

Dieu

dans la religion

dans la science

dans l'écologie

dans la musique

dans les traditions

dans la psychologie

dans la philosophie

Oeuvre collégiale

Cette citation soulève de nombreux points intéressants quant à la démarche à suivre pour une relation vivante avec le Dieu de notre cœur, mais également quant aux effets d'une telle relation dans notre vie. Il faut plonger dans les profondeurs de notre être pour atteindre le plan essentiel, fondamental, celui de l'âme, et laisser cette âme nous guider. Ce voyage intérieur exige un travail quotidien sur nous-mêmes et une grande discipline, mais nous pouvons emprunter différentes voies pour le réaliser.

3 – COMMENT INTÉGRER DIEU DANS SA VIE ?

Trois voies s'offrent à nous pour intégrer Dieu dans notre vie : la voie de la prière et de la méditation, la voie de la connaissance, et la voie de l'application. Bien que nous les étudions de façon séparée, une personne vraiment engagée dans une démarche spirituelle et mystique emploiera ces trois volets de façon complémentaire et intégrée.

La voie de la prière et de la méditation

La prière est fondamentalement une communication avec le Dieu de notre cœur et de notre compréhension.

La prière n'est pas une innovation, c'est un processus de remémoration de ce que nous sommes vraiment et de la façon dont nous sommes vraiment reliés les uns aux autres.

Larry DOSSEY.

La prière intensifie notre conscience de la présence de Dieu en nous et autour de nous, et crée l'unité entre les différents niveaux de notre être. C'est pourquoi toutes les traditions religieuses et mystiques recommandent la prière quotidienne, et même plusieurs fois par jour.

Un auteur inconnu affirme que la prière a quatre degrés :

— *Je parle à Dieu, il écoute* : ce degré correspond à la conception habituelle de la prière dans laquelle nous faisons des efforts conscients pour communiquer avec Dieu ;

— *Dieu me parle, j'écoute* : dans cette étape, nous nous mettons dans un état de réceptivité pour accueillir, dans notre vie quotidienne, les réponses que Dieu peut nous faire de différentes façons (inspiration, événement, opportunité, rêve, etc.) ;

— *Aucun ne parle, les deux écoutent* : c'est le vécu d'un état d'harmonie et de communion qui peut être ressenti autant dans le calme que dans l'action, et qui s'appuie sur une confiance totale ;

— *Aucun ne parle, aucun n'écoute* : c'est le silence. « Dans toute création, rien n'est plus semblable à Dieu que le silence », écrit Maître Eckhart ; Thomas Keatings affirme que « le silence est le langage de Dieu, tout le reste n'est que mauvaise traduction ». Ce plus haut degré est appelé méditation dans différentes traditions.

Par la méditation, nous nous mettons totalement en présence du Divin, nous ne sommes que présence pour communier avec sa présence. « Je suis qui je suis », tel est le nom que Dieu a donné à Moïse qui l'interrogeait à cet égard. Il est pure présence, que nous accueillons dans le silence physique et mental, sans interférence de l'ego. Nous pouvons atteindre ainsi un état de conscience cosmique, de fusion avec Dieu. La méditation quotidienne, cette pratique du silence, constitue donc un moyen privilégié d'intensifier la relation avec le Dieu de notre cœur.

La voie de la connaissance

La voie de la connaissance concerne les dimensions psychique, psychologique et mentale de notre être. Une très grande partie de ces connaissances sert surtout à améliorer notre bien-être matériel, mental et psychologique, mais elles sont insuffisantes pour notre évolution intérieure. « Vous commettez une erreur en cherchant Dieu en dehors de vous », dit le maître. Et le disciple de demander : « Faut-il donc que je le cherche en dedans ? » Et le maître rétorque : « Ne voyez-vous pas que votre « dedans » est en dehors de vous ? » Tant que nous ne nous engagerons pas dans une démarche personnelle de réflexion, de remise en question et d'exploration intérieure validée par l'expérimentation et l'application, notre maturation ne sera pas complète. « Connais-toi toi-même, et tu connaîtras l'univers et les dieux », telle est la voie que nous ont suggérée les Anciens.

Plonger à l'intérieur de soi n'est pas chose facile, car il faut du courage pour aller au-delà des expériences refoulées et des culpabilités, y découvrant son potentiel et la source profonde de vie, de lumière et d'amour. Jean Monbourquette appelle cette démarche « apprivoiser l'ombre en soi⁶ », et derrière cette ombre se profile en effet l'image de Dieu, l'archétype du Soi selon la terminologie de C. G. Jung. Différentes techniques facilitent ce voyage intérieur, comme la tenue d'un journal intime, l'analyse de ses rêves, l'accompagnement par une personne compétente (psychothérapeute, conseiller spirituel). Nous pouvons aussi intensifier cette recherche en nous associant avec des groupes ou des organisations dont l'objectif est de favoriser le développement spirituel de l'être

6. MONBOURQUETTE (Jean), *Apprivoiser son ombre : le côté mal aimé de soi*, Ottawa, Novalis (université Saint-Paul), 1997.

humain, comme c'est le cas de l'Ancien et Mystique Ordre de la Rose-Croix en proposant une démarche initiatique et un programme d'enseignements fondé sur l'expérimentation et l'application pratique.

Les objectifs d'un cheminement spirituel sont de faciliter l'émergence d'une pensée personnelle sur le sens de sa vie et de la vie en général, la découverte de son maître intérieur, et l'apprentissage de l'écoute confiante de ce guide intime. Toutefois, une autre étape de maturation spirituelle est nécessaire, et elle ne peut être acquise que par l'application dans sa vie quotidienne des concepts et principes étudiés. C'est alors que l'autonomie complète, la maîtrise de soi est atteinte. Les lois et les discours extérieurs sont dépassés, puisqu'ils sont assumés de l'intérieur. « Le sujet spirituel a accédé à la liberté de l'esprit : il est totalement déterminé du dedans⁷. » En quoi cette voie de l'application consiste-t-elle ?

La voie de l'application

Nous concentrerons ici notre réflexion sur l'articulation de notre conception de Dieu avec son application dans la vie quotidienne. De façon générale, nous pouvons garder un contact étroit avec le Dieu de notre cœur et de notre compréhension s'il est présent dans nos pensées et nos paroles, et si nos actions sont inspirées par cette présence, non pas qu'il faille toujours se référer à lui explicitement, mais plutôt sentir son influence dans nos orientations de base. Nous étayant sur la conviction que nous sommes des êtres divins, nous pouvons appliquer dans notre vie les caractéristiques que nous attribuons à Dieu, par exemple son omniprésence, son omniscience et son omnipotence.

7. BERGERON (Richard), *op. cit.*