

Michèle RAULIN 03.09.2022

La rentrée veut dire : reprise d'activité. Mais cessons-nous parfois l'activité ? Au détour d'une conversation amicale, je me suis dit que là se tenait un sujet de réflexion pour démarrer l'année.

Les Italiens ont inventé le mot "farniente" qui signifie littéralement "ne rien faire". Chez nous, le mot "vacances" veut dire qu'il y a un vide, une absence de travail. On pourrait penser que la torpeur de l'été donne l'occasion de vraiment cesser l'activité. De même que le premier confinement a été généralement perçu comme une plage de décompression bienvenue. Mais qui n'a jamais dit "je vais en profiter pour faire ... " ? Dans le champ laissé libre par l'activité imposée vient se loger l'activité choisie. C'est très proche de la relation au bruit : quand cessent les machines, les voitures, la cohue, on allume la radio, la télé, la sono. L'inactivité nous est aussi insupportable que le silence.

Il peut y avoir une composante culturelle. "Le travail éloigne de nous trois grands maux" disait Voltaire, "l'ennui, le vice et le besoin", ce qui n'est pas faux. Mais nous en sommes venus à une forme d'obsession compulsive qui ressemble à ce qu'on observe dans les addictions. "Moi, je ne peux pas rester sans rien faire", "J'ai toujours les mains occupées", et c'est une fierté. Si on regarde bien, quand on s'autorise à ne rien faire, c'est quand même pour faire à minima : lire, se couper les ongles, réfléchir voire méditer en s'appliquant sur une technique ou une autre. On ne lâche presque jamais.

C'est que nous avons pris l'habitude de nous identifier à ce que nous faisons. D'ailleurs à la question "que fais-tu dans la vie", on répond "je suis ...". Quelque chose en nous angoisse à l'idée de disparaître si nous ne faisons vraiment plus rien. Même à notre détriment, nous préférons plus ou moins consciemment rester prisonniers de fonctionnements inappropriés voire nuisibles, plutôt que prendre le risque de n'être plus rien du tout. Or il convient maintenant d'examiner le rien.

Farniente, faire rien, penser rien. Cela s'appelle Etre, et non pas disparaître. La physique moderne et les neurosciences se rejoignent aux portes des traditions spirituelles du monde entier : sous-jacent au monde changeant des manifestations matérielles, se trouve un domaine qu'on peut appeler indifféremment le Champ Quantique Unifié ou le Soi, et qui est tout sauf rien. Qui est tout, tout court. Le fondement, la source, la substance ultime de tout ce qui est. Tout en émerge. Einstein se posait la question "Pourquoi y a-t-il quelque chose plutôt que rien ?" Ses successeurs ont trouvé la réponse : parce que tous les quelque chose émergent spontanément du rien, parce que le rien fabrique du quelque chose en permanence.

En termes de conscience, l'expérience de ce rien est donc l'expérience de notre plus profonde et plus véritable nature, au-delà de toute identité de surface. Et elle est la source de tout ce que nous pouvons produire dans l'activité. Revenir dans le rien – pas d'action, pas de pensée – c'est puiser à la source de toutes les possibilités. Cette expérience de l'au-delà s'appelle la transcendance. Elle survient naturellement chez tout le monde, tout le temps. Mais nous n'y prêtons pas attention. Si nous n'avons pas la technique pour transcender à la demande – la Méditation Transcendantale – nous pouvons avec délicatesse laisser venir le silence entre deux pensées, le rien entre deux faire, et les garder tant que c'est confortable.

C'est tout sauf dangereux ! Il se peut qu'avec le temps, la durée confortable augmente et que le rien persiste derrière le quelque chose, le silence derrière les pensées, le farniente derrière l'activité.

C'est tout ce que je vous souhaite pour l'année à venir.

