

Le courage sans duperie

Par le Sakyong Mipham Rinpoché

Mon père, Chögyam Trungpa Rinpoché, a présenté les enseignements Shambhala en Occident. Ces enseignements sont intitulés « la voie sacrée du guerrier », car ils mettent en avant le courage comme un facteur important qui détermine l'issue de notre futur personnel, ainsi que de l'avenir du monde.

La bravoure est définie comme « l'acte de se manifester à la fois sur le plan personnel et sur le plan social ». Si nous exprimons notre potentiel, la libération naîtra. Sinon, c'est la confusion qui surgira. Le courage est ce moment où nous nous manifestons à 110 pour cent. Il s'agit de faire preuve de courage, de détente et d'intuition sans réserves pour être tout simplement. Cette capacité à être tout simplement, nous l'atteignons en cultivant une attitude stable et directe envers le moment présent.

Être un guerrier, c'est faire l'expérience de la vie debout sur nos deux pieds, sans la compagnie de nos schémas habituels. Pour s'engager dans la vie avec bravoure, nous devons être prêts à nous libérer de la duperie. La tradition Shambhala considère tout aspect de notre vie comme un chemin potentiel pour cultiver l'esprit du guerrier. Mais si nous utilisons nos activités comme tampon nous empêchant d'être, elles deviendront le terreau de schémas habituels et de traits de lâcheté – caractéristiques de tromperie qui nous empêchent d'être totalement présent.

Si nos vies s'appuient sur la duperie, elles s'enracinent dans le pur mensonge. Si l'on compare la tromperie à l'assise du cavalier, nous sommes quelque peu de travers ! Si l'on affrontait un cavalier lors d'une joute – qui représenterait des qualités telles que l'authenticité, l'absence d'ego et la bonne humeur – nous tomberions de notre selle. Si nous désirons nous orienter vers ces principes et les intégrer, notre esprit et notre vie se doivent de tenir la bonne posture.

L'aveuglement qui nous empêche d'être courageux provient de ne pas vivre éveillé, dans le moment. C'est le résultat d'évitement de la vertu relative et absolue. Sur le plan relatif, nous sommes incapables d'être forts dans notre situation personnelle et sociale ; par conséquent, nous trompons notre épouse, nos enfants, nos amis. Puis, à un niveau ultime, quand il s'agit de suivre une voie spirituelle, nous sommes déjà habitués à suivre une dynamique fondée quelque peu sur la duperie. C'est difficile d'être totalement honnête et de suivre les instructions.

Il est logique que le préalable pour regarder les choses en face soit le courage, car se confronter aux faits est un acte courageux. On ne peut continuellement se cacher derrière des excuses. Les excuses que nous utilisons se divisent en trois catégories.

La première est la duperie de la langue fourchue. Parce que nous sommes incapables de regarder les choses en face, nous les évitons. Le schisme dans notre esprit atteint nos lèvres, et nous disons une chose tout en faisant autre chose. Avec des mots, nous recouvrons notre vie d'une toile de duperie. Nous avons l'impression qu'à force d'élaborer la duperie, elle finira par devenir réalité.

La seconde excuse consiste à être lâche. Être lâche signifie que nous nous complaisons dans notre propre couardise. Nous ne sommes pas du tout motivés pour la dépasser avec bravoure. C'est comme d'être paresseux ou coincé comme si on était persuadé qu'on ne peut être autrement. Dans la pratique de la méditation, nous n'avons pas de réelle intention de stabiliser

notre esprit, générer de la douceur, ou découvrir notre bonté intrinsèque. Socialement, nous n'avons aucun désir de rencontrer de nouvelles personnes ou d'expérimenter de nouvelles choses. Donc, tout comme le courage est un état d'esprit, il en est de même pour la lâcheté. En fait, nous pensons être, mais empreints d'une telle duperie, nous nous sommes bernés nous-mêmes.

La troisième excuse est la duperie elle-même. La tromperie est devenue notre stratégie. On pourrait même en ressentir presque un plaisir pervers. Alors qu'un sentiment de gêne pourrait accompagner les deux premières excuses, celle-ci est teintée de fierté. Elle se transforme en une déformation intellectuelle, alors que la lâcheté est d'ordre plus émotionnel et parler un double langage relève davantage de la paranoïa. La duperie dénote une certaine ingéniosité et un soupçon d'insondabilité. On peut ainsi attirer d'autres personnes grâce à la tromperie intellectuelle.

