évidemment, en ce qui concerne le Yang. Par exemple, lorsque nous émettons, comme il convient, une pensée Yin, nous agissons sur le Yin des objets matériels ou sur celui des événements. Voici, pensez-vous, qui rejoint les théories de la doctrine "Pensée constructive". En fait, il n'en est rien. Le Yin et le Yang ne peuvent co-exister que dans une proportion déterminée. Lorsque l'un des principes est en excès, l'équilibre se rompt et tout est détruit. Voici un exemple précis, bien que, comme vous allez en juger, strictement fictif :

Supposons une nation, un état quelconque ou toutes choses vont pour le mieux. (Vous le voyez : notre exemple est bien fictif). Dans cet état, le Yin et le Yang sont donc parfaitement équilibré, ce qui peut se traduire, en termes politiques : progressistes et partisans de la tradition exercent une influence égale. Admettons maintenant qu'un puissant "magicien", ne soit pas content de cet état de choses. Il voudrait, par exemple, voir le pays progresser plus rapidement. C'est là une position Yang. Le magicien émet donc des pensées Yang et, étant donné leur puissance, elles influent sur le cours des événements dont la proportion Yang se trouve augmentée. La situation va-t-elle donc évoluer dans le sens voulu par le magicien ? En un sens, oui, mais elle évolue trop vite. L'équilibre se trouvera rompu, le progrès deviendra révolution puis anarchie car "trop lesté, le Yang entraînera la roue du Tao jusqu'au sol où il demeurera tandis que le Yin sera élevé au plus haut point...". En d'autres termes, la révolution (ce mot étant pris dans ses deux sens) étant terminée, les partisans de la Tradition se trouveront seuls au pouvoir jusqu'à ce que le Yin, trop "lesté" à son tour imite l'exemple du Yang et lui laisse la place. Notre très hypothétique magicien aurait donc eu intérêt à émettre des pensées Yin pour obtenir le Yang. De ceci découle la deuxième chose qu'il faut bien comprendre :

2° / Une action psychique ou autre, vise soit à maintenir et prolonger un état existant, soit à le "renverser" et à le remplacer par son opposé. Mais, selon que cet état est fait d'une proportion plus ou moins grande de Yin et de Yang, nous obtiendrons, soit le résultat recherché, soit son opposé. Encore un exemple. Supposons deux hommes, l'un très jeune, l'autre très âgé, qui décident, dans le but de conserver leur santé, de se livrer à l'exercice physique. (Il est bien entendu que le premier est un adolescent en pleine croissance et le second un homme placé aux confins de la décrépitude). En pratiquant tel exercice (Yang), le premier augmentera la force de résistance de son organisme non encore saturé. Quant au second, cet excès de Yang rompant définitivement l'équilibre l'emmènera au Yin définitif (pour le "sens commun") : à la mort. En d'autres termes, pour toute action entreprise - et surtout pour toute action psychique - il est bon de considérer préalablement si son exécution ira bien dans le sens voulu par le Tao - les marxistes diraient dans le sens de l'Histoire... C'est en cela, entre autres, que la pratique de la Voyance peut vous aider. L'intuition du Voyant lui dit si telle action est licite ou non.

Dans notre prochain texte, nous vous décrirons le type même de l'expérience par laquelle le psychisme humain tend à influencer sur le événements en cours ou à venir, en dehors de toute action matérielle. Dans son principe, cet-

te expérience est apparentée à "l'Appel aux Forces". Elle en diffère cependant sur certains points. Beaucoup plus complexe que "l'Appel", elle exige un long entraînement préalable à la concentration mentale et à la Voyance. Dans le cas de "l'Appel aux Forces", nous vous avons indiqué un procédé d'entraînement de vos facultés de concentration qui convenait parfaitement à cette expérience quasi-mécanique. Pour ce que nous vous proposerons dans le prochain texte, l'entraînement à la concentration pratiqué par le Voyant "sans support" vous sera nécessaire. Evidemment, vous pouvez vous contenter de pratiquer "l'Appel aux Forces" même si vous n'avez pas encore constaté une réussite dans ce domaine, rien ne prouve que votre échec est réel, l'élément "temps", nous l'avons dit, ne pouvant être maîtrisé au cours de cette expérience. Mais, justement, dans celle que nous vous offrirons bientôt - et que vous ne devrez tenter qu'après avoir obtenu des résultats positifs dans le domaine de la Voyance - le facteur "temps" ne sera plus une gêne : vous saurez quand l'expérience aboutira et si elle aboutira. L'entraînement nécessaire à la bonne exécution de cette expérience future est celui que vous pratiquez déjà si vous vous exercez à la Voyance "sans support". Vous n'avez donc qu'à continuer dans la direction prise.

Et, pour terminer ce texte, un bon conseil. En parapsychologie plus que dans n'importe quel autre domaine peut-être, la précipitation est l'ennemie. Prenez votre temps. Entraînez-vous avec sérieux et méthode. Il n'est pas de procédé plus rapide que celui que nous vous proposons pour apprendre à agir avec le seul psychisme. Mais ce n'est pas en quelques semaines que, ayant appris, vous pourrez agir avec efficacité (nous entendons par là : avec une efficacité régulière).

Prenez donc votre temps. Normalement et sauf exceptions heureuses, cette série de textes doit être terminée lorsque vous serez à même d'utiliser vos connaissances "magiques" de façon satisfaisante sur le plan pratique. A ce moment là, ne l'oubliez pas, nous serons à votre disposition pour vous donner les conseils qui s'imposeront.

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS.

T E X T E X I V

- Et nous voici, dit Maître Wou, à la quatrième étape de votre marche directe à "l'éveil". Quand on y songe - en connaissance de cause - qu'y a-t-il de plus simple que l'éveil aux réalités du Tao ? Rien. "L'éveil" a souvent été défini comme étant une certaine façon de regarder l'Univers. Le samsara et le nirvana, disent les bouddhistes, sont une seule et même chose vue d'une manière différente selon l'angle sous lequel elle est contemplée. Ceci est à peine une comparaison. Nous disposons, vous le savez, de deux modes de vision : vision centrale et vision périphérique. La première est utilisée lorsque nous voulons diriger notre attention vers un but précis : objet quelconque ou détail de lecture, par exemple. La vision périphérique, au contraire, n'est pas braquée vers un point déterminé. Elle est moins aigüe mais permet de voir globalement tout ce qui est placé devant nous. La pensée de l'homme ordinaire est tout à fait comparable à la vision centrale. Comme elle, elle se concentre sur un point précis, jusqu'à l'idée fixe quelquefois. Ce point peut appartenir à n'importe quel domaine du passé, du futur ou - moins souvent - du présent, mais c'est un point fixe sur lequel la pensée se crispe. L'homme éveillé - avec, évidemment, les limitations dues à sa nature - a sa pensée tournée à la fois vers l'extérieur et vers lui-même, tel qu'il "fut", qu'il "est" et qu'il "sera"...

- Ce qu'il fut, ce qu'il est, je comprends cela, dit l'élève. Mais, en ce qui concerne l'avenir, l'homme, éveillé ou non, ne peut être sûr de rien et doit se contenter de suppositions.

- Il y a, fit Maître Wou, suppositions et suppositions. Certaines éveillent l'homme et d'autres l'endorment. Par exemple, supposer que les bons seront forcément récompensés et les méchants punis parce que notre conception de la Justice exige qu'il en soit ainsi, est une supposition endormante. Supposer que nous mourrons est, au contraire, une suppositions éveillante.

- Il me semble, dit l'élève, que la mort est une certitude et non une simple supposition. Et même, s'il est un détail de mon avenir dont je sois certain, c'est bien de rencontrer un jour la mort. Oui, un jour ou l'autre, je connaîtrai la mort, cela est certain!

- oh! que non, fit Maître Wou. Cela n'est pas certain. La plupart des gens ne "connaissent" jamais la mort. Si demain quelqu'un vous tire une balle dans la nuque, vous passerez de l'état d'existence à celui de non-existence sans rien connaître de ce passage. Or, c'est ce passage de la vie à la non-vie qui constitue le phénomène appelé "mort", comme le passage de la non-vie à la vie est le phénomène appelé "naissance". Beaucoup de gens n'ont pas suffisamment de conscience au moment du phénomène "mort" pour le connaître. Mais supposer qu'on le connaîtra un jour proche est une supposition éveillante.

- Vous préconisez donc, si j'ai bien compris, une méditation sur la mort ? Puis-je vous faire remarquer que ce n'est pas très original ?

- Ce n'est pas exactement une méditation sur la mort que nous proposons, dit Maître Wou ; tout au moins, pas dans le sens où on l'entend habituellement. L'homme non-éveillé a toujours - et c'est normal - une peur atroce de la mort et de ses souffrances (qu'il ne connaîtra pas forcément) et aussi de l'état de non-vie qui lui succède. Mais seuls les individus très lucides

s'en rendent compte. La plupart des gens n'ont pas conscience de cette peur : ils ne voient que le masque sous lequel elle se dissimule et qui est, très souvent, la peur de l'acte de vivre lui-même. Pourquoi, vous dira-t-on, avoir peur de la mort ? (confondue, du reste, avec la non-vie qui lui succède). Ou bien il existe une vie post-mortem, et dans ce cas nous ne ferons que changer d'état ; ou bien il n'y a rien et, en ce cas-là, en quoi le néant qui suit l'existence pourrait-il être plus effrayant que celui qui la précède ? Non, ce dont j'ai peur, c'est de ceci, de cela, de la souffrance surtout. Le fait que toute vie tende naturellement à se vouloir éternelle, ne compte pas pour tous ces penseurs. C'est pourtant cette éternité que "ressent" l'homme éveillé. Mais parlons d'autre chose. Tenez, vous, par exemple, vous ne craignez pas la mort ?

- Je regrette, Wou-li-pang, de devoir me ranger sous la bannière adverse, mais non, en toute franchise et sans vanité, je ne crois pas craindre la mort ni la "non-vie" qui lui succède. Et j'ai cependant affronté tout cela quelquefois !

- Il est exact qu'on vous a vu avancer dans des combats où beaucoup d'hommes braves reculaient. Mais êtes-vous sûr de pouvoir affronter sans effroi la perspective d'un certain type de mort ? Par empoisonnement, par exemple ? Puis-je, mon jeune ami, vous faire remarquer que votre visage prend une teinte verdâtre du plus curieux effet ?

- Ecoutez, Wou-li-pang, je reconnais que je crains un empoisonnement. Mais très lucidement, je vous affirme que ce n'est pas la mort que je crains, ni le "passage", ni "l'après-vie", mais bien la souffrance physique pure et simple. Vous le savez, j'ai été emprisonné pendant des mois par vos charmants compatriotes. On m'a pas mal torturé et j'ai pu constater que la réputation des bourreaux chinois n'était pas usurpée. J'ai assez bien supporté la chose et ce n'était pourtant pas spécialement amusant : jambes et bassin brisés, coudes déboîtés. Mais plus tard, je ne sais lequel de ces messieurs poussa la plaisanterie jusqu'à me faire avaler, avec ma maigre nourriture, une saloperie quelconque, tirée, m'avez-vous dit par la suite, du bambou. Pendant près d'un mois, j'ai agonisé sans fin, pas d'autre mot, vomissant, déféquant sang et bile. Une température à faire claquer un thermomètre - si j'en avais eu un et l'énergie de l'utiliser. Pas de soins, bien sûr, et personne d'autre dans ma cellule. Si vous n'aviez pas réussi à m'approcher et à me faire prendre des médicaments, j'aurais franchi le passage" c'est sûr ! Mais de quelle façon ! Je vous l'assure : si j'avais eu un revolver et la possibilité d'appuyer sur la détente, votre fameuse peur de la mort n'aurait fichtre pas empêché mon suicide !

- Donc, vous n'avez pas peur de la mort mais de la souffrance excessive, vous venez de le démontrer brillamment. Mais ne comprenez-vous pas que tout ceci n'est qu'affaire de terminologie ? En réalité, vous êtes mort cent fois, de cent agonies, dans cette cellule. Qu'il soit ou non suivi de "non-vie", le passage, la mort, est forcément une expérience subjective. Encore une fois, vous continuez à confondre la mort elle-même, qui est agonie et qui peut être ou ne pas être ressentie consciemment, et la "non-vie" qui lui succède et que vous ne pourrez jamais connaître avec votre personnalité actuelle - corps et psychisme. Mais quittons les spéculations. Il est très possible que vous ne rencontriez jamais une agonie terminale douloureuse, mais peut-être que si ! Vous sentez-vous le courage d'affronter l'idée que les souffrances que vous avez connues peuvent se renouveler ou préférez-vous, comme l'autruche légendaire ou l'homme en proie au sommeil de l'être, enfouir votre tête

dans le sable et penser à autre chose ? Je précise encore : il ne s'agit pas du tout d'une méditation sur les fins dernières telle que la pratiquent d'innombrables religieux mais de l'évocation de souffrances pouvant et devant entraîner la mort...

Le jeune homme resta un moment silencieux, les dents serrées, puis :

- Je vais essayer...

- Il faut, dit Maître Wou, que vous continuiez la pratique des trois premières phases du dzog-tchen. Plus cette quatrième, très, très importante. Plusieurs fois dans la journée, au moment qui vous conviendra, représentez-vous avec force la chose au monde que vous redoutez le plus. Je sais, dans votre cas, ce que sera cette chose. Pour d'autres, évidemment, ce serait différent et un risque se présenterait : ne pas être capable de découvrir la VRAIE peur qui "empoisonne l'existence". Ici, nous pouvons aider les gens à découvrir cette peur. Dans les villes, en Occident, il y a des psychologues qui peuvent aussi apporter cette aide. Mais tout le monde ne peut pas être aidé directement. Certains hommes sont isolés et veulent cependant s'éveiller. Ceux-là disposent d'un critère qui leur permettra de vérifier si "la peur qu'ils se donnent" est la bonne. Il faut que la chose redoutée prenne, dans l'esprit de celui qui l'évoque, un caractère de réalité absolue. Il faut qu'une angoisse vraiment terrible soit ressentie. Il faut qu'il y ait caractère d'imminence et d'inéluctabilité : ce que je redoute si fort et qui doit se terminer par le passage de "moi" à la non-vie, va se produire d'un instant à l'autre... Si la souffrance, au moins morale, n'est pas ressentie de cruelle façon, c'est que l'imagination est sclérosée ou crispée sur des sujets mineurs et qu'elle fait tout ce qu'elle peut pour empêcher l'éveil. J'insiste, il faut absolument que la souffrance évoquée soit personnelle et à base physique. Evoquer les souffrances ou le décès d'autrui ne servirait à rien et la représentation de douleurs morales non plus. Au bout d'un certain temps, naturellement, l'habitude émuera la sensation éprouvée, mais à ce moment-là, le but sera atteint car vous serez capable de maintenir en vous, de façon permanente, l'idée de la souffrance qui PEUT venir à l'instant même...

- Programme gilleret! Mais, dites-moi, n'y a-t-il pas quelque danger pour les personnes au système nerveux fragile, dans tout cela ?

- Certes! Aussi est-il bon, lorsqu'on appartient au genre émotif, de prévenir son médecin de l'expérience que l'on va tenter et de solliciter ses conseils. Toutefois, les "évocations noires", n'ont en principe aucun effet néfaste lorsqu'elles sont volontaires. Les membres de la Compagnie de Jésus pratiquent chez vous une ascèse très proche de cette phase du dzog-tchen, bien que destinée à d'autres fins : je n'ai jamais entendu dire que les Jésuites soient, plus que d'autres, victimes de dépressions nerveuses.

- Autre chose : on m'a souvent parlé de la projection de la force de la pensée dans le domaine du réel. Est-ce que, en évoquant puissamment d'hypothétiques souffrances à venir je ne contribuerai pas à provoquer leur venue ?

- Si vous en êtes encore là, dit froidement Maître Wou, je vous conseille de vous rendre à Kéria : il y a dans cette ville un pasteur évangélique. Il vous parlera de l'attitude confiante qu'il faut avoir si l'on veut attirer les bonnes grâces de la Providence et écarter le malheur. Je vous signale, toutefois, qu'il est névrosé "jusqu'à la moelle", selon ses propres paroles...!

Dans le domaine de la "magie", il est permis de dire que l'Asie centrale a, tout entière, subi l'hégémonie chinoise. Aussi, à l'exception de certaines régions du Tibet, ne trouve-t-on pas, dans cette partie du monde, de pratiques paranormales d'origine religieuse. Il n'est jamais, ou pratiquement jamais, fait appel à des esprits, des dieux, des démons, etc... mais à des forces bénéfiques (devenant maléfiques lorsque les "mages noirs" en font mauvais usage), c'est-à-dire, tout compte fait, à des forces totalement impersonnelles. Ces forces sont connues sous l'appellation globale de "Feng-Shui".

La signification exacte de ces deux mots est difficile à donner. Une traduction à peu près valable serait : courants de forces dont la composition est yin ou yang. En somme, il s'agit là de l'expression mécanique du Tao décomposé en ses deux éléments. Il est entendu que l'action du Feng-Shui s'exerce aussi bien sur le plan spirituel que dans le domaine matériel, l'un et l'autre n'étant pas opposés mais complémentaires et de même nature et ne différant que par leur degré de "subtilité". L'énergie qui maintient la cohésion d'une pierre est de même nature que celle qui permet à un mathématicien d'établir les équations déterminant cette cohésion. Il s'agit donc, en quelque sorte, d'une théorie unitaire de l'Univers, primitive certes, probablement fautive, mais d'utilité pratique et la magie "jaune" présente un caractère essentiellement pragmatique.

Deux écoles utilisent à des fins parapsychologiques les lois auxquelles obéit le Feng-Shui. La première, l'école Tsoung-Miao, dite des Ancêtres ou du Temple des Ancêtres, fut fondée, affirme-t-on, à Fo-Khien par Wang-Khé. Ses techniciens tiennent surtout compte des rapports numériques (Sou) et de l'ordre naturel (Li). Ils utilisent la boussole géomantique ou Lo-Pen qui leur sert à déterminer la direction des courants du Feng-Shui. Sur bien des points, ils sont très proches des radiesthésistes occidentaux. L'autre école, dite du Khouang-Si, a pour fondateur Yang-Kouan-Tsung. Elle préconise la connaissance et l'utilisation des propriétés du souffle (Ke) et des traits internes et dissimulés de la nature (Ying).

N'ayant nulle attache particulière avec l'une ou l'autre de ces écoles, nous allons vous présenter une méthode d'action psychique dont les éléments sont empruntés indifféremment à chacune d'elles, le seul critère étant l'efficacité. Le principe de base est le suivant : le matériel et le mental sont de même nature. Il est bien connu que le bien-être ou le malaise de l'esprit entraîne celui du corps - et réciproquement quoique de façon moins nette. Entre l'esprit d'un individu donné et un objet matériel (ou un fait à base matérielle) situé en dehors du corps de l'individu en question, le même lien existe mais il est plus ténu. Il est possible, et même généralement facile, à un homme dont le corps est sain et bien nourri, d'avoir un esprit optimiste. Il est possible, quoique plus difficile, de forcer son esprit à la gaieté et d'en retirer un certain bien-être corporel (1). Il est aussi possible, bien que plus difficile encore, d'agir par le mental sur les objets ou les faits extérieurs, en utilisant certaines techniques qui "renforcent le lien".

Dans la mesure où la chose sera possible, nous éviterons l'utili-

1) Oui, cela est possible et même assez facile, mais ce procédé artificiel, équivalent psychologique des "tranquillisants", ne peut donner que des résultats momentanés.

sation de toute terminologie ésotérique ou de caractère technique. Agir autrement serait vous faire perdre votre temps, et aussi perdre le nôtre car, d'une part, nous visons uniquement l'aspect pratique de la question ; d'autre part, le sujet est trop vaste pour pouvoir être valablement évoqué en quelques pages. Précisons encore qu'il n'existe pas - du moins à notre connaissance - d'ouvrage spécialisé français ou anglais traitant de cette matière de façon exhaustive.

Nous allons maintenant, si vous le voulez bien, revenir un peu en arrière. Nous vous avons entretenu, dans notre cinquième texte, d'une expérience parapsychologique appelée par nous : "Appel aux Forces". C'était une expérience très simple. Si simple, même, que vous vous êtes peut-être étonné. Se peut-il, avez-vous sans doute pensé, que les "magiciens" jaunes, shamanes, bön-po ou tao-tssé, pratiquent des opérations "magiques" d'exécution aussi facile et au rituel aussi peu compliqué ? En effet, "l'Appel aux Forces", tel qu'il est généralement pratiqué en Asie centrale, se présente sous des dehors beaucoup plus complexe. Cependant, nous vous en donnons l'assurance, toutes les enjolivures ajoutées à l'expérience proprement dite, ne servent qu'à une seule et unique fin : donner à la clientèle du magicien une haute idée des talents de ce dernier et par conséquent influencer favorablement sur les recettes.

Pour être tout à fait francs, "l'Appel aux Forces" n'a - à quelques notoires exceptions près - donné que peu de résultats chez nos adeptes occidentaux. Et cependant, pour simplette qu'elle paraisse, cette méthode est efficace. Elle l'est à condition de ne pas oublier trois détails.

1° / Il est nécessaire d'exécuter chaque mouvement prescrit face au Nord, rigoureusement ;

2° / Une grande puissance de concentration est nécessaire. Presque toujours une tentative est faite avant que cette puissance ne soit acquise. Nous avons proposé un exercice destiné à augmenter le pouvoir de concentration. Il s'agissait, souvenez-vous en, d'un procédé basé sur l'énumération. Le pouvoir de concentration devait être considéré comme suffisant seulement lorsque rien d'autre, pas même un bruit proche, n'était perçu par le pratiquant en dehors des chiffres énumérés. En moyenne, un entraînement quotidien de deux mois, sans défaillance, est requis. Pour certaines personnes, cet entraînement doit être beaucoup plus long ;

3° / Le but poursuivi doit appartenir au domaine des possibilités. Si votre supérieur hiérarchique hésite à vous donner de l'avancement, vous pouvez le pousser à agir en votre faveur grâce à "l'Appel aux Forces". Par contre, si ce supérieur est, pour vous, un ennemi déterminé, toute tentative de ce genre n'aboutira pas. Elle peut même s'avérer dangereuse. Dans le premier cas, vous ajouteriez une pensée d'action (Yang) sur l'hésitation (Yin) du monsieur en question et tout irait bien. Dans le second cas l'action (Yang) serait ajoutée à son animosité, sentiment actif (Yang également) et le résultat obtenu pourrait bien être le contraire de celui qui était recherché.

Ce que nous vous proposons aujourd'hui est quelque peu apparenté à "l'appel aux forces". Cependant, nous noterons d'importantes différences. Tout d'abord, il n'est pas question d'aborder ce qui va suivre sans posséder préalablement un véritable pouvoir de concentration mentale. L'entraînement à la concentration sur les nombres, tel que nous vous le proposons dans le texte N° 5 est théoriquement parfait pour obtenir ce pouvoir. Mais dans la pratique, nous le constatons chaque jour, cet exercice convient mal aux Occidentaux.

Nous vous suggérons donc d'adopter l'entraînement du Voyant "sans support", tel qu'il était décrit dans un récent texte. Avec cette méthode, vous pourrez juger vous-même, sans vous tromper du degré de concentration mentale auquel vous pouvez parvenir. Mais, parallèlement, une autre forme d'entraînement est nécessaire. Il s'agit d'une sorte de gymnastique "magique", destinée à transformer votre corps en un "accumulateur de Feng-Shui". Notez à ce sujet que le procédé que nous allons vous décrire est utilisé pour combattre à peu près toutes les maladies de carence : l'asthénie, l'affaiblissement musculaire, nerveux ou sexuel, par les tao-tssé. Il fait partie du "Cycle de Longue Vie" et nous pouvons nous porter garants de ses bons effets en ce qui concerne le ralentissement du processus de vieillissement et l'augmentation de la vitalité générale, surtout en période dépressive.

Il consiste en ceci (1) :

- Tout d'abord, placez sur le sol - plancher, ciment, terre battue ou non, peu importe - un tapis ou une natte. Si le cœur vous en dit, le sol nu convient du reste aussi bien. Un lit, par contre est exclus. L'exercice peut être exécuté à l'intérieur comme à l'extérieur d'une habitation.

Déterminez la direction des points cardinaux. Sur le tapis, en direction de l'Est, déposez un petit morceau de fer ou d'acier. La forme et les dimensions exactes importent peu : il faut simplement que vous puissiez le tenir sur votre main ouverte, partie reposant sur la paume, partie coincée entre l'index et l'auriculaire, le médius et l'annulaire étant un peu en retrait, alors même que votre main n'occupera pas une position absolument horizontale. A l'extrémité opposée du tapis, en direction de l'Ouest, déposez un morceau de plom, de forme sphérique si possible. Cette forme est pratique mais non obligatoire : il est seulement nécessaire que ce morceau de plom (de faible volume), puisse être contenu dans votre poing fermé, l'extrémité des doigts touchant la paume.

Ceci fait, couchez-vous sur le tapis. Lorsqu'il sera allongé, votre corps devra occuper la position suivante : tête au Nord et par conséquent, jambes dirigées vers le Sud. Le corps doit être étalé bien à plat, le visage tourné vers le zénith. Les vêtements seront aussi peu gênants que possible et, détail important, les pieds seront nus. Ecartez les jambes : les pieds doivent être éloignés l'un de l'autre de vingt à trente centimètres. Les orteils seront dirigés bien nettement vers le ciel. Les bras, écartés du corps et dans le prolongement l'un de l'autre, feront avec la tête et le buste une croix. Le bras droit sera donc dirigé plein Ouest et le gauche plein Est. Les mains seront ouvertes et les paumes tournées vers le ciel. Les pouces doivent être tenus écartés des autres doigts lesquels pourront, sans inconvénient, être joints. Si vos mains ont une légère tendance à se refermer, laissez faire, le fait est sans importance. Mais il ne faudrait pas, au début de l'opération, que l'extrémité des doigts soit tournée vers la paume. Si tel était le cas, il vous faudrait, préalablement, leur faire acquérir un peu de souplesse en appuyant leur extrémité sur une surface dure (une table par exemple) et en pesant quelque peu dessus. Si des rhumatismes ou une quelconque déformation due à l'arthrite vous empê-

Ce qui va suivre a nom : Shen-ti-Yan. Ce double mot signifie (à peu près) expérience du corps. Nous tenons à préciser qu'il s'agit d'une pratique rigoureusement secrète et qui est, pour la première fois décrite de façon non-orale. Le but poursuivi est, comme nous l'avons dit plus haut, de transformer le corps humain en une sorte de "centrale d'énergie" aussi bien physique que psychique.

chait de façon définitive de garder vos mains vraiment ouvertes, nous vous conseillons de ne pas insister et d'abandonner purement et simplement : vous n'obtiendrez absolument aucun résultat positif. Il est absolument nécessaire qu'au début du Shen-ti-Yan trois doigts au minimum de chacune de vos mains soient dirigés, pour la gauche, plein Est, pour la droite, plein Ouest.

