

## Règle de Fer 1 de Murshid – Commentaire de Pir Zia

La première des règles de Fer est : « Mon moi réfléchi, n'aie pas de fausses prétentions ». Cela semble facile. Aucun de nous n'aime penser qu'il a de fausses prétentions et il est probable que, consciemment, nous n'en avons pas. Cependant si l'on applique ce critère à tout ce que nous disons, je pense que notre discours gagnerait une grande profondeur de conscience et que nous verrions que la véracité de nos propos est nuancée. Lorsque nous disons des choses dans lesquelles toute notre volonté est impliquée, nous sommes alors transparents et cela donne une grande puissance à nos propos. Et puis nous disons d'autres choses qui ne sont pas transparentes, qui, à l'opposé, sont opaques. Nous avons aussi tendance à projeter une certaine image par calcul, pour avoir gain de cause. La satisfaction que nous en retirons ne peut être comparée à la pureté de l'état qui est perdu en agissant ainsi, ni à la joie et la paix qui découlent naturellement de cette pureté.

En lien avec cela, nous pouvons nous reporter au chapitre « Parole d'honneur » tiré de *L'Art de la personnalité*. Je ne lirai pas le chapitre en son entier, je partagerai simplement avec vous certains éclairages. « Qu'est-ce que la parole ? La parole est l'expression de notre âme. La parole est ce quoi nous pouvons compter, elle est digne de confiance. Aucune richesse en ce monde ne peut être comparée à une parole d'honneur. Celui ou celle qui dit son intention témoigne par là même de sa spiritualité. Pour une personne vraie, reprendre sa parole est pire que la mort, car cela signifie reculer au lieu d'avancer. »

Inayat Khan fait référence à l'histoire de Haris Chandra et à celle d'autres héros et saints qui ont fait de grands sacrifices pour rester fidèles à leur parole d'honneur. Ensuite, une question lui fut posée :

« Que se passe-t-il si l'on se trouve dans une situation où l'on a donné sa parole peut-être à la légère et que, dans le contexte présent, cela signifie faire quelque chose qui semble plus nuisible que salutaire ? Dans ce cas, n'est-il pas dangereux de rester fidèle à son principe face à une situation qui est très différente de celle que l'on avait imaginée ? »

Inayat Khan répondit avec une grande délicatesse : « Je pense qu'aucun principe ne devrait devenir absolu ».

L'excès est dangereux en tout. Cependant, si l'on se met à ne pas respecter sa parole d'honneur parce qu'une situation a changé, il en résulte que l'on peut continuer à faire des promesses avec désinvolture en sachant que l'on se permettra plus tard de ne pas les tenir. Donc, dans la mesure où nous maintenons fermement notre parole, nous serons profondément attentifs à la façon dont nous prenons un engagement et donnons notre parole d'honneur.

Si l'on examine sa vie, on se rend compte que le nombre d'occasions de prendre un engagement par écrit, de faire un vœu ou une promesse, est relativement faible. Mais très souvent, au détour d'une conversation, on s'engage à quelque chose ; on accepte une responsabilité, on se projette dans l'avenir : « Je ferai telle chose. Je serai là ». Nous agissons ainsi en gardant la latitude, après tout, de changer d'avis en fonction des circonstances. Mais plus nous agissons de la sorte et plus notre parole perd le pouvoir sacré, très puissant, du serment du chevalier.

Bien qu'en surface, le fait de ne pas tenir sa promesse puisse présenter des avantages et parfois des avantages non négligeables, voire très tentants, si vous considérez les moments où vous avez donné votre parole sur des sujets importants ou non et que, pour une raison ou une autre, vous ne l'avez pas tenue, peut-être avez-vous obtenu quelque avantage provisoire, avez-vous succombé à la tentation et en avez-vous retiré un bénéfice. A présent, si vous regardez en arrière, le bénéfice que vous avez retiré à ce moment-là peut-il être comparé à ce sentiment de perte que vous ressentez maintenant ?

Si l'on poursuit ce type d'introspection, ce genre de *muhatabah*, il n'est cependant pas nécessaire de rester embourbé dans la culpabilité du passé. Aujourd'hui est un autre jour et de nouveaux choix s'ouvrent à nous. Mais nous aurons appris à donner notre parole avec un grand discernement.

