

3^e millénaire

SPIRITUALITÉ ET CONNAISSANCE DE SOI

*La mort
est-elle
réelle ?*

Mourir ?

*Faire
de la mort
une amie*

*L'aventure
de l'Âme*

*Mort et
chamanisme*

DOMINIQUE SCHMIDT

La Mort psychologique

« Le Réel avait pour visage une grande Négation »

« Tout est impermanent ! La décomposition est inhérente à toute chose composée. »

Le Bouddha

« Rien ne change avec la disparition du corps. Vous vous êtes séparé d'une enveloppe ; celui qui connaît est immuable. »

Jean Klein

« Ils ont une fin, ces corps d'une âme incarnée qui est éternelle ; (...) elle ne naît ni ne meurt et il n'est pas vrai qu'ayant été elle ne sera plus. Elle est non-née, ancienne, sempiternelle ; elle n'est pas tuée lorsqu'est tué le corps. De même qu'un homme rejette ses vêtements usés et en prend de neufs, de même l'être incarné se dépouille de ses corps, et s'unit à des corps nouveaux. Certaine est la mort de ce qui naît, et certaine la naissance de ce qui meurt. »

La Bhagavad Gîta

« Par la force des qualités propres à sa nature, l'être incarné revêt des formes multiples, grossières et subtiles. »

Shvetâshvatara Upanishad

« Combien nécessaire est-il de mourir à chaque jour, de mourir à chaque minute de toute chose et du moment qui vient juste de passer ! Sans la mort, il n'y a pas de renouvellement, sans la mort il n'y a pas de création. »

J. Krishnamurti

« Tout ici-bas est un mystère de contraires :
L'Ombre, magie de la Lumière se cachant à elle-même,

La souffrance, masque tragique de quelque extase secrète,

Et la mort, instrument de vie perpétuelle.

Bien que la Mort marche à nos côtés sur la route de la Vie,

Spectateur en retrait dès les débuts du corps
Et jugement dernier des œuvres futiles de l'homme,

Tout autre est l'énigme de sa face ambiguë :

La mort est un escalier, une porte, une trébuchante enjambée de l'âme

Pour traverser de naissance en naissance,

Une morne défaite grosse de la victoire,

Un fouet pour nous cingler vers notre état sans mort. »

Savitri, Sri Aurobindo



ri Aurobindo et Mère apportent à la philosophie éternelle une nouvelle note : en atteignant la conscience Supramentale, la conscience du Suprême révélée en sa forme divine originelle ; ils remettent en cause la mort elle-même, ce masque impénétrable qui tient la vie en son étroite. Avant d'approfondir ce défi aux lois cosmiques de la Nature que lancent Sri Aurobindo et Mère qui prétendent à la mutation de la mort, à la création d'un nouveau corps dans une nouvelle Matière, je propose de développer la thèse complémentaire selon laquelle toute la sagesse de la vie consiste à mourir à nous-même, à notre faux moi, l'ego, ce que

et l'Âventure de l'Âme



© Huib Limberg <https://ix.com/member/huibilimberg>

“ Combien nécessaire est-il de mourir à chaque jour, de mourir à chaque minute de toute chose et du **moment** qui vient juste de passer ! ”

Krishnamurti appelle la Mort Psychologique. Une fois la mort de l'ego conquise, la vie et la mort prennent une nouvelle valeur, elles ne sont plus séparées et opposées l'une à l'autre, mais sont perçues comme un processus dynamique et créateur, nécessaire à l'évolution de la conscience dans des formes corporelles renouvelées, qui n'est autre que l'expression du Soi dans une diversité d'être infinie. En effet, si la mort physique ne mettait pas fin à l'ego, pour qui la continuité routinière est la seule immortalité qu'il connaisse, la vie stagnerait dans la boue du désir, du plaisir et de l'insatisfaction. En mourant à nous-même psychologiquement avant de mourir biologiquement nous renaissions dans l'infinitude d'être où mourir est inséparable de vivre ce qui nous rend disponibles au présent éternel. Au lieu que la mort soit perçue comme un obstacle à la vie, elle devient pour nous un levier qui l'élève à la plénitude d'être.

