

# Entamer une conversation avec le monde

Paul Mackay

## Quatre degrés dans la conduite de soi et dans la pratique de vie intérieure pour cheminer en harmonie avec soi et l'univers

Un jour je me trouvais, avec l'historien de l'art Michael Bockemühl, devant un tableau de Rothko. Il me demanda : « Fixe l'image et avance lentement vers elle ..! » Ce que je pus éprouver alors fut inexprimable, cette façon d'« entrer ainsi dedans » le tableau et de faire ainsi l'expérience d'un « autre monde ». Le tableau commença à « s'exprimer ». C'est désormais pour moi une sorte de « mission » ou bien un constant « questionnement de soi » : « Comment regardé-je le monde en vérité ? — Et perçois-je vraiment ce qui désire y être perçu, ou bien est-ce que je passe devant sans le voir ? » Dans ses conférences sur « *Art et connaissance de l'art* », Rudolf Steiner donne l'exemple de deux êtres humains qui considèrent ensemble un même paysage. Chez l'un, il ne se passe rien, chez l'autre, au contraire, son âme commence à vivre. Quel est donc ce langage que parle la Nature qui peut se lever à l'horizon de l'âme ? Nous pouvons former le côté de la perception et en développer ainsi une sorte de « sens esthétique » ! Alors on commence « à entendre « derrière les mots » et à « lire entre les lignes ».

## De la conduite d'autrui à la conduite de soi

Comme étudiant, à la fin des années soixante, je vivais dans le sentiment suivant : « Tout cela n'a plus aucun sens. » Mais je voulais nonobstant avoir un diplôme en poche et je devais donc passer tous les examens — et il y en avait beaucoup de ces examens ! Je me fixais l'objectif de passer un examen chez chaque professeur, et je me rendais quelques semaines avant l'examen chez le professeur concerné<sup>1</sup>. Je me proposais de lire un pensum de pages, car l'examen me plongeait dans l'angoisse. Mais tandis que je lisais, je remarquais toujours : « Mais c'est intéressant ! » Je décidais alors d'en rester aux délais planifiés pour les examens.

Ce n'était pas en vérité une conduite de soi, car le cadre, l'aide, vinrent de l'extérieur. Comment parvient-on de l'intérieur de manière que l'on ne se fixe plus d'objectif précis, mais au contraire, on reste dans la situation de remettre en cause les objectifs et de les décider de nouveau, sans que la direction en devienne diffuse ? La conduite de soi présuppose l'empire sur soi. Dans le temple de Delphes, se dressait la grande injonction : « Connais-toi toi-même » avec l'adjonction « Rien outre-mesure ». Ai-je reconnu la « mesure de la chose » ? Ou bien vais-je au-delà de la mesure ? Dans mon exemple de l'université, ainsi pensais-je, je suis allé au-delà de la mesure, puisque je m'étais fixé trop de choses, car j'avais trop peu pris en compte la mesure. « Dans la limitation, se révèle d'abord le maître », écrit Goethe et il y a des peintres, comme Matthew Barney, qui se restreignent volontairement par des ancrages. « Artistique » et « artifice » sont ici très imbriqués. Jawlensky fut de plus en plus restreint dans ses possibilités physiques en vieillissant, nonobstant surgirent ensuite ses images de méditation les plus expressives. C'est un exemple merveilleux du fait que tout être humain — c'est égal avec quelles limitations et facultés — a la possibilité de découvrir le mode d'expression qui correspond à sa « mesure de la chose ».

Je voudrais indiquer ici quatre degrés de conduite de soi et je commence avec le huitième chapitre de l'Évangile de Jean. Il y est question d'une femme qui est amenée au Christ pour cause d'adultère. Selon Moïse, elle doit être lapidée. Tout d'abord, Jésus ne répond pas, mais se met à écrire dans la terre — un langage imagé qui fait allusion au fait que le destin de cette femme fut inscrit dans la terre et restait lié à elle. Comme on persiste à Le questionner, Il répond : « Que celui de vous qui est sans péché lui jette la première pierre. » C'est un moment de réflexion sur soi : « Suis-je exempt(e)