## **Règle de Fer 2 – Commentaire de Pir Zia**

La deuxième règle de Fer est : « Ne médis pas des absents ». C'est une expression qui, à l'instar d'autres paroles de sagesse, peut être comprise à différents niveaux. Au sens le plus littéral, elle signifie ne pas dire du mal des personnes qui ne participent pas à une conversation. A un niveau plus profond, dire du mal d'une personne en son absence signifie parler d'elle en la jugeant. Dans ce cas, être présent signifie être conscient de l'âme de cette personne. Discuter avec légèreté des traits de caractère d'une personne sans être vraiment en sa présence, c'est-à-dire sans tenir compte de son âme, est une erreur.

Encore une fois, le sens littéral est : ne pas parler des absents, si ce n'est en termes élogieux. Je pense que la règle attire l'attention sur une situation courante connue de tous. Dans notre société, les gens sont plus enclins à parler de quelqu'un en son absence qu'en sa présence. Le commérage produit une sorte de contagion. On peut ne pas y être enclin et se retrouver au milieu d'une conversation dans laquelle l'atmosphère de critique vient à bout du meilleur d'entre nous. Ce qui l'emporte est le sentiment que l'on se permet ce genre de choses. Mais dès que l'on prend du recul par rapport à la conversation, une pensée s'élève : « Mais qu'ai-je dit ? »

L'ego n'existe pas dans l'isolement. C'est plutôt une construction de strates de substance psychique générée dans les relations. L'image de soi est limitée dans l'image de soi d'autrui et inversement. Lorsque nous portons des jugements négatifs, nous avons l'impression de révéler la vraie nature de ceux que nous jugeons, mais en réalité nous l'occultons. Nous posons sur ces êtres des voiles d'obscurité qui recouvrent la lumière de leur âme.

D'un point de vue mystique, la présence physique et l'absence d'une personne sont indissociables. Nous sommes reliés au-delà de l'espace et du temps. Rien n'est ignoré. Chaque parole et, bien sûr, chaque pensée résonne à travers l'univers. Rien n'est caché. Chaque vibration a un effet.

Murshid dit : « Il est nécessaire de rappeler que l'on fait preuve de bien peu de noblesse de caractère lorsque l'on aime les bavardages et les commérages. Ils sont si naturels et, cependant, alimenter cette façon de parler d'autrui est une grave faute de caractère. Tout d'abord, lorsque l'on fait des remarques dans le dos de quelqu'un, on fait montre d'une grande faiblesse et ce comportement va à l'encontre de la franchise. En outre, il revient à juger autrui, ce qui est une erreur selon les enseignements du Christ qui dit : « Ne jugez point, de crainte d'être jugé ».

« Ne jugez point, de crainte d'être jugé. » Voilà la pierre de touche : comment me sentirais-je si une personne parlait de moi comme je suis en train de parler d'elle ? Si vous vous sentez bien, c'est sans doute que ce que vous dites est positif. On peut aussi se demander si l'on parlerait ainsi en présence de la personne. Si tel est le cas, ce que l'on dit est probablement juste.

En cessant de dire du mal des autres, nous avons davantage d'énergie à consacrer à une tâche plus noble et plus satisfaisante, qui consiste à dire du bien des autres.

### **Règle de Fer 3 – Commentaire de Pir Zia**

La troisième règle est : « Mon moi réfléchi, ni tire pas profit de l'ignorance d'autrui ».

Chaque règle commence ainsi : « Mon moi réfléchi ». Cela signifie que la règle est un monologue, une conversation avec soi-même. Elle n'est pas imposée par une autorité extérieure. La règle est l'articulation d'une orientation éthique. Si cette orientation entre en résonance avec notre conscience, la règle est un rappel pour servir pleinement notre idéal, dans toute situation. Si cette orientation ne trouve pas d'écho en nous, la contemplation de cette règle est l'occasion de clarifier notre propre éthique. En aucun cas la règle n'est un dogme qui exige que l'on y adhère en se basant sur une autorité extérieure. La seule autorité véritable est la conscience humaine illuminée.