Vous voici donc allongé, bras en croix, tête au Nord et jambes au Sud. Il s'agit, maintenant, de détendre votre corps au maximum. Procédez de la façon classique, utilisée aussi bien en yoga que dans presque toutes les disciplines orientales. Tout d'abord, observez votre respiration sans tenter de la contrôler. Visualisez-la. Inspirez par le nez, suivez le trajet du bol d'air descendant de vos fosses nasales aux poumons, puis le chemin du retour, l'expiration se faisant par la bouche. Ne tentez pas de donner une ampleur particulière au mouvement respiratoire. Concentrez votre pensée sur l'entrée, le trajet et la sortie de l'air, c'est tout. Lorsque votre respiration sera devenue régulière, détendez les muscles de votre corps. Le procédé de relaxation est, lui aussi, bien connu des yogins : tout d'abord, détente des muscles commandant le cuir chevelu, puis ceux du front, ceux de la mâchoire, du cou, des épaules, des doigts. Normalement, le reste de la musculature doit, de lui-même, se détendre après quelques essais. Restez ainsi, décontracté, durant quelques minutes. Vous devez, si l'exercice est bien fait, sentir en vous un indiscutable bien-être et une sensation de calme.

Maintenant, il nous faut donner quelques explications sur ce qui va suivre : vous allez accumuler le Feng-Shui dans votre "xin". Ce dernier mot est, habituellement, traduit par "cœur" et quelquefois par "esprit". En fait, sa signification est vaste et varie selon le contexte. Ici, vous serez peut-être tenté d'identifier le "xin" avec le chakra Manipura ou peut-être Anahata. L'école du Kouang-Si s'élève fermement contre une telle interprétation et, par la même occasion, définit le Shen-ti-Yan qui est, comme vous allez le voir, tout autre chose qu'un simple exercice de régénération :

"Dans le Shen-ti-Yan, le "xin" représente l'être total, physique et mental, et non telle ou telle partie ou fonction de l'individu. La concordance du souffle (Ke) et de la pénétration des "traits cachés" (Ying), produit en l'être humain une accumulation de Feng-Shui. Celui qui s'exerce tous les jours devient, après quelques mois de pratique, plus dynamique : musculairement, intellectuellement, sexuellement. Littéralement, il rajeunit. Mais surtout, il devient capable de redistribuer le Feng-Shui emmagasiné sous forme de volitions. Il n'a pas besoin de se livrer à la magie opérative : qu'il veuille sciemment une chose, aussitôt, ce à quoi il aspire, tend à se réaliser".

Nous avons souligné la dernière phrase de cet exposé afin de vous en faire bien remarquer l'importance. Réfléchissez à ce qu'elle implique : le Shen-ti-Yan contient, à lui seul, toutes les promesses d'ordre parapsychologique de la Technique du Tao. Si nous vous avons proposé cet exercice dès le début de notre enseignement, sans doute pourriez-vous, à l'heure actuelle :

- "faire obéir les gens sans les commander par la parole ou le geste mais seulement par la pensée..."
- "orienter les événements sans intervenir personnellement, simplement en émettant un souhait..."

Nous voici, penserez-vous, dans la magie pure et l'enchanteur n'utilise même pas de baguette magique. Tout cela est-il possible ou ne s'agit-il que d'une plaisanterie ? Comme toujours, la vérité se trouve entre deux extrêmes : personne, jamais, n'est parvenu à transformer une situation de fond en

comble, simplement en souhaitant qu'il en soit ainsi. Mais les hommes s'adonnant au Shen-ti-Yan - sous cette dénomination ou sous une autre - arrivent réellement à influencer sur les gestes de leurs contemporains et sur les événements en cours, par la seule pensée consciente. Vous n'y croyez pas ? Cependant, vous avez pu constater les résultats de la volonté de certains de ces hommes. Et quels résultats ! Vous vous souvenez, n'est-ce pas, des chefs nazis ? Nous savons qu'ils avaient près d'eux des "instructeurs noirs" (trois au moins) experts en Shen-ti-Yan. Vous penserez sans doute que leurs pratiques, tout compte fait, ont rendu un bien mauvais service aux maîtres du IIIème Reich. Cela est exact, mais ces hommes n'avaient qu'un but qui a été, lui, parfaitement atteint : déclancher une tuerie à l'échelon mondial.

Ce que vous venez de lire vous fera comprendre la raison pour laquelle nous donnons si tard, dans notre enseignement, la description du Shen-ti-Yan : il était nécessaire de la faire coïncider avec la pratique du dzog-tchen, laquelle mène à l'éveil vrai, qui s'accompagne obligatoirement d'altruisme. Ce qui précède vous fera également comprendre à quel point une grande capacité de concentration et de direction de la pensée consciente est nécessaire au pratiquant du Shen-ti-Yan. Si, adonné quotidiennement à cet exercice, vous ne deveniez pas, capable, réellement, d'empêcher votre pensée consciente de dériver vers des désirs illicites, tout le monde en souffrirait, à commencer par vous-même. Les "instructeurs noirs" dont nous parlions plus haut, ont péri dans la bataille de Berlin avec leurs acolytes. Ils sont morts heureux, car leur propre destruction était inscrite à leur programme. Nous ne les jugeons pas : ils servaient de leur mieux la Face Sombre du Tao qui doit être servie comme Sa Face Claire. Mais nous ne pensons pas que leur sort puisse vous tenter !

Cette longue mais nécessaire digression étant terminée, revenons au moment où nous vous proposons d'accumuler le Feng-Shui dans votre "xin".

Donc, vous êtes allongé sur le sol, muscles décontractés au maximum, votre respiration s'étant, nécessairement, ralentie d'elle-même. Près de votre main gauche, un petit morceau de fer a été déposé par vos soins. Cette main est ouverte, paume tournée vers le ciel. Retournez-la et saisissez avec vos doigts ou vos ongles le morceau de fer. Nous précisons : avec les doigts ou les ongles de la seule main gauche. La droite ne doit pas intervenir et le corps doit bouger aussi peu que possible. Il n'est pas nécessaire que vous voyiez votre main accomplir cette opération de ramassage. Cherchez la pièce à tâtons, saisissez-la. Retournez votre main et donnez-lui sa position primitive. Elle doit de nouveau être ouverte, la paume dirigée vers le ciel. Une partie du morceau de métal doit être en contact avec le haut de votre paume, là où naissent les doigts ; l'autre doit être prise entre l'index et l'auriculaire, le médius et l'annulaire se trouvant légèrement en retrait. Bien que la forme et la taille du morceau de fer n'aient aucune importance, nous vous conseillons, pour des raisons d'ordre pratique, d'utiliser une pièce rectangulaire dont les dimensions seront, selon la taille de votre main, de ± 6 centimètres sur 4. Il est également préférable que ce rectangle de fer soit plat et épais d'un centimètre environ.

Maintenant, que votre main droite cherche, à tâtons elle-aussi, le petit morceau de plomb que nous vous avons demandé de poser à sa portée. (Une boule de plomb fera parfaitement l'affaire). Saisissez ce plomb et refermez la main solidement : il faut que l'extrémité des doigts de votre main droite se retrouve au contact de votre paume. Le pouce, lui, doit se poser, fermement sur la deuxième phalange de l'index, en contact, à son extrémité, avec le médius. Pour la main droite également, remettre la paume face au ciel.

Vous vous trouvez donc, à présent, dans la position suivante : bras en croix, main gauche ouverte avec le morceau de fer pris, en partie, entre l'index et l'auriculaire ; main droite fermée sur le morceau de plomb. Maintenant, repliez vos jambes. N'arquez pas le corps : ramenez simplement vos pieds nus sous vos fesses. La plante des pieds doit être entièrement en contact avec le sol ou avec le tapis qui le recouvre. Ce qui suit va peut-être vous paraître d'exécution plus difficile, du moins au début. Nous connaissez ce procédé de respiration yogique consistant à aspirer l'air par la narine droite et à le rejeter par la narine gauche ? Eh bien !, faites cela, mais sans l'aide des mains qui doivent, pour le moment, demeurer dans la position indiquée. A vrai dire, ce n'est pas difficile quand l'habitude est prise : il suffit de tordre le nez par un mouvement musculaire et la narine correspondante au muscle sollicité, se trouve obturée. A quelle cadence convient-il d'inspirer et d'expirer ? Elle doit être aussi rapide que possible, mais, point capital, les poumons doivent entièrement remplis avant que l'expiration ne commence. Il est préférable que votre rythme respiratoire demeure lent plutôt que de négliger ce dernier détail. Cette respiration alternée doit être maintenue jusqu'à la fin de l'exercice dont voici la suite :

Pliez votre bras droit, de façon à ce que votre poing fermé vienne reposer sur votre épaule gauche, la paume étant, maintenant, dirigée vers le sol. Puis, agissez de même avec le bras gauche, mais cette fois la paume ne sera pas tournée vers le sol : dans la mesure du possible, le tranchant de la main formera, avec ce sol, une ligne perpendiculaire. La main demeurera ouverte, le morceau de fer étant maintenu par la pression de l'index et de l'auriculaire. La direction générale faisant face à la main gauche sera le Nord-Ouest ; celle de la main droite le Nord-Est.

Ceci fait, tout en continuant la respiration alternée, éloignez quelque peu votre pied droit de votre séant. Faites-le passer par dessus le pied gauche - que vous pouvez, si vous le jugez bon, déplacer un peu sur la droite. Vos chevilles (mais non vos genoux) étant ainsi superposées, remettez aussitôt la plante de vos pieds en contact aussi étendu que possible, avec le sol.

Voilà : c'est tout. Combien de temps convient-il de rester dans cette position (en pratiquant toujours la respiration alternée) ?

- Aussi longtemps que vous le pouvez ou que cela vous plaira. La rapidité d'accumulation du Feng-Shui est fonction de la durée et surtout de la fréquence de l'exercice. Un dernier détail : il n'est pas nécessaire mais il est recommandé, à partir du moment où vous entreprenez de respirer selon le mode alterné, d'ouvrir les yeux aussi grands que possible d'essayer de ne pas battre des paupières.

La fin du Shen-ti-Yan se déroule ainsi :

1° / Ecartez largement les doigts de la main gauche et laissez la pièce de fer tomber sur votre épaule ;

2° / Reprendre un rythme respiratoire normal. C'est-à-dire : tout d'abord abandonner le procédé consistant à inspirer à droite et à expirer à gauche puis, progressivement, diminuer la rapidité du mouvement respiratoire ;

3° / Décroisez les chevilles et allonger les jambes ;

4° / Décroisez les bras et les allonger le long du corps ;

5° / Se relever ;

6° / Ouvrir la main droite et laisser tomber à terre le petit morceau de plomb.

Voici en quoi consiste le Shen-ti-Yan - seul exercice (dit Wang-tseu) qui puisse transformer un homme en "magicien naturel"... Vous savez maintenant ce qu'est le procédé permettant cette transformation. Mais sans doute vous demandez-vous quelles sont exactement, les forces mises en jeu, sur quelles données théoriques l'expérience est basée, etc... Ce ne sont pas les explications qui manquent. Non seulement chaque école, mais pratiquement chaque spécialiste a la sienne. Il n'est pas possible de les évoquer toutes et nous ne pensons pas que l'une d'elles ait, plus que les autres, de chance d'approcher l'exacte vérité. Du reste, ce qui importe, c'est avant tout, l'aspect utilitaire du Shen-ti-Yan. Le feu brûle-t-il parce que, comme le disait Aristote, il est dans sa nature de brûler (ou quelque chose d'approchant), ou parce qu'il est le résultat de vibrations moléculaires ? Peu importe au cuisinier, pourvu qu'il cuise les aliments, cela lui suffit. Il en va de même pour le Shen-ti-Yan. Savoir quelles théories - souvent contradictoires - émettent les experts, ne vous avancerait en rien. Ce qui compte est son efficacité et celle-ci n'est pas douteuse, un peu de pratique vous le confirmera. Un des nôtres, dont l'état de santé aurait dû entraîner la mort depuis longtemps, vit toujours au moment où ces lignes sont écrites. Et les médecins sont étonnés, non seulement par sa survie mais encore par sa vitalité. Il doit les deux au Shen-ti-Yan. Le cas est loin d'être unique. Que vous désiriez un psychisme puissant "qui agit directement sur les choses", ou que, plus modestement, vous désiriez reculer l'échéance de l'âge, acquérir plus de vitalité musculaire ou sexuelle, retrouver du dynamisme, nous vous recommandons le Shen-ti-Yan. (Application pratique dans le prochain texte).

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Pour terminer, quelques mots sur la quatrième phase du dzog-Tchen exposée au début de ce texte. Elle est communément appelée "étape de la Peur". Pour beaucoup de personnes; faire ce que nous demandons ne sera pas facile. Il faut pourtant qu'elles y parviennent. Si vous êtes dans ce cas, prenez tout le temps nécessaire mais maîtrisez cet exercice. Au début, si vraiment votre imagination manifeste trop de réticence à visualiser "la chose la plus effroyable qui puisse vous advenir", essayez quelque chose de plus simple et de plus anodin. Songez à ceci : d'un instant à l'autre, c'est certain, une "tuile" quelconque peut vous arriver. Essayez d'imaginer ce que sera cette tuile... Et celles qui suivront, un jour ou l'autre, inéluctablement. Vivez, volontairement, dans la crainte. VOLONTAIREMENT. Lorsque cette évocation sera terminée, redressez le torse et laissez la pensée angoissante s'échapper? Etant volontaire, elle le fera vite. Si, malgré tout, vous pensez comme le jeune homme de notre petit récit, que votre pensée peut contribuer à créer ces "tuiles", nous ne pouvons que vous dire ceci :

- Il est exact que certaines techniques psychologiques, totalement occidentales bien que se recommandant souvent de l'Inde; préconisent l'attitude suivante : un état d'esprit négatif - toute pensée "destructive" - non seulement prédisposent à l'échec et à la souffrance mais les créent automatiquement. (Nous sommes du reste d'accord lorsqu'il s'agit de pensées involontaires). Donc, disent les techniques en question, rejetez toute pensée d'échec

ou de souffrance et échec et souffrance deviendront impossibles. Nous nous permettrons deux remarques :

1° / Pensée constructive ou non, jamais personne n'a entièrement ignoré l'échec et la souffrance qui sont d'ailleurs nécessaires.

2° / Lorsque ceux-ci se présentent, l'homme "constructif" peut tirer deux conséquences :

a) ou bien sa belle théorie s'écroule ;

b) ou bien il n'en tient pas compte et considère souffrance et échec comme nuls et non avenue.

En un mot, il nie le réel. Cette dernière attitude a un nom : Schizophrénie. La Technique du TAO n'est pas destinée à des boy-scouts schizophrènes!

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS...

T E X T E X V

APPLICATIONS PRATIQUES DE L'EXERCICE SHEN-TI-YAN :

Cet exercice est à la base du pouvoir que les shamanes et "magiciens" divers exercent sur les populations du Centre-Asie.

Essentiellement, la tâche de ces "magiciens", en dehors de la voyance proprement dite, consiste à : guérir de leur stérilité les femelles bréhaignes, juments, chamelles... et les femmes. A redonner la santé aux malades (tout ceci par imposition des mains). A favoriser la croissance des cultures ou, dans certaines régions, à découvrir par intuition les lieux de pâture convenables. A aider (par la puissance de la pensée) les gens à augmenter leurs biens matériels ou à réussir dans leurs affaires sentimentales, etc... Tout ceci peut être considéré comme relevant de la "magie blanche". Mais, à l'exception des bouddhistes, musulmans, taoïstes ou chrétiens nestoriens de stricte obédience, la plupart de ces "magiciens" sont, en quelque sorte, ambivalents. Sur demande de leur clientèle - très souvent leur propre village ou tribu - ils envoient, selon l'expression consacrée, "le malheur au voisin". Ajoutons, qu'il existe une confrérie exclusivement "noire" et très puissante qui s'est entièrement vouée à la magie dit "d'exécration". Ces gens-là ont, dans le passé, fait beaucoup de mal. Il nous a été demandé si la fameuse "Danse de la Pluie" en usage chez les Mongols comme chez les Indiens Hopis, a quelque rapport avec la pratique du Shen-ti-Yan. Notre réponse sera très nuancée. Le psychologue Moktar a longuement étudié cette question.

Sa conclusion est la suivante :

"Dans ces régions souvent désertiques, l'approche des rares pluies se signale par des phénomènes atmosphériques et autres, mal discernables aux étrangers. Les arborigènes les perçoivent plus vite et plus vite encore leurs shamanes, ceux, fort nombreux du reste, qui pratiquent le Shen-ti-Yan, ont acquis une sensibilité plus grande (...) En fait, le shaman ne provoque pas la venue des pluies. Il se contente de les prévoir à l'usage du profane. La preuve en est dans le fait que, sollicités par leurs ouailles à certaines périodes de l'année, ils trouvent toujours une bonne excuse pour se dérober jusqu'au moment propice : les esprits de la Terre ne veulent point d'eau : le Ten-Gri (Ciel bleu) entend ne pas être troublé pendant quelque temps ou - plus souvent - la tribu, par son manque de générosité à l'égard de son shaman, n'a pas encore mérité cette faveur..."

Comme nous l'avons dit, la pratique du Shen-ti-Yan doit être complétée par celle de l'entraînement à la voyance "sans support". Chaque jour, le "magicien" s'exerce dans les deux domaines. Ce double entraînement doit, nécessairement, s'étaler sur bon nombre de mois : il ne s'agit pas d'apprendre "comment faire", mais de rendre le corps et le psychisme "capables de faire". Après un certain temps (déterminé avant tout par la capacité de concentration acquise le "magicien" conjugue les deux exercices et s'entraîne à la pratique du Shen-ti-Yan tout en visualisant des images auxquelles il donne mouvement. Mais, contrairement à ce qui se passe pour la voyance proprement dite, ces

images ne doivent acquérir aucune vie propre, personnelle si l'on peut dire. A chaque instant, le shamane guide l'image créée, lui fait faire les gestes qu'il désire voir exécutés. Prenons un exemple où l'entraînement participe déjà de l'action psychique proprement dite. Supposons un "magicien" qui veut que tel garçon d'un village voisin, vienne, dans son propre village, rendre visite à une fille (celle qui finance l'opération). Ce genre de travail est fréquemment demandé aux occultistes du Centre-Asie. Les Bön-po, notamment, s'en sont fait une spécialité. Donc, notre shamane, allongé sur le dos, fer et plomb en mains et "emmagasinant le Feng-Shui", ferme les yeux et imagine le visage du garçon. Il le voit, intensément, prendre le chemin du village de la jeune personne : il modèle sur ses traits une expression d'ardeur amoureuse, etc... Tout cela vous semble idiot ? Il est certain que notre description, très véridique, peut donner une forte impression de puérité. Et cependant, très, très souvent, cela "marche". Il nous souvient même d'un amusant quiproquo, intervenant dans une affaire sentimentale du genre de celle que nous venons de citer : un shamane, ne connaissant que par la description qui venait de lui en être faite l'élue du coeur d'une certaine jeune personne, se trompe d'individu et "agit" sur un autre garçon. Il y eut quand même mariage, mais la nouvelle épouse exigea un rabais sur les "honoraires" convenus.

Vous pouvez acquérir ce pouvoir des shamanes. Ce n'est pas une question de race ni même de milieu, bien que celui-ci exerce une certaine influence. Après un certain nombre de mois d'entraînement sérieux, vous pourrez, sans qu'il soit nécessaire de pratiquer en même temps le Shen-ti-Yan, simplement en visualisant et en dirigeant des images, agir, réellement, sur l'extérieur. Mais, avant d'en terminer avec ce sujet, nous vous faisons les recommandations suivantes :

1° / N'oubliez jamais que vous ne pouvez pas atteindre l'impossible. Vous pourrez simplement, et c'est déjà beaucoup, permettre à certains possibles de se réaliser.

2° / N'oubliez jamais qu'il existe, dans le domaine des actions psychiques, une sorte de Loi des compensations. Si vous souhaitez le mal d'autrui, une autre mal - ou le même - vous atteindra, un jour ou l'autre. Nous vous avons dit plus haut qu'il existait en Asie centrale et même aux Indes, une importante confrérie "noire", vouée au mal. Ces gens ne sont pas heureux - du moins selon nos critères - et ils ne veulent pas l'être. Pour eux, la souffrance est en soi, chose sainte. Ce sont les ascètes du Mal.

Pour terminer, quelques mots au sujet d'une particularité unique, qui se manifeste chez le pratiquant du Shen-ti-Yan, lorsqu'il entreprend une (1) "action psychique". Il "sent" très nettement si cette action atteindra le but recherché et, dans cette éventualité, quand ce but sera atteint (ceci approximativement, bien entendu). L'école de Tsoung-Miao donne du fait l'explication

(1) Il nous a été demandé quelle était la prononciation exacte du terme "Shen-ti-Yan". Son expression graphique est la suivante :

身骨豐 系經馬命

La prononciation correcte devrait donc être : Shen (Chên)-ti-Yan. Toutefois, du fait de l'accentuation des gens de l'Ouest, chez qui les syllabes chuintantes sont le plus souvent déformées, la prononciation courante est : Sen-ti-Yan. Phonétiquement, c'est le mot français "scintillant", articulé en trois syllabes saccadées.

"Le Feng-Shui est, par lui-même, affranchi du Temps et de l'Espace. L'action du Feng-Shui s'exerçant hier influe sur demain mais l'action du Feng-Shui s'exerçant sur demain influe sur hier. Dans le Shen-ti-Yan ce n'est pas l'homme qui perçoit (le résultat de l'action entreprise) mais le Feng-Shui lui-même qui s'exprime par son entremise..."

o o o o o

Et maintenant, revenons au dzog-tchen.

- Cette fois-ci, ce n'est pas brillant, dit l'élève en pénétrant pour la cinquième fois dans la cellule de Maître Wou. Franchement, j'arrive mal à "visualiser la chose la plus terrible qui puisse m'advenir". Il y a quelque chose en moi qui s'y oppose...

- En ce cas, fit Maître Wou, mettez-la dehors!

L'Européen écarquilla les yeux :

- Qui voulez-vous que je mette dehors ?

- Cette chose qui est en vous et qui vous empêche, comme vous dites, de visualiser la chose que vous craignez le plus au monde.

- Et, à votre avis, quelle est cette chose?

- Elle est double et se compose de ce que nous appelons votre corps et votre psychisme. Votre corps : ce n'est pas vous. Il n'y a rien à vous là-dedans. Le nouveau-né que vous fûtes était constitué d'une matière qui venait exclusivement de ses parents. Il a grandi uniquement grâce à des apports de matière étrangère : la nourriture. Votre psychisme : enlevez-lui tout ce qui est à base de sensations et dites-moi ce qui en reste. Amusez-vous à rechercher les origines de vos pensées et trouvez-en une qui soit "bien à vous". Vous n'y parviendrez pas pour une raison simple : toute pensée est forcément la résultante d'une quelconque excitation venue, soit du corps - élément étranger - soit de l'extérieur. Toute pensée est conditionnée : il n'y a pas de pensées gratuites. Donc, ou bien vous n'êtes rien : vous n'existez pas vraiment - ou vous êtes autre chose que la symbiose de votre corps et de votre psychisme.

- L'âme ?

- J'attendais ce mot. L'homme est ainsi fait : lorsqu'il ne connaît pas une chose, il lui met une étiquette et il se trouve satisfait : il vient d'acquérir la connaissance. Autrefois, les anciens cartographes, sur la foi de voyageurs douteux, remplaçaient la mention "Terre inconnue", trop pleine de sagesse par : "Pays des Dragons" ou "Royaume des Hommes à tête de Chien". Ne croyez-vous pas qu'il était plus simple - comme on a fini par le faire - de se rendre sur les lieux pour en observer les particularités ? Je ne sais pas si vous êtes une âme, ou une parcelle de l'Absolu, ou quoi que ce soit d'autre. Je vous dis simplement : vous n'êtes ni un corps ni un psychisme, pris séparément. Si vous êtes le résultat de l'union de ce corps et de ce psychisme, vous n'êtes rien. Mais êtes-vous cela ? Si vous êtes plus que cela, vous devez pouvoir évoquer, par-delà la frayeur, la fin cruelle de ce corps et de ce psychisme car c'est seulement leur symbiose qui connaîtra la souffrance et la dissolution.

C'est donc elle, cette symbiose qui, seule a peur de l'évocation. Expulsez-la.

- Vous voulez, si je comprends bien, que j'expulse mon corps et mon psychisme de moi-même ? C'est impossible!

- Exact! pour le moment. mais savez-vous danser ?

Habitué aux coq-à-l'âne du vieux Maître, l'Européen ne broncha pas.

- Non, fit-il simplement.

- Donc, dit Maître Wou, il vous est aussi impossible de danser. Cependant, pour peu que l'on vous montre comment vous y prendre, vous pourriez déjà effectuer tous les pas que font les danseurs. Et, en les refaisant chaque jour, au bout d'un certain temps, vous sauriez danser. Sortir de soi-même son corps et sa pensée est plus difficile mais pas autant qu'on pourrait le croire. En fait, quand l'habitude est prise, on s'étonne d'avoir auparavant éprouvé des difficultés : un peu comme pour la danse ou la "lutte d'ombres" (1).

- Et, comment faut-il s'y prendre ?

- Vous avez vu, dit Maître Wou, ces tableaux représentant des Saints chrétiens ou bouddhistes ? Oui, n'est-ce pas ? Vous avez remarqué ce que l'artiste a peint au-dessus de leur tête ?

- L'auréole ?

- C'est cela. Eh bien! c'est à cet endroit qu'il convient de "vous" placer, tout en projetant en avant corps et psychisme.

L'élève chercha, pour s'asseoir, une position confortable, soupira, parut réfléchir quelques instants, et dit :

- Je sais que vous êtes renommé pour votre sens de l'humour, qualité que j'apprécie, croyez-le. Mais puis-je vous dire que je trouve votre actuelle plaisanterie laborieuse et d'un goût douteux ?

- Ce n'est pas, dit le Maître, une plaisanterie bien que, il faut l'avouer, cela ait bien l'air d'en être une. Je crois qu'il va me falloir vous donner d'assez longues explications...

