

Chapitre 1

L'ascension intérieure

« Oui, je me souviens, et mon âme s'épanche
au-dessus de moi. »

Psaume 42, 5

*Du « Vers toi, Seigneur, j'ai élevé mon âme »
au « Lève-toi vers toi-même »*

Ad te, Domine, levavi animam meam, « Vers toi, Seigneur, j'ai élevé mon âme ». C'est le chant qui ouvre l'année liturgique, la première pièce du graduel quand on ouvre un livre de chant grégorien. On pourrait dire que tout le mouvement de l'année liturgique est déjà contenu dans cet élan, cette montée initiale des premiers mots. Et si j'avais été un moine médiéval et que j'avais voulu faire tenir tout ce message dans l'enluminure du A initial, à la fois début de l'alphabet et début de l'année, j'aurais représenté une colombe qui évoque, nous le verrons ci-dessous, l'essor de l'énergie-esprit en nous le long de l'axe central. Cette âme-souffle qui s'élève répond comme un écho au *lekh lekha*, « Lève-toi vers toi-même » du Cantique (2, 10) dont nous reparlerons dans notre commentaire (IV^e partie). Le rapprochement des deux suggère l'harmonisation de la voie de la dévotion et de la voie de la connaissance à partir d'un certain niveau d'évolution. La véritable ascension intérieure n'est pas inverse, mais complémentaire de l'enracinement. L'association de ces deux forces nous étire et grandit entre terre et ciel et nous permet d'avoir, selon l'adage bien connu, « la tête dans le ciel et les pieds bien sur terre ». Les chrétiens

grecs parlent d'*eirénikê katabasis*, la descente paisible dans l'hésychasme. De même que deux billes lancées dans un bol finiront par se retrouver au fond, immobiles l'une contre l'autre, de même notre conscience des latéralités se dirige vers un axe central où elle finit par venir se reposer.

Puisque nous avons commencé par parler de la tradition chrétienne, nous pouvons mentionner le « Lève-toi et marche » de Jésus aux infirmes. Il y a en chacun une énergie qui doit se lever si nous voulons que « ça » marche en nous. C'est cela le vrai miracle de la rencontre avec le spirituel, qu'il se présente sous forme subtile ou incarnée dans une personne physiquement présente. Pour que cette rencontre porte son fruit, il faut évidemment que le sujet qui a une demande de son côté ait confiance. C'est pour cela que le Christ dit : « Va, ta foi t'a sauvé. » L'élévation de cette énergie intérieure a un pouvoir magnétique, si l'on peut dire, sur le mental et permet une absorption complète de celui-ci. C'est l'interprétation spirituelle du Christ annonçant sa crucifixion : « Une fois élevé de terre, j'attirerai tous les hommes à moi » (Jn 12, 31). Il se compare aussi en cela au serpent d'airain de Moïse dressé dans le désert, ce qui est un archétype on ne peut plus explicite de montée d'énergie. Quand celle-ci s'élève le long de cet arbre de vie qu'est la colonne vertébrale, elle permet à la conscience de voir son Bien suprême, de même que Zachée avait grimpé sur un arbre pour voir Jésus et être vu de lui (Lc 19, 1-4).

Notre corps mental est comme une barque dans la tempête. Si la colonne se redresse, si l'énergie s'éveille, la fureur des flots s'apaise comme par magie. C'est une façon intérieure de lire l'épisode de Jésus qui dormait dans la barque de ses disciples quand survint une tempête sur le lac ; en se réveillant, il ordonna à celle-ci de se calmer.

Nous allons développer en détail ce thème de l'ascension, car l'interprétation subséquente de textes de l'Ancien et du Nouveau Testament ainsi que de certains récits de l'Inde et de la Grèce en dépend. L'abondance des images ainsi que la diversité des lieux et des époques d'où elles proviennent feront plus que de longs développements théoriques pour rendre compte de l'importance de l'ascension intérieure dans les traditions spirituelles et de la façon dont elle s'incarne comme en un microcosme dans le sujet qui s'intériorise.