Revenons à cette troisième règle : « Ne profite pas de l'ignorance d'autrui ». Ce comportement peut prendre une forme extrême lorsqu'il y a abus d'influence sur autrui, lorsque l'on profite de la crédulité de certaines personnes et qu'on les abuse pour gagner de l'argent facilement. La plupart d'entre nous ne sont pas concernés par cela. Il existe cependant des façons plus subtiles de tirer profit des autres.

Dans *L'Art de la personnalité*, Murshid parle de ce qu'il appelle « le mode persuasif ». Voici ce qu'il en dit : « Il est une tendance cachée derrière l'impulsion humaine, qui peut être appelée le mode persuasif. (...) Certaines personnes parviennent de cette manière à leurs fins à un moment donné, mais en fin de compte, ceux qui se sont laissés tenter par cette façon de faire sont mécontents.

Cela ne montre-t-il pas qu'il est plus difficile de prendre en compte les sentiments d'autrui que d'obtenir quelque chose d'eux ? Il est très rare de rencontrer quelqu'un de si attentif aux sentiments des autres qu'il renonce à la réalisation de ses propres désirs.

Chacun recherche la liberté, mais il la recherche pour lui. Si nous la recherchions pour les autres, nous serions des êtres bien plus nobles. Le mode persuasif témoigne assurément d'une grande volonté de pouvoir. Il exploite la faiblesse des autres, qui se soumettent et cèdent, et qui sont redevables d'amour, de sympathie, de bonté, de gentillesse et de politesse. Il y a toutefois des limites à toute chose. A un moment, le fil se casse. Un fil n'est qu'un fil, ce n'est pas de l'acier. Même s'il est en fer, il se rompt lorsqu'on tire trop fort dessus. La délicatesse du cœur humain ne peut être comprise de tous. Le sentiment humain est trop subtil pour la perception ordinaire. Qu'est-ce qu'une âme qui développe sa personnalité ? Elle n'est semblable ni à la racine ou à la tige d'une plante, ni à ses branches ni à ses feuilles. Elle est semblable à sa fleur, avec sa couleur, son parfum et sa délicatesse.

Murshid évoque ici cette tendance à argumenter, enjôler, manipuler, importuner, bref, à faire tout ce qui est en notre pouvoir pour faire changer d'avis une personne dans notre intérêt personnel. Nous essayons tous, de temps à autre, d'utiliser nos compétences rhétoriques à notre profit. Lorsque nous sentons que les enjeux sont importants, nous plaidons notre cause avec ténacité, à la manière d'un avocat.

Pour l'emporter, un raisonnement doit minorer les faiblesses de notre position et mettre l'accent sur sa force. Certains faits doivent être mis en lumière et d'autres dissimulés. Nous jouons de notre mieux avec les aspects qui correspondent à notre position et le reste est commodément oublié.

Nous avons tous plus ou moins tendance à agir ainsi. Cela fait simplement partie de la rhétorique du discours et c'est presque inévitable. Nous voulons toujours justifier nos décisions et nos pensées, etc. Mais lorsque cette tendance prend une forme extrême, elle devient abusive. Lorsque l'on tait sciemment des informations critiques dans une discussion, on n'apporte plus de contribution positive à une décision favorable pour les personnes concernées.

Si le but d'une conversation est « une rencontre des esprits » - et pourquoi n'en serait-il ainsi ? -, alors ce qui est recherché, ce n'est pas qu'un point de vue l'emporte sur un autre, mais plutôt qu'une synthèse cognitive puisse faire coexister harmonieusement les multiples facettes d'un sujet et élargir la compréhension des deux parties.

Si, au contraire, on tire avantage de l'angle mort dans le point de vue d'une personne, ce qui en découle alors n'est qu'une forme d'exploitation. La connaissance est un pouvoir, et la manipulation de la connaissance par intérêt personnel peut être tyrannique.

La discrétion n'est évidemment pas une force négative ou destructive en soi. En fait, c'est un aspect de la vie naturel et nécessaire. Tout dans la nature est la révélation du mystère du secret di-

vin à différentes étapes de dévoilement. Si la vérité pure et toute-embrassante de la réalité devait jamais être révélée dans sa totalité, l'esprit du témoin se dissoudrait. Ni vous ni moi ne supporterions la force du dévoilement et nous ne survivrions pas. C'est par miséricorde qu' « Allah a soixante-dix mille voiles de lumière et d'obscurité ».

