



# Jean Klein

## « La conscience et le monde »

(extraits)

« Toute question que nous pouvons nous poser sur notre vraie nature surgit du sentiment d'être, sinon nous ne pourrions même pas concevoir la question. Elle naît spontanément de la réponse elle-même. Dès que le chercheur se perdra dans le silence, s'abandonnera à l'intuition de la vérité, il découvrira qu'il est lui-même cette vérité. Le chercheur est ce qui est cherché, et ce qui est trouvé. Cette découverte n'est pas soumise aux limites du temps et de l'espace. C'est une vision immédiate. Dans cette

perspective l'adorateur perd toute activisme, toute volution, et dans le même temps, sa réalité même d'adorateur. Il se perçoit comme adoration. Une fois que l'adorateur et l'adoré ont disparu, il ne reste que l'unité. C'est alors que nous pouvons réellement parler de véritable intimité avec nous-mêmes, nous connaissons notre propre vérité, notre essence, notre axe véridique. »

« La méditation implique l'absence que quelqu'un qui médite et d'un objet de méditation, l'absence d'une relation sujet/objet. Seule cette vraie méditation, conscience atemporelle, peut nous affranchir des contraintes exercées par les réactions automatiques de la pensée et de la mémoire. Cette conscience libère et règle \_sans aucun désir de la faire\_ les énergies engagées dans ces réactions ».

« L'état de méditation, notre vraie nature, n'est pas à proprement parler un état. C'est l'humus même, le substrat de tous les états. Il n'y a pas d'anticipation, pas de projection, pas de tension vers un but ou un résultat. C'est une présence silencieuse. Nous ne pouvons distinguer ni intérieur, ni extérieur, aussi ne pouvons-nous la situer ni physiquement, ni psychologiquement. Au-delà du temps et de l'espace il y a l'être. »

« Le maître est établi dans la non - dualité et, par sa présence et par ses paroles, il montre au disciple qu'il est le connaisseur de l'énigme. Quand le disciple est convaincu qu'il est le connaisseur de la vacuité, il s'ouvre à la nouvelle dimension de la non - dualité. Dans cette ouverture, l'énergie qui immobilisait la vacuité se dissout. Les paroles du maître surgissent directement de cette liberté à laquelle le disciple aspire le plus profondément, elles éveillent cette liberté chez le disciple. Le guru ne libère pas le disciple, mais il le conduit au seuil de cette liberté. Le disciple est accueilli par sa propre autonomie Il voit alors qu'il n'a rien atteint et qu'il a toujours été libre. Il constate que la vacuité appartenait à l'esprit et qu'il est désormais pour toujours sur l'autre rive. »

« Notre état naturel n'exige aucun savoir. Soyez libre de savoir et de non-savoir, d'action et de non-action. Nulle volonté n'est requise pour voir que vous êtes conditionné. En voyant en un instant tout ce que vous n'êtes pas, vous ne vous projetez dans aucun état, parce qu'il n'est pas possible de concevoir un état non conditionné. Ainsi en voyant ce qui est

faux, il y a un lâcher-prise spontané. Ce qui demeure est un état non conditionné, au-delà de toute conceptualisation, ce que vous êtes. »



Celui qui brûle de connaître sa vraie nature doit d'abord comprendre qu'il s'identifie par erreur aux objets : «je suis ceci», «je suis cela». Toute identification, tout état, est transitoire, par conséquent sans réalité. Identifier le «je» à ceci ou cela est la racine de l'ignorance. Demandez-vous ce qui est permanent au cours de toutes les phases de la vie. Vous découvrirez que la question : «qui suis-je?» n'a pas de réponse. Vous ne pouvez pas expérimenter ce qui est permanent dans une relation sujet/objet comme quelque chose de perceptible. Vous pouvez seulement formuler et expliquer ce que vous n'êtes pas. La continuité que fondamentalement vous êtes ne peut se traduire en mots ou se rationaliser. Être est non-duel, absolue présence sans éclipse, quelles que soient les circonstances.

Si nous considérons le connaisseur indépendamment du connu, il se révèle comme pur témoin. Quand connaissance et connaisseur ne font qu'un, il n'y a plus de place pour un témoin.