Pour commencer, l'homme est un animal traversé par la verticale. Par rapport aux quadrupèdes qui ont la face tournée vers le sol où ils espèrent indéfiniment trouver quelque nourriture, l'homme est en

position pour regarder l'horizon, c'est-à-dire qu'il est capable de voir beaucoup plus loin que lui-même. Ce redressement, on le sait, a permis l'ouverture de la région laryngée et l'apparition de la parole, donc l'émergence de cette conscience qui lui est extrêmement liée. De même, dans l'histoire de l'individu, le nouveau-né peut à peine tenir le dos droit et ne parle pas, puis peu à peu il se redresse, d'abord assis puis debout, et parallèlement développe la capacité de s'exprimer. Il en va de même dans l'évolution spirituelle : au début nous sommes voûtés, le mental plein de soucis, et n'arrivons même pas à exprimer notre aspiration intérieure, puis petit à petit nous nous redressons, nous émergeons du marécage de nos préoccupations et nous pouvons apercevoir la ligne d'horizon, et même un peu de ciel au-dessus. Ainsi se vérifie jusque dans le spirituel cette loi bien connue de la biologie : l'ontogenèse, c'est-à-dire le développement de l'individu, résume la phylogenèse, c'est-à-dire celui de l'espèce.

Avant de se mettre à la pratique, le sujet ne perçoit guère son dos, il est comme invertébré du point de vue de la conscience ; puis petit à petit sa posture se redresse et il acquiert si l'on peut dire la dignité des êtres vertébrés : mais c'est tout un travail de réussir à redresser l'anthropopithèque en nous. Avant cela, nous sommes bons pour mériter les célèbres insultes du Capitaine Haddock, non seulement anthropopithèque, mais aussi australopithèque et j'en passe... Même si nous ne réussissons pas complètement ce redressement, nous aurons eu au moins la satisfaction d'avoir mis un peu d'ordre, d'avoir imprimé une certaine directivité ascendante à cette agitation du mental et des sensations qui sans cela est réellement « sans queue ni tête ». Il s'agit de déplier le corps pour déployer l'âme, et, de toutes façons, l'ascension est une nécessité pour éviter bien des désagréments. Héraclite ne disait-il pas : « Tout ce qui rampe reçoit sa part de coups¹ » ? Rûmi indique clairement la force qui nous fait nous redresser : « Par l'amour, ce qui était courbé est devenu droit, sans l'amour, ce qui était droit devient courbé². » Ailleurs, il dit encore plus directement : « Lève-toi et purifie-toi de toi-même³. »

Le mot autorité vient du latin *auctoritas* qui est de la même racine qu'augmentation : quand l'énergie monte, augmente dans le dos, une autorité, une prestance, un charisme naturel se dégage de notre personne. Ne dit-on pas d'ailleurs « avoir de l'ascendant » ? A ce moment-là notre force vitale se transforme naturellement en pensée, puis en conscience pure. Cicéron avait sans doute pressenti cela

quand il disait en une formule brève mais pleine : « Pour l'être docte, vivre, c'est penser⁴. »

