

L'effrayante nouveauté - le bonheur effrayant - l'effrayante liberté ?

(Il s'agit d'un travail en train de se faire, un chantier. Mon exposé, mon discours ou ma réalisation ne se sont pas achevés - ce ne le sera sans doute jamais - mais cette fois, j'en suis particulièrement consciente. J'ai peut-être changé : je m'autorise à voir l'inachevé comme inachevé . . .)!

Qu'est-ce que j'ai traîné pour faire cet exposé ! Ce n'était pas une question de force, ni d'envie. Cette fois, c'est autre chose. Comme si je ne le trouvais pas "correct".

Plus exactement : je ne sais pas comment écrire de manière à trouver juste mon texte. Je pourrais me forcer à écrire, sans problème. Quand je trouve correct de réaliser quelque chose, de faire quelque chose, d'écrire quelque chose, le plaisir vient toujours. Et avec quelle force !

Mais je ne trouve pas ça correct, je ne crée pas de feu vert ni moral ni intellectuel - en tout cas pas pour ce que je me suis jusqu'à présent proposé de faire - car, oui, rien n'est encore écrit.

Qu'est-ce que j'imagine ? Un article, un exposé, c'est-à-dire **un discours important à mes yeux**, quelques affirmations fortes, que je fonde solidement, que je rends compréhensibles et utilisables, et aussi que je peux confirmer et illustrer par des événements personnels. Voilà ce que j'imagine.

Et, pour le moment, je n'y arrive pas. Pour le moment, je n'ai pas à ma disposition un tel discours. J'ai des **événements**, beaucoup ! De grands et de petits, mais qui intellectuellement ne sont pas utilisables. Je crois que je change de semaine en semaine, souvent de jour en jour. En tout cas, je me laisse toucher tous les jours par de petits Ahas, qui me mettent des larmes dans les yeux. C'est ça qui réellement m'occupe, m'enthousiasme, me fascine - et je trouve difficilement les mots pour le dire. Ça sonne si vague. Si inachevé. Si ponctuel, si incohérent, si illogique. Je pense aux petites pierres dans un cours d'eau, je vois briller leurs couleurs . . . - et quand on les tire de l'eau et les fait sécher à l'air, elles deviennent grises et banales et on ne sait plus ce qui aurait dû être si extraordinaire.

Ces "événements", dans lesquels je me perds et me reconstruis à nouveau, ne conviennent peut-être pas à ma langue habituelle, peut-être pas davantage à une langue "moyenne" ? Ils doivent peut-être rester dans l'eau, ou au moins rester mouillés, pour être vus dans leur profondeur ? Le système limbique a sans doute des **problèmes de traduction** avec le néo-cortex ?

Des moments de croissance, des moments de changement, des connaissances en profondeur - je les ai racontés à Traudi, à Gernot, à d'autres amis. Je m'attendris à ces moments, je me renouvelle à ces moments, ils me font vibrer. Mais traduits en mots, ils ont l'air un peu "simples", ils ne valent pas la peine qu'on en parle. Peut-être que je "sens" enfin émotionnellement, corporellement ce que depuis des années, je dis, je lis, j'écris. L'expression verbale, le texte a peu changé.

Certes, je pleure tous les jours, c'est voulu et conscient. Je ne pleure pas pour pleurer, mais pour honnêtement et précisément voir et pouvoir me dire. Je vis (je fabrique ?) de plus en plus souvent des **moments**, où je subis quelque chose comme la nudité, où mon regard passe comme à travers un mur, où je vois ma propre personnalité ridicule et courageuse et ne me sens pas offensée ni sur la défensive. Je supporte alors de ne rien savoir, d'être périssable et que ma vie est en soi sans sens ni valeur. Mais que pourrais-je raconter de plus ?

* Moments, où je vois mon énorme "système de règles" intérieures, toutes les obligations que je m'impose, tout ce que j'imagine que je dois faire et comment je dois le faire, mes principes directeurs stupides parce que rigides, et j'en ris et j'en pleure puis je ris de nouveau, et je continue dans mon action, mais plus librement, plus légèrement et plus ludiquement.

* Moments dans lesquels je me sens absolument en sûreté, très réaliste tout en sachant que je ne sais rien, que rien n'est sûr et que je n'ai pas de fondement stable et fixe - comment écrire quelque chose là-dessus ?!

* Moments où je suis secouée de fond en comble par la Beauté, où j'attrape la chair de poule devant le plaisir esthétique, sensuel (visuel, acoustique, moteur, etc.) - qu'est-ce que je pourrais dire de théorique à ce sujet ?

* Moments où je me fais confiance à moi-même - non à ma personnalité, mais à la force de ce mammifère vivant et sensible capable de relations, que je suis d'ailleurs, et à qui peu à peu je prête lentement de plus en plus de mots.

* Moment où je sens ma force se révéler: quand non seulement je sais, mais que je sens presque corporellement ce que je veux, et que je le veux vraiment, et combien je le veux.