---

<sup>1</sup> Il faut savoir que contrairement au système universitaire français, dans lequel on assiste durant 8 à 9 mois à des cours, après quoi on passe un examen écrit, il existe aussi dans d'autres universités en Europe, et la chose est très répandue, des professeurs qui reçoivent leur étudiants, à qui ils donnent des chapitres de livres à lire et étudier puis lorsque ceux-ci ce « sentent » prêts, ils demandent au professeur de leur faire passer un examen officiel et individuel, le plus souvent oral. Bien sûr, tout en coûtant plus cher, le système français a l'avantage formidable d'être plus « convivial », on prend le temps de connaître nos étudiants, mais des mauvaises langues ont dit que depuis 1968, le but de l'université en France c'était tout simplement d'empêcher les étudiants de sortir dans la rue... nous gardons donc longtemps, le plus longtemps possible, nos « chers » étudiants dans les amphithéâtres et les laboratoires. (ndt)

de péché ? — Non ! » C'est une situation moderne, car personne ne peut dire : « Je suis exempt(e) de péché ! » Il n'est pas possible de juger autrui dans son destin. Cela a été inscrit dans la terre, c'est remis à d'autres puissances. Puis l'Entité du Christ dit : « (...) Va, et maintenant ne pêche plus. »<sup>2</sup> C'est la sommation.

Suit la deuxième parole du « Je suis » : « Je suis la lumière du monde » On demande à Jésus : « Qui porte témoignage de ce qu'il est lui-même ?<sup>3</sup> » Il n'y a pas de témoignage extérieur à la Lumière du monde ! Nous sommes renvoyés à notre intériorité. Puis-je attester dans mon intériorité que la « Lumière du monde » est à découvrir au plus profond de l'âme ? Puis la troisième parole : Christ se tourne vers les Juifs : « Vous connaîtrez la vérité et la vérité vous conduira à la liberté » — une phrase de méditation. Connaître la vérité — c'est une activité intérieure de l'être humain. Ici trois concepts sont en relation les uns avec les autres : le connaître, le connaître la « vérité » et cette vérité mène à la « liberté ». Tout être humain moderne est orienté sur la liberté. Un amour pour la liberté intérieure est essentiel. De même aussi qu'une relation consciencieuse avec la vérité, qui est toujours à conquérir de haute lutte. Il en naît une nouvelle « réalité de vie ». Puis-je reconnaître la réalité de vie, dans laquelle je me trouve et ainsi acquérir une liberté de sa « perception » ? C'est le fondement pour la conduite de soi. L'être humain en conquiert ainsi une « boussole intérieure ».

Comment prends-tu soin de cette boussole ? Pour cela il est important que de temps en temps, je me retire des « affaires du jour » et que je produise la volonté intérieure, d'entrer dans « mon intériorité ». Pour moi, il est apparu que cela était à faire le soir, le matin ou aussi au milieu de la journée — ce qui n'est pas du tout si simple, même quand ce ne sont que 5 minutes ! Ce sont des moments de silence. Que fais-tu de ce calme intérieur ? Je laisse la journée me parler durant ce moment. Je souhaiterais alors volontiers vivre et apprendre le jour et ne pas « être vécu » par le jour ! Ces cinq minutes sortent « hors » du temps. Il est important que je prenne soin de cela — régulièrement, de manière que cela en devienne un besoin intérieur. De la même façon que j'ai besoin de manger et de boire quelques fois par jour, de même j'ai besoin d'être à la recherche de ces « espaces intérieurs ».

### **Du dialogue avec le jour au dialogue avec soi-même**

Le troisième degré c'est de laisser le jour me parler. « Qu'était-ce l'essentiel ? » plus concrètement. Beaucoup de choses sont urgentes, mais étaient-elles essentielles ? L'essentiel ne doit pas toujours être la grande affaire. Cela peut être aussi l'art et la manière dont je suis accueilli(e) par quelqu'un d'autre. Ou bien, ce que j'ai entendu dire par hasard de quelqu'un (e), ce qui m'a amené à réfléchir. Quelqu'un(e) peut s'être exprimé(e) de manière si étonnante, que je remarque qu'il y a là-dedans plus qu'il ne semble y avoir tout d'abord. De ce fait la vie intérieure est toujours plus mûre. Un autre degré : « Parviens-tu à me voir moi-même dans cet événement « comme un étranger » » ? Parviens-tu à en arriver à un rapport dialogique, libre, avec moi-même ? Cela demande beaucoup d'exercice. Mais quand on y parvient, alors le jour commence à s'exprimer autrement ! Je commence à en arriver à un rapport dialogique avec moi-même. Avec qui parlé-je ensuite ? Je remarque : je façonne en moi une instance qui commence à parler avec moi.