Toute imagination est irréaliste, car basée sur la mémoire. Mais tout ce qui n'est pas anticipé, tout ce qui est inopiné, qui provoque la surprise, l'étonnement, provient de la réalité vivante. La recherche du plaisir naît de la souffrance, de la mémoire. Accueillez la vie comme elle se présente, ne mettez pas l'accent sur le monde mais changez votre attitude à son égard. Votre conception du monde, de la société, a sa source dans la croyance que vous êtes un ego séparé. Soyez votre totalité et le monde changera. Le monde n'est pas autre chose que vous. Le monde est en vous, la société commence avec VOUS.



Vous dites que nous ne devrions pas commencer par tenter de changer le monde mais notre attitude à son égard. Quand vous dites que l'existence est le film mais que nous ne sommes pas le film, entendez-vous par là que nous sommes la lumière qui éclaire le film?

Oui. Vous ne pouvez changer le film parce que tous les efforts pour le modifier relèvent du film.

Vous identifier à votre corps et à votre personnalité vous bride, vous rend dépendant. Nos perceptions sensorielles reposent sur les constructions de la mémoire et impliquent un connaisseur. Nous devons étroitement examiner la nature du connaisseur. Cela requiert toute notre attention, tout notre amour. Ainsi vous découvrirez ce que réellement vous êtes. C'est l'unique sadhana. Se résorber dans la conscience de sa vraie nature est liberté. Notre vraie nature prend tout en charge.

Les images naissent et meurent dans le miroir de la conscience, et la mémoire crée l'illusion d'une continuité. La mémoire n'est qu'un mode de pensée, elle est purement transitoire. C'est sur ce fondement instable que nous construisons tout un monde de situations. Cette illusion fait obstacle à la claire vision.

Lutter pour nous améliorer ou pour progresser ne fait que rajouter à la confusion. Les apparences extérieures peuvent nous induire à croire que nous avons atteint un état de stabilité, que des changements ont survenu, que nous progressons et que nous sommes au seuil de la grâce. En fait, rien n'a changé. Nous n'avons fait que changer les meubles de place. Toute cette activité se déroule dans l'esprit, c'est le roman de notre imagination.

Tout est beaucoup plus simple que cela. Pourquoi faire si compliqué? Ce que vous êtes fondamentalement est toujours là, dans sa globalité. Cela ne nécessite ni purification, ni changement. Pour votre vraie nature, il n'y a pas de ténèbres. Vous ne pouvez découvrir ou devenir la vérité car vous l'êtes. Il n'y a rien à faire pour vous en rapprocher, rien à apprendre. Rendez vous seulement compte que vous essayez constamment de vous éloigner de ce que vous êtes. Cessez de gaspiller votre temps et votre énergie dans des projections. Vivez cet arrêt sans paresse ni passivité, habitez pleinement la fraîcheur que vous trouverez en cessant d'espérer et d'anticiper. C'est aussi votre sadhana.

Il n'y a rien à perfectionner dans la réalité. Elle est perfection. Comment pourriez-vous vous en rapprocher davantage? Il n'y a aucun moyen matériel pour l'atteindre.

**N'est-ce pas fataliste de dire que nous ne pouvons changer le film?**

Dire : fataliste implique que vous vous identifiez au film, que vous vous soumettez à lui. En fait, le film se déroule et vous êtes le spectateur. Être hors de l'écran vous donnera une nouvelle perspective sur ce qu'est réellement le film. A partir de cette vue globale qui n'est plus un point de vue, qui est hors du temps et de l'espace, tout se produit dans une absolue simultanéité. Aussi n'y a-t-il rien à changer.

**Pour revenir à ce dont nous parlions auparavant, vous avez dit que le monde change quand la perception que j'ai de lui change. Comment est-ce possible?**

Celui qui a atteint sa pleine maturité, qui se connaît sciemment, ne se pliera pas nécessairement aux conventions sociales. Un tel être agira au bon moment, suivant ce que la situation indique, sans que personne ne soit lésé d'une quelconque façon. Si vos actes sont régis par vos désirs, vous n'avez aucune espèce de liberté. Par contre, si vous faites ce que réclame la situation, vous faites ce qui est juste, et vous et votre entourage êtes libres.

