



Joëlle Maurel, Docteur en Sciences de l'éducation ; psychothérapeute, formée aux approches psychanalytiques, à la psychogénéalogie, aux constellations familiales, à l'EFT, l'EMDR, aux techniques psychocorporelles, au massage, à la relaxation et au Reiki ; spécialiste des états modifiés de la conscience, du rêve éveillé et de l'analyse des rêves ; diplômée de l'Institut de Psychologie Transpersonnelle à Paris ; professeur de yoga diplômé de l'Ecole Internationale de Yoga Traditionnel, professeur de Qi Gong diplômé de l'Institut Traditionnel d'Enseignement du Qi Gong. Auteur du livre « S'autoriser à Cheminer vers soi, Aurobindo, Jung, Krishnamurti », Editions Trédaniel, de « l'expérience noétique », dans l'ouvrage collectif « connaissance de soi, Editions Altess, du crayon égaré, Editions Edite-moi et de nombreux articles psycho-spirituels.

Une spiritualité sans Dieu est-elle possible ?

Lorsque j'étais enfant, j'ai suivi les enseignements religieux chrétiens préparatoires à la communion solennelle. Lors de ces enseignements, je me suis fait progressivement une représentation de ce que pouvait être Dieu : il m'apparaissait comme un être supérieur, ayant tout pouvoir sur le monde et les êtres. Les prêtres qui me donnaient les enseignements me le présentaient comme quelqu'un non seulement de tout puissant mais aussi comme quelqu'un de profondément juste et bon. A cette époque, les images que je voyais de la guerre d'Algérie à la télévision, me faisaient me poser beaucoup de questions sur ce Dieu si bon mais qui permettait tant d'injustices, de souffrance et d'horreurs.

La représentation que l'Eglise chrétienne m'avait transmise de Dieu m'était insupportable parce que je ne pouvais y croire. Je ne pouvais accepter ce décalage entre ce que mes enseignants me disaient et ce que je percevais de la réalité. Déjà, j'étais rebelle aux conditionnements et faisais confiance à mon discernement.

A cette époque, je vivais en région parisienne et mes parents m'emmenaient parfois à la campagne. Lors de ces rencontres avec la nature au sein de laquelle j'aimais m'isoler, il m'arrivait d'être si touchée par un paysage ou simplement ce qui était autour de moi, que je me mettais à pleurer. Mes parents me retrouvaient en larmes ; ils ne comprenaient pas ce que je vivais et me traitaient de petite fille trop sensible et stupide. Je ne pouvais leur expliquer ce qui m'arrivait, ce que je ressentais, mais c'était si fort, si beau que j'avais l'impression d'être complètement unie à la nature. J'avais l'impression de reconnaître ou de retrouver quelque chose qui m'appartenait et à laquelle j'appartenais, mais que je ne pouvais nommer. Ensuite, il m'a fallu des années pour retrouver cette expérience intérieure que

progressivement j'avais perdue et comprendre que, dans ces moments d'unité avec la nature et avec le monde, je faisais l'expérience du sacré et de la grâce que certains nomment Dieu.

Dieu est donc un mot, une représentation, un concept, et le mot n'est pas la chose qu'elle tente de nommer. Dans le monde de la spiritualité, de nombreuses religions proposent une représentation de Dieu. Elles finissent parfois par s'entre-déchirer au nom d'une croyance qu'elles imposent comme la Vérité, mais qui finalement, divise et sépare les hommes au lieu de les rassembler et de les aider à faire l'expérience intérieure de cette Vérité impossible à enfermer dans des dogmes rigides et des rituels figés.

Qu'est-ce donc que ce que l'on nomme Dieu ? Le chercheur spirituel peut-il cheminer sans ce concept ? Il me semble que le concept de Dieu essaye de décrire un principe supérieur, invisible, divin, une conscience-énergie qui est à la source de toute vie. L'homme, pour faire l'expérience de Dieu, doit renouer avec une fonction transcendante de l'Esprit qui le relie au monde, à la dimension sacrée qui le dépasse et le fonde. Le cheminement spirituel est la quête intérieure d'une recherche de la vérité qui ne se trouve pas dans les livres et que nul ne peut nous transmettre. Il s'agit d'aller chercher en soi cette vérité et la notion de Dieu est alors sans importance, car l'homme spirituel ne cherche pas Dieu, l'homme spirituel cherche à se connaître lui-même, il tente de comprendre qui il est au-delà des croyances et des conditionnements que la société, l'environnement, la culture, la religion lui imposent.

