

La Bodhicitta comme vue, la prière à sept branches comme mode de vie idéal

Chapitre 4

Concilier harmonieusement vie de couple, désir sensuel et chemin spirituel

Lama Tsony

Il y a une confusion et une sorte d'interpénétration de plusieurs centres d'intérêt. D'un côté, il y a la pulsion du désir, la pulsion de la procréation. Il y a le désir, le plaisir, comme celui de la nourriture, la sécurité, éviter les mauvaises rencontres, les mauvaises alliances et les mauvais plans. Tout ça pour s'éloigner de la souffrance. C'est le chapitre : « plaisir et pas de souffrance » de la logique du monde animal qui a besoin de la survie de l'espèce. On parle du désir impérieux pour une femme de porter un enfant. C'est sans doute plus fort pour une femme que pour un homme mais un homme peut avoir aussi ce besoin impérieux que son nom continue. Ça, c'est un besoin animal.

D'un autre côté, on a été exposé à une autre logique possible qui est la logique d'éveil. La logique d'éveil va travailler à contre-courant des hormones. Ce n'est pas la même logique. Le fait d'avoir un besoin impérieux d'avoir des enfants, la science nous le montre, c'est un besoin hormonal. On le voit bien à l'adolescence, quand toute la chimie des hormones commence à se métamorphoser pour passer de l'enfance à l'adulte : on perd le contrôle de son esprit. On est poussé par des pulsions incontrôlables et c'est plus fort que notre esprit rationnel. Ce sont des moments très douloureux aussi bien pour les adolescents que pour les parents.

Donc, nous avons une base animale et on commence à être exposé à la possibilité d'une autre approche, d'une autre logique de vie qui est une logique d'éveil. Et les deux sont quasiment incompatibles parce qu'elles ne s'appuient pas sur les mêmes objectifs et leurs méthodologies sont complètement différentes. Donc, quand on essaie de concilier les deux, il y a des turbulences.

Dans l'histoire de la création de l'humanité, les tibétains ont une légende. La légende, c'est que l'ethnie tibétaine est née de l'association improbable d'une ogresse qui vivait dans un rocher (c.-à-d. un esprit qui veut manger et qui dévore) avec un singe qui était l'incarnation de Tchenrezi. Tchenrezi (symbole de la compassion) voit qu'entre les animaux et les dieux, il manque une option. Il faudrait, pour certains esprits, une plate-forme d'atterrissage qui soit entre les deux.

Tchenrezi entre dans ce monde comme un animal, avec une conscience, s'accouple avec l'ogresse des rochers et crée l'ethnie tibétaine. Les tibétains disent : « c'est pour ça que nous avons une nature très passionnée, guerrière et, en même temps, un grand cœur ». C'est une métaphore de « comment est-ce qu'on va concilier notre animalité avec cette nouvelle conscience qui est une conscience d'éveil ? ». Comment est-ce qu'on arrive à faire entrer tout ça dans une association qui soit harmonieuse et qui permette de s'affranchir et de grandir ? Certainement pas dans le déni et l'écrasement !

Le rationnel dit : « il suffirait de se débarrasser de cette ogresse et de son singe et tout irait bien dans le meilleur des mondes ! ». On va avoir une sorte de suppression ambivalente qui, on le sait depuis Archimède, va créer une réaction équivalente sinon supérieure. On le voit partout dans tous les mondes où il y a suppression, il y a une réaction souterraine et cachée avec, en plus, un sentiment de honte et de faillite. Et c'est encore pire ! L'autre côté, c'est une sexualité prédatrice qui consomme les partenaires comme des kleenex. Ce n'est pas non plus une solution.

Donc on arrive dans une conciliation qui est de se dire : « on va travailler à développer ce discernement, cette sagesse (*prajna* en sanskrit) en s'appuyant sur un travail fondateur de la générosité, d'une certaine discipline, d'une harmonie qu'on va créer dans la relation et de la patience. Un esprit suffisamment calme et adulte pour regarder les choses sans drame. Et avec joie, la joie qui apporte la force, la vitalité et l'envie d'avancer.

Ces cinq premières qualités vont être la base, le terreau duquel le discernement et la sagesse vont pouvoir s'élever. Cette sagesse-là sera vraiment la libération. Pour l'instant, c'est la préparation aux conditions de la libération.

Dans une relation, cela veut dire construire une relation à l'autre, construire une relation à son désir, à son besoin d'enfant qui soit dans un cadre de générosité, de commerce équitable, d'éthique avec des accords, une convention. On s'engage. Il y a donc, là, une exigence d'engagement mais ce n'est pas un engagement emprisonnant : c'est un engagement qui vient de l'envie, ensemble, de faire quelque chose qui va nous permettre, aux deux bouts de la relation, de grandir. Ces deux êtres qui grandissent vont peut-être donner l'opportunité à un autre être de venir dans ce monde avec ces conditions de libertés et d'acquis qui seront, pour lui ou elle, une base possible d'évolution. C'est une contribution permanente et une évolution permanente dans la relation.

Dans le commerce équitable, il faut que les deux extrémités de la chaîne soient connus, c.-à-d. que les deux partenaires, dans le cadre d'une relation, doivent se connaître. Il y a un besoin d'introspection, de conscience de soi pour savoir qui on est pour pouvoir l'exprimer, pour savoir écouter et recevoir l'autre, comprendre ou essayer de comprendre au mieux de nos capacités ce qu'est l'autre, parce que ça reste toujours un mystère. On n'est pas l'autre mais on peut toujours s'en approcher pour mieux entendre et mieux comprendre. Le travail de communication harmonieuse, elle se fait dans cette relation.

Le Bouddha, dans ses enseignements, a souvent dit que, dans la logique de l'éveil, le mieux serait de s'affranchir de toute obligation et responsabilité dans ce monde pour pouvoir se consacrer uniquement à la découverte de cette conscience réflexive et, une fois qu'on l'a découverte, l'utiliser pour se libérer par la réalisation de la véritable nature de l'esprit.

Si ce choix nous paraît trop rigoureux ou trop difficile, l'alternative, c'est une relation de couple qui soit vécue dans cet esprit de générosité et d'harmonie. Là, on a un chemin qui peut, in fine, nous conduire à la réalisation mais il y a des conditions : ce n'est pas n'importe quoi.