"Non content de s'identifier avec son corps et sa pensée, notre "je" tend à rechercher dans l'agrégat psycho-somatique appelé "homme", un point local privilégié où il se situera. En général, ce point est placé dans la partie du corps où il est admis que se font les échanges corps-esprit, c'est-à-dire dans la région cervicale, lieu où l'esprit reçoit les informations du corps et lui donne ses ordres. Cette conception, du reste, est occidentale : chez nous, cette localisation est située aux alentours du plexus solaire. Qui a raison en la matière ? Plutôt les Occidentaux, mais non entièrement. C'est bien par le truchement du cerveau que la plupart des informations et ordres se transmettent du corps à l'esprit et de l'esprit au corps. La plupart, mais non toutes, car les organes humains ne sont pas aussi spécialisés qu'on le pense (2). Quoi qu'il

(1) La lutte d'ombres est une sorte de judo chinois particulièrement acrobatique. Très populaire au Sin-Kiang

(2) La technique du Tao affirme que chaque cellule du corps humain détient, potentiellement, toutes nos facultés sensorielles. Certains travaux occidentaux tendent à confirmer ces vues Cf. les articles de la Pravda faisant état de la mise en observation d'une jeune Soviétique capable de voir avec ses mains.

en soit, l'homme se comporte comme si son "je" se trouvait en un lieu précis du corps. L'Occidental EST dans son cerveau, le Chinois EST (un peu moins, mais guère moins) en un lieu situé près du plexus solaire. Dans la pratique, quels résultats découlent de cette localisation arbitraire ? Eh bien! le "je" crée sa propre prison. Il se transforme en un petit noyau qui se soumet à la symbiose au lieu de la dominer. On l'appelle alors "ego".

"Il faut comprendre encore ceci : en fait, il n'existe pas de limites précises entre ce qui est considéré comme l'être humain (la symbiose) et le milieu qui l'entourne. Il n'y a pas, entre l'un et l'autre, nette solution de continuité. Prenons, simplement, l'aspect corporel de l'homme. Peut-on dire que la surface de sa peau le sépare du milieu qui l'entourne ou qu'elle l'unit à ce milieu ? Du derme humain, par exemple, s'élèvent des effluves dues à la chaleur interne. Lorsque ces effluves ont dépassé la surface dermique, font-elles encore partie du corps ou appartiennent-elles déjà au milieu ? L'homme ne ressentant pas leur existence, direz-vous peut-être, elles ne sauraient être partie de lui ? Mais les ongles et les cheveux ne transmettent, par eux-mêmes, aucune sensation et sont pourtant considérés comme appartenant au corps. Et que penser des différentes influences extérieures qui pénètrent le corps ? Appartiennent-elles encore au milieu ou déjà au corps lui-même ? Et, en ce dernier cas, au bout de combien de temps peut-on dire qu'une influence extérieure est assimilée ?

"En s'identifiant avec une partie privilégiée du corps, le "je" se condamne à la soumission à l'égard des sens qui renseignent la dualité corps-psychisme. Le plus puissant, le plus informatif et, par suite, le plus exigeant de ces sens, est la vue. L'homme ordinaire - même s'il est frappé de cécité - situe son "je" derrière son système visuel. Même le Chinois agit ainsi, malgré ses théories. Réfléchissez à cela, je vous prie. Il y a le monde et vous, derrière, qui le regardez. Votre corps et votre psychisme - je veux dire les actes accomplis par la symbiose corps-psychisme - ne sont connus de vous que dans la mesure où, directement ou indirectement, ils sont perceptibles à vos regards. Vous ne savez que par ouï-dire ce qu'il en est de l'arrière de votre crâne ou de votre dos. Cette sujétion au sens principal entraîne une sorte de presbytie. Vous voyez le monde, oui, mais ce corps et ce psychisme que l'on considère habituellement comme étant "vous", vous ne les voyez pas. Ils font pourtant partie du spectacle et vous les en excluez. Sur l'écran de votre cinéma personnel, ils n'apparaissent pas : ils sont trop proches. Et pourtant, si vous vouliez vous libérer de la conception ordinaire de l'espace et du temps, ce corps-esprit doit vous apparaître comme n'importe quel autre élément du spectacle Monde. Car ce corps-esprit est bien un simple élément, un agrégat, soumis bel et bien au temps antropique, au temps qui entraîne vers la nécessaire dissolution des éléments. Ce que je vous demande de faire est relativement simple.

"Arbitrairement, vous situez votre "je" en un point donné de votre individu physique. Je vous demande de déplacer, non moins arbitrairement, ce point, et de le situer un peu en dehors de cet individu physique : à une dizaine de centimètres derrière votre occiput, là où les peintres placent l'aurole des Saints. Ce choix est gratuit ? Si vous voulez. Artificiel ? D'accord. Mais faites ce que je vous demande et ne vous préoccupez que du résultat à obtenir. Il faut que vous parveniez à ceci :

" Voir votre corps et votre psychisme comme le ferait un observateur extérieur qui serait placé quelques dix centimètres derrière votre crâne et qui, doué de facultés télépathiques, s'intéresserait à ce que font ce corps et ce psychisme".

"Je vous signale que cette pratique constitue non seulement la 5ème phase du dzog-tchen mais aussi la base même de l'entraînement à la télépathie. Je ne prétends pas vous rendre télépathe : vous n'êtes pas doué. Mais vous pouvez aider d'un des procédés d'entraînement télépathique pour arriver plus aisément au but que je vous propose. Vous pouvez prendre l'habitude de penser "il" au lieu de "je" chaque fois que vous penserez à une des manifestations de votre corps ou de votre psychisme. Vous me direz peut-être qu'en fait, ce sera bien votre psychisme qui s'exprimera ainsi. Que cette désidentification n'en sera, en fait, pas une ? Cela est vrai. Il y a là un paradoxe auquel je ne puis faire face avec des mots. Il ne m'est pas possible de vous dire qu'une chose : souvenez-vous des pas de danse exécutés par l'homme qui ne sait pas danser".

"Une autre chose vous aidera aussi : le fait que vous ayez pris l'habitude de redresser votre corps plusieurs fois dans la journée. Lorsque vous redresserez ce corps, imaginez que l'ordre de redressement vient, non pas du cerveau, mais d'un point situé un peu au-dessus de la tête - de la tête de "il" - Après cela, il vous sera plus facile de "voir" évoluer ce corps. Vous comprenez bien, n'est-ce-pas, ce que je vous demande ? Il s'agit de "voir agir" et "d'entendre penser" l'agrégat qui est habituellement considéré comme étant vous, comme s'il s'agissait d'un autre individu. Naturellement, vous ne pouvez pas vous "voir" entièrement. Ce sera votre imagination qui verra, donc votre psychisme. Vous pensez qu'il y a tricherie ? C'est certain. Mais, ne l'oubliez pas, les informations réelles que vous transmettent vos sens - la vue notamment - sont toujours interprétées, donc dénaturées par ce psychisme. Vous n'avez, pour atteindre la libération, l'éveil, que des outils imparfaits, trichant continuellement CONTRE VOUS. Il vous faut, pour vous en libérer, tricher CONTRE EUX. Nous n'y pouvons rien : si vous étiez affranchi de la tricherie, c'est que vous seriez déjà libéré..."

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Avant d'aller plus loin, vous aimerions vous présenter quelques excuses, pour le caractère rocailleux, barbare, peu explicite, de nos textes en général et singulièrement de notre exposé de la cinquième phase du dzog-tchen.

Nous comptons, parmi nos amis, des hommes cultivés, lettrés, capables de transformer en un clair exposé le galimatias que vous venez de lire. Cependant, nous n'avons pas voulu demander leur aide et voici pourquoi : la clarté apparente d'un tel exposé ne saurait être la clarté réelle. Lorsque vous regardez le tableau d'un maître, ce que vous voyez est l'objet que l'artiste a voulu représenter et non les ingrédients dont se compose la peinture. Pour voir ces ingrédients, pour les discerner dans un tableau, il faut être fabricant de peinture. On peut imaginer - pourquoi pas ? - une société ésotérique composée de fabricants de produits pour peintres, qui verrait dans un tableau donné une certaine quantité de bleu, de rouge ou de jaune et en tirerait un mystérieux profit. Mais le profane ne verrait que le tableau. Pour qu'il acquiert la connaissance des produits ayant servi à la création du tableau, il faudrait que ces produits lui soient présentés, non pas à proprement parler en vrac, mais d'une façon spéciale.

Nous ne recherchons pas l'obscurité pour elle-même. Simplement, nous ne pouvons pas nous permettre d'utiliser des expressions habituellement consi-

dérées comme "claires, frappantes". Plus elles seraient frappantes, expressives, moins vous comprendriez réellement. Il y a un piège sémantique et aussi esthétique. Est-il beaucoup d'expressions aussi belles, claires et frappantes que cette citation ?

"L'Univers est une sphère dont le centre est partout et la circonférence nulle part..."

C'est très beau, n'est-ce pas ? Et cela est parfaitement compris. Ceci dit, êtes-vous capable pour autant de vous représenter cet univers sphérique ?

Donc, nous vous demandons de bien vouloir nous excuser et de comprendre que, réellement, nous ne pouvons nous exprimer d'une autre façon.

Encore quelque mots.

Vous en êtes à la cinquième phase du dzog-tchen. Si vous faites encore preuve de quelque patience et persévérance, vous n'êtes plus bien loin du but. Mais, il importe que :

- tous les jours au moins une fois, vous regardiez le monde qui vous entoure avec des yeux neufs..
- que tous les jours, au moins une fois, vous remontiez dans votre passé pour en ressusciter les éléments et l'ambiance de l'époque où ils se sont produits.
- que tous les jours, au moins une fois, vous évoquiez ce qu'il y a de plus redoutable dans votre avenir POSSIBLE.
- que tous les jours ET AUSSI SOUVENT QUE VOUS Y PENSEREZ, vous essayiez, artificiellement, certes, de placer votre "je" en dehors de votre corps. Le mouvement de redressement préconisé dans la première phase du dzog-tchen vous y aidera. Nous vous conseillons aussi,
- le plus souvent possible, de penser à ce qu'il est convenu d'appeler "vous" à la troisième personne du singulier. Que ce qui était "je" devienne "il" ou "elle". Si vous avez pris l'habitude, de temps à autre, de surveiller les paroles qui sortent de votre bouche, vous verrez combien il sera plus facile, de votre poste d'observation derrière l'occiput, de surveiller les paroles prononcées par "il" ou par "elle". Enfin, ET SURTOUT, si vous vous êtes réellement "colleté" avec l'évocation de la chose que vous craigniez le plus au monde, vous ne tarderez pas à constater une modification de votre optique sur ce plan - si vous parvenez à mener à bien le travail de changement de localisation du "je" que nous vous proposons.

Peut-être penserez-vous : "il est possible que le dzog-tchen donne d'excellents résultats. Malheureusement, je n'ai pas le temps de suivre toutes ses prescriptions. Je suis une personne occupée.

Peut-être avez-vous raison : vous êtes mieux placé que quiconque pour en décider. Si vous n'avez vraiment pas le temps de suivre chaque jour, toutes les prescriptions du dzog-tchen, mieux vaut que n'entreprenez rien pour le moment et que vous attendiez des circonstances plus favorables. Mais, nous devons vous dire ceci : le dzog-tchen est, justement, la Voie des gens très occupés, de ceux qui travaillent durement et de longues heures par jour. Ce n'est pas une discipline pour oisifs, se dorant au soleil.

Ses origines sont les suivantes :

Au Tibet, la libération, l'éveil, par des techniques bouddhistes

ou autres, sont recherchés par bien des gens. Certains, ceux qui sont fortunés, les recherchent dans le confort de la méditation monastique. D'autres, pauvres mais sans charge de famille, prennent la voie plus rude de la vie érémitique. D'autres enfin, pauvres eux-aussi, mais soumis à de nombreuses obligations familiales, travaillent durement dans un pays où le moindre effort est pleinement ressenti. C'est à l'usage de ces derniers que le dzog-tchen a été conçu. Et c'est pour cette raison que nous avons pensée que cette voie, déjà adoptée par les actifs Chinois, conviendrait parfaitement aux actifs Européens.

Pour peu que vous meniez la vie normale de l'Occidental, vous ne pouvez vous permettre de disposer des nombreuses heures quotidiennes qu'exige la Voie méditative. Mais, faites le compte : combien de minutes perdrez-vous chaque jour avec le dzog-tchen ? De plus, celui-ci possède un autre avantage : il permet d'obtenir l'éveil dans la vie de tous les jours. Ne croyez-vous pas qu'une libération reçue loin des hommes, dans une solitude voulue, présenterait un caractère factice et, de toute façon, fragile ? Nous ne pouvons vous dire si, au bout de ces sept étapes, le but sera atteint : tout dépend de votre persévérance et du sérieux avec lequel vous suivrez les prescriptions du dzog-tchen. Mais, nous pouvons vous affirmer que si l'éveil est obtenu, il sera "solide", intangible. Et que, de toute façon, si, dans l'immédiat, vous deviez rencontrer l'échec, vous pourriez recommencer l'expérience sans que cet échec constitue un handicap.



Nous allons maintenant vous parler de parapsychologie, mais de parapsychologie spéciale. Comme nous l'avons dit dans le 2ème texte, nous considérons la parapsychologie, les "pouvoirs", les "tö", les "siddhis", quel que soit le nom que l'on veuille donner aux expériences paranormales, comme un moyen et non une fin. Rechercher la puissance pour elle-même est, à nos yeux, une leurre. Puissance ne signifie pas sérénité, tant s'en faut. Les responsables des deux plus grands états mondiaux - le président des U.S.A. et le chef du gouvernement soviétique - possèdent une puissance réelle dépassant les rêves des plus grands "magiciens". D'un mot, ils peuvent décider du sort de la planète. Dira-t-on pour autant que ces hommes ont, à coup sûr, atteint à la sérénité ? Sincèrement, aimeriez-vous être un de ces deux hommes ?

Nous évoquerons aujourd'hui un pouvoir de l'esprit dont les applications pratiques sont d'un intérêt rigoureusement nul : la télépathie. Peut-être serez-vous étonné de nous voir porter un tel jugement mais c'est un fait d'expérience : communiquer directement d'esprit à esprit ne sert, dans la pratique, absolument à rien.

Un exemple ? En voici un, récent :

Avec la Mongolie, le Tibet est, traditionnellement, le pays des télépathes. De nombreuses publications de véracité douteuse ont mentionné le fait, mais ce n'est pas parce qu'un individu réputé menteur dit, au milieu de la journée : "Il fait jour" que la nuit est là pour autant. Il y a eu, il y a encore, au Tibet, de nombreux télépathes plus ou moins "forts". Or, voici quelques années, un certain nombre d'entre eux se trouva impliqués dans une conspiration contre l'occupant chinois. Et savez-vous par quel moyen les conjurés correspondaient entre eux ? Par "talkie-walkie" de fabrication japonaise : il est impossible de communiquer télépathiquement des renseignements précis et

chiffrés dans le climat émotivement chargé qui est celui d'une conspiration. (Ceci n'a, apparemment pas encore été compris par les gouvernements soviétique et américain qui s'efforcent, au moment où ces lignes sont écrites, d'utiliser la télépathie à des fins militaires : tout ce qui touche à la politique, à la guerre, au renseignement commercial est exclu du domaine télépathique, qu'on le croit ou non). Et s'il s'agit de communiquer des nouvelles d'ordre personnel à des amis, le téléphone et le télégraphe sont des instruments beaucoup plus efficaces. La valeur de la télépathie est ailleurs : c'est un précieux renfort dans la lutte contre les menées de "l'ego".

Peut-être vous est-il arrivé de lire quelques uns de ces romans anglo-saxons, dits de "science-fiction", dans lesquels apparaissent des personnages aux capacités surhumaines ? Très souvent, ces surhommes sont télépathes et l'auteur affirme qu'un groupe, organisation ou race, détenant le pouvoir télépathique, dominerait rapidement la planète. Or, pour qui a rencontré des télépathes vrais, rien n'apparaît moins sûr. La pratique de la télépathie n'augmente pas - loin de là - l'intelligence pratique. En ce qui concerne les réalisations concrètes, son pouvoir de concentration approche de zéro. Le télépathe vrai - très rare - est à peine un individu pensant : il tend à devenir un simple lieu de passage pour la pensée d'autrui. Nous avons vu, dans certaines lamaseries mongoles, de saints hommes "qui pensent avec l'esprit des autres" et qui, pour cette raison même, devaient être conduits dans la vie comme de petits enfants : certains en étaient à ne plus bien savoir si les pensées qui leur venaient appartenaient à autrui ou à eux-mêmes. Chez eux, l'ego avait presque entièrement disparu. Nous doutons fort, pour un groupe humain composé de personnes de ce genre, non seulement de la possibilité de dominer la planète, mais simplement de survivre dans le monde actuel. Du reste, il est une théorie chinoise qui prétend qu'à une époque fort lointaine de son histoire, l'humanité ignorait la parole et communiquait directement d'esprit à esprit. Un jour, certains hommes décidèrent, en se référant à l'exemple animal, de s'exprimer par des sons. Ils dominèrent alors les autres hommes et créèrent la civilisation. Il semble que cette légende ait été connue de Freud et que le grand psychologue autrichien n'ait pas cru cette théorie invraisemblable. Quoi qu'il en soit, le télépathe vrai se comporte comme s'il n'avait pas le temps d'avoir des idées personnelles et son pouvoir créateur est nul. Ajoutons qu'il ressent profondément la souffrance ambiante qui devient, en quelque sorte, sa souffrance personnelle. Une légende - mais est-ce bien une légende ? - court la région de la Dépression du Tarim :

Autrefois, un saint anachorète " qui lisait dans le coeur d'autrui " s'était retiré dans le désert. Si éloigné des agglomérations que fut sa retraite, de nombreuses personnes venaient lui rendre visite car il prenait pour lui la peine des autres (entendez par là que, connaissant les raisons exactes de cette peine, il savait trouver des mots efficaces de consolation). Il encourageait les gens au bien et à rien d'autre. Ceci mettait en rage les shamanes "noirs" des environs, qui voyaient leurs affaires périlcliter. Ils décidèrent donc, de l'assassiner. Mais, en gens pratiques (!) ils décidèrent aussi de donner à ce meurtre un caractère publicitaire. Ils se réunirent non loin de la résidence de l'ermite et se mirent à émettre, nuit et jour, sans arrêt, des pensées de haine. Quelques jours plus tard, un visiteur trouva le saint mort, sans une trace de blessure sur le corps mais le visage bouleversé d'horreur... Ainsi fut prouvé la puissance des shamanes...

Qui peut devenir télépathe ? En principe, n'importe qui. Cependant, en Asie centrale, on estime qu'il existe chez les humains trois groupes distincts : les "Dragons", les "Chauve-souris" et les "Hommes". L'Occident - Amé-

ricains et Russes surtout - ne distingue, si nos renseignements sont bons, que deux catégories de télépathes : les "moutons" et les "chèvres" mais nous ignorons à quoi correspondent ces expressions. Dans le Centre-Asie, le "dragon" est le télépathe émetteur, la "chauve-souris" le type réceptif et "l'homme" le télépathe complet : le plus rare. Dans la pratique, un télépathe complet est une personne dont l'envergure morale approche celle d'un François d'Assise, d'un Jean de la Croix ou d'un Ramakrishna. C'est dire qu'un tel individu ne se trouve pas souvent.

Bien entendu, il n'est pas dans vos intentions de vous dépersonnaliser totalement comme certains saints parviennent à le faire. De toute façon, la voie que vous suivez en ce moment n'est pas celle de la Bakthi, de la dévotion, de l'oubli total de soi-même. Toutefois, quelques essais dans la voie télépathique ne peuvent que vous être salutaires : si votre ego perd un peu de sa consistance, vous ne vous en trouverez que mieux. Votre ego n'est pas votre "je" véritable et si nous vous déconseillons de pousser l'expérience télépathique jusqu'à ses extrêmes limites, c'est simplement parce que le "je" tend, lui aussi à se dissoudre, comme l'ego - sauf le cas d'individualités tout à fait exceptionnelles.

En quoi consiste la voie télépathique ? Tout d'abord, à aimer les gens. Si vous n'aimez pas profondément autrui, vos "ennemis" compris, vous n'obtiendrez aucun résultat positif. Cette conception sentimentale de la télépathie vous semblera peut-être abberante. Peut-être penserez-vous : aux U.S.A., le professeur Rhine ne demande pas aux sujets de ses expériences télépathiques de se comporter conformément aux prescriptions du Sermon sur la Montagne. A cela nous répondons : ce genre d'expériences a été fait des milliers de fois en Asie centrale et, effectivement, il est bien du domaine de la parapsychologie. Mais il n'a rien à voir avec la télépathie proprement dite. Il est plutôt apparenté à une forme de voyance.

L'homme ou la femme qui suit la voie télépathique cherche d'abord à ne plus s'identifier avec son ego et, pour cela, il ou elle se livre à la pratique mentionnée dans la 5ème phase du dzog-tchen : il situe son "je" en dehors de son individu corporel et pense à sa propre personne comme à un individu étranger "il" ou "elle". Mais il va plus loin que l'adepte du dzog-tchen. Il choisit un individu donné, parent, ami cher, et tente de s'identifier à lui par la pensée. Lorsqu'il est parvenu à situer son "je" en dehors de lui-même, il imagine que ce "je", changeant encore une fois de place, va s'installer, non pas derrière le crâne de l'ami choisi, mais devant son visage, à la hauteur de ses yeux. Dès lors, le télépathe en puissance, pensera littéralement "pour" l'autre. Regardant le visage de son ami, il pense : "je" suis soucieux, aujourd'hui. Pourquoi ? "Et il cherche les raisons de "ses" soucis. Sans doute penserez-vous : le pauvre bougre est, tout simplement victime de l'auto-suggestion ? Il fût un temps où nous pensions ainsi. Nous croyions, d'une part, que l'apprenti télépathe s'illusionnait. D'autre part que s'il obtenait des résultats positifs, ceux-ci étaient dûs à l'observation minutieuse et constante d'un visage connu, dont les expressions indiquaient les états d'âme. Si les "exploits" des télépathes se bornaient à connaître ce que pense un ami intime et présent, nous continuerions à penser ainsi. Mais, au bout d'un certain temps, notre homme devient apte à ressentir les états d'âme puis à connaître les pensées précises de son ami lorsque celui-ci est hors de vue. Il semble bien, à ce moment-là, qu'une sorte d'osmose s'établisse entre les deux individus. Du reste, elle est parfois complète lorsqu'il s'agit de deux apprentis télépathes s'exerçant ensemble.

Il y a mieux. Plus tard encore, notre homme s'habitue à changer de

sujet. IL opère, avec le premier venu comme il avait fait précédemment avec son ami et finit par obtenir, là aussi, des résultats. A la limite, il n'a qu'à porter sa pensée vers un individu quelconque pour se trouver immédiatement, "dans sa peau" si l'on peut dire. Et même, très souvent, cette propension à capter la pensée d'autrui devient, comme nous l'avons dit plus haut, tout à fait involontaire. Où qu'il aille, le télépathe vrai "entend autour de lui des pensées bourdonnantes". Les grands maîtres parviennent même à converser entre eux "sans ouvrir la bouche et à n'importe quelle distance". Notons toutefois, que certains d'entre-eux affirment que les pensées de la foule, agissent à la manière des parasites de radio, perturbant ces conversations. A notre avis - et en nous référant à des expériences faites devant nous - il semblerait que seuls des sujets d'ordre général puissent faire utilement l'objet de ces conversations de pensée à pensée. Si nous sommes dans le vrai, il y aurait là une sorte de confirmation des implications découlant de la théorie chinoise citée plus haut. Disons, pour terminer, que le télépathe accompli est réputé capable de quitter son corps volontairement, non seulement pour "habiter la pensée d'autrui" mais aussi pour "voyager dans les airs sur l'aile du vent".

Comme nous n'avons cessé de le répéter, le Centre Tchan ne s'intéresse à la parapsychologie que par nécessité. Le seul "Pouvoir" pour lequel nous nous sentons du respect est la télépathie. Cependant, même ce pouvoir, supérieur sur le plan moral, n'est pas notre Voie. Nous vous déconseillons donc de vous y consacrer entièrement. Mais il se peut aussi que cette Voie vous tente, ce qui serait, en somme, tout à votre honneur. Pour le cas où il en serait ainsi, nous vous donnerons, dans notre prochain texte, un programme complet de formation télépathique, s'étendant sur des mois et allant de l'ABC à la recherche du pouvoir de bilocation.

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS...

T E X T E XVI

Comme nous l'annoncions dans notre dernier texte, nous allons vous donner aujourd'hui un programme complet de formation télépathique. Ce programme est très exactement celui qui est proposé, dans les monastères d'Asie centrale, aux personnes intéressées par cette remarquable discipline.

Il est bien entendu que la formation du télépathe asiatique ne ressemble aucunement à l'entraînement suivi, en Occident par cette catégorie d'artistes de music-hall qui pratique sur scène la "lecture de pensée". En fait, ces artistes ne sont pas le moins du monde télépathes et ne font aucune difficulté, en dehors de leurs heures de travail, pour reconnaître que leur numéro relève de l'illusionisme pur et simple. La réussite d'un tel numéro exige une excellente mémoire permettant l'utilisation d'un code discret et une attention toujours en éveil. Pratiquement, l'état d'esprit d'un "télépathe" de music-hall dont tous les sens sont braqués sur les gestes ou les paroles du "compère", est à l'exact opposé de celui du télépathe vrai, qui approche, autant qu'il est possible, de la totale vacuité.

Il vous faut d'abord savoir qu'il est très difficile d'acquérir seul une formation télépathique sérieuse. Ce n'est pas absolument impossible, mais, faute de confrontation, les résultats acquis demeureront contestables. Normalement, l'entraînement se fait par couple. Si un groupe plus important peut être réuni, cela n'en vaut que mieux. Néanmoins, le "travail" par paire étant plus fréquent, nous prendrons, dans l'exposé qui va suivre, l'exemple de deux "apprentis télépathes" s'exerçant ensemble.

Au départ, il est un principe dont il convient de se pénétrer : il est absolument indispensable que ces deux personnes qui vont s'efforcer, dans les semaines à venir, de procéder à des échanges de pensées, ne soient séparées par aucun différend grave. Nous ne disons pas qu'il est nécessaire qu'une totale identité de goûts et d'opinions existe entre elles : le cas se rencontre trop rarement. Mais il ne faut pas qu'une animosité quelconque les sépare. Si tel était le cas, l'expérience serait vouée à l'échec. Lorsque la chose est possible, il y a intérêt à choisir pour partenaires de proches parents : père ou mère et fils ou fille - frère et soeur ou simplement cousins. La formation d'une "équipe" composée de l'épouse et du mari est également à recommander. Mais la collaboration avec un ami, sans aucun lien de parenté convient fort bien aussi. Certains maîtres préfèrent même faire "travailler" ensemble des personnes n'ayant entre elles aucun rapport légal ou familial. Seule est vraiment rédhibitoire l'existence d'une nette animosité entre les deux partenaires. L'entraînement est généralement fractionné en périodes de sept jours. Nous vous le présentons sous la forme destinée aux personnes sachant lire et écrire. Les aspirants télépathes illettrés se soumettent à une discipline quelque peu différente.