Le chercheur spirituel qui tenterait de trouver Dieu, que ce Dieu soit chrétien, hindou, musulman ou d'une autre culture, ne ferait que chercher à travers une religion, un système de croyances et de pensées, quelque chose qui ne peut pas se trouver dans un temple, ni dans une image, ni dans une pratique, ni à travers aucun rituel mais seulement au plus profond de lui-même.

Tenter d'atteindre quelque chose que l'homme a créé avec sa pensée et son imaginaire - un Dieu nous menant à la fin de nos souffrances - est comme une fuite de la réalité de l'instant présent ; une tentative d'échapper à nos fatigues, à nos malheurs pour trouver quelque chose de plus lumineux, de plus paisible, de meilleur. Une spiritualité avec cette quête illusoire de Dieu n'est-elle pas une fuite, une échappatoire des réalités quotidiennes trop difficiles ?

C'est en abandonnant l'idée même de Dieu que l'homme en chemin vers lui-même peut faire l'expérience intérieure du sacré et voir se dévoiler le divin qui le dépasse et auquel il est relié.

La démarche spirituelle est avant tout une quête, une recherche, un questionnement menant l'homme à un éveil, une ouverture de sa conscience. Cet éveil de sa conscience lui permet de découvrir qu'il n'est pas ce qu'il croit être, que le monde créé par les mots et les concepts n'est qu'une réalité illusoire et connue à laquelle il s'accroche pour donner du sens à sa vie, mais derrière laquelle peut se dévoiler une autre réalité que je nomme le réel et qui est inconnue, neuve, dégagée de toute croyance, de tout conditionnement, de tout concept.

Dans notre monde actuel, le sens de la vie est de créer sans cesse du sens à travers les concepts qui créent le monde pour échapper au vide ; alors nous avons créé des dieux, des chemins spirituels, des pratiques nous permettant de trouver l'apaisement et la paix. Mais tout cela est illusoire et le fruit de nos projections mentales. C'est en arrêtant d'essayer de donner sans cesse un sens à la vie, c'est en se confrontant au vide, à notre propre vide intérieur, c'est en arrêtant de chercher et de cheminer sur les voies dites spirituelles que nous retrouvons l'essence de nous-mêmes, l'essence de la vie et que nous découvrons que le sens de la vie nous est donné d'instant en instant si nous sommes suffisamment attentifs pour le voir, et que Dieu est présent à chaque souffle de notre vie si nous sommes assez présents et conscients pour le sentir.

Ce que l'on nomme la spiritualité n'est-ce pas simplement un état méditatif correspondant à la conscience de l'instant présent, dans le lâcher-prise des concepts, de l'idée même de Dieu et des croyances quelles qu'elles soient ?

Et dans cet état méditatif où l'esprit devient libre et silencieux, l'homme peut faire l'expérience du divin ; alors la question de savoir si la spiritualité peut avoir lieu avec ou sans Dieu ne se pose plus. Seul l'esprit conditionné, la pensée limitative posent ce genre de question. Dans l'expérience intérieure de ce que l'on nomme Dieu, il n'y a plus de question, plus de Dieu, mais juste le dévoilement d'un amour infini, d'un mouvement ininterrompu de la vie qui est libre de tous conditionnements, de toutes pensées - je ne parle pas de la pensée fonctionnelle nécessaire à la vie, je parle du ressassement mental sans cesse en activité -. L'homme est alors juste là, dans la conscience de l'instant présent, intensément vivant et paisible.

L'homme a sans doute besoin du concept de Dieu pour commencer à s'éveiller de son endormissement et de ses croyances ; la spiritualité a sans doute besoin de nommer le divin, le sacré auquel l'homme peut accéder s'il commence un chemin de connaissance de lui-même mais, paradoxalement, c'est en abandonnant ce concept même que l'homme peut pleinement vivre sa spiritualité, faire l'expérience de la Vérité ultime, retrouver sa source intérieure en se reliant à la vie et au monde ; alors l'homme est spirituel, il est le monde et il est la vie.