Il est certain qu'au niveau de la conscience mentale centrée autour d'un ego, la mort restera une énigme pleine d'effroi à jamais irrésoluble. Tout ce que, à l'image de l'autruche proverbiale, peut faire l'ego tant qu'il n'est pas confronté à la vieillesse ou à la maladie est de repousser au plus loin la mort comme si elle n'existait pas pour éviter de lui faire face. Cependant, avant d'attendre que les années passent, il est essentiel d'avoir une vision de la vie intégrée à la mort car elle nous pousse à déployer le potentiel de notre nature qui est unique en chacun.

Devant la mort, les débats de l'ego sont impuissants, les arguments pour ou contre la réincarnation ne dérident en rien le sourire macabre imperturbable de la mort. Seule la réalisation spirituelle qui dépasse la conscience humaine nouée dans un ego mental et vital peut non seulement nous libérer de la peur de la mort, propre à l'ego, mais aussi nous la faire voir telle qu'elle est dans sa réalité profonde.

Cette devise du sage indien J. Krishnamurti qui invite la mort au sein de la vie comme indissociablement liées en un même processus, est le secret de la vie authentique où vivre et mourir en même temps c'est renaître dans l'innocence de l'enfance. Pour être pleinement, paradoxalement, la sagesse suprême nous apprend à mourir de moment en moment à

nous-mêmes, à notre moi de surface qui n'est autre qu'un amas de résidus du passé en réaction à l'indicible présent toujours neuf. Qu'est-ce qui en nous bloque cette plénitude d'être où la vie et la mort ne sont plus séparées, mais vécues comme une richesse infinie de l'éternel présent en perpétuel renouvellement ? C'est l'ego qui, pour être, a besoin de posséder. L'ego ne vit pas, il n'existe que dans la *continuité*, dans les griffes de l'avoir, dans l'accumulation matérielle ou spirituelle, d'objets ou de connaissances, dont il se sert comme béquilles pour l'aider à marcher dans ce grand inconnu qu'il redoute, qui est autant la Mort, la fin de lui-même et de ses possessions, que la Vie, la réalité sans frontières.

Face à la mort, y a-t-il une solution ? Pour l'ego, il ne peut y en avoir. Etant illusoire, une création de la pensée, il doit lui-même soulever le voile de l'ignorance qui le sépare du réel. Il s'agit en fait de mourir à ce qui est faux en nous, l'image de nous-même qui recouvre notre être authentique. C'est dans cette connaissance profonde de soi qui libère la conscience de l'ego et des illusions qui lui sont chères que le réel se manifeste spontanément. C'est ce que Krishnamurti entend par la mort psychologique qu'il nous faut distinguer de la mort corporelle, qui ne pose plus de problèmes quand le moi et le mien n'occupent plus la conscience. La question existentielle qui nous confronte face à la mort est de savoir si nous sommes prêts à faire face à l'illusion de ce "je" et à abattre les mécanismes de défense qui le soutiennent, en d'autres mots, à accepter de mourir à nous-même, à notre personnalité contextuelle, et d'être ainsi vulnérable à la vie. Ce "je", bien qu'en soi il n'existe pas, c'est-à-dire qu'il n'a pas d'existence propre, intrinsèque, que celle que la pensée lui confère, néanmoins envahit la conscience et en prend possession.

« *Je ne suis pas propriétaire de la conscience* », nous dit justement Krishnamurti, « *elle n'est pas individuelle, mais universelle.* » [1]

C'est donc la mort de notre "je" que notre pensée a fabriqué afin de perdurer dans le temps dans l'image statique de, par exemple, un Dupont avocat à la cour, qui nous fait peur. Ce que Krishnamurti implique c'est que ce "je" n'est pas réel, qu'il n'a

“

Face à la mort, y a-t-il une solution ?

qu'une valeur conventionnelle relative à nos transactions sociales, et que pour découvrir la réalité profonde de l'existence, il nous faut mourir à cette identité factice avec tous ses attachements, possessivités et idée-ologies, mais pas à la conscience elle-même qui, étant de nature universelle, n'appartient à personne. Une fois mort à ce "je", on découvre la vraie vie sans la mort car, libres des fantasmes du "je", nous sommes réunis dans le courant créateur de la réalité vivante.