Ces schémas d'auto-tromperie nous permettent d'utiliser n'importe quelle expérience comme une cachette. Par exemple, nous pouvons nous servir de nos croyances religieuses pour nous cacher. Au lieu d'avoir plus de compassion et d'être plus prévenants envers les autres, nous déformons la doctrine en un voile pour entretenir notre narcissisme. Nous pouvons nous servir de n'importe quelle religion pour perpétuer la duperie lorsque nous ne sommes pas reliés à ses principes profonds.

Ou alors nous pouvons nous cacher dans un trou noir scientifique. Parce que nous nous sentons mal à l'aise, particulièrement dans notre corps, nous essayons d'avoir une sensation d'être dans l'esprit. Puisque la science en général traite de deux domaines – le niveau micro et le niveau macro – nous nous retrouvons toujours dans une autre dimension. Nous n'avons pas appris à être. En science, il existe une tendance au nihilisme. Être courageux signifie donc établir un rapport avec la qualité manifeste de la bonté qui est imperceptible, difficile à localiser et impossible à mesurer, mais qui est néanmoins absolument nécessaire si l'on veut s'engager totalement dans la vie.

Nous pouvons aussi nous engager dans la duperie à un niveau plus terre à terre, où cuisiner, nettoyer, être parent devient une forme de fuite. Lorsqu'on s'affaire constamment avec un certain orgueil nombriliste, ces aspects utiles mais mondains de la vie nous servent de refuge face à un plus grand sens de bravoure.

Une autre forme évidente de duperie est l'usage de drogues, d'alcool et d'autres stimulants. Cela révèle une incapacité de base à nous relier à notre esprit et donc à nos vies. On se sent euphorique, mais on ne va pas de l'avant. Cette forme de tromperie peut s'infiltrer dans tous les domaines de la vie, nous laissant hiberner dans une attitude de couardise. Tôt ou tard, nous devons prendre notre courage à deux mains, dégriser et avancer.

La duperie n'est pas un signe de difficultés karmiques. Elle indique plutôt un manque d'honnêteté et de perspicacité. Recherchant constamment des sensations fortes dans une quête désespérée d'amour ou d'une nouvelle expérience fantastique, nous manquons de bravoure face à notre vie. En essayant d'éviter l'ennui, la douleur, l'effort et le travail, le vieillissement et autres caractéristiques du samsara et de l'impermanence, nous manquons de courage face à la réalité du monde. En nous faisant faussement croire que nous avons des expériences diverses de méditation alors que nous sommes incapables de nous asseoir dans la simplicité de notre esprit, nous manquons de courage face à l'insondabilité de notre propre être. Dans toutes ces situations, la tromperie est le résultat d'un état général de lâcheté qui indique un manque de force. Cela nous empêche d'aborder les choses avec franchise, stabilité et constance.

En réalité, la vie est en perpétuel mouvement. On ne peut pas passer au ralenti, ou presser le bouton « sauvegarder » et y revenir plus tard. La vie vient à nous continuellement ; ou plus précisément, nous sommes toujours en route vers la vie. Être hésitant, ne pas aborder la vie en allant de l'avant a des répercussions. La vie nous poursuit et nous met la pression, nous obligeant à aller de l'avant. Avec lâcheté, nous sommes alors forcés de gérer les problèmes à un rythme accéléré, au-delà du confortable ou du commode.

Selon la vision Shambhala, les êtres humains possèdent la bonté fondamentale, et par conséquent, comme les oiseaux, ils sont conçus pour aller de l'avant. Paradoxalement, les enseignements nous disent que pour aller toujours de l'avant, il nous faut d'abord retourner à nos origines : le terrain primordial de bonté fondamentale. Ce voyage en arrière démarre avec la stabilité, la constance et la franchise que nous appliquons en méditation. Nous nous familiarisons alors avec le courage d'être sans duperie – pas de recoins cachés dans notre esprit ou notre vie. Une telle intimité avec nous-mêmes nous apporte à la longue la capacité de nous engager dans la vie sans manipulation, sans effusion ni contorsion. Libérés de la duperie, nous pouvons aller de l'avant dans tous les domaines – dans la vision de nous manifester avec bravoure.

© Mipham J. Mukpo, 2011

www.sakyong.com

Les Traductions Manjushri, France, mai 2012

www.manjushri.shambhala.fr