C'est seulement à mesure que l'être humain s'approfondit et se développe que les voiles peuvent être levés, un à un. Tout moment n'est pas opportun pour exprimer une perception très fine ou une réalisation de l'âme. Les secrets du cœur ne doivent pas être confiés sans soin. L'obscurité lumineuse du silence nourrit et protège la connaissance spirituelle jusqu'au moment où elle peut être exprimée. Ce secret est beauté et puissance. Il renforce à la fois soi-même et les autres. Le prophète, le saint ou le maître qui garde le secret divin le fait dans un esprit de solidarité avec la vie et de compassion qui soutient le déploiement naturel de tout être. C'est exactement le contraire du secret d'un tyran, qui utilise sa connaissance pour dominer les autres. Tous deux utilisent le pouvoir, mais le tyran l'emploie contre les autres alors que le prophète, le saint ou le maître le fait pour les autres et avec les autres. Le résultat est bien différent.

#### **Règle de Fer 4 – Commentaire de Pir Zia**

La quatrième Règle de Fer est : « Mon moi réfléchi, ne te vante pas de tes bonnes actions ».

Pour commencer, je voudrais attirer votre attention sur un passage du livre de Murshid, *L'Art de la personnalité*, qui traite de la vanité.

« Toute la manifestation est l'expression de cet esprit du Logos qui, en termes soufis, s'appelle *kibriyya*. Dans tous les êtres, cet esprit se manifeste sous forme de vanité, d'orgueil ou d'amour-propre. Si cet esprit n'avait pas travaillé en chaque être comme thème central de la vie, ni le bien ni le mal, grand ou petit, n'existerait ici-bas. Les vertus et le mal ne sont que le produit de cet esprit. L'art de la personnalité consiste à raboter les angles rugueux de cet esprit de vanité, qui blessent et font souffrir ceux que nous rencontrons dans la vie. Parler sans cesse de soi perturbe l'esprit de ceux qui vous écoutent.

La vanité qui s'exprime dans la rigidité s'appelle l'orgueil ; sous une forme séduisante, elle s'appelle vanité. La plupart du temps, nous avons été éduqués à la politesse, nous avons appris des manières et un langage choisis. Cependant, si malgré de belles manières et un langage choisi, des « je, je, je » sont toujours là et se font entendre dans nos pensées, nos paroles et nos actes, c'est que cet esprit de vanité est bien marqué. Alors même qu'une personne vaniteuse garderait le silence, son expression et son regard suffiraient à dévoiler sa vanité. C'est ce qu'il y a de plus difficile à supprimer et à contrôler. Dans la vie des disciples, la lutte n'est pas tant contre les passions et les émotions – car, tôt ou tard, celles-ci peuvent être contrôlées par un effort plus ou moins grand – que contre la vanité qui, elle, grandit toujours.

Si l'on coupe la tige de la vanité, on cesse alors de vivre car elle est le « moi » véritable, l'ego, l'âme ou le Dieu intérieur. Il est impossible de nier son existence. Si on lutte contre la vanité, on

l'embellit de plus en plus et, ce faisant, l'on rend tolérable ce qui, sous sa forme grossière, est intolérable.

La vanité est comparable à une plante magique. Si dans un jardin, on la voyait pousser sous la forme d'une plante épineuse et si on la coupait, elle repousserait à un autre endroit sous la forme d'un arbre fruitier. Si on la coupait de nouveau, elle réapparaîtrait sous la forme d'un rosier aux fleurs parfumées. Elle existerait quand même, mais sous une forme plus belle qui rendrait heureux ceux qui l'approcheraient.

Voilà pourquoi l'art de la personnalité n'enseigne pas à éradiquer la vanité, car c'est chose impossible tant que nous sommes en vie. Mais on peut détruire son apparence rugueuse de sorte qu'après plusieurs morts, elle puisse se manifester sous la forme d'une plante du désir. »

Comment ces observations peuvent-elles s'appliquer à la Règle « Ne te vante pas de tes bonnes actions » ?