PREMIERE SEMAINE : Phase 1. Physiognomonie

- Chaque jour et, si possible, plusieurs fois par jour, chacun des partenaires observera, durant plusieurs minutes, le visage de l'autre. Au paravant, il se sera livré à la pratique mentionnée dans la cinquième phase du

dzog-tchen : il aura "situé" son "je" en dehors de son individu corporel et aura pensé à sa propre personne comme à quelqu'un d'étranger : "il" (ou "elle"). Puis, il aura imaginé que le "je", qu'il avait primitivement "placé" derrière sa propre tête, allait "s'installer" devant le visage de son partenaire, à la hauteur des yeux. Tandis qu'il observera le visage du dit partenaire, il en notera l'expression et s'efforcera de deviner les sentiments exprimés. L'observation terminée, il notera sur un papier les impressions ressenties, cependant que le partenaire notera, de son côté, les sentiments éprouvés. Important : durant l'examen du visage, le partenaire examiné fermera les yeux et, tout en pensant intensément à un sujet de son choix, s'efforcera de maintenir ses traits impassibles. Il sera nécessaire que cet examen ait lieu tous les jours et au moins une fois chaque jour, pour chacun des deux partenaires. Ceci, non seulement durant la première semaine mais aussi durant les quatre semaines suivantes. Chaque examen de visage doit durer entre trois et cinq minutes.

DEUXIEME SEMAINE :

- Chaque jour, pratique de la phase 1. De plus : Phase 2 = Recherche du mode habituel d'expression de la pensée.

Grosso modo, la pensée humaine s'exprime soit à l'aide d'images, soit à l'aide de mots, entendus ou - rarement - lus. Durant la deuxième semaine, chacun des deux équipiers recherche quel est, chez lui, le mode de pensée le plus habituel. Au terme des sept jours de cette deuxième semaine, chacun des deux partenaires communique à l'autre le résultat de son enquête.

TROISIEME SEMAINE :

- Chaque jour, pratique de la phase 1. De plus : Phase 3 = Modification volontaire du mode de pensée.

Durant cette semaine, chacun des deux partenaires s'exerce à examiner en lui-même diverses pensées sous forme inhabituelles. Il est bien évident que certaines évocations, quel que soit le mode ordinaire de pensée, auront tendance à se présenter sous une forme déterminée. Ainsi, l'évocation du château de Versailles se fera, pour n'importe qui, sous forme visuelle. Par contre, les vers d'une poésie seront "entendus" ou "vus" par la mémoire. L'apprenti télépathe s'efforcera d'inverser. Il évoquera dans son esprit le château de Versailles en vers "entendus", puis "lus", en s'efforçant de chasser l'image visuelle de sa mémoire. Inversement, il s'efforcera d'évoquer les vers du poète sous forme d'images successives.

QUATRIEME SEMAINE :

- Chaque jour, pratique de la phase 1 et de la phase 3. De plus Phase 4 = respiration spéciale.

Durant cette semaine, le pratiquant se livrera au moins une fois par jour à l'exercice suivant : il se tiendra dans un endroit sombre. S'il ne dispose pas d'un local suffisamment obscur, il devra fermer les yeux. Il devra se tenir debout, le corps bien droit. Dans cette position, il portera les mains à ses oreilles dont il couvrira les pavillons à l'aide des paumes. Les bruits extérieurs doivent lui parvenir très atténués. Toutefois, il est recommandé de ne pas exercer sur les pavillons auditifs une pression trop forte qui produirait des bourdonnements dus à l'afflux du sang. Dans cette position, expirer à

fond, bien redresser le corps et demeurer ainsi, les poumons vides, aussi longtemps qu'il sera possible. (Ne pas aller, bien entendu, jusqu'à l'étourdissement). Se tenir aussi droit que possible et ne penser qu'à ce que l'on fait.

CINQUIEME SEMAINE :

Chaque jour, pratique des phases 1, 3 et 4. De plus : mise au point. Comme nous l'avons dit dans le texte 15, les experts centre-asiatiques estiment que tout individu humain est nê plus ou moins télépathe, mais qu'il est possible de distinguer trois catégories : les "Dragons", les "Chauve-souris" et les "hommes". Selon la légende, le dragon est un animal capable de pousser des hurlements terribles et entendus de tous... sauf de lui-même car le pauvre animal est réputé sourd de naissance. La chauve-souris, au contraire, passe - à tort - pour muette. En revanche, on lui concède une ouïe très fine : elle entend "tout". Enfin l'homme, toute fausse modestie à part, est considéré sur ce plan auditif comme sur bien d'autres comme remarquablement doué : il peut entendre et se faire entendre. (C'est le cas, direz-vous, de la plupart des êtres vivants. Mais les conteurs de légendes ne s'attachent pas à ce genre de détail : l'important est de "faire image"). Donc, il appartiendra au type "dragon" le télépathe capable d'émettre des pensées qui seront entendues (ou vues) par la plupart des gens, mais lui-même "recevra" mal la pensée d'autrui. Le type "chauve-souris" sera lui, capable de "voir" ou entendre facilement la pensée de la plupart des hommes, mais il émettra mal ou faiblement. Seul, "l'homme" pourra, à la fois, tenir le rôle d'émetteur et de récepteur de façon complète. Il ne faut toutefois pas croire que le type "dragon" et le type "chauve-souris" doivent obligatoirement demeurer cantonnés dans leur spécialité. L'entraînement suivi leur permettra d'en sortir et de devenir des télépathes complets. Mais ils n'auront jamais l'aisance, la facilité, du télépathe total inné "l'homme".

Durant la cinquième semaine, les aspirants télépathes procèdent donc à une mise au point. Normalement, à ce moment de leur entraînement, quelques résultats doivent être obtenus. Sans doute, ils demeureront vagues, incomplets, douteux même, mais ils permettront déjà de se faire une petite idée de la nature télépathique de chacun des deux partenaires. Il est probable que l'un d'eux se sera montré meilleur "récepteur" que l'autre, mais il sera assez difficile, à ce stade d'établir si le fait est dû à une aptitude particulière de celui-ci pour l'émission ou de celui-là pour la réception. Il est bon, néanmoins, en cette cinquième semaine, de procéder à cette petite mise au point. Si l'un des deux recueille des résultats nettement inférieurs à ceux obtenus par son partenaire, nous lui conseillons de faire plus spécialement porter son entraînement sur la réception.

SIXIEME SEMAINE :

Abandon de la pratique de la phase 1 (ou plus exactement cette phase, un peu modifiée, va se retrouver dans un nouvel exercice). Mais durant cette semaine et les quatre suivantes, pratique quotidienne de la phase 4. Du reste, nous rencontrons cette phase 4 au cours de l'exercice évoqué ci-dessus et dont voici le détail :

- Une fois par jour, au minimum et ceci pour chacun des deux équi-piers, agir ainsi : l'un d'entre eux (appelons-le A) se place devant l'autre et lui permet, durant une minute environ, de bien examiner ses traits. Le second partenaire (que nous nommerons B), procède, pour cet examen, comme dans

la phase 1. Il y aura, cependant, une différence avec l'expérience de la phase 1: durant l'examen, A conservera les yeux ouverts, fixés sur son partenaire et il ne tentera pas de conférer à son visage une impassibilité particulière. Cet examen terminé, A, sans dire un seul mot, tournera les talons et s'éloignera de façon à se mettre hors de la vue de B. (Il peut, par exemple, passer dans la pièce voisine). Pendant ce temps, B fermera les yeux et s'efforcera de conserver dans sa mémoire l'image de A, telle qu'il vient de la voir. Arrivé - disons : dans la pièce voisine, B se tiendra debout, la nuque dirigée vers l'endroit qu'il vient de quitter - c'est-à-dire vers son partenaire. Il pourra alors appeler celui-ci et lui dire : "Attention! je commence..." Ceci fait, il procédera ainsi : il fermera les yeux - sauf si la pièce est vraiment sombre - mettra, sans trop appuyer, ses mains sur ses oreilles et exhalera tout l'air de ses poumons. (Il pratiquera, en somme, l'exercice de la phase 4). Puis, les poumons vides, il s'efforcera d'évoquer une image. (Attention : nous disons : une image mais non n'importe quelle image. Il ne faut pas, sous prétexte de chercher la preuve indubitable de la réussite de l'expérience, évoquer l'image saugrenue d'une vache bleue à moustache ou celle d'une girafe funambule jouant de l'accordéon.

Comprenez bien ceci : une expérience télépathique est axée sur l'émotivité : vous avez intérêt, pour qu'il y ait réussite, à évoquer un sujet cher à votre partenaire à un titre quelconque). A cette période de l'entraînement, l'expérience montre qu'il est préférable d'évoquer des images plutôt que des mots. Cependant, si les deux partenaires ont remarqué en eux, une aptitude plus grande à "lancer" et "saisir" les pensées "verbales" plutôt que "visuelles", ils pourront utiliser la "projection" de mots.

Tandis que A se livre à l'exercice que nous venons de décrire, B, demeuré sur place, opérera de la même façon quant à son comportement physique. Il fermera les yeux (la pièce n'étant évidemment pas plongée dans une obscurité suffisante puisque, quelques instants auparavant, il avait pu examiner le visage de A). Il couvrira ses oreilles de la paume de ses mains et procédera à l'expulsion aussi complète que possible, de l'air contenu dans ses poumons. Cette activité physique doit, normalement occuper suffisamment son esprit pour en chasser toute image (étant entendu que la seule image devant occuper l'esprit de B avant qu'il ne procède à une expiration complète, est celle du visage de A). Dans la mesure du possible, les deux partenaires doivent veiller à synchroniser leurs actes. Ainsi, au moment où B entendra A lui dire : "Attention! je commence..." il commencera à procéder au "vidage" de ses poumons dès la fin de la phrase entendue. Puis, contrairement à son partenaire occupé à évoquer dans son esprit une image précise, B tentera de faire en lui le vide mental. Il n'y parviendra que très imparfaitement : diverses pensées, "vues" ou "entendues" traverseront son siège mental. Il les notera en fin de séance et établira une comparaison avec ce que A avait effectivement pensé. (Dans les premiers temps un résultat positif est tout à fait exceptionnel).

LES SEPTIEME, HUITIEME, NEUVIEME ET DIXIEME SEMAINE :

L'entraînement sera exactement le même que durant cette sixième semaine.

ONZIEME SEMAINE :

Dans la mesure du possible, continuer les pratiques des semaines précédentes. De plus : essai de détection de présences (donc de pensées) humaines.

Se placer devant une maison, près d'un coin de rue, bref, près d'un endroit où, d'un moment à l'autre, une personne quelconque peut apparaître. Se tenir assis, si le lieu s'y prête, ou debout - en tout cas, ne jamais marcher dans les débuts -. Puis : adopter un rythme respiratoire régulier (suivre, par la pensée le trajet du bol respiratoire) et réduire fortement la rapidité du pouls (1). Lorsque la respiration est devenue parfaitement régulière, tenter de "sentir" la venue de quelqu'un. (Il est bien entendu que toute disposition doit être prise pour que le bruit des pas n'informe pas de cette venue). Nous ne pouvons pas vous dire exactement ce que vous ressentirez lorsque, effectivement, "quelque chose" vous dira : "Quelqu'un arrive". La sensation éprouvée a quelque rapport avec ce qu'éprouve le pêcheur à la ligne exercé lorsqu'il "sent" que "ça va mordre" sans que rien de tangible ne vienne corroborer cette impression. Toujours dans le courant de cette onzième semaine, il est recommandé d'apporter à cette forme d'entraînement la variante suivante : suivre du regard une personne quelconque en essayant de deviner dans quelle direction elle va tourner. Si la personne en question manifeste quelque hésitation, imaginer visuellement qu'on la voit faire demi-tour et partir dans la direction opposée. (Durant ces variantes, conserver une respiration contrôlée et maintenir le ralentissement du pouls).

Continuer cette pratique durant cinq semaines (et dans la mesure du possible l'exercice de la sixième semaine).

Il est bien entendu que ces exercices seront pratiqués par chacun des deux partenaires.

DIX-SEPTIEME SEMAINE

Les deux partenaires connaissent maintenant bien des choses sur leurs capacités respectives. Ils continueront donc les pratiques des semaines précédentes en tenant compte des résultats obtenus, de leurs dons personnels et leur entraînement prendra le rythme qui leur paraîtra le mieux approprié. Cependant, d'une façon générale, c'est avec la dix-septième semaine que commence la période dite "d'entraînement nocturne". Chaque soir, alors que tous deux seront couchés, ils tenteront d'établir entre eux une communication en employant le procédé utilisé la sixième semaine. Normalement, à ce stade, il n'est plus nécessaire que celui des partenaires qui essaye de percevoir les pensées - maintenant sous forme de mots, de sons aussi bien que d'images - examine le visage de l'autre avant de procéder à l'expérience. Dans beaucoup de cas, en cette dix-septième semaine, chacun des deux partenaires s'avère capable d'appeler mentalement l'autre à n'importe quel moment de la journée, sans préavis. Toutefois, on insistera, durant cette semaine et les suivantes sur l'établissement de communications nocturnes entre les deux partenaires tout d'abord ; puis chacun des deux partenaires tentera d'entrer en contact avec un esprit étranger. Le sommeil nocturne des personnes dont le cerveau doit être "visité" facilitera la tâche du télépathe. Celui-ci tentera en premier lieu de projeter sa propre image (celle de son visage) vers un dormeur de son choix en opérant comme il a été dit pour la sixième semaine, à ce détail près que l'expérimentateur sera alors couché et non debout. Le lendemain, il s'efforcera, en interrogeant son "cobaye" le plus adroitement possible, de connaître la nature de ses rêves.

(1) Disons-le franchement : nous ignorons les raisons de cette prescription dont les origines se perdent dans la nuit des temps. Les explications fournies par les maîtres de la spécialité sont peu convaincantes. Quoi qu'il en soit, le moyen le plus simple de ralentir la vitesse de battement du pouls consiste à placer sous chacune des aisselles : une petite balle en caoutchouc et à maintenir les bras pressés le long du tronc.

Autre forme d'entraînement nocturne : procéder comme il a été dit pour la onzième semaine (respiration rythmée, ralentissement du pouls) puis imaginer intensément, durant cinq à dix minutes, une personne donnée (occupée, à ce moment-là à dormir). Noter la nature des pensées qui traversent l'esprit et, le lendemain, interroger la personne en question afin de savoir si ses rêves de la nuit précédente ont eu quelque rapport avec les pensées reçues. Ne pas croire trop vite à un échec si une corrélation n'apparaît pas : beaucoup de personnes gardent un faible souvenir de leurs expériences oniriques. Il est recommandé de pratiquer ces exercices nocturnes plusieurs semaines avant de passer au stade suivant.

A PARTIR DE LA VINGT-DEUXIEME OU VINGT-TROISIEME SEMAINE :

A ce degré d'entraînement et pour peu que celui-ci ait été poursuivi avec une persévérance suffisante, A et B sont devenus de véritables télépathes. Sans doute l'un d'eux se montrera-t-il supérieur à l'autre sur certains points mais tous deux doivent déjà pouvoir communiquer facilement ensemble surtout en ce qui concerne les pensées de caractère émotif. Il est maintenant temps, pour chacun d'eux d'affronter, si l'on peut dire, les non-initiés, de jour, en dehors de la période de sommeil ; de tenter de connaître leurs pensées et, dans certains cas, de les influencer. Ici, une précision est nécessaire : la théorie télépathique est basée sur le principe de la sympathie entre toutes les créatures et, notamment, entre tous les humains. Pour le télépathe, l'humanité forme une sorte de "corps-esprit" géant dont chaque homme ou chaque femme n'est qu'une cellule. Il serait donc absurde, en dehors de tout principe moral abstrait, d'utiliser pour le mal les capacités télépathiques : une cellule s'efforçant de faire souffrir une autre cellule d'un même corps serait, tout simplement une cellule folle. Par conséquent, si vous décidez de poursuivre l'entraînement des télépathes, n'oubliez jamais que vous devez vous garder d'émettre des pensées haineuses ou même simplement attristantes : vous en pâtiriez vous aussi.

En cette vingt-deuxième ou vingt-troisième semaine, A et B continueront l'entraînement tel qu'il a été pratiqué les semaines précédentes. Toutefois, ils y introduiront des variantes que l'expérience leur aura inspirées. A ce sujet, il n'est guère possible d'en dire davantage. Jusqu'ici, nous avons affaire à des apprentis. S'ils ont travaillé consciencieusement, les voici maintenant non pas "maîtres" certes, mais du moins "compagnons". Or il n'existe pas deux compagnons travaillant exactement de la même façon. Chacun a, au cours de son apprentissage, acquis un "tour de main", une technique qui lui est propre. Le perfectionnement se fera donc selon une ligne personnelle qu'il est, au départ, impossible de prévoir. Sur ce plan-là, il est donc à peu près impossible d'en dire plus : arrivés à ce stade, A et B n'éprouveront plus le besoin de recevoir des directives. Ils auront, "sur le chantier", compris par quels procédés ils peuvent établir le contact avec une personne autre que le partenaire. Ils seront, si nous osons dire, des télépathes qualifiés : à eux maintenant, de marcher sur leurs propres jambes.

Le programme que nous venons de vous exposer est destiné à deux personnes travaillant "en équipe". Si un groupe plus important peut être réuni, cela ne vaudra que mieux : les expériences pourront être multipliées. De plus - et ceci dès les premières semaines, deux exercices pourront être pratiqués, expériences qui ne sont pas permises aux télépathes s'entraînant par couple.

VOICI LA PREMIERE : le groupe, moins un de ses membres, concentre ses pensées sur une image donnée, la même pour tous. Celui des membres du groupe qui ne participe pas à cet exercice de concentration s'efforcera, en utilisant le procédé mentionné pour la sixième semaine, de capter cette image.

DEUXIEME EXPERIENCE : l'inverse. Un membre du groupe s'efforcera de concentrer sa pensée sur une seule image et ses co-équipiers tenteront de recevoir cette image. Cet exercice est particulièrement intéressant en ce qu'il permet de jauger les qualités réceptrices de chacun.

L'entraînement solitaire à la télépathie n'est pas impossible, mais il n'est pas recommandé. Il n'est pas, en effet, facile, d'apprécier valablement les résultats obtenus en travaillant seul. De plus, en début d'entraînement, l'apprenti télépathe est presque toujours incapable - sauf don exceptionnel - de deviner (ou plus exactement de sentir) la pensée d'une autre personne si celle-ci ne l'aide pas. Toutefois, si vous désirez pratiquer l'art de la télépathie et que, pour le moment, il vous soit impossible de trouver un partenaire, vous pouvez : durant 5 semaines pratiquer la phase 1 (physiognomonie). Malheureusement, vous ne connaîtrez pas le résultat de vos expériences.

De la SIXIEME à la ONZIEME semaine :

sixième semaine : phase 2

septième, huitième, neuvième et dixième semaine : phase 3

onzième semaine : phase 4, ainsi que les expériences mentionnées pour cette onzième semaine dans l'entraînement à deux. Continuer ainsi pendant plusieurs semaines, jusqu'à la VINGTIEME, au moins.

A partir de la vingtième semaine, tenter des expériences nocturnes ainsi qu'il est dit pour la dix-septième semaine de l'entraînement à deux. Arrivé à ce stade, il n'est généralement plus possible de progresser sans partenaire. Toutefois, certains individus particulièrement doués se découvrent d'étonnantes capacités et obtiennent des résultats remarquables sans jamais utiliser de partenaires volontaires.

Pour beaucoup de personnes, l'expérience télépathique ne constitue qu'une marche permettant d'accéder à la bilocation, au pouvoir qu'ont certains télépathes très experts, de "quitter leur corps pour s'en aller où ils veulent sur l'aile du vent". Nous serons francs : il n'y a pas, pour le moment, un seul tchaniste en Europe réalisant ce genre d'exploit. En Asie, du reste, il en est fort peu que cette question intéresse. Le but de la plupart des tchanistes est de trouver "l'éveil aux réalités du Tao", c'est-à-dire de découvrir, au-delà de la dualité corps-psychisme, ce qui constitue le véritable visage de l'homme. Celui qui suit la voie télépathique s'expose à dépasser ce stade et - s'il va jusqu'à la bilocation - à fondre son "je" dans l'Etre Universel. Est-ce un bien ? Est-ce un mal ? C'est la Voie des mystiques et non la nôtre aussi nous est-il impossible de répondre à ces questions. D'autre part, cette bilocation constitue-t-elle un fait réel ou est-elle le fruit de l'auto-suggestion ? Nous ne pouvons répondre nettement : oui ou non. Cependant, nous penchons plutôt pour le fait réel. Nous avons interrogé les tchanistes réputés capables de "quitter leur corps à volonté". Ils sont rares. Soyons précis : trois d'entre eux vivent encore au moment où ces lignes sont écrites. Ce sont, tous les trois, des hommes vénérables, très âgés, d'esprit fort peu pratique. Il est certain que certaines choses mentionnées par eux donnent à penser.

L'un d'eux, nommé Baliek, annonça, par exemple, un matin de mai 1949, qu'il venait de voir se produire un éboulement dans une vallée distante de quelque cinquante kilomètres. Les cultures disait-il, étaient presque entièrement détruites. Le fait s'avéra exact. Or il ne pouvait s'agir en l'occurrence d'une simple expérience télépathique car personne, strictement personne, n'était au courant de l'évènement au moment où Baliek l'annonça : le village le plus proche - auquel appartenaient les cultures ensevelies - était situé dans une autre vallée, distante de la première de cinq ou six kilomètres. Personne n'avait rien vu, rien entendu (l'éboulement ayant coïncidé avec une tempête). Les habitants de ce village n'apprirent que vers la fin de l'après-midi le malheur qui les frappait. Nous pourrions citer

beaucoup d'autres faits troublants...

Les procédés utilisés par ces tchanistes vénérables et presque totalement dépersonnalisés sont assez différents de ceux que citent les auteurs indiens. Avant de vous les exposer, il nous faut vous dire ceci : sauf exception rarissime, les explications qui vont suivre ne peuvent être pleinement comprises que par une personne qui pratique depuis de longs mois et avec succès, la télépathie. De plus, même si vous compreniez dès maintenant et à première lecture (le fait s'est produit) vous ne devez rien tenter dans ce domaine avant un an au moins de pratique télépathique sérieuse.

En ne tenant pas compte de cet interdit, vous courriez deux risques. Le premier est bénin : vous pourriez échouer dans votre tentative. Mais vous pourriez aussi TROP BIEN réussir et, faute d'une connaissance qui ne vient que par la pratique, vous pourriez très bien "ne pas retrouver votre corps". En d'autres termes, vous mourriez. Le fait, dit-on, s'est assez souvent produit.

Voici donc ce que nous dit de la bilocation un "spécialiste", - le très vieux Maître Djarzieff :

- Tout d'abord, tu t'allonges. Sur quelque chose de bien plat et d'assez dur, la tête au même niveau que le corps. Tu récites un mantra, n'importe lequel ou, ce qui est mieux, tu dis une petite prière d'action de grâce(1). Ayant dit ta prière, tu places ton "wo" (ton "je") au-dessus de ton front. Tu le laisses là un moment et tu regardes les choses qui t'entourent comme si tes yeux occupaient la place où est ton "wo". Lorsque tu ressens vraiment la sensation que ton "wo" est là, planant au-dessus de toi, tu remplis tes poumons d'air et tu retiens ta respiration. Tu la retiens aussi longtemps que tu peux : un voile noir doit venir couvrir tes yeux. Alors, au moment où tu sens que tu vas perdre conscience, tu lances ton "wo" vers la créature la plus proche, homme ou bête, cela n'a pas d'importance. Mais attention : tu ne dois pas entrer en contact avec cette créature. Au dernier moment, tu dois détourner ton "wo" de sa trajectoire, sinon la créature et ton corps lui-même subiraient un choc. Tu dois lancer ton "wo" droit devant lui, dans l'espace libre. Tu ne dois rien craindre : ton "wo" retrouvera seul le chemin de ton corps auquel le lie un fil subtil... Ton "wo", libre comme l'air, ira là où tu voudras, sans souci des distances et des obstacles matériels...

- Et, durant cette expérience, le corps lui-même, que devient-il ?
- Il est comme mort...

Il n'y a aucun danger, disait le vieux Djarzieff. Pour un télépathe entraîné, il en est sans doute ainsi. Mais nous pensons que vous avez parfaitement saisi les risques que rencontrerait un individu insuffisamment préparé, qui se livrerait à ce genre d'expérience. Tout d'abord - et heureusement - il ne saurait comment s'y prendre pour "lancer son wo" où que ce soit. Mais à supposer qu'il y parvienne (le fait s'est-il produit), il est plus que probable que la panique s'emparerait de lui et que l'expérience aurait un résultat fatal. Du reste, la simple rétention respiratoire au-delà des limites rai-

Djarzieff est musulman. Un autre Maître (bouddhiste nous a affirmé que prière ou mantra pouvaient être aisément remplacés par une pensée charitable à l'égard de toutes les créatures. Ce qui paraît certain est qu'un état d'esprit bienveillant est requis.

sonnables, présente en elle-même un réel danger que seul un homme véritablement très entraîné peut affronter.

Un dernier mot : d'une façon générale, les personnes pratiquant sérieusement la télépathie s'abstiennent de toute alimentation carnée, d'alcool et de sucre sous toutes ses formes. Si cette pratique vous tente, vous en savez maintenant assez pour commencer un entraînement qui donnera certainement des résultats positifs. En Asie centrale, il n'en est pas dit davantage aux novices - et même il ne leur en est pas dit autant car les maîtres aiment que leurs élèves fassent le plus de découvertes et de progrès possibles par eux-mêmes. Nous ne vous cacherons pas, toutefois, que c'est là une pratique ingrate, une Voie très dure, exigeant beaucoup d'humilité, d'abnégation, et le rejet complet de tout égoïsme : il n'est vraiment possible de connaître la pensée d'autrui que lorsque l'on aime autrui "comme soi-même".

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

- Eh bien! dit Maître Wou, nous voici aujourd'hui au seuil de l'avant-dernière étape du dzog-tchen.

- Exact, fit son jeune visiteur : l'avant-dernière. En somme, vous avez devant vous un homme éveillé pour les cinq septièmes. Vous dirai-je que je ne m'en rends absolument pas compte ? Je ne me sens pas plus "endormi". Du reste, pour être franc, le sens exact des termes "éveil" et "sommeil" tels que vous les entendez m'échappe totalement. Mais je ressens, avec tous les exercices que vous me faites faire, une impression quasi-constante de... d'abrutissement ? Non, ce n'est pas cela. J'éprouve... Comment dire ? La sensation constante de tenter de saisir le vent avec les mains. Il me semble que je vais attraper quelque chose et, au dernier moment, cela m'échappe. Pourtant, je réussis à faire tout ce que vous m'avez demandé. Par moment, il me semble que, réellement, ce corps et ce psychisme qui portent "mon" nom, ne sont pas moi, mais cela passe très vite et je me retrouve Gros-Jean comme devant. Très souvent aussi, je ressens une impression d'irréalité, de songe...