Le corps-montagne

Pour cette partie, nous ferons référence au beau livre de Marie-Madeleine Davy *La Montagne et sa symbolique*⁵, et un certain nombre de références que nous donnerons viendront de celles qu'elle a rassemblées grâce à ses lectures étendues sur le sujet. Elle y mentionne Samivel qu'elle connaissait personnellement et qui écrit dans l'introduction à un de ses livres sur la montagne : « Nous allons aborder un grand sujet, peut-être le sujet des sujets, le rapport de l'homme avec la hauteur⁶. » Au Moyen Age, quand quelqu'un voulait prendre la vie monastique, on disait : « Il, ou elle part pour la montagne » ou « Il, ou elle monte au désert ». Les deux sont d'ailleurs traditionnellement liés, le désert préparant à la montagne, le détachement amorçant la montée de l'énergie chez le contemplatif. Le sommet de la montagne est l'endroit sur lequel tombe la foudre, il est un pilier qui soutient le ciel et le lieu des noces de celui-ci avec la terre. Dans une des versions de la Table ronde, c'est en haut de la montagne de Montsalvat que se trouvait le calice du Graal que cherchaient les chevaliers du roi Arthur. Calice et montagne ont d'ailleurs tout deux une forme conique qui se répond comme en miroir. Le Graal peut alors correspondre aussi à ce centre qu'on peut sentir s'ouvrir au sommet de la tête comme un calice orienté vers le ciel et dans lequel l'Inde voit un lotus. *Sommet* peut se dire *ras* en arabe, *shir* en hindi, deux mots qui signifient également *tête*. De même, dans certaines régions de France, on peut parler de tête pour désigner un sommet. Le contact entre le haut et le bas s'établit tel un arc électrique entre deux pôles de charges opposées et le schéma corporel habituel est comme effacé, « mis à plat » dans l'expérience d'unité. Nous retrouverons cela évoqué de multiples façons tout au long de cet ouvrage. Cette communication directe entre le haut et le bas est aussi ressentie dans le corps, ainsi peut-on comprendre par exemple : « Le Seigneur est dans les hauteurs et il ne voit que celui qui est humble » (Ps 138, 6) ou alors : « Les vallées s'entrouvrent sur l'Eternel » (Mi 1, 4). Elle est possible grâce aux canaux subtils dans lesquels circule le « vent » de l'énergie. On peut interpréter dans ce sens le Psaume 104, 4 :

« L'Eternel fait des vents ses messagers. » Nous parlerons plus des canaux dans le chapitre 3 de cette partie.

Le grand poète chinois Li Po (701-762) écrit :

*Les gens demandent :
Pourquoi habiter la montagne de jade ?
L'esprit libre, je ris sans répondre...
Monde au-delà du monde⁷.*

Le jade est légèrement transparent, il évoque le corps subtil du méditant, à la fois aérien et immobile comme une pierre précieuse. Les courants d'énergie s'y déplacent aussi rapidement que la lumière dans un joyau. Ceci amène à une joie au-delà du mental (*je ris sans répondre*), la joie du Soi qui observe (*monde au-delà du monde*). Nous reviendrons à ce symbole à propos du centre de la couronne.

Un autre poème chinois, cette fois de Tao-tseu, est intéressant pour sa symbolique ascensionnelle :

*Canne au poing, je recherchais l'ermite
Par un chemin abandonné en travers du temps
Comment accéder à sa grotte dans la paroi ?
La montagne résonne comme son luth⁸.*

La *canne au poing* signifie la maîtrise de l'énergie vitale qui circule dans la colonne. Nous n'avons d'habitude pas conscience de celle-ci (*chemin abandonné*), mais quand nous expérimentons son éveil, le mental s'arrête et donc le temps est suspendu (*abandonné en travers du temps*). Ce chemin nous mène à la tête (*grotte dans la paroi*) où nous pouvons percevoir le son intérieur, dont la forme pulsatile est d'habitude comparée à un son métallique, pincement de corde ou tintement de cloche (*la montagne résonne comme son luth*).

M.-M. Davy a bien senti qu'il y avait un rapport entre la montagne et le corps puisqu'elle a intitulé une section de son livre « L'homme-montagne ». Cependant, elle ne l'a pas développé explicitement comme nous le faisons dans cet ouvrage. Je pense que c'est parce qu'elle n'avait pas de pratique régulière de méditation selon les voies orientales ou la Cabbale, où le corps subtil et son fonctionnement sont explicités de façon beaucoup plus claire que dans la tradition chrétienne. Dans celle-ci, il est difficile de parler directement du corps subtil à cause de la prépondérance donnée à la dévotion.