Un sage n'a pas la moindre pensée d'être une personne quand il agit, sent ou pense. L'ego est totalement absent. L'ego n'est rien de plus qu'une pensée et deux pensées ne peuvent cohabiter simultanément. Aussi l'identification à l'ego ne peut avoir lieu qu'une fois disparue la pensée rattachée à l'objet. C'est alors seulement que l'ego déclare sienne cette pensée. Ce sens de la propriété : «j'ai vu ceci », «j'ai fait cela », intervient après le fait et n'a rien à voir avec le fait. Une fois que ce mécanisme est clairement perçu, vous comprenez que l'identification que vous aviez précédemment prise pour une réalité n'est qu'une illusion. Vous n'êtes pas le propriétaire de la situation pas plus que vous n'en êtes l'esclave. Votre vraie nature est au delà. Le silence de la conscience n'est pas un état, c'est le continuum où tout état, toute chose apparaît et disparaît. Les mots que nous utilisons dans l'état de veille pour parler de ce non-état sont une expression de cette conscience. Quand nous vivons dans la conscience, tout est expression de cette conscience.

Le monde que vous percevez n'est rien d'autre que leur roman de votre imagination, basé sur la mémoire, la peur, l'angoisse et le désir. Vous vous êtes retranché dans ce monde. Voyez cela sans vous jeter sur des conclusions et vous serez libre. Vous n'avez nul besoin de vous affranchir d'un monde qui n'existe que dans votre imagination.

Ce que vous prenez pour une réalité est simplement un concept surgi de votre mémoire. La mémoire surgit de l'esprit, l'esprit du témoin, le témoin de votre vraie nature. Vous êtes le témoin, le spectateur placé sur la rive et regardant le fleuve couler. Vous ne bougez pas, vous êtes au delà du changement, au delà du temps et de l'espace. Vous ne pouvez percevoir ce qui est permanent parce que vous l'êtes.

N'alimentez pas les concepts dont vous avez fait vos fortifications ou l'image que les gens ont de vous. Ne soyez ni personne ni rien, contentez-vous de rester à l'écart de ce que la société vous demande. Ne jouez pas son jeu. Cela vous établira dans votre autonomie.

L'exemple, si souvent utilisé dans le Vedanta, du serpent et de la corde, d'un côté se réfère au monde et, de l'autre, à la réalité ultime. Le serpent représente le monde des objets où nous rencontrons les personnalités, les pensées, et l'affectivité. La corde symbolise la réalité ultime, le silence de la conscience. Une fois que nous cessons de prendre la corde pour le serpent, l'idée du serpent disparaît et nous voyons la corde pour ce qu'elle est réellement. Il est parfaitement naturel que l'erreur perde sa substance et se dissipe quand la vérité devient évidente. Étant donné qu'une pensée fait partie intégrante de l'illusion, il lui est impossible de nous révéler la réalité ultime. Le « fait-d'être », la toute présence, qui est la source de toute expérience, est au delà de la dualité expérimentateur/expérimenté. Quand l'accent se trouve sur la conscience et non sur la pensée ou sur la perception, nous entrons progressivement dans une détente profonde, à la fois sur le plan neuro-musculaire et sur le plan mental.

Si nous observons avec détachement l'apparition et la disparition de tous les états que nous expérimentons, nous parvenons bientôt à appréhender que chaque état, chaque perception, chaque pensée sont réabsorbés dans une connaissance informulée, une connaissance qui est l'être. Ce continuum, seule réalité, est là avant que ne commence l'activité. Immergez-vous dans cette tranquillité chaque fois qu'elle se fait sentir.