- En somme, mieux qu'avant, vous vous apercevez du fait que vous dormez ?

- Si l'on veut. Mais je ne vois pas venir l'éveil pour autant.

- Vous avez encore, dit Maître Wou, deux étapes du dzog-tchen à franchir.

- Je sais, je sais... Mais j'en ai déjà franchi cinq sans résultat appréciable. En additionnant deux à ces cinq étapes, je ne crois pas que le total soit très satisfaisant.

- Vous venez de prononcer un mot important : additionner. Les cinq étapes déjà franchies ne constituent pas une addition mais bien un simple alignement de chiffres. Vous avez, en quelque sorte, décomposé un exercice complexe en ses éléments. La dernière phase du dzog-tchen, celle qui doit aboutir à un éveil au moins partiel, sera la synthèse des autres. Et la sixième phase, celle que nous allons aborder aujourd'hui, consiste simplement à "polir" ces éléments afin qu'ils s'ajustent ou, si vous préférez, à aligner convenablement les chiffres avant de procéder à l'addition...

Je passerai rapidement sur la première phase du dzog-tchen : redresser votre corps, écouter les paroles que vous prononcez, tout cela cons-

titue une sorte d'avertissement, de signal : "Attention! les faits, les gestes, les pensées de la créature appelée "je" vont être observés".

DEUXIEME PHASE :

- Regardez, le plus souvent possible, ce qui vous entoure avec des yeux neufs comme si vous veniez de créer la chose regardée. Polissons, figurons cette phase. Vous regardez un objet. Cet objet, en ce moment précis, est un homme âgé nommé Wou. Vous "créez", par le regard, le vieux Wou : corps usé, visage ridé, barbiche au poil rare et blanc. C'est fait ? Bien. Maintenant, réfléchissez un peu : en tant que "créateur", ne vous êtes-vous pas montré quelque peu ambitieux et négligeant ? Votre processus de création n'a aucun rapport avec ce que serait une création réelle. Rien, dans la nature, n'apparaît "ex nihilo". Rien ne naît brusquement à partir de rien. A supposer que vous avez, par votre regard, réellement créé le vieux Wou, il vous aurait fallu commencer par le commencement : le vieux Wou a été le jeune Wou, l'enfant Wou, le bébé Wou... Lorsque vous regardez un objet quelconque avec un regard "créateur", essayez un peu de vous affranchir du moment présent, de voir cet objet - surtout s'il s'agit d'un être humain - tel qu'il fut (enfant, objet neuf, éléments non encore assemblés, etc...) et tel qu'il deviendra un jour (vieillard, individu épuisé par la maladie, cadavre, objet détérioré, éléments dispersés, détruits en tant que tels). Faites cela de façon fugace, incomplète, mais faites-le le plus souvent possible : soyez créateur et destructeur. Cela fera naître en vous le sens de la pitié et aussi celui du nécessaire dépassement de la pitié.

TROISIEME ETAPE :

- Continuez à évoquer les souvenirs de votre passé jusqu'à ce que vous sentiez, sans que cette évocation soit nécessaire, que le présent est fait de ce passé et de celui des êtres et objets composant votre milieu - que vous le sentiez vraiment...

QUATRIEME PHASE :

- Ce que le passé a formé et qui est dit être "vous", cela aura une fin. Je vous ai demandé de l'imaginer terrifiante. Elle sera peut-être douce. Mais, de toute façon, de même qu'il vous faut sentir en permanence que votre actuelle symbiose corps-psychisme est le résultat d'expériences passées, il vous faut également sentir (mais alors vraiment SENTIR, au-delà de la compréhension intellectuelle) que cette symbiose aura une fin. Cette fin peut survenir à tout moment. SENTEZ-LA qui rôde autour de vous...

CINQUIEME PHASE :

- La symbiose corps-psychisme qui est considérée comme étant "vous" sait, SENT qu'elle est le résultat d'expériences passées et qu'elle doit disparaître dans l'avenir. Elle SENT aussi que les êtres et les objets qui l'entourent sont également le résultat d'expériences passées et qu'ils disparaîtront dans l'avenir. MAIS, EST-CE BIEN ELLE, CETTE SYMBIOSE, qui "sent" tout cela ? La cinquième phase est une expérience qui se prolongera autant qu'il faudra : elle consiste à placer théoriquement, artificiellement, votre "je", votre "être véritable" hypothétique, dans une position privilégiée, un peu en arrière du crâne, là où l'iconographie place l'auréole des saints, et à lui faire observer, AU PRESENT, l'activité mentale et physique de la symbiose née des expériences passées et vouée à la destruction dans un milieu où chaque être et chaque objet est aussi né de l'expérience passée et voué à la destruction. Que le "je" ob-

serve sans juger les pensées belles ou laides de la symbiose, ses actes, intelligents ou stupides. Qu'il observe aussi tout ce qu'il peut percevoir des êtres et des choses composant le milieu au sein duquel évolue cette symbiose : il sentira peu à peu qu'il n'existe pas, entre ce qui est appelé "lui" et le "reste", de nette solution de continuité. Ce ne sera pas une compréhension qui, progressivement, s'établira, mais une sensation, comme lorsque l'on SENT que la main fait partie du corps. Et, si étrange que cela paraisse à entendre, tout est kg : l'éveil est contenu dans cette SENSATION. L'éveil EST cette sensation..

Le jeune Européen leva le doigt, à la façon d'un écolier demandant à l'instituteur la permission de poser une question. Maître Wou cessa de parler et attendit.

- Je sens, dit le jeune homme, je dis bien : JE SENS, que si je parviens à appliquer vraiment vos directives, j'obtiendrai le résultat recherché, quel qu'il puisse être. Mais vous me dites : "faites ceci! faites cela!... au moins une fois par jour et plus souvent si possible..." Or, si je sais ce que je dois faire, si je connais le programme, je vois mal comment, ou plutôt quand l'appliquer. Ne pourriez-vous être plus précis ? Me dire : il faut faire ceci à tel moment et cela à tel autre ? Ou dois-je en décider par moi-même ? Si tel est le cas, je vous le dis franchement : je n'en sortirai jamais. Tout cela est trop confus et il y a trop de choses différentes à faire...

- C'est pour cela, répondit Maître Wou, que la dernière phase du dzog-tchen consistera à apprendre par coeur une... une poésie ? Non, n'exagérons rien : traduit par moi dans votre langue, le très court "manuel versifié de l'adepte du dzog-tchen" se présentera plutôt sous la forme d'une longue comptine... Il est bon que vous essayiez tout d'abord de vous débrouiller par vous-même. Si, comme il est probable, vous n'y parvenez pas, revenez me voir dans dix jours...

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS...

T E X T E XVII

- Et voilà! dit l'Européen en pénétrant pour la septième fois dans la cellule de Maître Wou. Dix jours se sont écoulés au cours desquels j'ai tenté de me débrouiller.

- Sans résultats ?

- Je dois être franc : j'ai obtenu certains résultats et je les trouve assez satisfaisants sur un certain plan. Mais sur d'autres, je suis déçu.

- Les raisons de cette déception ?

- Tout d'abord, la pagaille continue. Je n'arrive pas à pratiquer chaque phase du dzog-tchen en bon ordre, comme je le voudrais. J'oublie, je mélange.

- Passons : je vous ai dit que je vous apprendrais une comptine qui vous permettrait de sortir de cette impasse. A part cela ?

- A part cela, les résultats obtenus, bien que positifs, ne correspondent pas à ce que j'attendais.

- S'il vous en souvient, j'ai fait mon possible pour écarter de vous toute idée préconçue.

- Vous m'avez même dit que les sensations éprouvées, l'état d'esprit de l'individu qui connaît l'éveil ne sont pas descriptibles. Si cela est vrai, je n'en suis pas là car ce que je ressens, peut assez bien se décrire.

- Alors, décrivez!

- Voilà : vous connaissez cette particularité de mon mental ? Il m'est très difficile, par nature, de concentrer mon esprit sur un sujet donné. Pour y parvenir, je suis, chaque fois, obligé de fournir un gros effort. Par manière de compensation, cette disposition naturelle me procure quelques avantages : je puis, par exemple, soutenir une conversation, écouter la radio et lire en même temps. Mais, bien entendu, cette simultanéité n'est qu'apparente. En fait, lorsque quelqu'un me parle, ma pensée enregistre les mots entendus, puis elle se porte vivement vers les paroles issues du poste de radio - qu'elle enregistre aussi - elle "fonce" vers le livre où elle ramasse quelques lignes et se trouve à nouveau disponible pour fournir la réponse à l'interlocuteur, etc... Tout cela très vite, ce qui fait qu'un observateur non averti pourrait s'y tromper et croire que je suis réellement capable de penser à plusieurs choses à la fois. Mais je sais bien, moi, qu'il n'en est rien et que, si je fixe ma pensée sur un point - ce qui m'est difficile - elle ne peut, en même temps, être fixée sur un autre...

- Et alors ?

- Alors; cela était vrai jusqu'à ces jours derniers. Maintenant, je suis vraiment capable, à certains moments, de penser - non à plusieurs choses - mais à deux choses à la fois. C'est très curieux : lorsque j'arrive vraiment à me "désidentifier", à regarder extérieurement mon psychisme (si je puis dire), je le "vois" littéralement penser à une chose donnée. Et mon "je"... comment dire ? extra-psychisme ? n'est pas dans cette pensée. Il pense lui-aussi mais... (ce point-là est difficile à expliquer...) il pense à un autre niveau,

sur un autre plan. Le plus curieux est que je sens venir cette double pensée, s'exerçant, en quelque sorte, sur deux longueurs d'ondes différentes : une froide exaltation - j'ai réfléchi, c'est exactement l'expression qui convient : une froide exaltation - envahit mon psychisme, mon corps, mais non ce "moi" qui n'est ni mon corps ni mon psychisme.

- Vous commencez, mon jeune ami, à vous éveiller partiellement.

- Diable! Puis-je vous dire le fond de ma pensée ? J'ai toujours pensé que ce que vous appelez "éveil" devait survenir brusquement, brutalement, comme une bombe ou une révélation : comme un bouleversement qui transforme totalement et irréversiblement l'individu qui en est le bénéficiaire...

- C'est irréversible. Quant à la brutalité, pourquoi serait-elle obligatoire ? L'état d'éveil est défini comme aussi différent que la veille ordinaire que celle-ci l'est du rêve fait pendant le sommeil du corps. Il est possible de s'éveiller brutalement, brusquement, du sommeil nocturne. Il est aussi possible de s'éveiller graduellement. L'éveil initiatique est un état de conscience acquis, non une Révélation divine... C'est irréversible lorsque l'éveil est total...

- Bon! si je comprends bien, j'appartiens à la catégorie des éveillés progressifs. Mais, puisque dans mon cas il y a graduation, il doit être possible de prévoir, au moins pour l'immédiat, la suite de cette graduation ?

- C'est facile. En vous - si ce n'est déjà fait - va s'établir l'apathéia. "Apatheia" est un terme grec dont votre peuple a fait le mot "apathie". Il fut surtout utilisé par les stoïciens pour définir un état d'esprit, très différent de votre apathie, laquelle est toujours plus ou moins pathologique. L'homme en état d'apathie est presque indifférent au sort de ce que l'on considère généralement comme lui-même (son corps/psychisme) mais il ne demeure pas inactif pour autant, bien au contraire. Dès que, par la pratique du dzog-tchen l'apathie est atteinte, je dis nettement qu'il y a éveil. Partiel ? Sur le plan de la réalisation intérieure, certes. Mais sur celui des réalisations pratiques, il est bien près d'être total. Comment se comporte, en effet, l'homme qui, par le dzog-tchen, a atteint l'apatheia ? Il se comporte comme celui qui sait qu'il n'est pas ce qu'on croit être lui et, par conséquent, il ignore tout égoïsme. Disons-nous qu'il a pitié des créatures qui s'agitent autour de lui et s'identifient à leur égo ? Evidemment, il a pitié, mais cette pitié se manifeste au niveau de son psychisme et de son corps et à l'égard des seuls psychismes et corps des êtres qui l'entourent. Cette pitié ne va pas au véritable "je" de ces êtres. Elle est donc relative et non paralysante. L'homme déjà éveillé, en état d'apatheia, ne s'intéressant plus exclusivement aux exigences de son ego (dont certaines, cependant, sont légitimes et doivent être satisfaites) pourra réellement aider autrui. Comprenez ceci : l'homme éveillé sait que son corps/psychisme n'est pas "lui". Il sait aussi que les corps/psychismes qui l'entourent ne sont réellement "les autres". Toutefois, comme je l'ai dit, son état d'esprit ne le dispose pas à l'inactivité, bien contraire. Il agira pour donner à son corps/psychisme ce à quoi il a légitimement droit. Mais il agira tout autant pour donner aux autres corps/psychismes, non seulement ce à quoi ils ont droit légitimement mais aussi ce qu'ils désirent si la chose est permise sans troubler le bon fonctionnement du Tao - du Destin. Il oeuvrera aussi - et surtout - pour que les autres "je", emprisonnés dans leur ego, parviennent à s'éveiller. Et les actions de l'homme éveillé - même au stade de l'apatheia - sont aidées par une force extraordinaire : l'intelligence objective.

- Bonne nouvelle! si je deviens plus intelligent, je vais enfin pouvoir apprendre plus facilement votre damnée langue.

- Vous m'avez mal compris. Il ne s'agit pas du degré de l'intelligence. Vous êtes, personnellement, d'une intelligence... disons : de bonne moyenne. Mais vous êtes très peu doué dans certains domaines (idiomatiques et mathématique notamment). Il n'est pas question de progrès scolaires. J'ai parlé d'intelligence objective. L'homme ordinaire ne se sert pratiquement jamais de ce genre d'intelligence. La sienne est subjective car elle est dominée par son émotivité. Prenons un exemple dans votre Histoire : Napoléon Bonaparte fut un homme d'une intelligence tout à fait exceptionnelle. Lorsque (accidentellement, par malheur) il lui arrivait d'utiliser cette intelligence de façon objective, les résultats étaient extra-ordinaires. Mais sa sujétion à son ego, donc à son émotivité, lui firent commettre des bêtises incroyables. Songez-donc : cet homme au cerveau puissant se voulut le maître d'un Empire héréditaire dans un monde où, en grande partie par son action, de tels Empires devenaient non-viables. Un homme éveillé, même très inférieur intellectuellement à votre Empereur, n'aurait pas commis ses erreurs. D'abord parce qu'il n'aurait jamais eu envie d'exalter la pauvre chose qu'est son ego. Ensuite parce qu'il eut tenu pour aussi licite - et plus encore - les désirs de l'ego d'autrui. Enfin, parce que son intelligence objective permanente l'eût empêché de jamais perdre son sang-froid et de prendre les excitations de ses nerfs pour l'expression de la réalité : comparez Napoléon et Asoka. Un homme éveillé, même s'il est encore au stade de l'apatheia, s'efforce de ne prendre de décisions que bénéfiques au plus grand nombre ou aux plus nécessaires. Il peut, bien entendu, se tromper : il n'est pas Dieu. Mais cela ne lui advient que rarement car il ne prend de décision qu'après avoir examiné lucidement toutes les informations qu'il possède, sans tenir compte d'aucune des impulsions négatives qui émanent de son système nerveux. Ses erreurs - rares - sont toujours imputables à la brièveté du temps qui lui est imparti ou à l'insuffisance du matériel informatif. Il est, en quelque sorte, l'archétype - au sens habituel du terme) du chirurgien.

- Tout ce que vous me dites là est bien... euh! terre-à- terre. J'imaginai plutôt l'éveil sous un aspect plus... fantastique et merveilleux!

- Je vous parle du comportement de l'homme éveillé, tel qu'il est dès le stade de l'apatheia. Je ne vous parle pas des réalisations intérieures. Mais je comprends que vous soyez déçu par ce comportement même. Vous êtes encore un enfant, fêré de merveilleux visible. Et cependant... Il existe, c'est certain, de remarquables guérisseurs qui ont sauvé, parfois par simple attouchement, des gens condamnés par la Faculté. Vous préféreriez, certainement, être un de ces guérisseurs plutôt qu'un chirurgien ? Pourtant, si vous souffriez de l'appendice, iriez-vous trouver un thaumaturge ou un chirurgien ?

- D'accord, dans ce cas précis. Mais, vous le reconnaissez vous-même, certains malades condamnés par la Faculté sont parfois sauvés par le thaumaturge.

- Depuis des millénaires, le domaine des maladies du corps est exploré par l'homme. Cependant, ce domaine est vaste et loin d'être totalement connu. Certains médecins, éclairés, admettent que le contact de certains individus, le séjour dans certains lieux privilégiés, puissent, parfois, produire chez le malade des résultats cliniques favorables. Mais, notez-le, quelle que soit la véritable origine de ces résultats, ceux-ci se produisent toujours dans une atmosphère émotivement chargée. Or, le "je" de l'homme éveillé s'intéresse surtout à l'éveil du "je" des autres humains. Il ne peut compter, pour obtenir des résultats positifs, sur un état émotif favorable puisque son premier but est d'emmener autrui à dépasser les états émotifs. Il ne saurait donc être un guérisseur mais bien une sorte de chirurgien.

- Et, comment se rend-t-on compte que cette... porte de l'éveil, l'apatheia, est atteinte ?

- N'ayez aucun doute à ce sujet : lorsqu'un homme ne craint plus rien et n'espère plus rien pour son ego, il s'en rend très vite compte. D'ailleurs, les sentiments altruistes qui apparaissent tout naturellement, sans effort, ne sauraient tromper. J'emploie du reste le mot altruisme - tout comme le mot égoïsme pour satisfaire au caractère dualiste du langage. Mais voyez comme, en fait, de ce point de vue dualiste, il est difficile de faire la part de ce que nous désignons par ces termes dans le comportement de l'homme éveillé : il sait que son ego n'est pas "lui". Il sait aussi que l'ego de "l'autre" (sa symbiose psycho-somatique) n'est pas "l'autre". Dès lors, il n'aura de cesse avant d'avoir emmené cet "autre" où il en est, lui. Altruisme, ai-je dit ? Oui. Et aussi égoïsme car l'homme éveillé se sent bien seul parmi les dormeurs. C'est du rest à cause de cet isolement-même que nous trouvons assez facilement des instructeurs malgré la difficulté de la tâche.

- Bien! Mais au-delà de l'apatheia, qu'y a-t-il ?

- Certains s'arrêtent là, surtout parmi les instructeurs : ils sont pris par leur oeuvre de libération d'autrui. Cependant, peu à peu, ceux-là mêmes obtiennent sans le chercher ce que d'autres trouvent en continuant une quête volontaire : l'homme libéré de l'ego voit la conscience de cet ego se déplacer dans un temps immobile. Cela ne vient pas d'un coup. Il se produit ce qui se produit dans le monde "ordinaire" - le même, en fait, vu sous un angle insuffisant - pour l'enfant dont les facultés perceptives se développent. L'enfant, peu à peu, perçoit trois dimensions aux choses qui l'entourent. L'homme éveillé voit, progressivement, se dessiner la quatrième. Ce n'est du reste, pas là le point ultime que peut atteindre l'homme éveillé. Mais, pour aller plus loin, les ressources de tout un groupe d'hommes et de femmes sont nécessaires : un seul individu, si éveillé soit-il, ne peut pas. La base de tout cela, demeure la désidentification totale de l'ego. Si nous étions sûr que vous soyez déjà en état d'apatheia, je pourrais vous en dire bien davantage. Mais l'êtes-vous ? Je le croirais assez volontiers. Voici soixante jours que vous suivez la voie du dzog-tchen telle qu'elle est connue au Sin-Kiang. Je pensais que, pour vous, ce serait suffisant. Je le pense toujours. Mais ne brusquons rien. Vous n'êtes pas sûr de vous ? Vous pratiquez le dzog-tchen de façon désordonnée ? Vous trouverez sur le papier que voici une sorte de comptine (1). Apprenez-la par coeur. Vous connaissez le pouvoir obsédant de ce genre de chose ? Dans quelques jours, cela vous trottera dans la tête sans effort volontaire de votre part. Je vous reverrai lorsque nous serons sûrs, vous et moi, que vous avez atteint l'état où le sort de l'ego ne constitue plus une préoccupation lancinante mais intéresse seulement, comme toute autre chose - cet état où bien des hommes qui valent intrinséquement mieux que nous, ne parviennent jamais. Et je vous dirai alors quel est le but ultime du Tchan, cet Ordre Initiatique qui cherche à "éveiller" l'homme sans pour autant viser à sa fusion dans le divin ; et qui pratique la magie cérémonielle sans s'intéresser aux réalisations pratiques de cette magie...

o o o o o

En fait, le jeune homme, très pris par les travaux des champs, n'eut pas l'occasion d'apprendre par coeur la comptine avant de revoir Maître Wou. Leur rencontre eut lieu le surlendemain matin, au terme d'une équipée rocambolesque vécue par le plus jeune.

Cette comptine est reproduite en dernière page de ce texte.

Maître Wou était convaincu du fait que son disciple était plus avancé dans la voie de la "désidentification" qu'il ne l'admettait lui-même. Certes, après quelques jours, il se fut rendu à l'évidence mais, par principe, Maître Wou ne remettait jamais à plus tard ce qui pouvait être fait dans l'immédiat. De plus, comme nous l'avons dit dans le texte onze, l'Ordre Tchan possède une tradition bien établie d'épreuves infligées aux néophytes. Ces épreuves, souvent marquées du sceau de l'humour noir, sont généralement peu appréciées par certaines Ecoles, soeurs quant au but, mais de moeurs plus lénitives.

Quoiqu'il en soit, sur l'initiative du vieux Maître, les occupants de Kliang-Si montèrent un canular à l'usage de l'Européen. A cette époque, le Sin-kiang tout entier était le théâtre de troubles incessants. Musulmans et nestoriens (plus ou moins "bon teint") s'égorgeaient dans l'Ouest, près de la frontière soviétique et, dans le secteur même, couvait une révolte d'éléments mongols contre le Gouvernement (représenté, en fait, par un quelconque Seigneur de la Guerre). On disait les Mongols très excités et ne parlant de rien moins que d'éliminer physiquement les ressortissants chinois et les étrangers en général, pour faire bonne mesure.

Or, le lendemain de sa rencontre avec le vieux Maître, le jeune Européen ragagnait Klang-Si après une journée de travail passée sur un lopin de terre éloigné, quand il aperçut, venant vers lui de toute la vitesse de leurs montures, un groupe de cavaliers nomades. Tenter de leur échapper eût été vain ; le garçon continua sa marche sans persser le pas. Il fut bientôt rejoint.

Sans s'embarasser de paroles, les Mongols empoignèrent assez brutalement le piéton, le juchèrent sur une de leurs bêtes et, faisant demi-tour, repartirent aussi promptement qu'ils étaient venus. Deux heures plus tard, le garçon se trouvait dans un campement mongol où femmes et enfants l'avaient accueilli par des clameurs peu amènes.

Le camp se composait d'une douzaine de yourtes de feutres dont les crasseux occupants vinrent très vite former cercle autour du prisonnier, dans le meilleur style "roman d'aventures". Un individu plus sâle que les autres mais que la hauteur de son bonnet désignait comme ayant la qualité de shamane, lui tint un petit discours dont il ne comprit pas un traître mot. Mais il comprit fort bien la suite, rendue plus explicite par des gestes évocateurs : ses geôliers, à titre de représailles (?) allaient le soumettre à un genre de torture dont, comme tout le monde, il avait entendu parler - le supplice de la goutte d'eau.

Quelques précisions : le "supplice" de la goutte d'eau n'est pas, la moins du monde, un supplice. Ou plus exactement, il constitue une torture purement subjective. Nous rappelons en quoi il consiste : la victime est allongée de tout son long, étroitement liée de façon à ne pouvoir remuer ni pied, ni patte... ni tête! Au-dessus de cette dernière, un récipient est suspendu par un trou duquel, goutte à goutte, irrégulièrement mais implacablement, de l'eau tombe. Chaque goutte tombe au même endroit, en un point précis du front du patient et, peu à peu, celui-ci éprouve la sensation que sa chair se creuse, que ses sinus vont être troués. Tout ceci est très désagréable mais au fond, pas très grave puisque le "supplicié" sait que dans la réalité sa chair ne se creusera pas : des mois seraient nécessaires pour en arriver là. Mais, il sait aussi autre chose, malheureusement, autre chose qu'il a entendu ici et là : si ce genre de torture, anodin quant à ses répercussions physiques se poursuit trop longtemps (des heures, un jour, deux jours...) à un certain moment - lui a-t-on dit, la folie s'emparera de lui! Et très souvent, en effet, à une époque

où ce genre de mauvaise plaisanterie était monnaie courante, on vit des gens perdre la raison, au moins temporairement, PARCE QU'ILS ETAIENT CERTAINS DE LA PERDRE.

En apprenant, surtout grâce à la mimique forcenée à laquelle se livrait le shamane, le sort qui lui était réservé, l'Européen ne manifesta pas grand trouble. Il fit seulement remarquer (en dialecte local que le shamane parut ne pas comprendre) que l'eau eut été d'un meilleur usage sur le visage du dit shamane.

Il ne fut pas, dès l'abord, procédé aux préparatifs du "supplice". Lors de son arrivée dans le camp, le prisonnier, après avoir été quelque peu houspillé, avait été garotté à l'aide de courroies de cuir et étalé de tout son long sur le sol. Les nomades l'abandonnèrent dans cette position durant un temps assez considérable qu'ils consacrèrent à manger. Pour un repas de nomades, celui-ci dura fort longtemps car plusieurs heures s'écoulèrent avant que les convives ne se décident à l'abandonner. La pièce de résistance était un fort mouton dont les effluves venaient tout droit aux narines du prisonnier affamé. Le mouton, lui, venait tout droit du monastère ouvert de Kliang-Si et il avait été offert aux nomades par Maître Wou, ami de longue date du shamane. Mais ce dernier détail était ignoré du prisonnier.

La nuit était déjà fort avancée lorsque les "bourreaux" se décidèrent à remplir leur office. Le jeune homme fut plus étroitement lié et, en quelque sorte, rivé à terre à l'aide de solides bâtons coincés entre sa chair et les courroies qui enserraient ses membres. Au-dessus de sa tête, fut disposée, à l'extrémité d'une forte perche, une grosse outre, inclinée astucieusement, de façon à ce qu'une goutte et une seule à la fois, puisse tomber à intervalles irréguliers et imprévisibles en point précis de son front.

