Association **B**ouddhique **T**heravâda
« Vivekârâma »

(http://perso.club-internet.fr/mhd-abt/vivekarama/)

CONTINUER A ALLER DE L'AVANT

par Ajahn Sumedho

Tout ce qui est nouveau tend à éveiller l'énergie très facilement. Ceci est partiellement dû au fait qu'on doit vraiment être vigilant dans une situation nouvelle, de manière à voir ce qui se passe. De plus, une situation nouvelle nous intéresse ou nous tient en haleine et, peut-être, nous inspire de l'espoir ou des attentes - l'espoir que cela marchera et peut-être même l'espoir que cela marchera pour nous.

Cela peut se produire avec un nouvel emploi ou un nouvel endroit - un état d'esprit, une vision intérieure ou une nouvelle compréhension. Et cela se produit spécialement avec une nouvelle personne. Nous rencontrons la bonne personne ou le bon enseignant et tout est merveilleux !

Cependant lorsque la nouveauté tend à disparaître, quand nous nous sommes adaptés à elle ou qu'elle est devenue une habitude familière, notre attitude peut parfois changer considérablement, peut-être même se transformer en déception ou en ressentiment ! Quand la nouveauté disparaît, ce sont aussi l'énergie, l'intérêt, l'espoir et l'inspiration - qui sont conditionnées par elle - qui disparaissent. Et quand ces états d'esprit positifs disparaissent, que reste-t-il ?

Quand ceci se produit, soit nous pouvons juste sourire en espérant que cela disparaîtra et que l'inspiration reviendra à nouveau ; soit nous pouvons vite chercher une nouvelle source d'inspiration ; soit nous pouvons nous laisser aller à notre déception et renoncer à la pratique spirituelle ; soit nous pouvons prendre ceci comme une occasion d'examiner la vraie nature de ce qui nous a poussé à aller aussi loin. Avons-nous entretenu de l'espoir, de l'inspiration, des attentes ?

Pour certains d'entre nous, cela peut conduire à une « crise de la foi », à une « nuit obscure » de recherche de l'âme, d'auto-questionnement et de reconsidération. Cela veut dire que nous avons à réfléchir, reconnaître, réexaminer et peut-être aller au-delà de quelques-uns de nos nobles idéaux, aspirations et expectatives. Même si ceux-ci peuvent être nobles, ils sont encore un support pour le « moi », même si c'est un bon « moi » ! Et c'est une étape très importante de la pratique spirituelle. Une étape où nous pouvons apprendre à examiner nos intentions, à transcender les hauteurs de l'inspiration, de l'espoir et de l'attente, et apprendre à continuer à aller de l'avant à travers l'obscurité de la déception, de la frustration, de la désillusion, etc.

Malheureusement c'est aussi une étape où beaucoup de gens font un faux pas et tombent sur le chemin. L'un des principes essentiels de l'enseignement du Bouddha est que nous soyons notre propre « lumière », parce que si nous dépendons de choses extérieures, sujettes au changement, cela conduit inévitablement à la déception et à la confusion ! Même si nous cherchons à être guidés par des sources différentes - par exemple par les trois Refuges - nous devrions veiller à ne pas uniquement nous appuyer sur eux ou à être trop dépendants d'eux. Ainsi, quand d'autres choses nous abandonnent (et c'est ainsi pour toute chose), nous sommes capables de continuer à pratiquer la Voie et à aller de l'avant.