Vous ne pouvez vous attendre à ce que la réalité surgisse, car elle est toujours là. Les événements apparaissent et disparaissent. N'oubliez jamais le caractère fugitif de toute expérience, c'est tout ce que vous avez à faire et la porte de la grâce s'ouvrira devant vous. Dès que des opinions et des réactions telle que «j'aime, je n'aime pas», interfèrent, vous retombez dans une habitude subjective et vous tissez autour de vous un filet, vous perdez de vue votre vraie nature. Les sentiments de sympathie et d'antipathie vous font tourner le dos à votre vraie nature. Vos concepts de changement, de progrès, en mieux ou en pire, sont fragmentaires et subjectifs. Quand vous regarderez le monde depuis votre totalité, le monde changera en vous. Vous êtes le monde.

**Est-ce que l'absence de pensée que j'expérimente dans la méditation est proche de ma vraie nature? Est-ce la tranquillité dont vous parlez ?**

Dans ce que l'on nomme ordinairement la méditation, vous cherchez sciemment à vous débarrasser de toute intention et de tout concept. Ainsi vous vous trouvez devant un écran vide de pensées, qu'elles soient objectives ou subjectives. Ces pensées éliminées, d'autres, plus coriaces, apparaissent, vous envahissent sans discrimination, et elles aussi, vous les chassez. Il est vrai qu'au bout d'un certain temps de pratique, l'activité mentale diminue. Cependant, si le chercheur n'est pas guidé par un maître authentique, le vide de l'écran restera toujours un mystère. Le silence de la conscience dont nous parlons est au delà de la présence ou de l'absence des pensées et des mots, au delà de l'action ou de la non-action. Tout surgit de la tranquillité qui est au delà de l'esprit, de la tranquillité qui est au delà de l'effort de s'affranchir des pensées, et tout s'y résorbe. Rien, absolument rien, ne peut affecter cette tranquillité. Le savoir objectif nous parvient par l'instrument organique adéquat, mais le silence de la conscience ne requiert aucun instrument.

**Est-ce que les conflits et les guerres sont inhérents à l'être humain ?**

Les conflits appartiennent à l'ego, pas à l'être humain. Dans votre vraie nature qui est unité aucun conflit n'est possible. Tension, rivalité, agressivité ne concernent que l'ego. Demandez-vous seulement à quel point vous êtes soumis à vos habitudes, à vos opinions qui sont la source de perpétuels conflits. Observez comment fonctionne votre esprit, observez-le sans idées préconçues. Un moment viendra où vous vous trouve-

rez dans l'observation et non dans l'esprit. Puis, quand toute tension aura disparu, vous vous rendrez compte que vous êtes la lumière qui brille au-delà même de l'observateur. La réalité n'est ni un produit de l'esprit, ni le résultat d'une caravane de pensées, elle est, c'est tout. Vous devez comprendre que vous ne pouvez jamais trouver votre vraie nature dans une perception. La seule méthode que nous pouvons suggérer est d'observer sans analyse la façon dont votre esprit réagit dans les diverses circonstances de la vie quotidienne. Ne modifiez pas votre vie pour coïncider avec un concept. Vivez comme vous le faisiez, pensant et sentant, soyez simplement conscient que ce sont des fonctions. Ainsi vous vous en libérez spontanément. Ensuite la personnalité que vous pensez être disparaîtra. Il ne restera que le témoin. Au terme, même lui se résorbera dans la connaissance ultime.

Ce qui surgit d'inattendu, d'impromptu, sans cause, libre de tout passé, ce qui surgit sans racines, ce qui ni ne s'épanouit ni ne se flétrit, ce qui est le plus naturel, libre de toute tension, c'est cela votre vraie nature.



Celui qui a atteint sa pleine maturité, qui se connaît sciemment, ne se pliera pas nécessairement aux conventions sociales. Un tel être agira au bon moment, suivant ce que la situation indique, sans que personne ne soit lésé d'une quelconque façon. Si vos actes sont régis par vos désirs, vous n'avez aucune espèce de liberté. Par contre, si vous faites ce que réclame la situation, vous faites ce qui est juste, et vous et votre entourage êtes libres.