Notez que le garçon dont nous parlons ne possédait pas une intelligence extraordinaire. Sa culture était mince et sa nature peu réfléchie le portait à croire, dur comme fer, à la légende de "la goutte d'eau qui rend fou" telle qu'il l'avait entendu conter. Il était, de plus, encore très jeune. Pourtant, il ne broncha pas, ne répondit rien aux quolibets et aux insultes. Elles étaient, il est vrai, proférées dans un langage qui lui était incompréhensible. Il restala, inerte, chaque goutte d'eau tombant, après la précédente, sur un front qu'il ne pouvait déplacer.

Le temps passa. Peu à peu, les insulteurs et railleurs se lassèrent et, un à un, les nomades, hommes et femmes, gagnèrent leur couche. Seul, le shamane demeura près du feu de bouse, accroupi dans la position caractéristique du sorcier mongol et que les hatha-yogins nomme "asana de la grenouille". Le temps passa encore, une heure peut-être. Il y eut, dans le ciel, ce renforcement de ténèbres qui annonce l'approche de l'aurore. Alors le shamane se leva et vint près du prisonnier. Celui-ci, toujours immobile dans ses liens et le visage inondé d'une eau qui, goutte à goutte, frappait toujours le même point de son front, soufflait et reniflait, physiquement mal à l'aise sous la douche minuscule et permanente. Mais il dormait paisiblement.

Ce furent la voix et la poigne du shamane qui l'arrachèrent au sommeil. Il ouvrit les yeux et nota une vague silhouette, cependant qu'il entendait ces mots, prononcés en dialecte :

- "Hao! nei shei tiao xuan li shui miam shi tzu-jan"(1)

Quelques heures plus tard, après s'être restauré - d'un morceau de mouton froid - et après avoir reçu quelques brèves mais suffisantes explications, l'Européen se retrouva devant Maître Wou.

- Je crois, dit-il à ce dernier, que l'expérience est concluante. Il y a pourtant, peut-être un détail qui "cloche". Pendant que vos petits amis se divertissaient à mes dépens, mon "je" attendait avec curiosité le moment où mon psychisme commencerait à déraisonner. Est-ce normal, cette curiosité ?

Maître Wou se mit à rire :

- Pourquoi pas ? Apatheia n'est pas apathie. Le "je" est détaché, il n'est pas amorphe. Mais de toute façon, sauf choc physique considérable et qui remet tout en question, un homme dont la désidentification est suffisante ne risque pas la folie. Maintenant, sachez-le, même si vous étiez abandonné à vous-même, vous continueriez à progresser. L'état que vous avez atteint, quelque différent des samadhis yogiques, a ceci de commun avec eux : qu'un état inférieur débouche, un jour ou l'autre, sur un état supérieur. Le tout est de faire le premier pas, de connaître le premier éveil. Mais ce premier état, ce premier pas franchi, va me permettre de vous dire certaines choses qui ne seraient de nul profit à un homme totalement non-éveillé, car elles demeureraient pour lui à l'état d'hypothèses invérifiables. Vous déjà, vous pouvez, dans une faible mesure, entreprendre de les vérifier. Je vais vous conter une étrange histoire, celle de l'ésotérisme du Tao. Il s'agit d'une tradition, la nôtre. Ce que je vais vous dire est improuvable au sens habituel du terme. Vous avez une vague connaissance de certains ésotérismes occidentaux et orientaux. Vous noterez au passage, certains points communs entre leurs traditions et la nôtre - et plus encore, des divergences. Mais tout d'abord, il est nécessaire que je vous explique les origines exactes de l'Ordre Tchan. Vous pensez que j'aurais dû vous fournir des explications au sujet de notre Ordre plus tôt ? Ce n'est pas ainsi que nous procédons.

"Tchan est l'abréviation de "tchanna", traduction du mot sanscrit "dhyana". Comme vous le savez, dhyana était le mode de concentration mentale, de méditation sans objet introduit en Chine par le bouddhiste Daruna (ou Bodhidharma). Comme il fallait s'y attendre, l'empreinte chinoise fut vite mise sur cette doctrine d'importation. Le taoïsme, notamment, le marqua fortement. Peu à peu, sous la direction de ses "Patriarches", le Tchan prospéra. Puis, pour des raisons qui importent peu, il déclina et, pour finir, émigra au Japon où la tchanna devint la zenna : le Zen. A partir d'une certaine époque, si le Zen figure dans l'Histoire, le Tchan chinois a, sinon totalement disparu, du moins s'est presque fondu, en tant que doctrine particulière, dans un bouddhisme chinois plus ou moins orthodoxe. Cependant, le Tchan, plus qu'une doctrine, était - est - un état d'esprit. Certains hommes possèdent l'état d'esprit Tchan sans même le savoir : lorsqu'il m'a été donné, pour la première fois,

(1) Cette phrase, très incorrecte même dans ce patois qu'est le dialecte Sin-Kiang, signifie : "Bien! celui qui choisit ici le sommeil est un homme éveillé". - Le shamane ne croyait pas, pour autant faire un jeu de mots. L'expression "Tzu-jan" employée pour "éveil" est utilisée dans son sens initiatique. L'éveil, au sens profane (se réveiller après le sommeil du corps) se dirait "xing". En employant ce mot au lieu et place de Tzu-jan, le shamane eut fait un jeu de mots... mais qui n'aurait eu aucun sens. En ce qui nous concerne, nous avons cru devoir traduire Tzu-jan, par "éveil" afin, d'une part, d'éviter un exotisme facile - d'autre part afin de ne pas contribuer à encombrer un vocabulaire "ésotérique" qui l'est déjà trop.

l'occasion de lire l'oeuvre de l'anglais Swift, j'ai été frappé de la ressemblance entre sa tournure d'esprit et la nôtre".

"Il subsista donc, en Chine, de petits groupes d'hommes - et de femmes - se recommandant de Tchan et portés, à la fois, à la recherche spirituelle et à une certaine forme d'irrespect. (Lorsque tu as prononcé le nom de Bouddha, rince ta bouche et crache, dit le Zen)".

"Certains de ces hommes se rendirent - l'histoire ne dit pas pourquoi - au coeur de l'Asie, dans ce Turkestan qui n'était pas encore chinois et où nous sommes. Là, ils firent la connaissance d'hommes et de femmes qui, sur bien des points, étaient proches d'eux. Ces gens se recommandaient de la Tradition du Tao. Non point du taoïsme religieux, mais de la philosophie du Tao, bien plus ancienne qu'on n' imagine et dont des hommes comme Lao-Tseu ne sont que des représentants presque tardifs. Les hommes de la tchanna prirent connaissance de la tradition ancienne du Tao, la comparèrent avec leurs propres connaissances et expériences. Ils décelèrent, entre les deux systèmes, une indéniable parenté. Il y eut fusion, des connaissances et des méthodes. De là, est née la Technique du Tao, dont les adeptes, en hommage à Bouddha "le re-découvreur" - car une certaine forme d'irrespect dans le caractère n'empêche pas l'hommage mérité - conservèrent (ou prirent) le nom de tchanistes. Or, dans le tchanisme, tout, en dernière analyse, repose sur la Tradition du Tao, dont le Bouddha avait, par son propre effort, redécouvert certains des aspects".

Voici ce que dit la Tradition du Tao :

"Il y a de cela des millénaires, certaines régions privilégiées du globe terrestre, reçurent la visite "d'Instructeurs venus d'ailleurs". Cela, toutes les Traditions le disent. Mais, dans l'espèce humaine, il existe, sur un certain plan, deux types d'individus. Les Traditions sont, pour la plupart, détenues et maintenues par des gens appartenant au premier de ces types : le type religieux. De génération en génération, les initiés se transmettent le dépôt reçu (ou ce qui subsiste), ceci dans un climat respectueux dans lequel le visage des Anciens, des premiers Instructeurs, prend un caractère se rapprochant de plus en plus du divin. Ce genre de traditionalistes est pénétré, avant tout, du sens du sacré. Cela n'est pas un mal en soi, loin de là. Mais cela tend, d'une part, à scléroser l'esprit - d'autre part à fausser la vision. Quelqu'un a écrit : "Il n'y a plus d'idolâtre dans ce pays parce qu'un jour les hommes ont osé regarder leurs dieux et ils ont vu qu'ils n'étaient faits que de bois, de pierre, et de croyances..."

Le deuxième type d'hommes - de traditionalistes - est différent. Il est apparenté à cet individu que nous montre Shakespeare, disant au fantôme qui vient de lui apparaître : "Vous, je vous reconnais : vous êtes une tranche de pudding que j'ai mal digéré". Les traditionalistes du Tao appartiennent à ce type d'homme, avec, toutefois, une nuance importante : sachant que l'Univers n'est pas simple, ils vérifieront, aussitôt après leur boutade, si, VRAIMENT, le fantôme est bien une tranche de pudding".

"Donc, lorsque les Instructeurs vinrent parmi nous, certains reçurent leur enseignement comme émanant des dieux ou de Dieu. Les hommes du Tao réagirent, en raison de leur tempérament, de façon différente. Ils ne virent rien de surnaturel, de merveilleux dans ce qui leur était enseigné, mais seulement l'expression d'une civilisation plus haute sur tous les plans : matériel, spirituel, psychique. En conséquence, ils ne divinèrent pas leurs Instructeurs mais les regardèrent face à face et essayèrent de profiter au mieux de leur

enseignement. Mais les hommes n'étaient pas armés pour atteindre, dans l'immédiat les pouvoirs de leurs éducateurs. Ceux-ci - nous les appelons : les Anciens - prévinrent leurs disciples humains des deux "obédiences", du danger qu'il y aurait à vouloir obtenir certains résultats "avant que les Temps ne soient venus". Ceci au niveau de l'espèce, de l'Humanité. Ils leur montrèrent aussi le péril qui, au niveau de l'individu, frapperait celui qui transgresserait certaines règles cosmiques. De là naquit, bien sûr, la notion de tabou religieux".

"Regardée face à face et sans la déformation qu'entraîne un respect excessif, voici ce que promet la Tradition du Tao : pour chaque homme, même isolé et à quelque "degré du Temps" qu'il se trouve, la possibilité d'accéder à un état de conscience différent et supérieur, grâce auquel la nature réelle du Temps est "saisie".

Pour un groupe uni d'individus ayant atteint cet état de conscience, la possibilité de s'affranchir, littéralement, du Temps entropique qui mène l'homme de la naissance à la mort.

Pour l'Humanité, prise dans son ensemble, la possibilité d'accéder à un pouvoir et une connaissance supérieure à ceux que les hommes attribuent aux "dieux" issus de leur imagination et qui ne sont que déformation du véritable visage des Anciens ou caricature humanisée du vrai Dieu, quel qu'IL soit".

"Au cours des siècles, des millénaires, des hommes et des femmes, isolés, ont profité de la première de ces possibilités. Au cours des siècles, des millénaires, des hommes et des femmes groupés, ont profité de la seconde de ces possibilités. Mais la troisième ne sera offerte à l'Humanité en son ensemble, que lorsque les Temps seront venus, c'est-à-dire lorsque cette Humanité aura atteint un niveau de civilisation matérielle (je dis bien : MATERIELLE) suffisant. Or, ce niveau semble bien devoir être atteint par votre génération. Alors, la Technique du Tao apportera sa petite pierre à la première réalisation de de l'Humanité Mutante, à la révolution psychologique à laquelle les hommes se préparent inconsciemment. Pour préciser à quel degré de technicité devra atteindre l'espèce pour que cette Mutation soit possible sans aboutir à une impasse, je dirais qu'il sera caractérisé par le pouvoir qu'aura acquis l'homme de quitter avec son corps et ses biens, sa petite planète.

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

Pour aujourd'hui, nous arrêterons là l'exposé de Maître Wou. Le vieil homme devait, ce jour là, résumer la cosmologie du Tao devant son élève. Ce résumé serait trop long pour pouvoir être contenu dans ce texte.

Ce texte qui est l'avant-dernier de l'enseignement du Tao.

Dans le dix-huitième et dernier, avant de vous montrer les buts et de vous indiquer les moyens d'y atteindre, nous vous donnerons la fin de l'exposé de Maître Wou. Mais, dès aujourd'hui, il nous faut vous féliciter. Voici pourquoi :

Imaginez un homme, mandaté par un Ordre initiatique à peu près inconnu en Europe et arrivant sur ce continent afin d'y recruter des Adeptes. Imaginez que l'Ordre auquel appartient cet homme, est composé d'individus qui travaillent pour gagner leur vie, qu'il ne dispose d'aucun de ces fabuleux tré-

sors que l'imagination des foule attribue, généreusement, aux sociétés plus ou moins secrètes et que, en conséquence, son mandataire soit démuné de fonds importants. Imaginez enfin que le-dit mandataire ne connaisse, en Europe, pratiquement personne.

Question : comment notre homme va-t-il s'y prendre pour recruter des adeptes en tenant compte des obligations suivantes :

a / ces adeptes doivent, sur un certain plan, constituer une sorte d'élite ;

b / cette appartenance à une élite doit être déterminée par la capacité à surmonter une certaine forme d'épreuves.

Première solution : rechercher les adeptes individuellement, au hasard des rencontres. C'est la solution classique, mais un seul "quêteur", isolé, ne pourrait recruter que lentement et surtout dans un milieu restreint.

Restait une autre solution, d'apparence quasi-démentielle mais qui, en fait, résolvait toutes les difficultés : proposer un enseignement par correspondance, par voie de presse. Il est bien évident que tout ne peut être dit, dans ce domaine, par envois ronéotypés et nous reviendrons sur ce sujet dans notre dernier texte. Pourtant, ce n'était pas là qu'apparaissait le caractère anormal de l'entreprise mais bien dans le fait même d'offrir par voie de presse un enseignement initiatique. Beaucoup de personnes qui eussent accepté une initiation directement proposée, firent la grimace devant nos annonces et s'abstinrent. D'autres eurent une réaction différente et décidèrent de vérifier par elles-mêmes si le fantôme était, oui ou non, autre chose que du pudding mal digéré. Elles nous écrivirent et reçurent nos textes.

Or, parmi ces personnes, beaucoup n'étaient pas aptes à tirer profit de notre enseignement. Il nous fallait dégager l'élite sus-mentionnée. Ceci fut fait par les textes mêmes. Le contenu de ces textes, leur représentation, quelquefois même leur façon de vous parvenir, tout cela constituait une vaste épreuve et, vous qui lisez ce dix-septième texte, sachez que, lorsque vous rencontriez des explications contradictoires ; lorsque, après vous avoir conseillé vivement tel ou tel exercice nous vous conseillons de l'abandonner sans raison apparente, tout cela était voulu. C'était, en quelque sorte, la contrepartie "littéraire" des épreuves souvent brutales des tchanistes du Centre-Asie. Souvent, sans doute, vous avez pensé : "Décidément, ces gens-là ne savent pas ce qu'ils veulent". Mais vous avez passé outre. Sachez que, parmi les personnes qui avaient initialement entrepris de suivre notre enseignement, une sur trois est dans votre cas. C'est la norme. Le résultat que nous attendions. L'épreuve ne fut pas si facile!

Ceci est le passé. Parlons de l'avenir. Ne croyez pas qu'après le texte 18 nous vous "abandonnerons" à moins que telle ne soit votre volonté. Dans ce dernier texte, vous trouverez nos propositions. Nous pouvons vous le dire : même si, jusqu'ici, vous n'avez apparemment obtenu AUCUN résultat notable, vous en obtiendrez inéluctablement : vous y veillerons.

Quelque mots encore sur un sujet extrêmement terre-à-terre. Dans le prochain texte, nous définirons le chemin qu'il vous faudra suivre pour atteindre vos buts. Puis, durant un certain temps, il est nécessaire que vous soyez "livré à vous-même". Après cela, et selon les possibilités, nous essaierons de vous faire rencontrer personnellement notre actuel instructeur en France - ou un autre, si faire se peut. Si la chose est impossible - et que vous soyez

d'accord - une correspondance par lettres s'établira entre vous et nous. Mais il est bien évident qu'à vous, désormais tchaniste "à part entière", il ne saurait, à l'avenir, être question de demander d'argent à quelque titre que ce soit nous ne sommes pas des commerçants et nos frais sont maintenant couverts. Tout au plus, priérons-nous nos correspondants de nous adresser, s'ils y pensent, un timbre pour la réponse. Quant aux groupes Tchan, qui, nous l'espérons, se formeront un jour proche et rassembleront les adeptes d'une même région, ils établiront leurs propres règles. Nous pensons être à même de dire à tous un jour :

- Tchan possède en France un Centre permanent, un "monastère ouvert" où vous êtes cordialement invités.

Le Tao en décide.

Et pour terminer, voici la comptine que Maître Wou communiqua à son élève en lui recommandant de l'apprendre par coeur :

"L'oiseau-Phénix est un étrange oiseau.
Il parle en son langage mais c'est l'oiseau
Qui parle
Et le Phénix écoute.

"L'oiseau-Phénix est un étrange oiseau.
Il ne voit pas les êtres et les choses comme
Les autres êtres.
Pour lui le gland est chêne
Et l'enfant est vieillard.

"L'oiseau-Phénix est un étrange oiseau
Qui pense à lui souvent, à l'oiseau,
Et qui se voit enfant
Et puis qui se voit chêne
Promis à la cognée.

"L'étrange oiseau-Phénix
Sait bien que chaque instant
Peut apporter la mort
A carcasse et ramage.

"Souffrance va venir,
Il se le dit sans trêve.
Tel est un sort d'oiseau
Dans ce monde changeant. Ainsi pense
Dans la crête
De l'oiseau
Le Phénix..."

Il s'agit bien entendu, d'un procédé rappelant en quelques phrases les diverses étapes du dzog-tchen et non comme l'imagine le clergé taoïste qui en a fait un litanie, une prière à quelque divinité.

QUE LES PUISSANCES BENEFIQUES SOIENT AVEC VOUS...

TEXTE XVIII

Depuis de millénaires, la Tradition du Tao conserve ce qu'il a été convenu d'appeler le "dit des Anciens".

Il s'agit d'une très ancienne cosmologie, ou, plus exactement, de son résumé. C'est, si l'on veut, la théorie sur laquelle s'appuient les plus extraordinaires (certains diront : les plus extravagantes) ambitions des hommes du Tao.

Nous ne savons pas exactement qui étaient les Anciens que d'autres appellent "les Géants". Nous sommes simplement sûrs du fait qu'ils n'appartenaient pas à notre espèce humaine. D'où venaient-ils ? La Tradition suggère que leur lieu d'origine était, non pas une autre planète mais un autre univers, obéissant à des lois différentes, sur certains points, de celles que nous connaissons.

Ce que vous allez lire ne s'écarte guère de ce qu'affirment d'autres traditions. L'originalité du "Dit des Anciens" tient à un seul détail : son rédacteur a essayé, dans la mesure de ses moyens, de lui conserver une signification, un caractère, en quelque sorte laïque. Aucun dieu, aucun héros divinisé n'apparaissent dans cet exposé. Aucune poésie non plus. Enfin, direz-vous sans doute, aucune clarté. Visiblement, le ou les rédacteurs de ce texte n'a, ou n'ont, qu'imparfaitement compris ce qui fut relaté devant lui ou devant eux. Ce n'était pas, ce ne pouvait être, des scientifiques. Mais il y eut indéniablement bonne volonté d'hommes qui tentèrent de communiquer un message à des générations ultérieures qu'ils espéraient mieux préparées qu'eux-mêmes à le comprendre. De plus, ces anonymes s'attachèrent tout spécialement à tirer de l'enseignement reçu toutes les applications pratiques qui pouvaient en être tirées.

"L'Univers (disaient les Anciens) est une figure géométrique d'inimaginable complexité. En fait, on doit dire "les Univers" car celui que vous connaissez n'est que l'expression, sur quatre dimensions, d'une des faces multiples et entremêlées du Grand Tout" ou Tao. Bien que la formule soit impropre, vous pouvez considérer votre Univers comme un Plan de ce Grand Tout.

"Chaque Plan, chaque Univers, est fait de "points" dont chacun représente un être. Il faut entendre par "être" non point seulement ce que l'on nomme les créatures et les objets inanimés, mais tout ce qui est. Un événement, réalisé par la conjonction de plusieurs "passés" qui fusionnent et culminent en un "présent" est un "être". Chaque être est un "point". On pourrait dire que tout point n'a aucune existence par lui-même car il est fait du croisement de lignes de force qui vont d'un Univers à l'autre. Chaque ligne n'apparaît qu'une fois dans chaque Univers. Par conséquent, chaque point est forcément unique dans chaque Univers. Toutefois, tout Univers, bien que non-limité, n'est pas infini. Dans ces conditions, tous les croisements de lignes possibles ne peuvent se produire dans tous les Univers. Par conséquent, chaque point, chaque être, aura son homologue dans un nombre incalculable d'univers mais non dans tous. Il est évident qu'en dépit de la similitude réelle, foncière, de ces "êtres-points", leurs apparences, leur comportement, subiront des influences modificatrices dues au milieu. Prenons, par exemple, un point A de votre univers. Certaines des li-

gnes qui le forment et qui formeront dans un autre univers un point A1, contribuent à former, dans cet univers-ci, d'autres points B, C et D. Dans le second univers, elles peuvent ne plus se rencontrer en B1, C1 et D1 - ces points n'existant pas dans ce deuxième univers. Elles peuvent, par contre contribuer à former les points X, Y, Z qui n'existaient pas dans le premier univers - le vôtre. Par suite de ce changement "d'appartenance" A1, quoique intrinséquement semblable à A, présentera des différences d'apparence et de comportement. A pourra être un homme dans un monde humain et A1 une créature très différente dans un monde peuplé de ces créatures...

NOTE : nous ne prétendons pas que tout cela soit très clair et l'on nous reprochera peut-être de ne pas avoir tenté de clarifier en donnant, par exemple, aux "lignes" dont il est question, un nom parlant aux hommes de notre siècle. Ou encore de ne pas avoir employé le vocabulaire occultiste qui aurait eu le mérite de rendre cet exposé plus compréhensible. Plus compréhensible, est-ce sûr ? Désigner par des mots n'est pas connaître. Nous vous demandons instamment, au contraire, de continuer cette lecture pénible en faisant l'effort de ne pas transposer en termes ésotériques familiers les expressions rencontrées. Laissez de côté le Manas, la Bouddhi et l'Atma. Laissez-les, bien que la Tradition du Tao, se référant aux "Anciens", affirme que chaque "être-point possédant un ego (jen), est formé par le croisement de sept lignes..." qu'il serait séduisant de rapprocher des sept parties formant le corps humain" de certains occultismes.

"... Du fait des croisements des lignes, de leur heurt, si l'on veut (continuaient les Anciens) une certaine énergie se manifeste, dont une partie se dégrade en ce que vous appelez "matière". Cette matière conserve un certain temps une petite dose de l'énergie produite et la connaissance incomplète des résultats du heurt. Connaissance locale et très limitée, bien entendu. Chez un point de rencontre de lignes que nous appelons "homme", cette connaissance rivée, fixée en un lieu précis et intangible à l'échelle cosmique, de l'espace et du temps, est nommée "conscience". En fait, l'homme n'est qu'un "accident" de l'Etre véritable. Celui-ci n'est pas, comme on pourrait le croire, l'ensemble des lignes destinées à se rencontrer mainte et mainte fois de par les univers en des points dont l'apparence et le comportement sont plus ou moins semblables ou modifiés par le milieu. Le Grand Etre est, en réalité, l'élément d'information qui circule sur l'ensemble des lignes et donne, lorsque celles-ci se regroupent en un point, les caractéristiques propres à ce point. Cet élément d'information constitue le "je" véritable du pseudo-être qu'est le point. Nous l'appelons "Grand Etre".

: Nous avons souligné le mot "éléments d'information" car il est dit par la Tradition que les Anciens insistaient sur l'importance de ce terme. Ils insistaient aussi sur le fait qu'aucune différence essentielle n'existe au niveau d'un univers, entre un point-être et un point-événement : tous deux sont, pour "l'être-point" qui les contemple, la résultante de la fusion de plusieurs passés convergeant les uns vers les autres pour produire un présent. Contemplés par un "Grand Etre", ils sont la résultante de plusieurs passés et de plusieurs futurs convergeant en un présent, l'élément spatial étant étroitement "imbriqué" à l'élément temporel. Enfin, les Anciens insistaient sur le fait qu'un Grand

Etre est au Grand Tout (Tao) ce que l'être-point est au Grand Etre. Il semblerait aussi (mais à ce sujet la Tradition ne fait que suggérer) qu'un rapport semblable entre les événements-être-point et les événements-Grand-Etre expliquerait la nécessité de ce que nous nommons entropie. La compréhension rationnelle de ce dernier détail étant probablement interdite par le niveau scientifique des hommes de l'époque, il semble que les Anciens ne firent qu'effleurer le sujet.

"... L'être-point, (continuaient les Anciens) bien qu'intangible dans l'espace-temps dans lequel est contenue sa vie, peut être dit "fini et limité". Le Tao lui, est infini et illimité. A mi-chemin, le Grand-Etre est à la fois fini en tant qu'Etre et illimité car les faisceaux informatifs qui le composent s'étendent dans toutes les directions de l'espace-temps. Ce qui ne signifie pas, d'ailleurs, qu'il soit présent en tant qu'être-point dans tous les univers puisque certaines de ses lignes ne traversent pas certains univers."

"Pour faire comprendre les raisons du destin de l'être-point (de l'homme, par exemple) tel qu'il se présente, il nous faut faire une comparaison, très mauvaise, très fautive, mais sans laquelle vous ne nous comprendriez absolument pas. Nous comparerons le Tao à votre corps."

"Comme il est dans le corps humain une zone privilégiée où s'élabore l'essentiel de la pensée, il existe dans le Tao considéré comme Cosmos total, ensemble des Univers, un lieu privilégié où les Grands Etres dépassant et délaissant leur "nature" de Grands Etres, "connaissent" le Tao. La comparaison, évidemment, ne vaut pas grand chose : le "lieu" dont nous parlons est situé en dehors de tout contexte spatial et temporel. Quant à la connaissance du Tao à laquelle accèdent les Grands Etres, elle ne peut que très grossièrement être comparée à la notion de conscience qui apparaît chez l'homme lorsque le témoignage de ses sens le renseigne sur lui-même."

"Au fur et à mesure que l'on "s'éloigne" de ce lieu privilégié, tout se passe comme si l'on gagnait une zone de plus en plus "inerte", "inconsciente", du corps humain. Les manifestations de l'existence des Grands Etres que sont les êtres-points, sont de moins en moins conscientes de leur nature réelle. Le peu de conscience qu'ils gardent leur permet surtout de souffrir. Ainsi en est-il dans beaucoup d'univers et cet univers-ci est un des plus éloignés de la "zone" privilégiée du Tao. Mais non le plus : les univers sont innombrables."

"La mission essentielle de chaque être-point est de "connaître" le Grand Etre dont il est l'expression très momentanée. Pour cela, il lui faut se désidentifier, comprendre qu'il est autre chose qu'un point. Nous vous montrerons des techniques qui permettent d'obtenir ce résultat. La sérénité est ainsi obtenue lorsque l'être-point sait qu'il est tout autre chose que l'ensemble pensée-matière qu'il considérait auparavant comme lui-même. Mais ce résultat est insuffisant :

NOUS VOUS MONTRERONS DES "SIGNES" QUI FONT ECLATER LES POINTS.