* Moments de peur insondable, quand je m'autorise à aller plus loin que d'habitude, professionnellement, intellectuellement, dans mes relations - dans un pays nouveau, qui n'a pas été pré-réfléchi, préconçu, déjà vécu. Je me souviens d'un dialogue entre Colette et Daniel. Il était question d'"aller plus loin". Daniel disait : à partir d'ici tu dois avancer seule, personne ne marche devant toi, là tu seras seule.

* Moments à la fois insupportables et divins dans lesquels il m'arrive pour un court moment de tomber ou de trébucher dans le présent, sans utiliser des choses du passé ou que j'aurais emportées avec moi. Simplement maintenant, simplement moi, simplement toi, simplement ça. Tout m'est étranger et tout m'est familier. Sans comparaison, sans fondements, sans catégories, sans jugements.

Mais que pourrais-je écrire à ce sujet ? **Qu'y a-t-il là d'intéressant ou de nouveau théoriquement ?** Absolument rien.

(Je trouve encore toujours ce texte un peu idiot. Mais un peu plus "correct". Je crois qu'il y a 10 ans je n'aurais pas compris ce texte. Cela ne m'aurait pas intéressé. J'étais plus intéressé à "aller bien", à mon "bonheur" et à comment me libérer des obstacles. Mon bonheur n'est plus un but. Il est simplement là. Quand je regarde. Comme un regard à partir de la fenêtre.)

Ainsi je n'y vois rien de théoriquement intéressant ni de pratiquement communicable. Mais qui sait ? Cette **peur de l'inconnu**, peur du nouveau. La peur de perdre mon identité. La peur de changer. Là, notre théorie a quelque chose à dire. Se changer a un rapport avec la recatégorisation, avec le mode personne à la place du mode personnalité, avec l'alerte affective, avec les événements Aha et avec le choc émotionnel.

La douleur devant le "nouveau". La douleur devant l'"autre". La douleur de la rencontre directe. Le choc de la rencontre de l'un avec l'autre. Se défendre ou laisser entrer ? Quelque chose pénètre. Quelque chose ne me laisse pas dans ma forme. Quelque chose m'étire ou s'élargit en moi. Tout en moi devient autre, si je laisse entrer du nouveau. Je ne suis plus l'ancienne, celle d'avant. Je ne suis plus tout à fait je, quand je change. **Je perds quelque chose** : ce qui a été jusqu'à présent. Je meurs et deviens une autre. Cette émotion, quand je modifie mes catégorisations, ce sentiment de mourir, n'est-ce vraiment qu'un souvenir de douleurs, une souffrance ravivée d'évènements anciens mal dits ? Ou est-ce vraiment une petite mort mentale (adieu, perte) ? Je "meurs" quand je m'identifie à mes catégorisations (familiales). **Une version d'Elisa meurt** - et une nouvelle version d'Elisa est née : je fais cette nouvelle version, mais qui est ce je ? (Je crois que ça m'est égal. Je ne veux plus de définition. Je puis vivre en disant : je suis celle-là qui fait ses catégories et qui les change. Sum, ergo cogito.)

Mon intelligence explicative - mon système de pensée, mon système de langue, mon système de catégorisations - ne sait pas qui je suis. Ou bien il croit que "je" suis identique à cette pensée. Il dit "cogito, ergo sum". Mon système de pensée "veut" savoir, il ne peut fonctionner sans un Savoir et une Certitude. Il construit constamment quelque chose de fixe et de **saisissable**. Sa mission est de saisir, de piger, de comprendre. Selon ce mode, j'ai besoin de définitions, c'est-à-dire de phrases ... Je suis des "phrases".

Quand je m'**identifie** à mon image du monde, à ma foi du moment, à ma signification des choses, à mes habitudes, à ma **personnalité**, alors je meurs réellement quand je change. "Je-maintenant" ne sait pas si "je-plus tard" va exister? En tout cas, "Je-maintenant" n'existera plus, et "je-plus tard" n'existe pas encore. Quel moment effroyable, quel précipice !

Et quand je me vois comme **personne**, comme celle qui détermine son identité et la forme ? Alors je n'ai peut-être besoin d'aucune identification avec un penser ni avec une habitude de voir, etc. À ce moment la question de l'identification devient secondaire. Peu importe qui je suis, quand j'agis comme personne.

À quoi est-ce que je fais confiance si pendant des moments je perds mon **identité intellectuelle** ? Sur quoi je m'appuie, quand je laisse secouer ma pensée, quand je laisse fondre mes catégories ? Sur mon animalité ? Sur l'Elisa au-delà des catégories ? Sur le non-penser, donc sur le mammifère ? Sur ma force de survie ? Sur ma durée, sur mon existence au-delà dans le temps – sur mon expérience ? sur mon organisme plein de miracles, mon cerveau, qui change à tout moment, sans se répéter, et qui est toujours là ? Ma conception actuelle de la confiance en soi est celle-ci : je fais confiance à celle qui pense et non à la pensée.

Je suis aussi ce mammifère- limbique- et- sensible- qui- pense sans parole (ou qui est d'avant la parole), qui est plus fluide et peut-être plus constant que mon intelligence néocorticale. Je pourrais aussi situer mon identité ici, pour le cas où j'en aurais besoin ...