Un sage n'a pas la moindre pensée d'être une personne quand il agit, sent ou pense. L'ego est totalement absent. L'ego n'est rien de plus



qu'une pensée et deux pensées ne peuvent cohabiter simultanément. Aussi l'identification à l'ego ne peut avoir lieu qu'une fois disparue la pensée rattachée à l'objet. C'est alors seulement que l'ego déclare sienne cette pensée. Ce sens de la propriété : «j'ai vu ceci », «j'ai fait cela », intervient après le fait et n'a rien à voir avec le fait. Une fois que ce mécanisme est clairement perçu, vous comprenez que l'identification que vous aviez précédemment prise pour une réalité n'est qu'une illusion. Vous n'êtes pas le propriétaire de la situation pas plus que vous n'en êtes l'esclave. Votre vraie nature est au delà. Le silence de la conscience n'est pas un état, c'est le continuum où tout état, toute chose apparaît et disparaît. Les mots que nous utilisons dans l'état de veille pour parler de ce non-état sont une expression de cette conscience. Quand nous vivons dans la conscience, tout est expression de cette conscience.

Le monde que vous percevez n'est rien d'autre que leur roman de votre imagination, basé sur la mémoire, la peur, l'angoisse et le désir. Vous vous êtes retranché dans ce monde. Voyez cela sans vous jeter sur des conclusions et vous serez libre. Vous n'avez nul besoin de vous affranchir d'un monde qui n'existe que dans votre imagination.

Ce que vous prenez pour une réalité est simplement un concept surgi de votre mémoire. La mémoire surgit de l'esprit, l'esprit du témoin, le témoin de votre vraie nature. Vous êtes le témoin, le spectateur placé sur la rive et regardant le fleuve couler. Vous ne bougez pas, vous êtes au delà du changement, au delà du temps et de l'espace. Vous ne pouvez percevoir ce qui est permanent parce que vous l'êtes.

N'alimentez pas les concepts dont vous avez fait vos fortifications ou l'image que les gens ont de vous. Ne soyez ni personne ni rien, contentez-vous de rester à l'écart de ce que la société vous demande. Ne jouez pas son jeu. Cela vous établira dans votre autonomie.

L'exemple, si souvent utilisé dans le Vedanta, du serpent et de la corde, d'un côté se réfère au monde et, de l'autre, à la réalité ultime. Le serpent représente le monde des objets où nous rencontrons les personnalités, les pensées, et l'affectivité. La corde symbolise la réalité ultime, le silence de la conscience. Une fois que nous cessons de prendre la corde pour le serpent, l'idée du serpent disparaît et nous voyons la corde pour ce qu'elle est réellement. Il est parfaitement naturel que l'erreur perde sa substance et se dissipe quand la vérité devient évidente. Étant donné qu'une pensée fait partie intégrante de l'illusion, il lui est impossible de

nous révéler la réalité ultime. Le « fait-d'être », la toute présence, qui est la source de toute expérience, est au delà de la dualité expérimentateur/expérimenté. Quand l'accent se trouve sur la conscience et non sur la pensée ou sur la perception, nous entrons progressivement dans une détente profonde, à la fois sur le plan neuro-musculaire et sur le plan mental.

Si nous observons avec détachement l'apparition et la disparition de tous les états que nous expérimentons, nous parvenons bientôt à appréhender que chaque état, chaque perception, chaque pensée sont réabsorbés dans une connaissance informulée, une connaissance qui est l'être. Ce continuum, seule réalité, est là avant que ne commence l'activité. Immergez-vous dans cette tranquillité chaque fois qu'elle se fait sentir.

Vous ne pouvez vous attendre à ce que la réalité surgisse, car elle est toujours là. Les événements apparaissent et disparaissent. N'oubliez jamais le caractère fugitif de toute expérience, c'est tout ce que vous avez à faire et la porte de la grâce s'ouvrira devant vous. Dès que des opinions et des réactions telle que «j'aime, je n'aime pas», interfèrent, vous retombez dans une habitude subjective et vous tissez autour de vous un filet, vous perdez de vue votre vraie nature. Les sentiments de sympathie et d'antipathie vous font tourner le dos à votre vraie nature. Vos concepts de changement, de progrès, en mieux ou en pire, sont fragmentaires et subjectifs. Quand vous regarderez le monde depuis votre totalité, le monde changera en vous. Vous êtes le monde.