Au niveau de l'ego, l'accompagnement de sa propre mort, de celle d'un proche et du corps avec lequel il est identifié ne peut avoir de sens que dans la mesure où il parvient à s'éveiller à l'illusion des apparences dans lesquelles il est empêtré. Etant faux, l'ego n'existe que dans le temps illusoire du devenir de ses projections, le laissant en conflit avec lui-même et avec les autres dans le présent authentique du réel qu'il ne connaît pas et ne peut connaître. Le seul remède à la mort est l'éveil aux vérités profondes de l'existence auxquelles l'ego fait obstacle tant qu'il s'accroche à la vie illusoire. À l'approche de la mort il est essentiel de se détacher des choses de ce monde, de notre affectivité et des désirs qui alimentent notre vie de surface sans jamais vraiment la satisfaire. Ainsi, avant de mourir nous apprenons à vivre dans une autre dimension d'être que celle de l'égoïsme qui dans sa profondeur nous ouvre les portes des valeurs éternelles comme par exemple l'amour libéré de tout attachement. Cet état nous permet de mieux supporter les douleurs physiques et éveille en nous une équanimité vis-à-vis de notre propre corps dont nous apprenons à nous déposséder psychologiquement au point de le voir comme un simple revêtement. En vidant notre mental de ses pensées personnelles, notre être vital de ses désirs, notre corps de ses appétits, notre conscience se libère de l'emprise de l'ego. Cette purification de l'être est fondamentale pour nous aider à traverser les frontières au-delà du connu : ainsi le lâcher prise de notre personne nous délivre de l'angoisse de la peur de l'inconnu.

Les proches qui accompagnent un mourant doivent éviter de projeter en lui leur propre api-

toisement, leur propre peur, mais au contraire dans une sereine paix intérieure l'aider à s'élever dans cette conscience plus haute, pure et universelle, qui est au fond latente en chacun et essence de tout être. Cette préparation ne peut se faire que lorsque l'un et l'autre baissent la garde de leur ego, laissant le mode spirituel d'être advenir naturellement sans les barrières des conditionnements et des 'a priori'. Ainsi nous appelons à la sérénité, à la tendresse détachée de toute émotivité, de toute sensiblerie qui permettent le passage à l'autre monde de se produire non dans un étouffement de l'être mais dans la décontraction du cœur qui accepte de faire face avec courage à ce grand inconnu, la mort que chacun de nous un jour est amené à vivre. La mort psychologique est un prélude à cette aventure de l'âme dans les sphères de l'inconnu avant même de mourir à notre propre corps. Nous apprenons à embrasser les cycles de la nature pleinement mais d'une manière stoïcienne, comme Epictète, sans aucun attachement même pour notre corps qui est perçu comme un de ses rouages, ce qui laisse l'âme intacte : le Purusha libre de Prakriti, l'âme libre de la nature tout en vivant ses modes. Le plus tôt nous mourons à l'isolement dans lequel notre ego nous emprisonne, le plus vite nous découvrirons notre origine intemporelle. De même, le jour succède à la nuit pour renaître dans un jour nouveau sans les marques des hières de la mémoire psychologique.

L'expérience spirituelle du Vedanta nous montre que le corps, l'ego, le monde, n'existent qu'en notre conscience, ou plutôt en la Conscience car, comme nous l'a fait remarquer Krishnamurti, elle ne nous appartient pas. Le monde n'est qu'un jeu d'atomes transformés en images par notre cortex cérébral reflété dans la conscience. C'est par un processus de dés-identifications aux différents corps, mental, vital et physique que nous aboutissons à l'expérience ultime d'une conscience pure et infinie. Dans cette vision spirituelle de l'existence la mort comme la vie font partie de l'illusion phénoménale suscitée par la Nature (Maya, Prakriti) qui lorsqu'elle est dissipée par le discernement laisse place à la réalité éternelle du Soi (le Purusha) qui ne meurt ni ne naît.