Nous pourrions commencer par observer quel genre de comportements perturbe notre esprit. Nous découvririons probablement que, dans la vie, certains ont des manières qui nous dérangent et d'autres des manières qui nous mettent à l'aise. En allant plus loin, nous découvririons que la différence tient à la nature de l'ego de la personne en question. Il est difficile de se sentir bien en présence de personnes imbuées d'elles-mêmes, qui ne sont concernées que par ce qui les intéresse, qui attirent sans cesse l'attention sur leurs qualités et se justifient en défendant leur point de vue. L'ego de chacun est remis à sa place par un ego plus imposant qui est face à lui. A l'inverse, la présence d'une personne modeste, discrète et capable d'écouter avec sympathie est un baume apaisant.

Si nous voulons vivre selon les Règles d'Or, nous devons nous considérer sous le même éclairage. En inversant notre point de vue, nous constatons que certaines expressions de notre ego ont un effet discordant sur les autres. Nous découvririons alors que nous avons tendance, sur le moment, à nous perdre dans ce qui nous intéresse au point de ne pas prendre en considération ceux qui nous entourent. Nous sommes tellement absorbés par notre vie que nous en oublions que notre « drama » personnel n'est que le nôtre ; ce n'est que nous qui avons ce regard-là, rivé sur nous-même.

Dans un autre chapitre de « L'Art de la personnalité », Murshid raconte l'histoire de deux passagers dans un train. L'un d'eux narre pendant des heures les exploits de ses ancêtres. Finalement, à bout de patience, le second s'exclame : « J'en ai par-dessus la tête d'entendre parler de mes ancêtres. Pourquoi voudriez-vous que je m'intéresse aux vôtres » ?

Voilà un bel exemple qui montre que nos passions ne sont pas toujours partagées !

Jésus a dit que c'est aux fruits que l'on connaît l'arbre. Nous ressentons souvent le besoin de nous expliquer, de nous justifier, d'attirer l'attention sur nos bonnes intentions et sur les sacrifices que nous avons faits. Nous pensons que les autres devraient mieux nous comprendre. Nous

ne nous sentons pas appréciés à notre juste valeur. Les paroles du Christ nous rappellent que ce sont nos fruits qui nous feront connaître, et non ce que nous disons.

A force de parler des bonnes actions dont, à juste titre, nous sommes fiers, celles-ci perdent leur fraîcheur et les autres les apprécient moins que si nous avions laissé parler nos actes. Les enseignements des prophètes et des sages nous exhortent à laisser ces derniers parler d'eux-mêmes. Même si nous avons l'impression sur le moment de ne pas être compris ou apprécié, nous devons croire que, tôt ou tard, les comptes seront réglés. Nous ne devons pas lutter pour nous défendre, nous expliquer et nous justifier.

Il se peut que nous pensions qu'en ayant des propos élogieux à notre égard, nous faisons montre de respect vis-à-vis de nous-même. En vérité, cet éloge est bien pâle en comparaison avec celui qui revient réellement à notre essence, la lumière de notre âme. Par ironie, en exprimant l'éloge que nous pensons mériter, nous descendons de la position qui en réalité est la nôtre car ainsi, nous nous identifions à l'image que nous projetons. La grandeur de notre être dépasse infiniment notre image. Plus vous revêtez votre image, plus vous perdez en grandeur parce que la véritable grandeur est ineffable et ne peut être exprimée en mots. Les mots ne font que la limiter. Notre véritable grandeur est au-delà des mots et des images. Cette grandeur est d'une puissance et d'une beauté indescriptibles et, chaque fois que nous nous vantons, nous dérobons quelque chose à cet infini pour nourrir un aspect minime de nous-même.

## **Commentaire de la Règle de Fer 5 - Pir Zia**

*Mon moi conscient, ne revendique pas ce qui appartient à autrui.*

J'ai deux jeunes enfants que j'ai grand plaisir à voir grandir et évoluer. Chez les enfants, on peut observer les impulsions les plus simples de la personnalité humaine. Par exemple, lorsque deux enfants jouent ensemble avec des jouets, il se peut que l'un des jouets soit complètement négligé jusqu'au moment où l'un des enfants s'en saisit. Alors soudain, l'autre s'y intéresse aussi et le réclame comme étant à lui. Tant que le jouet est par terre, personne n'y prête particulièrement attention, mais quand un enfant le prend, le jouet devient brusquement très important.

