

Histoire du développement du livre:

La prise de conscience de la Conscience, avec un soupçon de samadhi

Sauver la méditation, l'objectif initial dans une présentation contemporaine

En règle générale, on interroge la science sur ce genre de sujets. J'avais moi-même étudié la physique et les mathématiques et suivi des cours de psychologie. Tout comme le Dr Faust de Goethe, je voulais découvrir « ce qui fait tenir le monde ».

J'ai découvert beaucoup de choses, énormément de choses, mais malheureusement aucune réponse aux questions concernant ma propre existence. La science n'était et n'est toujours pas prête à aborder ce sujet, et elle ne peut pas non plus le faire de la manière que nous souhaiterions, c'est-à-dire de manière égocentrique et subjective.

Il y a aussi les religions. J'ai été pendant de nombreuses années membre actif d'une paroisse chrétienne et j'ai ensuite découvert d'autres communautés religieuses. Mais me contenter de croire n'était pas mon truc, je recherchais la connaissance, pas la foi. J'ai donc connu le même sort que le pauvre Dottore :

« Me voilà, pauvre fou, aussi sage qu'auparavant ! »

Que faire ?

« Aucun chien ne voudrait vivre aussi longtemps ! C'est pourquoi je me suis abandonné à la magie... »

Bon, pas en pratique, mais j'avais aussi plongé mon nez dans la littérature magique, même si, en tant que scientifique, cela me semblait trop suspect. Il en allait autrement du yoga, on parlait de la science du yoga, cela me semblait familier et prometteur.

Et en effet, les écrits indiens tels que les Vedas ou la Bhagavadgita répondaient à mes questions, mais comme je le savais déjà de la religion, la réponse m'était simplement présentée. Il est possible que les écrits originaux contenaient des approches méthodologiques qui m'auraient permis d'obtenir ces réponses par ma propre expérience et réflexion, mais je ne savais ni lire ni comprendre le sanskrit.

Les traductions en anglais ou en allemand ne m'ont pas non plus été d'une grande aide, car l'original utilisait un langage imagé et symbolique. Il provenait d'une époque et d'un milieu culturel où l'on accordait encore une confiance illimitée au professeur ou « gourou », rendant ainsi toute explication superflue et toute demande d'explication considérée comme une insulte. Le fait que beaucoup de mes collègues de yoga à qui j'ai demandé conseil pensaient simplement savoir n'a pas aidé non plus.

J'étais dans une impasse, je ne savais plus quoi faire, j'ai baissé les bras et je me suis plongé dans le travail et les heures supplémentaires. Ou j'ai essayé de suivre l'exemple de Johann Strauss: « Celui qui n'aime pas le vin, les femmes et le chant restera un imbécile toute sa vie ».

Ma préoccupation « enterrée » sommeillait au plus profond de moi et n'est réapparue qu'à l'âge de cinquante ans pour réclamer une nouvelle chance. Et maintenant ? Comme le Dr Faust, devais-je encore vendre mon âme au diable ?

Heureusement, j'ai eu une meilleure idée. Auparavant, je m'étais principalement appuyé sur la science et les sagesses éprouvées, c'est-à-dire, selon Schopenhauer, j'avais principalement pensé avec des esprits étrangers. Il était temps d'agir davantage selon Emmanuel Kant :

« Sapere aude ! Ose utiliser ton propre entendement... sans te laisser guider par quelqu'un d'autre. »

Dès 1908, Swami Vivekananda écrivait en substance : si les rishis, les anciens sages indiens, avaient raison, tout ce qu'ils avaient autrefois perçu et rapporté devrait encore être perceptible et expérimentable aujourd'hui. Il me suffirait donc d'ouvrir les yeux, de comparer attentivement et d'en tirer mes propres conclusions mûrement réfléchies, au lieu de croire ce que d'autres ont pensé ou pensent.

Les choses ont enfin commencé à avancer petit à petit, mais il m'a fallu près de deux décennies supplémentaires pour atteindre mon objectif. Dans la science classique, grâce à une méthodologie objective, quelques personnes ont pu rassembler des connaissances pour beaucoup d'autres. Cependant, lorsqu'il s'agissait de choses objectivement incompréhensibles, chacun devait créer ses propres connaissances de manière subjective. Heureusement, des « outils » scientifiques tels que la cohérence, la reproductibilité et l'absence de contradiction pouvaient également être appliqués à des éléments subjectifs, permettant ainsi d'acquérir des connaissances approfondies, même si elles n'étaient « que » subjectives. Les deux types de connaissances se sont avérés précieux, comme l'a rapporté David Servan-Schreiber, médecin et chercheur :

« Après avoir passé vingt ans à étudier et à pratiquer la médecine, principalement dans de grands hôpitaux universitaires occidentaux, mais aussi auprès de médecins tibétains et de chamans amérindiens, j'ai acquis certaines connaissances essentielles qui se sont avérées utiles tant pour mes patients que pour moi-même. À ma grande surprise, ce ne sont pas les méthodes que l'on m'a enseignées à l'université... »

Eva apprécie la science, tant que cela est possible et utile. Mais elle ne s'arrête pas lorsqu'un domaine scientifique lui est inaccessible, Eva va plus loin...

Sauver la méditation, l'objectif initial dans une présentation contemporaine

Une autre approche a été déterminante pour ce livre.

Les écrits anciens, généralement sous forme de traductions fidèles à l'original (du moins je l'espère), me transportaient régulièrement dans un monde féérique rempli de choses et de capacités incroyables. Un yogi assis confortablement sur une planche cloutée et lisant son journal quotidien était tout à fait inoffensif. Mais je n'avais pas fait des études pour m'occuper de telles « absurdités » et j'ai d'abord profondément regretté d'avoir acheté ce genre de littérature.

D'un autre côté, je m'étais rendu à plusieurs reprises à Rishikesh, dans l'ashram de Swami Sivananda. Il était yogi ET médecin formé à la médecine occidentale, alors pourquoi racontait-il lui aussi de telles « absurdités » dans ses écrits ? Y avait-il peut-être un malentendu ?

Une citation de Sri Chinmoy me vint à l'esprit :

« Au fil des siècles, la connaissance de la signification profonde de ces versets et de ces concepts aurait toutefois presque entièrement disparu, et l'aspect extérieur aurait été considéré comme leur signification complète. »

Ne faudrait-il pas se concentrer davantage sur la signification intrinsèque plutôt que de se limiter à la description extérieure ? Il s'agissait de l'être humain, mais une comparaison entre les descriptions modernes et les représentations des anciens écrits permettrait-elle d'en révéler la signification intrinsèque ? Et en effet, ce n'est qu'en comparant que j'ai progressivement pu dissiper les malentendus.

Et j'ai lentement compris comment l'accent mis sur les méthodes objectives nous avait permis d'atteindre des progrès techniques sans précédent. Mais comment, dans le même temps, le fait de négliger les méthodes subjectives d'introspection nous avait ramenés à une obscurité spirituelle dont nous nous étions déjà échappés, il y a des milliers d'années... du moins en tant que petite minorité.