Sri Aurobindo ajoute aux vérités védantiques – dont l’apothéose est la libération de la Nature dans le Soi, le seul existant – les vérités du Tantra de la Shakti divine, la Conscience-Force de la Nature. Cette synthèse donne une nouvelle dynamique à l’Être dans les différents mondes ou plans d’existence qu’Il manifeste par le biais de la Nature, dont le fondement est le jeu de la Conscience infinie dans un réseau diminué d’elle-même qui permet une perception et une interaction relationnelle uniques conditionnées par la particularité des conditions imposées dans ces modes d’être (matériel, vital et mental). Notre terre où notre monde évoluerait d’une descente involutive de la Conscience suprême dans la Matière dans laquelle elle se serait cachée afin de féconder des formes, des corps, pour servir d’habitats et c’est ainsi que l’Un se serait multiplié dans la multitude infinie des atomes où Il apparaît comme divisé. C’est le début d’une longue évolution qui commence dans la poussière d’atomes, dans les millénaires du retour du Multiple vers l’Un en prenant les formes infiniment variées d’une pierre, d’une fourmi, d’une fleur, d’un oiseau, d’un homme, d’une femme. L’enjeu est la relation de la mutabilité des formes temporelles nécessaire à une évolution progressive de la conscience sous le regard et sur l’écran immuable de l’Être éternel. Le mutable et l’immuable sont les deux aspects éternels inséparables de la réalité ultime qui les transcende, ce qui confirme l’infinitude d’être de l’absolu autant dans son Silence que dans son Action. La vérité de l’impermanence de l’existence enseignée dans le bouddhisme n’est plus entrevue d’une manière négative, mais au contraire comme un miracle de recréation permanente des formes qui ne sont que les expressions changeantes du Soi immuable. C’est là que l’ego doit apprendre à lâcher prise pour s’abandonner dans le Devenir créatif de l’Être.

L’homme, dans cette procession évolutive de l’Être infini dans la Matière, serait un être mental transitoire sur l’échelle du Devenir de l’être en manifestation, la promesse d’un être Supramental en gestation de nature divine. Jusqu’au moment de l’apothéose finale dans l’avènement de l’homme Supramental, la Vie et la Mort, qui impliquent la

renaissance, sont un schème, une stratégie évolutive de la Conscience éternelle sans forme dans la temporalité, nécessaire à une expérience variée des possibilités infinies de la joie d’être dans les conditions de la finitude dont la mort est le point cardinal du renouvellement sans l’entrave du passé.

Ignorants de l’origine de notre être et de notre nature réelle, nous nous révoltons justement contre la mort sans nous rendre compte que nous sommes l’ombre phénoménale dans laquelle voyage l’être infini dans l’aventure de ses univers, qui jouit autant de nos errements et de nos peines que de nos joies sans y être limités ou identifiés. Lorsque l’ego arrive à l’expansion ultime de son égoïsme il se libère finalement de ce Sur-Place imposé par l’Ignorance cosmique (Avidya), pour entrer dans le corps glorieux immortel de l’être Supramental. Ce n’est qu’à ce moment-là que la Mort n’a plus de raison d’être. C’est dans la transition de l’être fini et mental dans la conscience infinie Supramentale que la mort doit être conquise et qu’un corps nouveau tissé d’une matière nouvelle supra-lumineuse doit être fabriquée par la Nature afin d’abriter ce nouvel occupant divin. Seule la Force supramentale est capable de cet exploit et peut mettre fin à la mort, effectuer une mutation cellulaire et surmonter la vieille mort.

La mort est donc une nécessité métaphysique. Elle est l’expression inexpressive de la non-vie qui vibre à peine dans la pulsation insensible de l’Inconscience, la demeure première où la Conscience pure a choisi de se cacher dans l’obscurité ténébreuse de la Matière, là où elle commence sa difficile et longue journée évolutive. La première victoire de l’homme est la mort psychologique qui consiste à mourir à la vie fractionnelle centrée sur l’ego ; cette fausse identité détruite le réunit à la vie universelle où tout existe en l’harmonie de l’Un. Mais la résorption du moi dans la totalité, dans le Soi de la Conscience pure, n’est pas le dernier mot ni le but final de l’évolution. Une fois l’ego dépassé, la deuxième conquête ne s’effectue plus dans le Mental mais au cœur même de la Matière, au sein des cellules afin qu’elles se dés-hypnotisent de leur programme initial de la peur originelle de la mort et de la lutte pour la survie dans lesquelles elles sont