En réalité, les adultes ne sont pas si différents des enfants à cet égard, même s'ils s'en cachent. Nous sommes poussés à posséder ce que les autres possèdent. Dans des cas extrêmes, l'avidité conduit les gens à la duplicité et à la violence. Plus souvent, elle entraîne de grandes dépenses de temps et d'énergie pour accumuler des biens puis pour les laisser de côté, à la recherche de l'objet qui nous apportera le bonheur.

Toute l'économie est basée sur cette façon d'agir. Si nous cessions d'agir ainsi, l'économie s'effondrerait et il faudrait la réinventer.

Du point de vue soufi, toute motivation vient de manière ultime d'une impulsion divine. Même dans notre concupiscence, il y a un espoir de rédemption. La recherche d'un objet nous pousse à l'obtenir, et cela nous conduit alors à le dépasser. Si nous n'avons pas d'efforts à faire pour ob-

tenir ce que nous désirons, si nous avons à y renoncer prématurément alors qu'à l'intérieur de nous, nous le désirons avec force, y renoncer serait vain, hypocrite et fragile à tout moment. Mais celui qui atteint l'objet de son désir et qui le dépasse, peut être considéré comme libre. Le chemin même vers l'obtention de l'objet doit avoir une fin dans la réalisation car toute chose a une fin. C'est ce que William Blake a exprimé lorsqu'il a dit que la voie de l'excès conduisait au palais de la sagesse.

Disons cependant qu'une chose est de suivre la voie de l'excès jusqu'au palais de la sagesse pour un individu et qu'il en serait une autre si toute la société faisait de même. L'enrichissement d'une nation ou d'une espèce signifie souvent l'appauvrissement d'une autre, or avec une population de plus de six milliards et demi d'êtres humains, les ressources de la terre sont déjà insuffisantes. Un jour, l'on demanda au Mahatma Gandhi si l'Inde pourrait atteindre le niveau de vie de l'Angleterre. Il répondit qu'il avait fallu à l'Angleterre la moitié du monde pour se nourrir et il posa la question suivante : « Si l'Inde devenait comme l'Angleterre, combien de mondes seraient-ils alors nécessaires ? »

Sur le plan collectif, la voie de la réalisation par une consommation excessive n'est tout simplement pas envisageable. Pourtant, nous sommes nombreux à passer par une étape dans laquelle les objets sont une préoccupation. Au fur et à mesure que nous devenons des connaisseurs dans un domaine, nos goûts se développent et nos désirs deviennent sans limites. Dès que nous obtenons quelque chose, autre chose nous semble encore plus désirable. Puis, nous prenons conscience que tout cela est *dunya* (l'attachement aux plaisirs de ce monde) et ne peut nous satisfaire. Il s'agit seulement du déclic d'une expérience intérieure, or c'est l'expérience en soi qui est source de plaisir. En vérité, posséder ne signifie rien d'autre qu'être légalement proche de quelque chose. Existe-t-il une force invisible qui relierait une personne et un objet ? Non, aucune force de cette nature n'existe, si ce n'est dans notre mental.

Lorsque nous prenons conscience de cela, nous passons à l'étape suivante – *akhira* (le détachement) –. Au lieu de chercher à posséder des objets, nous recherchons la satisfaction dans des états d'être empreints de beauté et de joie. Nous nous mettons en route sur le chemin spirituel. Nous allons à des séminaires, des ateliers, nous faisons des retraites et nous lisons beaucoup. C'est ainsi que nous découvrons de belles idées spirituelles. Par la suite, il se peut que nous commencions à observer que les impulsions qui nous entraînaient au supermarché des objets nous conduisent au supermarché des idées spirituelles. C'est le même désir d'acquérir, la même tentative de trouver une satisfaction en possédant quelque chose que nous pensons stable et plaisant. En outre, sur le chemin spirituel comme dans le monde physique, nous sommes souvent tentés de mesurer ce qui appartient à autrui parce que cela est plus attirant que ce que nous possédons.