Certains de ces signes peuvent être faits par un seul être-point qui a obtenu la désidentification : ils lui permettront de "voir" certains aspects d'autres univers par l'intermédiaire des sens d'une créature qui est une autre expression de lui-même en tant que Grand Etre. Ces signes, vous

pourrez les apprendre et les faire exécuter aux êtres-points qui ne sont pas encore conscients de leur qualité de Grand Etre : leur exécution n'entraîne aucun risque, au contraire. Peut-être leur adviendra-t-il de percevoir certaines choses que leur impréparation ne leur permettra pas de comprendre : mais si, chez eux, le point ne peut pas "éclater", il tendra à se dilater et ils diront que leur vie devient meilleure..."

"D'autres signes doivent être faits par tout un groupe d'êtres-points appartenant à la même espèce et possédant, par conséquent, un grand nombre de lignes de force en commun. Ces signes ne peuvent être révélés à tous les êtres-points, même avancés dans la connaissance de leur nature réelle de Grand Etre. Car leur exécution entraîne la disparition totale du point. Autrement dit, la mort de l'être. Ils ne doivent donc être exécutés qu' au moment où, la mort d'un être-point qui a obtenu la désidentification étant proche, cet être-point, A SON CHOIX, décide de retrouver sa seule nature de Grand-Etre ou, au contraire, de mieux accomplir sa destinée d'être-point dans un Univers identique à celui qu'il quitte mais décalé, dans le temps, vers le passé (1). Contrairement aux signes individuels qui permettent d'obtenir la simple connaissance de détails d'un autre univers et qui s'exécutent grâce à la concentration mentale jointe à certains, faits avec les mains ou tout autre organe préhensible selon la constitution de l'espèce, les signes effectués par un groupe et qui permettent à un être-point de retrouver sa nature de Grand Etre ou de mieux accomplir sa destinée dans un univers indentique exigent l'utilisation de la totalité des ressources de concentration mentale du groupe et l'exécution de certains gestes exigeant la mise en mouvement de la totalité du corps de tous les membres du groupe."

"Enfin, il est possible à une espèce d'êtres-points possédant un ego, de se désidentifier de ce qu'elle "est" dans un univers donné et de "passer en bloc" dans un autre apparemment semblable mais un peu plus "jeune". C'est ce que notre espèce a fait. Il ne s'est rien passé de spectaculaire : simplement, nous nous sommes tous retrouvés bien des années "en arrière". Et ceci fait, nous avons oeuvré en connaissance de cause."

Ce fut à peu près en ces termes que Maître Wou résuma, pour son élève européen, la cosmologie du Tao. Lorsqu'il eut achevé son exposé, il demanda :

- Vos impressions ?
- Elles sont celles d'un tchaniste. Lorsqu'un néophyte postule son admission à Kliang-Si, vous récusez sa candidature s'il fait preuve d'une confiance aveugle dans votre enseignement. Ma réponse à ce que je viens d'entendre sera tout d'abord : n'importe qui peut dire n'importe quoi!
- Excellent! et ensuite?
- Ensuite, accordant ma confiance sous réserve d'inventaire, je dirai : il est évident que, de toute façon, votre exposé ne peut être l'expression d'une vérité ultime. Le sujet traité est tel qu'aucun concept humain ne peut réellement l'évoquer. Déjà, dans la vie courante, le mot n'est pas vraiment la chose qu'il prétend représenter. A bien plus forte raison lorsqu'il s'agit, comme présentement, de l'indéfinissable... par définition. Je ne de-

(1) La Tradition du Tao affirme que cette deuxième catégorie correspond à ceux que les bouddhistes appellent : Bodhisatva. Vu sous cet angle, le "NIRVANA" devient un "lieu" non plus seulement un "état d'esprit".

manderais donc pas : tout cela est-il vrai ? Mais : est-ce que cela fonctionne ?

- Très bonne question. La réponse est : oui, jusqu'à un certain point, nous avons la preuve que "cela fonctionne". Au-delà, nous ne savons rien.

- Je vous demanderais tout à l'heure ce que sont ces preuves. Mais, auparavant, j'aimerais vous faire remarquer que, dans votre exposé, il y a des contradictions au moins formelles...

- N'importe qui peut les voir et certains ont proposé de les supprimer. Non pas, tout de même, en modifiant le texte original, mais en omettant volontairement de citer certains passages non essentiels. La majorité s'y est opposé : nous ne savons pas quels passages sont ou non essentiels. Peut-être en est-il du "Dit des Anciens" comme de certains corps métalliques que manipulaient les alchimistes : diverses impuretés étaient-elles nécessaires à la réussite des expériences!

- J'admets. Et j'en viens aux preuves. Quelles sont-elles ?

- La désidentification est un fait. Avec elle, l'éveil commence. L'homme éveillé prend très vite conscience du fait que son temps personnel est inaltérable, qu'il est, en quelque sorte, intégré à ce point qu'est l'homme. Puis le "je" désidentifié du corps/psychisme entr en contact avec d'autres univers, par l'intermédiaire des "points" qui sont "lui" dans ces autres univers.

- La désidentification suffit-elle ?

- Elle doit être devenue totale, permanente. Mais cela ne suffit pas. Pour que, chez l'homme, le "Grand Etre" puisse se manifester hors du champ d'action de "l'être-point", il faut, d'une part, que le "je" ne se confonde plus avec le corps/psychisme ; d'autre part, que ce corps/Psychisme ne risque pas d'apporter le trouble par une activité improprie à la réussite de l'expérience.

- Pendant le sommeil alors ? Non! c'est impossible : le "je" ne peut surveiller le corps/psychisme pendant le sommeil du corps...!

- Sur ce point, vous vous trompez : dans assez peu de temps, vous vous apercevrez du fait que vous contrôlez vos rêves. Mais ce n'est pas pendant le sommeil que l'expérience a lieu. Les conditions nécessaires sont les suivantes : sensation très nette et permanente d'être autre chose qu'un corps/psychisme - concentration totale du psychisme sur certains gestes effectués par le corps.

- Quels sont ces gestes ?

- Les Sceaux.

- Les Sceaux : ces mouvements baroques que vous faites exécuter à tout votre monde, adeptes et profanes ?

- C'est cela : très importants, les Sceaux. Je précise : quatre d'entre eux. Les autres ont été inventés - et sont utilisés - par les devins - qui ignorent leur origine...

- Les Sceaux sont...

- Les Signes enseignés par les Anciens.

- Et ils permettent .

- Utilisés comme je viens de vous dire, ils permettent à l'individu désidentifié, éveillé, de prendre contact avec d'autres univers et de

constater - à la longue ou brutalement, selon le cas - qu'il est un "Grand Etre" Quant à l'individu non éveillé, dans la plupart des cas, il tire profit de cette pratique sur de nombreux plans (même matériel) car les lignes dont parlent les Anciens sont à l'origine du "point" et de TOUTES ses activités - ou de ce qu'il appelle ainsi.

- Et le passage dans un autre univers ?

- Certains, comme moi, estiment que la vie telle qu'elle est dans un seul univers suffit. D'autre non. Il s'agit en somme de l'option bouddhique : nirvana ou "carrière" de bodhisatva. En ce secteur du temps, le choix est permis : l'individu est seul engagé et non l'espèce entière.

- J'aimerais quelques précisions sur cette histoire de passage ?

- D'après les Anciens, il existe une infinité d'univers. Une infinité. Donc, tout ce qui est possible existe. Nous ne pouvons pas entrer dans le détail mais, étant admis ceci, des univers rigoureusement semblables, dans les moindres détails, doivent co-exister. Prenons notre univers. Selon les Anciens, il existe une infinité de doubles de cet univers, une infinité de répliques exactes, spatialement et temporellement. Si, d'aventure, vous et moi surgissions dans un univers de ce genre, il ne se passerait rigoureusement rien : nous ne saurions pas que nous avons changé d'univers car tout serait semblable au plus infime détail près...

- Une seconde : il y aurait tout de même un changement : vous et moi serions "en plus" dans cet univers.

- Vous et moi sommes, pour les Anciens, des faisceaux d'information transportant en eux la notion de vie, d'être. Si les univers sont rigoureusement semblables, ces faisceaux ne transmettent aucun fait nouveau : il n'y a donc aucun changement. Mais, dans l'infinité des univers, il en est d'autres qui, tout en étant rigoureusement semblables eu nôtre sont légèrement - ou fortement - décalés par rapport à lui dans ce que nous appelons le Temps. Décalés en avant ou en arrière. Les premiers sont, si l'on veut, dans notre futur. Cent ans, un milliard d'années ou dix secondes dans notre futur. Ce qui est pour nous le présent est pour eux le passé. D'autres, en revanche, représentent au contraire, le passé. Ils sont, selon les critères de cet univers-ci, plus jeunes de cent millions d'années, de vingt ans ou de cinq minutes. Prenons un univers plus "jeune" de dix ans. Si nous y pénétrions sous notre "forme" de faisceaux informatifs, nous nous retrouverions dans la position spatio-temporelle qui était la nôtre voici dix ans. Nous pourrions recommencer notre vie à cette époque de notre "devenir" et éviter, en bonne partie, les erreurs commises : du moins celles dont nous connaissons les causes...

- Vous y croyez, vous, à la possibilité d'éviter les erreurs commises, si ce n'est en les remplaçant par d'autres ?

- Ceci est une autre histoire et vous connaissez mon choix personnel. Mais qui vous dit que toutes les erreurs ne doivent pas être commises au moins une fois ? D'après la Tradition, notre univers se trouve parmi les plus "éloignés" du lieu privilégié du Tao dont parlaient les Anciens. On y souffre beaucoup plus que dans la majorité des univers. Il existe, chez nous, des "êtres-points" dont la destinée est, si visiblement, vouée au malheur, que les hommes en ont été surpris et scandalisés. D'où le notion de "péché originel", de karma "à payer", qui fournissent une réponse à cette question angoissante : pourquoi les innocents souffrent-ils ? D'après les Anciens, ces malheurs qui frappent l'être-point n'ont qu'une importance très, très relative. (Ce qui ne signifie pas, bien entendu, que l'on doive faire souffrir. Ce serait idiot car le fait de faire souffrir autrui renforce l'ego alors que le fait de l'aider l'amenuise et

lui fait perdre sa consistance). Il n'empêche que, pour les Anciens, les ennuis d'un point situé à l'intersection de lignes, n'ont d'importance que pour ce point. Le détachement à l'égard de tous et de tout, préconisé par certaines écoles (dans les limites que je viens d'indiquer) est donc admissible. Mais il semble d'autre part que toute activité qui permet, ne serait-ce qu'en multipliant les expériences "puncturales", de connaître la vraie nature du "Grand-Etre" est recommandable. Nous ne pouvons pas dire : tout doit être ainsi ou autrement. Nous pouvons simplement, nous, hommes du Tao, accepter ou refuser l'exemple de nos maîtres, de nos instructeurs, des Anciens. Et ceux-ci étaient venus "en bloc" - l'espèce entière - de leur univers dans le nôtre.

Et nous savons aussi que l'Univers qu'ils avaient quitté, était assez différent du nôtre. S'ils avaient accepté de faire ce bond fantastique c'était, vraisemblablement, afin de modifier quelque chose qui ne pouvait être que le "devenir" de leur espèce. Dans un cas semblable, où les hommes n'ont pas d'expérience personnelle, ils doivent, faute de mieux, faire confiance à qui possède cette expérience et admettre que l'action personnellement désintéressée, mais orientée vers le mieux du plus grand nombre est licite. Et rassurez-vous, les Anciens ne furent pas, dans notre monde, des conquérants assoiffés de puissance. Au contraire.

- Dites donc! Faire passer toute une espèce intelligente d'un univers à l'autre! Même Wells n'avait pas imaginé quelque chose de semblable! Et comment ont-ils fait ?

- Il nous ont laissé des explications, des indications. Nous ne les comprenons pas. Ils le savaient du reste, et ont dit aux hommes : "Lorsque les Temps seront venus, vos descendants comprendront". Ces indications consistent essentiellement en symboles mathématiques.

- Qu'est-ce qui indiquera que "les Temps sont venus" ?

- Je vous l'ai dit : le fait que les hommes seront devenus aptes à quitter leur planète, à se déplacer dans leur univers spatial.

- Pourquoi ?

- Si une espèce intelligente est appelée à gagner un ou des univers semblables au sien mais en retrait dans ce que nous appelons le Temps (c'est-à-dire, en pratique, à pouvoir effacer son passé et le reprendre sur nouvelles bases) c'est qu'elle a (de l'avis des Anciens) une mission à remplir. Cette mission, il est bon qu'elle puisse l'accomplir non seulement dans le temps (en changeant d'univers) mais aussi dans l'espace, en se déplaçant de monde à monde dans un univers quel qu'il soit. Ainsi avaient fait les Anciens.

- Je ne vois toujours pas la nécessité du déplacement interplanétaire préalable.

- C'est pourtant simple. Imaginez que l'inventeur de la locomotive à vapeur soit le fils d'un entrepreneur de transports par diligence du début du siècle dernier. Héritant, à 20 ans, de l'affaire paternelle, il se ruine en quelques années par incompetence. Supposons-lui des talents d'ingénieur : ayant pris les voitures à chevaux en horreur (elles l'ont ruiné) il invente à 40 ans la locomotive à vapeur. Bien! Mais supposez que, peu de temps avant que son idée inventive ne lui vienne, quelqu'un lui donne le moyen de se retrouver à l'âge de vingt ans. Que croyez-vous qu'il se passera ? Notre homme, dûment prévenu, fera des erreurs, certes, mais non celles qui l'avaient ruiné une première fois. En conséquence, il réussira financièrement dans le transport par voitures à chevaux et, s'il invente quelque chose un jour, ce sera un perfectionnement de la diligence.

- Mais quelqu'un d'autre inventera la locomotive!

- Exact, mais pourquoi ?

- Parce que, comme l'on dit, l'idée sera dans l'air. Parce que cette invention répondra à une nécessité de l'époque qui la verra naître.

- Je ne vous le fais pas dire : parce que cette invention répondra à une nécessité. Mais réfléchissez un peu à ceci : croyez-vous que si les hommes pouvaient, quasiment à volonté, se déplacer dans le temps, ils éprouveraient autant qu'ils le font, la nécessité de se déplacer dans l'espace ? Prenons un autre exemple : un homme qui, tous les ans, effectue 1000 kilomètres pour rendre visite à son frère. S'il savait qu'un jour tous deux pourront, s'ils le désirent, se retrouver dans le temps, à l'époque de leur enfance, croyez-vous qu'il ferait avec autant de constance ce voyage annuel ? Non, il lui arriverait de consacrer le temps du voyage à ses affaires ou à ses plaisirs. Et il s'inquiéterait beaucoup moins des moyens de locomotion. Croyez-vous que l'humanité, prise dans son ensemble, soit très différente de cet homme ?

- Tout de même, il existe des chercheurs désintéressés, qui s'occupent d'expériences n'ayant aucune valeur pratique immédiate!

- C'est vrai, il arrive que la technique découle de la recherche fondamentale. Mais, justement, les hommes dont vous parlez se consacreront eux-aussi à la lutte contre cet ennemi autrement fascinant que l'espace : le temps. Seuls, quelques "bricoleurs" continueraient à s'intéresser aux déplacements spatiaux. Ai-je besoin de vous faire remarquer qu'avec les moyens financiers réduits, qui sont le lot des isolés, leurs recherches auraient peu de chance d'aboutir ?

- Admettons. mais je reviens à un sujet d'intérêt plus immédiat. Si j'ai bien compris, le début de tout est l'éveil obtenu par la pratique du dzog-tchen. Il est possible, n'est-ce pas, d'accéder à un état spécial comparable à cet éveil par d'autres procédés ?

- Bien entendu. Nous en utilisons du reste certains autres. Mais la forme de dzog-tchen que vous connaissez est celle qui s'adapte le mieux aux mentalités chinoise et occidentale, lesquelles, sur un certain plan (celui du goût pour la vie active) sont très proches l'un de l'autre. Mais il est possible aussi d'accéder à l'éveil par la seule pratique de la télépathie. Ou encore, comme font certains yogins, de se retirer dans la solitude et de pratiquer certaines formes de méditation et de concentration. La différence essentielle entre les yogins et nous est que nous avons l'intention d'atteindre un but nettement défini et non, comme eux, l'ineffable.

- En termes clairs : à présent que dois-je faire ?

- Ce que nous faisons tous. Ce que j'ai fait moi-même en atteignant le stade où vous êtes. Je crois que la meilleure manière de vous faire comprendre ce que doit être votre Voie est de vous conter - très brièvement, rassurez-vous - ce que fut ma vie.

"Comme vous le savez, je suis né à Canton, fils d'une famille vouée, depuis des générations, au commerce de la soie. Mon père était, du fait de son milieu, un traditionaliste convaincu. Toutefois, en raison du mouvement moderniste qui se dessinait, à l'époque jusque dans la Cour Impériale, il décida, après mes études classiques, de me donner une culture occidentale : j'étais le deuxième fils et il entendait me "pousser" dans l'Administration. Je vins donc vivre, plusieurs années durant, dans votre pays natal. A mon retour, mon père était mort. Mon frère aîné ayant pris sa succession, je pus satisfaire mon goût inné des voyages et partis un peu à l'aventure. Cette aventure me conduisit ici, au Sin-Kiang qui, à l'époque, était à peine sinisé.

Pourquoi demandais-je mon admission, en tant que novice, à ce même monastère sans portes où nous sommes ? Ce fut, je le sais maintenant, pour répondre à un défi que je me lançais à moi-même : il était difficile de trouver, ailleurs qu'à Kliang-Si, un genre de vie plus éloigné de celui que j'avais mené jusqu'alors. Je n'avais jamais travaillé de mes mains : ici, qui ne travaillait pas manuellement, malades ou infirmes exceptés, ne mangeait pas ! D'ailleurs, cette nourriture elle-même me paraissait répugnante. Où étaient les plats raffinés de Canton ou de Paris ? Nous avions du millet en abondance, des légumes, du beurre rance et, rarement, un morceau de mouton puant ; le tout mangé, non avec des baguettes ou une fourchette mais, au mieux, avec une cuiller de bois et plus souvent avec les doigts. Je n'insiste pas : vous connaissez. Mais ce n'était là qu'un détail auquel je n'attribuais, malgré tout, pas plus d'importance qu'il n'en méritait. De même l'hygiène : je comprenais fort bien que, dans un pays aussi pauvre en eau, elle ne pouvait être que fort relative. A vrai dire, ce qui me rebutait le plus à Kliang-Si étaient le mépris affiché de toute érudition, la dureté des moeurs et l'irrespect général à l'égard de tous et de tout.

Sans être poète moi-même, j'appréciais hautement nos classiques, les T'ang notamment : Tou-Fou et Li Taï Pe, bien sûr, mais aussi d'autres, moins notoires. Mon instructeur feignait d'ignorer jusqu'à leur existence. La Littérature était si peu appréciée que l'enseignement se donnait oralement, dans un dialecte affreux, incompréhensible à un pékinois ou un cantonais ! Quant à la dureté des moeurs : vous la connaissez. Or, en ce temps-là, j'étais ce qu'il est convenu d'appeler un "bon jeune homme" et les instructeurs me paraissaient inhumains. En ce qui concerne l'irrespect, je ne crois pas que les premiers Pères du Tao aient pu aller beaucoup plus loin que leurs lointains disciples en ce domaine : le titre de Grand Maître Tchan inspire moins de dévotion aux tchanistes que chez vous les Chevaliers du Taste-Vin n'en manifestent à l'égard de leurs dignitaires. Je demandais un jour à l'instructeur si rien, vraiment, ne lui paraissait digne de respect. Il répondit brièvement, " - Si ! le Soleil ! " Je sus plus tard que, d'après la Tradition, le Soleil devait jouer un rôle capital dans la mutation à laquelle l'Humanité était promise.

Je ne reçus pas de brimades physiques. Ma constitution était sans doute trop fragile. On m'affecta, comme tout le monde, aux travaux des champs. Puis, comme j'avais manifesté l'intention de devenir un jour instructeur, on me proposa d'étudier l'astrologie du Tao, le Yi-King et d'autres arts divinatoires. Ces études n'étaient pas absolument nécessaires, précisa-t-on, mais elles me seraient d'une certaine utilité. Je n'arrivais pas à comprendre le rapport qui pouvait exister entre ces techniques vieillottes et la voie de libération que je désirais prendre. Je questionnais l'instructeur : "Est-il vraiment nécessaire de tenter de connaître l'avenir pour s'éveiller un jour ?

Il répondit : "l'homme ordinaire veut connaître l'avenir, le sage s'en moque !" Il employa, du reste, une expression beaucoup plus énergique que "s'en moque". Je comprenais de moins en moins. L'idée me vint que cette formation de devin, de "mage" que recevaient les candidats tao-tö-jen (ou du moins nombre d'entre eux) était tout simplement inspirée par des considérations utilitaires. Je ne croyais guère, à cette époque, aux arts dits "divinatoires". Je venais d'une Europe encore très marquée par la pensée des scientifiques du type Berthelot. Peut-être, pensai-je, profitant du fait que l'ensemble de la population chinoise professe une ferme croyance en la vertu de l'astrologie et du Yi-King, les tchanistes entendent-ils faire pratiquer ces techniques à leurs instructeurs afin de leur donner plus tard, lorsqu'ils seront loin de Kliang-Si, les moyens de gagner leur vie ? Ceci exactement comme ils leur eussent appris

l'acupuncture ou la taille du jade ? Je questionnais encore. On me répondit que je me trompais. L'astrologie du Tao, bien que basée, comme l'astrologie occidentale, sur des données astronomiques réelles, est avant tout un entraînement à la voyance. A plus forte raison, le Yi-King. Et la voyance - me dit-on encore - n'était pas recherché pour elle-même mais à cause de l'effort de concentration mentale qu'elle impose. Astrologie du Tao et Yi-King rejoignaient, en somme, la Parapsychologie. Bizarrement, mon esprit était, sur ce plan-là, plus ouvert qu'en ce qui concerne la divination pure et simple. Le fait était dû à la connaissance que j'avais des travaux de Charcot et de l'école de Nancy. Je ne savais pas trop pourquoi, hypnose et parapsychologie me semblaient aller de pair. Je devins moins réticent.

On me fit connaître les Sceaux en précisant que si tous étaient utilisés par les devins, quatre seulement avaient une importance réelle. Mais on ne me dit pas la raison de cette importance. On m'apprit quelque chose (que vous connaîtrez plus tard) et qui a nom : "Appel aux Forces". Parallèlement, on me fit pratiquer le Tsyng-Chen, puis on m'entraîna à la voyance, on m'enseignait le Shen-ti-Yan - que vous connaîtrez aussi. Mais tout cela a une allure de fou ! Il eût fallu, pour que chacune de ces techniques fût menée à bonne fin et donne des résultats positifs, des mois entiers d'entraînement suivi et exclusif. Mon instructeur me sommait de faire trois ou quatre choses à la fois, s'étonnait de ma mollesse et me conseillait d'abandonner pour le moment les exercices entrepris : "Vous y reviendrez plus tard" disait-il. Il insistait surtout sur la nécessité d'une bonne concentration mentale mais, lorsque, assis sur le sol, j'entreprenais de me concentrer, il me secouait l'épaule et m'envoyait travailler aux champs. Je savais, certes, que la voie du tchaniste était celle de la lutte à tous les instants de la vie ; mais je trouvais que les entrevues mises à ma progression étaient exagérées. Enfin, un jour, on me fit entreprendre de dzog-tchen...

Ce fut pour moi, beaucoup moins aisé que pour vous. Sauf en ce qui concerne le rappel du passé, tout me fut plus dur. Du fait de ma constitution, la simple station "bien droite" m'était une source permanente de difficultés. Je m'essayais au regard créateur. "Quel était aujourd'hui, l'objet de votre création ?", me demanda l'instructeur. Je répondis : "cette fleur!". Le lendemain, il me posa la même question et je lui dis : "ces nuages qui se font et se défont sans cesse dans le ciel...". Même question le troisième jour, à laquelle je répondis : "j'ai contemplé, comme si je la voyais pour la première fois, la petite pagode qui se trouve au Nord du village et j'ai évoqué le passé de la plupart des éléments qui la composent...". Mon instructeur me dit : "vous succombez au piège de l'esthétisme. Regardez plutôt ceci avec un regard neu !" Et il pousse du pied vers moi un tas de crottin qu'un chameau venait de laisser choir sur le sol de la placette. En ce qui concerne l'évocation des souvenirs et de l'ambiance dans laquelle se produisirent les événements qui devaient les susciter, les choses marchèrent à peu près. Par contre, (ce que peut-être vous comprendrez mal) l'évocation d'une possible fin atroce me bouleversa. En dépit de la flatteuse légende, basée sur notre coutume de tout faire pour ne pas "perdre la face" les nerfs d'un Chinois ne sont pas plus solides que ceux d'un Européen : les miens étaient très fragiles, à l'époque. Mais ce qui fut pour moi le plus difficile, ce fut la cinquième phase du dzog-tchen, la "désidentification", à cause de son caractère artificiel.

En Occident, j'avais appris que le fondateur du Christianisme, Saint-Paul, estimait que l'homme se compose d'un corps, d'une âme et d'un esprit. Plus tard, à l'époque des Lumières, l'homme, en Occident, était devenu un être double : corps/âme ou matière/esprit. La science du vingtième siècle naissant

affirmait qu'en réalité l'être humain formait un tout en quelque sorte inséparable et les premiers travaux de Freud donnaient à entendre qu'esprit et matière, quelle que soit leur nature, influaient fortement l'un sur l'autre. Il me semblait voir, dans cette prétention à situer le "je", l'être véritable, hors du corps et du psychisme, une résurgence des idées pauliniennes, infiltrées dans la philosophie du Tao par le canal des adeptes de Nestorius. Mon instructeur me dit que les nestoriens n'avaient rien à voir là-dedans. Je lui fis remarquer le caractère artificiel de la désidentification. Il me répondit : "Cuire les aliments est artificiel. Pourtant, qui, ayant mangé des aliments cuits, consentira à se nourrir exclusivement de racine crues ? " Je décidai de jouer pleinement le jeu, obtins quelques maigres résultats dont je fis état. Alors, mon instructeur m'invita à partir, à regagner mon domicile et à reprendre mes activités d'autrefois. Il ajouta : "continuez le travail sur vous-même et, lorsque vous sentirez que le temps est venu, regagnez Kliang-Si..."

Je revins à Canton.