Lorsque cela est sans cesse exercé à nouveau, alors il y a en cela la possibilité de se libérer sans cesse de soi. Ce libre rapport vis-à-vis de soi est important, parce qu'on comprend plus facilement de ce fait d'autres manières de voir, et aussi celles des autres êtres humains, au lieu de toujours

---

<sup>2</sup> Cela vaut de redonner l'intégralité du passage, car le Christ ne lui « demande » pas de **tenter désormais** à proprement parler de ne plus pécher, comme l'exprime ici Paul Mackay : « *Gehe hin und versuche von nun an, nicht mehr zu sündigen* » [Va et tente désormais de ne plus pécher] :

<sup>10</sup> Jésus se redressa et lui dit : « Femme, où sont-ils ? personne ne t'a condamnée ? »

<sup>11</sup> Elle lui dit : Personne, Seigneur. Jésus lui dit : « Moi non plus je ne te condamne pas. Va et maintenant ne pêche plus. » (Bible de *La Pléiade*)  
Donc c'est bien une « sommation ».

<sup>3</sup> <sup>13</sup> Les pharisiens lui dirent ; Tu témoignes de toi, ton témoignage n'est pas vrai.

mettre en avant la sienne propre. On devient plus mobile dans sa vie d'âme, sans renoncer pour autant à son point de vue. On peut plus facilement adopter d'autres points de vue et s'y confronter.

Pour le quatrième degré. Jusqu'à présent nous avons parlé à partir de la « boussole intérieure », à partir de « l'espace intérieur », que je me procure et dans lequel le jour peut s'exprimer, et du rapport à moi en tant qu'« étranger ». La grande question, c'est : Est-ce que je crée aussi dans cette vie intérieure d'âme un espace pour le monde — mais non pas en rapport à moi, mais au contraire pour que le monde s'y exprime en tant que tel ? » On pourrait aussi appeler cela le « purement humain » ce qui va au-delà de ce qui est relié à la personne et au destin. Par exemple, tandis que je lis le Nouveau Testament et que je le considère comme une conversation avec le monde.

### **Rencontre avec l'autre monde**

C'est l'entrée dans la méditation. Il est important d'exercer au début ces rapports au monde dans la méditation. Ensuite il y a la question : « Avec quel monde ai-je à faire ? » Je me clos carrément du monde sensible dans la méditation. J'ai à faire avec un monde qui n'est plus le monde sensible ! Cet « autre monde » peut-il s'exprimer dans la méditation ? Puis-je, en m'exerçant, m'approcher de ce fait d'un « autre monde », de sorte que « j'active » certaines paroles ou sons déterminés, de sorte que cela devienne un besoin de laisser parler dans l'âme certains contenus de paroles ? Qu'est-ce que la méditation, qu'est-ce que je fais là en vérité ? Rudolf Steiner dit quelque chose de beau à ce propos : « Méditer c'est un penser qui vit d'une manière aussi vivante dans l'âme que l'activité de percevoir. Et c'est une activité du percevoir qui n'a rien d'extérieur, mais qui a des idées dans la perception. » La méditation est un dialogue entre penser et percevoir. Cette conversation intérieure du penser et du percevoir, c'est l'art du méditer.

Lorsque cette conversation est cultivée, alors surgit en l'âme quelque chose comme dans cette phrase : « Vous connaîtrez la vérité et la vérité vous mènera à la liberté » — si ces paroles sont ralenties et intériorisées — à l'occasion de quoi ces concepts se mettent à vivre. Le concept de liberté reçoit ensuite de la substance, la vérité indique la direction à suivre. J'espère bien, que la conduite de soi entre dans cette vie intérieure et que naisse de ce fait l'authenticité, de se charger des tâches de conduite des affaires que nous avons dans le monde. Car la question n'est pas tant aujourd'hui de savoir ce qui est à faire ou comment le faire », mais beaucoup plus : « Qui prend quelle responsabilité ? ».

**Das Goetheanum, n°44/2013.**

(Traduction Daniel Kmiecik)

**« L'art nous fait prendre conscience que percevoir peut être un art — car il peut rendre artistique la perception. Artistique, signifie ici : la rendre plus aiguë, plus vaste, plus concrète, plus proche et vivace — et tout cela de plus en plus consciemment. Cela s'adresse à tout un chacun, ici c'est l'avenir ! » Michael Bockemühl**

Cet article repose sur une conférence donnée lors du Congrès « Être humain et organisation » du département des sciences sociales du Goetheanum, au printemps 2013.

Les notes sont du traducteur.