En avançant sur le chemin spirituel, nous découvrons que certaines personnes semblent avoir une qualité de réalisation extrêmement séduisante. Nous souhaitons avoir ce qu'elles ont et nous ressentons le besoin de tester toute méthodologie ou toute discipline nouvelle afin de jeter notre dévolu sur quelque chose qui nous satisfera au maximum. Nous désirons ardemment posséder ce

qui appartient à quelqu'un d'autre, c'est-à-dire l'état spirituel apparemment parfait de ceux qui nous entourent ; nous avons l'impression d'être pris au piège d'un état inférieur.

C'est ainsi que, d'une part, nous idolâtrons les autres et que, par ailleurs, nous nous traitons avec dureté, en ressentant profondément notre indignité et notre incapacité.

Par une ironie du sort, il est probable que la personne sur laquelle nous projetons notre idéal de parfait accomplissement spirituel sente ses propres limitations et aspire à un état de plus grande réalisation, etc. à l'infini – chacun étant tourné vers l'autre et le regardant – jusqu'au moment du retour au principe de cette Règle de Fer : « Ne revendique pas ce qui appartient à autrui ».

La Règle nous dit de ne réclamer que ce qui nous appartient et naît de notre expérience. C'est votre propre état d'être que vous pouvez revendiquer, accepter et dont vous pouvez vous satisfaire. Comprenez son caractère changeant. Comprenez que votre état n'est pas l'essence, mais que c'est une qualité d'essence qui change. En acceptant notre état, nous sommes plus à même de saisir de quelle manière celui-ci est en équilibre sur une base de pure essence.

Considérez donc la vérité de votre expérience comme étant ce qui vous appartient : c'est quelque chose de spécifique qui a été dévoilé par Dieu, et ce, à travers vous seul. Votre manière de voir est nécessairement unique et, de ce fait, la vie s'enrichit de quelque chose qui ne pourrait pas lui être ajouté autrement. Rien n'est superflu. Tout est providentiel. Nos jugements sur notre expérience, qu'ils soient négatifs ou positifs sont très relatifs d'un point de vue ultime. Il y a simplement l'expérience de la vie qui nous a été donnée pour l'enrichissement du dévoilement divin. C'est en intégrant cette expérience que nous connaissons l'accomplissement qui est notre droit de naissance.

## **Commentaire de la Règle de Fer 6**

« Mon moi réfléchi, ne fais pas de reproche aux autres, car tu renforcerais leurs défauts.

Dans l'ouvrage de Pir O Murshid *Enseignements soufis*, un très beau passage du chapitre « Fermer les yeux » nous éclaire sur ce sujet.

« Le fait de fermer les yeux sur certaines choses est une tendance qui se manifeste et grandit chez celui qui progresse sur le plan spirituel. Cette tendance peut paraître de la négligence, mais en réalité la négligence ne consiste pas nécessairement à fermer les yeux mais la plupart du temps à ne pas regarder. On peut dire que le fait de fermer les yeux équivaut à s'élever au-dessus des choses : il faut effectivement s'élever pour pouvoir fermer les yeux.

Celui qui est au-dessous de la vie ne peut fermer les yeux sur quelque chose, même s'il le voulait. Fermer les yeux sur quelque chose est une forme de bienveillance. C'est à la fois voir et ne pas voir, c'est voir et ne pas tenir compte de ce qui est vu. C'est être blessé ou lésé et, pourtant, ne pas y accorder d'importance. C'est l'attribut d'une nature noble, et le signe des âmes accordées à une note élevée.

Fermer les yeux sur quelque chose est le premier enseignement du pardon, c'est une tendance qui naît de l'amour et de la sympathie et qui apporte le désir de fermer les yeux jusqu'à ce que l'on arrive à un stade de réalisation où la vie entière devient une vision sublime de l'immanence de Dieu. »

En Turquie, on raconte une histoire amusante à propos d'une réunion de soufis. Quelqu'un posa une question à trois cheikhs de trois ordres différents : « Que faites-vous lorsque vous voyez un vice chez quelqu'un ? » Le premier cheikh répondit : « Je lui fais une remontrance. » Le second : « J'essaie de dissimuler la situation de façon à ce que personne ne s'en aperçoive. » Enfin, le troisième cheikh, le plus évolué spirituellement, dit : « Un vice ? Quel vice ? »

Inayat Khan raconte l'histoire d'un lionceau perdu dans la savane. Séparé des siens, celui-ci oublia peu à peu ses origines et rencontra un troupeau de moutons. A force de vivre parmi eux, il se mit à bêler et à manger de l'herbe. Bien qu'en grandissant il prît la forme d'un lion puissant, dans son esprit il était un mouton.