Je pleure, émue par cette pensée-image que je suis autre que ma pensée du moment, que je suis plus, et que je suis de toute façon vivante. Que je peux me reposer sur moi. Qu'il y a là quelque chose en moi, au-delà du bien et du mal, au-delà du jugement moral, une partie de moi (ou est-ce là mon fondement ?!) qui n'est pas à expliquer ni à justifier.

Que mes préférences déjà choisies, mes pré-décisions inconscientes, affectives ou même phéromoniques sont OK et vont me faire vivre. Que j'ai par exemple des dispositions à la survie, une sensibilité animale, que j'accomplis tant de choses pour la survie sans m'en rendre compte et dont je ne dois, d'ailleurs, pas me rendre compte. Ce sont là mes tentatives profondes, ma force fondamentale, mon intuition, ma pensée implicite ... - tout cela n'est pas là comme des objets. C'est aussi moi qui les fais. Mais ce JE est autre chose et il évalue, décide, agit longtemps avant que je ne croie décider consciemment, et longtemps avant que n'ait suivi l'explication et l'argumentation apaisantes. Je n'ai aucun contrôle sur mes choix animaux ni sur beaucoup de mes décisions et pourtant je les fais. **Je n'ai aucun contrôle**, mais je peux me les dire et me les **approprier**. Je n'ai aucun libre choix. Mais je peux en rire, m'en rendre familier, voir un petit espace de jeu, créer une petite distance. Et j'ai le temps, plus de moments qu'un seul.

Je "suis" une série d'états de pensée, non un seul et pourtant chaque état de pensée "croit" qu'il est le seul qui existe, ce qui d'ailleurs est juste.

(J'ai le vertige. Maintenant je pense je n'aurais pas dû écrire cet exposé. Je sais bien ce que je pense et cela me fascine, mais je ne puis pas me représenter que ce soit compréhensible pour quelqu'un d'autre ou que quelqu'un d'autre puisse en être fasciné.)

La peur du beau, la peur du bonheur, la peur d'aller encore plus loin, la peur d'aimer et d'être aimée, la peur de rencontrer l'autre, toutes ces choses sont pour moi des variantes de cette peur du nouveau, de l'inconnu, de ce qui n'a pas encore été là.

Qu'est-ce qui m'aide ? Comment est-ce que je m'aide ? Je ne puis rien contre la peur. Elle est pour ainsi dire là avant / devant moi. Je ne puis que faire avec. Je puis aller selon le mode de la personne, alors je peux me permettre moralement et intellectuellement d'amollir ma personnalité. Je peux m'ouvrir et laisser couler les larmes, prendre le risque des émotions, mais les rendre inoffensives. Je puis **faire du neuf** malgré la peur. Je puis très délibérément créer un nouveau contexte et dans ce nouveau contexte faire des choses. Dans la vie réelle, dans les Étapes de libération, dans les Entretiens. Je puis faire les choses autrement et les dire autrement. Et en plus sentir ce que précisément je sens.

Je puis **méditer**, je veux dire par là : regarder les choses de manière aussi précise et concrète que seul le présent soit encore là, incomparable et nouveau. Et alors raconter ce que j'y ai vécu. Je puis "**rencontrer**" quelqu'un et regarder cette rencontre jusqu'à ce que l'autre soit vraiment un autre, exactement cet autre, incomparable et nouveau. Et alors dire ce que je vis. Ces deux choses sont possibles au cours de nos Exercices. Pour moi, les Exercices sont même le cadre idéal pour cela.

Ma peur du changement, ma peur de déplacer mes catégorisations, ma peur de soi-disant mourir, la peur de me perdre, si je les évite, j'évite aussi le changement. Et je me rends lourdaude, je me ferme et me rends rigide. Je me rends statique, de ce qui est concret je fais un résumé "non-actuel" abstrait, je fais une répétition (à la place d'une réalité toujours neuve), je rends égal l'inégal, je me rends irréaliste, non-vivante, moi et le monde pour moi. Cette peur de périr, de changer, de perdre, si je me laisse paralyser par elle, me tue.

(Où est-ce que je veux en arriver par cet exposé ? Qu'est-ce que je voudrais pour nous tous ? Que nous soyons si libres et si hardis et si autres et si sincères et si singuliers et si révolutionnaires et si attirants, que toutes les personnes qui entrent en contact avec nous courent derrière nous et nous demandent comment nous sommes devenus ainsi et comment nous faisons pour être toujours si libres d'agir et où nous puisons cette force.

Et que toutes les personnes qui entrent en contact avec nous nous demandent d'organiser de tels groupes et que nous proposons des Exercices et que nous les leur apprenions à eux et à ceux qu'ils aiment.

Que notre bonheur, que nous ne recherchons pas, soit si visible, qu'ensuite nous en émettions le parfum et le goût et que notre langue soit comme une musique, et notre émotion comme un doux fleuve, et que nos pensées et nos regards soient si étranges et si justes et si présents qu'ils fassent sauter les catégories, et que nos pas soient comme une danse sur le sol des nécessités. C'est ce que voudrais vraiment. Et si même je n'y arrive pas avec mon texte, je puis quand même le souhaiter, m'y efforcer et en parler !)