Apprenons à voir la mort comme une **clef** qui ouvre nos âmes à la vie

obnubilées. Ce fut le travail accompli par Mère qui descendit au niveau des cellules afin de les aider à aspirer à la lumière pure de l'éternité et de les préparer à la transformation divine. L'Agenda de Mère relate toutes ses expériences de longues années de lutte avec la mort pour éveiller la conscience cellulaire à l'immortalité. C'est la descente et l'invasion du physique subtil supramental dans le physique matériel grossier, non pas pour l'éliminer mais pour le transformer en sa substance pure et lumineuse. Il s'agit de dégrader les couches évolutives de la matière et des formes anciennes des différents corps minéral, végétal, animal qu'elle compose afin que la substance supramentale transparaisse dans chaque atome et libère la matière de son passé évolutif. Un corps éternel au sein d'une nouvelle matière lumineuse habité par l'homme supramental est la promesse et le sommet de l'évolution terrestre où la conversion de la Matière en Énergie pure est effectuée par la Conscience-Force. L'Amour est la clé alchimique de la transformation divine qui culmine dans la béatitude : Sat-Chit-Ananda (Être, Conscience-Force, Amour et Béatitude), les trois aspects de la nature de l'absolu immortalisés dans la manifestation terrestre. Nous arrivons au terme de l'évolution : la Mort, l'Inconscience et la Matière — les trois obstacles fondamentaux et expressions premières de l'Ineffable — sont finalement transmutés en la substance lumineuse immortelle de la pure Conscience.

« *La Nuit éternelle est l'Ombre du Jour éternel.* » [2]

La plupart d'entre nous n'avons pas le courage d'être, d'entreprendre l'aventure de l'âme, et en conséquence le courage de mourir. Si nous vivions pleinement chaque instant, si nous étions dans la joie de vivre, avec ces douleurs et ces plaisirs, la mort serait plus facile à accepter. Notre civilisation présente, basée sur le plaisir, les sensations éphémères, l'avoir et la sécurité, est l'expression de l'ego sous toutes ses formes diminuées d'être. A ce niveau de conscience la peur de la mort ne peut être surmontée que dans la mesure où nous acceptons de mourir à notre ego, et cette acceptation est la première victoire sur nous-même. Une fois la mort psychologique réalisée, il nous faut éveiller

l'être psychique [3], l'étincelle divine, qui seule peut opérer la transformation cellulaire et conquérir la mort physique pour devenir un Feu divin et évoluer dans la magnitude du Soi. Notre moi phénoménal est passé par toutes les expériences de la fourmi à l'homme, révélant une expression toujours plus élargie des possibilités d'être du Soi dans la finitude. Phénoménalement, la mort est une métamorphose de la vie qui évolue dans une plus grande conscience pour rejoindre l'infini. Apprenons à voir la mort comme une clef qui ouvre nos âmes à la vie magique de l'éternel Maya. [4]



NOTES

[1] - Krishnamurti, *Cette Lumière en Nous*, p. 83.

[2] - Sri Aurobindo, *Savitri*,

[3] - L'être psychique, selon Sri Aurobindo, est le représentant du Soi éternel dans la manifestation. L'ego en évolution dans les plans physique, vital et mental cosmiques est un développement individualisé nécessaire pour servir les desseins futurs de l'être psychique ; il meurt à chaque nouvelle incarnation jusqu'à ce qu'il ait atteint suffisamment de maturité et de maîtrise de ces plans. Ensuite, il est remplacé par l'individualité psychique, l'étincelle divine éternelle ; le physique, le vital et le mental réalisés dans leur plénitude deviennent ses instruments harmonieux d'expression. C'est à ce moment-là que la mort est prête à subir une mutation.

[4] - Maya : dans le sens originel védique de mettre en forme la non-forme du Soi indivisible pour la joie du jeu cosmique de l'éternel Lila de l'Un dans le Multiple.



● **Dominique Schmidt** quitte la France pour émigrer en Australie. Puis il vit de nombreuses années à Pondichéry en Inde où il fait de longues recherches sur la Vie Divine de Sri Aurobindo. L'étude des deux sages indiens, J. Krishnamurti et Sri Aurobindo, l'amène à un changement radical de conscience et d'orientation de son existence.

Après 40 ans de voyage, Dominique s'installe dans les Cévennes avec sa compagne Angélique. Il rénove une immense ruine dans un cadre magique de silence et de beauté et propose maintenant gîtes et retraites pour ceux qui adorent la nature. Vous pouvez contacter Dominique par téléphone au 0466456203 ou par courriel schmidt_dominique@hotmail.com

Dominique Schmidt est l'auteur de *La Révolution de la Conscience* (essai sur la pensée de Krishnamurti, 2002) ; *Dialogue sur les écrits inédits de Krishnamurti* (2004) ; *Le nouvel Homme selon Sri Aurobindo et Krishnamurti* (2009) ; *Le Mystère autour de Krishnamurti* (2009) et *La grande aventure initiatique. Siddhârtha aujourd'hui* (Éd. Accarias L'Originel, 2015).

Voir aussi 3^e millénaire n°118 et 119.

magique de l'éternel Maya. ”