"Durant un certain temps, l'enseignement Tchan m'écoeura. A part le fait que j'avais perdu quelques kilos, je ne voyais pas bien ce que je pouvais mettre à son actif : je ne me sentais pas le moins du monde "éveillé". Certes, par instant, lorsque je parvenais à exécuter cette très théorique et très artificielle expulsion de mon "je" hors de mon "corps/psychisme", je ressentais, fugitivement, "quelque chose". Mais des mois d'efforts pour parvenir à ce résultat! - alors que mon instructeur m'avait dit : "dans trois mois, si vous travaillez sérieusement, vous connaîtrez un éveil partiel." J'avais travaillé sérieusement. Mais où était l'éveil ? J'abandonnai tout entraînement...

Et puis un jour... Je recevais un client, en remplacement de mon frère. Ce client était un vieil homme, très cérémonieux, maniaque. La conservation se perdait en mille détours, en mille fioritures quand, brusquement, une idée me frappa :

l'éveil, ce n'était pas le résultat du dzog-tchen - c'était le dzog-tchen lui-même, constamment vécu! j'avais eu, à son égard, une attitude fautive - excusez-moi - occidentale. J'avais pratiqué le dzog-tchen comme un exercice qui doit, s'il est bien conduit, aboutir à un résultat ; je m'étais comporté comme un curiste qui se dit : je suivrai cette cure durant tant de jours - un petit verre toutes les deux heures - et au bout de ce laps de temps, il se produira telle chose ou la cure aura échoué. Je me trompais totalement!

Lorsque, dans le dzog-tchen, un individu évoque le passé d'une chose ou d'un être en les "créant" du regard, il sent le caractère instable de cet être de cette chose et, de l'évocation du passé, malgré lui, sa pensée se porte inconsciemment vers le futur de cet être ou de cette chose et il en sent l'impermanence mieux qu'il ne ferait en l'évoquant avec des mots. Lorsqu'il pense à son propre passé et qu'il songe à ce que l'avenir peut avoir de redoutable, il étend à ce que l'on considère comme "lui-même", ce sentiment d'impermanence. Lorsque, par un effort délibéré, il entreprend de se regarder vivre, penser, avec "les yeux d'un autre", il voit ce que le présent a de fragile pour la créature qui est dite être "lui". L'homme est, tout simplement, celui qui fuit le rêve et regarde la réalité, c'est-à-dire l'instabilité - en permanence.

Je dois dire qu'en cet instant je doutais de la possibilité de maintenir en permanence cette sensation... d'impermanence. L'être humain s'habitue à tout, voit le pire et se hâte de penser à autre chose. De plus, un autre écueil était constitué par le fait que les obligations de la vie courante, interdisent le maintien de la sensation d'impermanence des agrégats - comme disait Sakia Mundi. A la réflexion, cet écueil me parut extraordinairement redoutable : le

seul fait de l'apercevoir constituait pour l'homme le somnifère par excellence, celui que empêche tout éveil.

Et cependant! Alors qu'un jeune homme qui attend sa fiancée peut penser sans arrêt à elle sans pour autant cesser un travail qui peut être fort complexe, pourquoi la notion d'impermanence de toute chose ne pourrait-elle être maintenue à longueur de journée quelles que soient les occupations? La grosse difficulté semblait résulter du fait que le dzog-tchen comporte plusieurs éléments qui doivent, en principe, faire l'objet d'efforts distincts. Je me décidai à agir comme suit : avant mon départ de Kliang-si, mon instructeur m'avait enseigné un petit poème : celui dont je vous ai communiqué la teneur. J'appris ce poème par coeur et, chaque matin, dès le réveil, j'essayais, en l'utilisant comme aide-mémoire, de pratiquer le dzog-tchen sans arrêt, toute la journée. Je vous ferais grâce du détail : il y eut des hauts et des bas. Puis, un jour, je m'aperçus que les choses se passaient ainsi : en me levant, un des "articles" du dzog-tchen apparaissait à mon esprit. Il s'agissait généralement du cinquième - la désidentification. Puis, le premier geste requérant mon attention me faisait perdre le fil mais, dans ma tête, la comptine - je l'avais mise en musique - la comptine trottait. De façon quasi automatique, l'état d'esprit dzog-tchen reparait dès que mes occupations devenaient moins absorbantes : en fait, les trois quarts du temps. Je découvris ainsi que, la plupart du temps, ma pensée était consacrée au rêve, aux évocations vagues et non à ce qui touchait aux occupations quotidiennes. Du reste, de plus en plus, "l'état dzog-tchen" persistait durant que mon esprit s'occupait de ces obligations. Les pensées simples, tout d'abord, celles qui sont proches de l'automatisme, furent surveillées par un "je" placé, peut-être arbitrairement, un peu en retrait de mon crâne. Un "je" qui, au même moment, regardait l'impermanence de ce corps/psychisme qui était pour les hommes "lui", impermanence accordée à celle du milieu. Et de plus en plus, corps et psychisme sentaient qu'ils étaient le produit d'expériences qui continueraient cette formation jusqu'au jour où, l'expérience totale étant terminée, eux, corps et psychisme, disparaîtraient comme toute chose. Et un jour, je sentis que cet état était devenu permanent. Cette compréhension entraîne un corollaire inévitable : la constatation du fait que le temps est inerte, que le temps est autre chose que l'expérience sans cesse renouvelée du mental constatant (pour sa part) l'impermanence de toute chose.

Comprenez-vous ce que je veux dire? Le mental voit les choses impermanentes parce qu'il se meut, avec elles, au long d'un temps fixe. Dans l'éveil, le "je" (qui est peut-être une forme de mental, mais de mental détaché du milieu) constate que ce n'est pas, selon la phrase fameuse "la rivière qui coule mais le pont qui se déplace".

Vous le voyez : mon expérience est, en ses débuts, assez différente de la vôtre. Vous aboutirez, pourtant, aux mêmes résultats finaux. Mais je dois vous en dire plus. Lorsque, vraiment, je vécus le dzog-tchen, j'entrepris de reprendre, dès le début, tout l'entraînement Tchan. Longuement, je m'exerçai à la concentration mentale tout en m'efforçant de maintenir cette sensation

quelque sorte et sentant bien qu'il s'agissait d'un rêve. Peu à peu, une foule hurlante s'amassait derrière moi et se joignait à la course. J'étais bientôt rejoint et les coups commençaient à pleuvoir. Je ne ressentais rien et, les deux premières nuits, je me contentais d'attendre la fin du rêve. Il se terminait abruptement et enchaînait sur un tout autre spectacle (dont je reconnus aussi la nature onirique). Mais la troisième nuit, j'en eus assez. Dès que je vis la foule s'amasser derrière mon premier poursuivant, je décidais de me retirer du jeu. Et je sombrais, si je puis dire, dans un sommeil sans rêve dans lequel, cependant, je conservais la notion de l'existence d'un corps et d'un intellect en repos

En ce temps-là, je pratiquais aussi, pour le plus grand bien de ma santé, je dois le dire, le Shen-ti-Yan (je vous expliquerai plus tard en quoi cela consiste). Je pratiquais quelque peu l'Appel aux Forces et contribuais ainsi, à ma surprise, à l'amélioration de l'affaire fraternelle. Mais je m'exerçais surtout aux deux formes de voyance, en insistant, comme mon instructeur me l'avait recommandé, sur la concentration. Cette concentration, je la pratiquais aussi en m'exerçant aux Sceaux. Il me faut préciser qu'à cette époque, j'en savais moins que vous en ce qui concerne les possibilités des ces Sceaux : j'ignorais tout encore, du "Dit des Anciens". Or, un jour, alors qu'attendant le venue d'un client dans le bureau de mon frère, je m'efforçais de pratiquer les Sceaux aussi correctement que possible, tout en maintenant la sensation du "je" un peu en retrait de l'occiput et en concentrant mon psychisme sur les gestes exécutés par mes mains, j'eus, à l'instant où je venais de tracer le Sceau "qui chasse le Gardien", un éblouissement. Je ne dirai pas que les yeux de mon corps et mon psychisme furent éblouis tandis que le "je" contemplait la scène car ce n'est pas vrai. Mais j'eus cette impression. Cet éblouissement dura le temps d'un éclair et tout redevint normal. Je regardais autour de moi et ne vis tout d'abord rien de changé. Puis un détail me frappa : sur le bureau, près de ma main, cette proximité m'ayant empêché de le remarquer tout d'abord, se trouvait un appareil téléphonique. Or, je savais qu'aucun appareil téléphonique ne se trouvait, ne devait se trouver dans la maison. Quelques mois plus tôt, mon frère avait envisagé l'installation d'un appareil de ce genre puis avait renoncé par crainte d'indisposer l'élément conservateur de sa clientèle. J'appelais un employé et lui demandais depuis combien de temps nous avions le téléphone. C'était un vieil homme, très maître des expressions de son visage et il répondit simplement que l'appareil était là depuis près de trois mois.

Mais je vis bien qu'il pensait que l'amnésie me guettait. Après son départ, je terminais les Sceaux. Et j'eus un autre éblouissement. Aussitôt après, je regardais devant moi : l'appareil téléphonique avait disparu. Je ne dis rien à personne, mais le lendemain, ayant fait mes adieux, je repartis pour Kliang-Si. Je relatais mon expérience, mon "hallucination" et l'on me parla enfin du "Dit des Anciens". Je sus qu'involontairement, j'étais entré en communication avec un univers autre - très "banal" du reste - et plus tard, beaucoup plus tard, on m'apprit comment un "homme" pouvait, définitivement, quitter cet univers-ci pour en gagner un autre, plus "jeune" comme l'exige la Règle datant des Anciens..."

Le jeune homme avait écouté ce récit en silence. Lorsque le vieillard se fut tu, il prit la parole :

- Je crois, dit-il, qu'en effet je puis, un jour ou l'autre réaliser les mêmes choses. Donc, j'admets ce que vous dites, sous réserve d'inventaire. Mais comment pouvez-vous être certain du fait que, volontairement, des hommes peuvent quitter cet univers de façon définitive pour en gagner un autre ?

- La Tradition affirme que Bouddha, Lao-Tseu, les incarnations in-

diennes et d'autres que je préfère ne pas citer, malgré tout, étant données vos origines, étaient des hommes qui VENAIENT d'un autre univers que le nôtre. Je ne pense pas que ce que peut affirmer la Tradition vous soit une preuve et à moi non plus. Mais j'ai personnellement l'expérience de rencontres avec des hommes "d'ailleurs" et j'en ai aidé d'autres à quitter notre univers. Vous aussi, plus tard, vous fournirez une aide de ce genre et vous pourrez alors juger. Et peut-être sollicitez-vous cette aide pour vous-même...

- Je ne crois pas!

- Sincèrement, moi non plus. Mais, savez-vous que déjà, quoique de façon tout à fait involontaire et négative, vous avez contribué à ce genre de "passage" ?

- Comment cela ?

- Tout simplement en quittant le monastère quand on vous l'a demandé. Vous souvenez-vous qu'à trois reprises, depuis que vous êtes ici, nous vous avons prié de vous rendre au village sans vous fournir d'explications ?

- Je me souviens : dans les trois cas, il s'agissait d'un adepte qui allait mourir. J'ai pensé que des cérémonies funèbres allaient être célébrées et que la présence d'un étranger était inopportune. Cela m'a un peu surpris car les tchanistes ne me paraissaient guère portés au cérémonial, funèbre ou autre. Ce qui m'a surpris également est le fait que les novices étaient, comme moi, invités à déguerpir. Peut-être, me suis-je dit, s'agit-il d'une cérémonie funèbre à l'usage des seuls initiés ?

- C'était bien cela, à un détail près : la cérémonie n'avait aucun caractère funèbre, au contraire. Il s'agissait, en fait, de "ramener" l'adepte agonisant à quelque vingt années en arrière. Ou plus exactement, de favoriser son passage dans un univers rigoureusement semblable au nôtre, mais plus "jeune" de vingt années...

- Dites-moi : vous me permettrez bien cette remarque : Tchan - la doctrine Tchan - se veut rationnelle et même, d'une certaine façon, rationaliste. Elle prétend ne faire appel qu'à l'expérience, une expérience que tout homme peut faire. Si quelqu'un lui reproche de ne pas suffisamment tenir compte de la raison, elle répond : selon le point de vue humain, le Cosmos n'est pas "raisonnable", cartésien. Le Yang et Yin n'expliquent pas tout et il est possible de répondre à certaines questions à la fois par oui ET par non. Vous ne nous croyez pas ? Expérimentez! Elle repousse tout argument d'autorité, toute foi aveugle. Je suis, jusque là, en parfait accord avec elle. Mais, lorsque nous abordons les cérémonies que vous venez d'évoquer, tout change. Qu'est votre cérémonie du "passage" sinon un rite religieux ? Quelle différence y a-t-il entre le "passage" et les cérémonies pré-funèbres de certains cultes, par lesquelles l'agonisant est "équipé" pour se présenter devant Dieu ? Certaines, du reste, sont appelées "cérémonies du passage..."

Maître Wou sourit :

- A mon tour, dit-il, de solliciter une permission : celle d'ouvrir une brève parenthèse avant de répondre à votre question. Je voudrais vous dire la raison du peu de respect que nous manifestons à l'égard de tout et de tous. Pour nous, comme pour les mystiques, Dieu seul est vraiment respectable. Mais pour nous, le Royaume de Dieu commence au-delà du Cosmos ET de ce qui le dirige ou l'organise. Au-delà du Tao... Maintenant, je vais répondre à votre question bien que, à vrai dire, votre propre expérience à venir y répondra mieux que je ne puis faire. Supposez un instant que, au cours d'une cérémonie funèbre - ou pré-funèbre selon votre expression - cérémonie qui est censée

préparer l'agonisant à une autre vie, certaines paroles soient prononcées et certains gestes soient faits. Supposez encore qu'à un certain moment, la conjonction d'un geste et d'un mot - ou son - doive, d'après le rituel, provoquer l'arrêt brusque des fonctions vitales ET QUE TOUT SE PASSE EFFECTIVEMENT AINSI ?

- je dirai, fit le jeune homme, que le bonhomme vient d'être tué par l'auto-suggestion.

- Et si la cérémonie a lieu HORS DE SA PRESENCE ?

- Télépathie...

- Si les facultés télépathiques de l'agonisant, comme c'est parfois le cas, avoisinent zéro ?

- Certains phénomènes morbides peu connus amènent peut-être une modification, une amélioration temporaire de ces facultés...

- Et si - ce fut le cas récemment - l'agonisant n'agonise pas le moins du monde mais est, au contraire, un homme en pleine force, pas du tout télépathe, et qui a décidé de son plein gré, après mûre réflexion, de quitter cet univers-ci pour un autre, pour y oeuvrer ?

- Là, je ne sais plus, mais mes connaissances et mon intelligence sont assez limitées et il existe certainement une réponse à votre question, réponse que je ne puis trouver. De toute façon, un certain apport de foi est quand même exigé...

- Cela est vrai, mais reconnaissez qu'il est réduit au minimum. Nous récusons l'argument d'autorité, la foi aveugle. Disons, si vous voulez, que vous acceptons la foi myope. Le fait de savoir qu'à l'instant où, certaines paroles étaient dites, le geste qui "fait éclater le point" étant fait, CE POINT ECLATE, nous suffit. Nous ne sommes que dans certaines limites des maniaques de la Preuve...

- Et, peut-on savoir ce que sont ces paroles et ce geste ?

- On peut, oui. A la troisième initiation. Je pense que vous comprendrez le caractère dangereux que présenterait cette connaissance si elle venait à tomber entre des mains inexpertes. La désidentification ne confère pas automatiquement la sagesse : il faut, pour obtenir celle-ci (au sens habituel du terme) l'expérience, qui donne la compréhension, l'intelligence des faits. Vous en êtes à la première initiation. Je vous ai dit ce que doit être la seconde : elle doit être réalisée solitairement par la mise en pratique de ce qui est enseigné durant la première. Pour la troisième, celle qui m'attendait à mon retour à Kliang-Si, elle se fait en commun : plusieurs adeptes ayant atteint le second degré se réunissent sous le contrôle d'un du troisième. D'un responsable...

- Et, que vais-je faire à présent ?

- Vous attaquer à la deuxième initiation. Tout seul. Dès demain, vous partirez vers le Nord-Ouest avec une caravane. Vous aiderez à conduire ici les troupeaux que nous avons acquis près du Yagden. Li-Wang, qui dirigera l'expédition, vous enseignera en cours de route les rudiments de l'entraînement à la voyance et à la concentration. Mais ne comptez pas trouver en lui une aide : ceci mis à part, il ne vous sera d'aucune utilité. VOUS DEVEZ APPRENDRE A VIVRE LE DZOG TCHEN TOUT SEUL! A votre retour, quatre ou cinq mois se seront écoulés. Cela devrait suffire.

- J'aime voyager, dit le jeune homme. J'accepte donc. Et, tout compte fait, dans la mesure où vous entendez faire de moi un adepte - ou un instructeur - pour mon bien, comme l'on dit, je vous remercie. Mais je sais, par expérience que, lorsque c'est possible, Tchan aime faire d'une pierre deux coups.

En quoi, je vous le demande, puis-je, dans l'avenir, être utile à Tchan ?

- Nous sommes, dit Maître Wou, dans une province d'un vaste pays qui a beaucoup contribué à civiliser les hommes et qui, dans l'avenir, a son rôle à jouer dans les réalisations de l'espèce. Ce pays est, depuis longtemps, en proie à une extraordinaire anarchie. Mais cela ne peut durer et déjà des signes apparaissent. Un ordre nouveau apparaîtra. Le simple bon sens dit que cet ordre nouveau sera instauré par les marxistes. Marxiste ou non, peu importe, tout ou presque est préférable au désordre actuel. Mais une jeune nation marxiste sera forcément intolérante. Les futurs maîtres du pays tenteront certainement d'enrôler Tchan sous leur bannière. Nous ne pouvons accepter parce que, durant quelques décennies, cette bannière sera celle de l'intolérance. Il nous faudra donc partir ou nous cacher. Si nous partons, où irons-nous ? Pour la plupart, dans un quelconque pays d'Asie, en raison de nos origines ethniques. Mais si, en dehors de vous, nous pouvons recruter quelques instructeurs occidentaux, alors il vaudra la peine de tenter de faire connaître Tchan hors d'Asie. Le Tao en décide... N'oubliez jamais que les hommes sont plus encore frères que les meilleurs d'entre eux n'imaginent.

LES PUISSANCES BENEFIQUES SONT AVEC VOUS. EN VOUS!

Nous voici arrivés au terme de ce qu'il nous est possible de vous enseigner par textes ronéotypés. A ce stade, votre attitude peut être une des suivantes :

1° / Vous considérez notre enseignement, pris dans son ensemble, comme un fatras imbécile. Si tel est le cas, nous sommes à votre disposition pour vous rembourser toute somme éventuellement versée.

2° / Ce que nous vous disons ne concorde pas avec vos conceptions personnelles. Nous vous disons alors : "Merci d'avoir bien voulu prendre connaissance de nos textes. Nos routes se séparent. Nous vous souhaitons bonne route et bonne chance.

3° / Ce qui vous avait attiré dans la Technique du Tao est notre affirmation que, par nos procédés parapsychologiques, vous pourriez agir directement sur votre propre destin. La compréhension du fait que, dans notre univers, inerte temporellement, une modification de destin personnel est possible, n'est accessible qu'aux adeptes ayant terminé leur seconde initiation, mais c'est ainsi. Si, vraiment, vous n'êtes intéressé que par des résultats matériels immédiats ALORS QU'IL Y A TELLEMENT MIEUX A FAIRE, laissez de côté le dur, le très dur, dzog-tchen pleinement vécu et spécialisez-vous dans une branche parapsychologique. Vous y réussirez après un entraînement plus ou moins long selon vos capacités personnelles. Ainsi font les shamanes et les magiciens bön-po. Nous signalons toutefois que seule, dans ce domaine, la voie télépathique vous mènera à une forme d'éveil, forme différente de celle que vous ouvre le dzog-tchen car axée sur la "parenté lignes" existant entre "êtres-points" appartenant à une même espèce où, si vous préférez, sur la fraternité humaine ; sur le fait que d'une certaine façon, le "je" personnel est lié au " JE " de l'Humanité prise dans son ensemble. Dans cette voie, ce n'est qu'à un très haut degré de réalisation que le contact avec d'autres univers s'établit.

4° / Vous recherchez l'éveil et vous vous demandez si, oui ou non, le dzog-tchen vous permettra de l'obtenir, ferme et intangible. Nous vous proposons un pari pascalien mais dont le résultat vous sera connu "dans votre corps de chair". Pratiquez le dzog-tchen VIVEZ-LE. Et sachez "par coeur" l'exécution des Sceaux de manière à devenir capable de les terminer DANS N'IMPORTE QUELLES CIRCONSTANCES. Exercez-vous à la concentration - mais attendez pour cela de VIVRE le dzog-tchen. Les procédés de concentration mentale que nous préconisons sont les plus aptes à votre propos. Nous vous conseillons particulièrement celui qui est à la base de l'entraînement à la voyance sans support et la concentration sur les chiffres. Cette concentration sera conjuguée avec la désidentification. Ce n'est pas facile, loin de là. Mais cela est faisable. Cela s'est fait, cela se fait encore et cela se fera. Beaucoup de travail est nécessaire.

C'est surtout aux personnes appartenant à ce quatrième groupe, à cette famille d'esprit, que nous nous adressons maintenant. Nous leur disons :

- Beaucoup de contradictions vous apparaissent. Beaucoup de questions se posent à vous.

Bien que d'un niveau plus élevé, ces contradictions sont du genre : "Il est impossible que les antipodes existent car ces gens mourraient par afflux du sang à la tête". Vous savez, vous que les antipodes existent bel et bien et vous savez pourquoi leur existence est possible mais il fut une époque où, faute d'éléments d'information, vos aïeux pouvaient raisonnablement s'exprimer ainsi. Ils constatèrent la réalité du fait longtemps avant d'en comprendre les causes.

Quant aux questions proprement dites! Elles sont légion. En voici quelques-unes :

Pourquoi Tchan n'insiste-t-il pas, comme d'autres, sur la nécessité de l'altruisme, sur l'amour pour les créatures ?

- Parce que, pour l'homme éveillé, la chose va de soi. Existe-t-il des manuels modernes d'hygiène insistant sur la nécessité de tenir ses pieds propres ?

Quel parallèle peut-on établir entre ce que propose Tchan et ce que proposent divers ésotérismes ? Quelle équivalence entre leur terminologie et celle qu'utilisent les tchanistes ?

- Ceci ne présente aucun intérêt. Il n'est pas possible de courir plusieurs lièvres à la fois et chaque voie exige une vie entière d'"être-point" pour que le but soit atteint. Soyez tchaniste ou autre chose. Ne cumulez pas les efforts. Vous perdriez sur les deux tableaux.

Est-il possible qu'un homme encore non éveillé accède, accidentellement, à la perception fugace d'un autre univers ?

- La réponse est : "oui".

Qu'arriverait-il si un homme éveillé, désidentifié, ayant exécuté, de la façon qui convient, les premiers Sceaux, se "retrouvait" dans un autre univers et omettait de tracer les derniers Sceaux ?

- La réponse est : ceci ne doit en aucun cas se produire. Ce serait très grave pour l'homme éveillé, en tant qu'"être-point". C'est pour cela que nous disons qu'il est nécessaire d'apprendre à pratiquer les Sceaux en toutes circonstances. Il en est d'étranges.

A ces questions, nous pouvons donner, comme vous le voyez, des réponses partielles. Il en est d'autres dont vous devrez trouver vous-même la solution. Celle-ci, par exemple :

Est-il possible à ce que nous appelons un être humain de dépasser le stade du "Grand Etre", celui du Tao et d'atteindre ce que les mystiques de la Bakti appellent Dieu ou l'Absolu ?

D'autres questions constituent, en fait, de faux problèmes et leur solution ne vous apporterait rien. Elles correspondent à un état d'esprit scholastique et ne peuvent prouver que l'état de profond sommeil de qui les.

L'important est que vous sachiez que :

- Seul est sauvé, celui qui veille sans cesse, dans l'impermanence de toute chose".

"Tu ne dois pas chercher le Bouddha. Tu es le Bouddha".

"Le royaume des cieux est en vous..."

Et voici, maintenant, notre dernier conseil :

Pratiquez le dzog-tchen.

Faites que votre vie SOIT le dzog-tchen.

Ce sera dur, très dur. Il est bien plus tentant de songer (en dehors du temps consacré à vos occupations absorbantes) de songer à la perspective des vacances prochaines ou au prochain spectacle de la télévision. C'est un fait. Plus facile aussi, de songer à tel ennui de façon non dirigée. (Nous voulons dire : il est plus facile de s'abandonner à une idée fixe funeste plutôt que de

diriger volontairement sa pensée sur l'impermanence des choses et la sienne propre en tant que corps/psychisme). Il est même beaucoup plus aisé de s'astreindre tous les jours, à heure fixe, à des exercices psychologiques complexes et de pratiquer la méditation. Mais il faut que vous compreniez bien ceci : un être éveillé est, sur un plan qui n'est pas celui du "monde", une sorte d'aristocrate. Tout se paye. Rien n'est obtenu sans que quelque chose soit donné en échange : pour obtenir l'éveil, il faut donner son rêve. Comprenez que l'homme qui VIT l'impermanence de toute chose est aussi loin, dans ses rapports avec le réel, de celui qui se comporte, en dépit de sa compréhension purement intellectuelle, comme si toute chose était permanente, que ce dernier est, lorsqu'il veille, du dormeur perdu dans ses rêves. L'éveil est simple : IL FAUT LE VIVRE. C'est tout. Agissez ainsi. Et, quand vous sentirez que ce premier but est atteint : qu'il est temps, pour vous, de "revenir", faites-nous le savoir. Vous connaissez l'adresse. Ne vous inquiétez pas, pour le moment, si vous ne "sentez" aucun contact avec quelque chose qui n'est pas de notre univers : l'important n'est pas là mais dans l'état d'esprit très spécial qui doit devenir vôtre en permanence. Pour certains, parmi les meilleurs, cet état est le but ultime.

Parallèlement, cherchez si, autour de vous, certaines personnes sont susceptibles d'être intéressées par notre enseignement. Dans l'affirmative, ne nous demandez pas de leur adresser des textes, nous ne sommes des "marchands de papier" que par nécessité.

Prêtez plutôt à ces personnes vos propres textes. Soyez, au moins dans les débuts, leur instructeur. Vous aiderez ainsi autrui et autrui vous aidera ultérieurement car, pour parvenir à la troisième initiation, l'existence d'un groupe est nécessaire.

Même si notre actuel instructeur venait à disparaître prochainement, Tchan vous retrouverait pour peu que vous le désiriez.

Nous vous souhaitons, maintenant, bon courage : le courage vous sera nécessaire.

Mais n'oubliez pas que :

LES PUISSANCES BENEFIQUES SONT AVEC VOUS...

E N V O U S . . .