Un jour, il se trouva en présence de plusieurs lions. Il tenta de s'enfuir avec les moutons, mais il fut encerclé. Il tremblait de peur mais les lions ne l'attaquèrent pas. Au contraire, ils lui demandèrent avec perplexité : « Tu es un lion. Pourquoi agis-tu comme un mouton ? » Ils tentèrent de l'en convaincre, mais le lion ne voulait pas les croire. Alors en dernier recours ils le pourchassèrent jusqu'à un étang. Le lion y vit son reflet et constata qu'il était un lion. Son univers changea soudain du tout au tout.

Cette histoire traite de la condition humaine. Nous sommes nés lions, mais d'une certaine façon, nous finissons par nous croire des moutons. Que signifie finir par croire être un mouton ? Cela signifie que nous nous identifions à nos limitations. On nous perçoit comme des moutons et, tôt ou tard, nous finissons par accepter cette assertion. Nous faisons nôtre le jugement du monde et le considérons comme avéré. Cela ne veut pas dire que telle ou telle personne ait eu l'intention de nous induire en erreur. Ceux qui ont ancré cette impression en eux ont eux-mêmes été contaminés par l'impression d'une autre personne. C'est une sorte de maladie psychique qui se transmet de génération en génération, à travers la culture, la famille – c'est une maladie spirituelle qui fait que nous nous sentons inférieurs à notre véritable valeur. Ce sont des ténèbres qui circulent sans fin à travers le monde. Nous y sommes tous sensibles et, d'une certaine façon, nous avons tous été touchés.

Mais ce n'est pas la seule force au monde. Si tel était le cas, le monde s'effondrerait sous le poids de sa torpeur. Il est une autre force, celle de l'illumination, le pouvoir créatif de la conscience de la beauté. Chacun de nous est un champ de bataille où s'entrechoquent ces deux forces. Tant que nous sommes enfermés dans les jugements illusoire qui nous ont été imposés, tant que nous sommes incapables de voir la beauté en nous et, par conséquent, de la voir chez les autres, nous contribuons à perpétuer le regard sombre du jugement erroné. C'est un cercle vicieux qu'il faut absolument rompre et cette Règle nous appelle à le faire. Ne pas faire de reproches aux autres, car cela renforce leurs imperfections.

Le premier « autre » à qui nous ayons à faire est nous-mêmes. Nous traitons notre soi comme un autre lorsque nous nous jugeons. Apprendre d'une erreur et continuer à avancer est une chose, tomber dans l'habitude d'un reproche constant vis-à-vis de soi-même en est une autre. Plus nous nous accusons d'un vice, plus profondément il s'ancre en nous. Chaque sentiment de culpabilité le réaffirme et nous ne pouvons plus rien y faire. Cette Règle de Fer est un appel à rompre ce cycle. En commençant par soi : cessez de reprocher au mouton qu'il est votre nature illusoire et apprenez à voir le lion qui est votre vrai soi.

Le même principe s'applique aux autres « autres ». Dans nos échanges avec les gens, nous passons souvent à côté de la beauté radieuse d'une âme et nous n'en voyons que les ombres. Bien que nous vivions dans un paradis, notre vision est tellement focalisée sur les limitations que nous ne nous soucions que des griefs et que nous négligeons la gloire de chaque moment qui passe. Nous nous indignons de l'imperfection sans voir que c'est de l'imperfection que naît la perfection, et que ce qui lui permet de grandir est l'amour inconditionnel.

A la réflexion, on pourrait considérer que les défauts perçus font partie d'un modèle, d'un schéma de pensée. Ce que nous n'aimons pas en l'autre est présent en nous. En fait, si l'on critique avec tant d'acuité une caractéristique chez un autre, c'est justement parce que l'on ne peut ni l'accepter en soi ni la transformer.

Prenons par exemple l'agressivité. Si l'agressivité monte fréquemment en vous et que vous la réprimez, vous avez alors tendance à éprouver du ressentiment envers une personne qui n'a pas maîtrisé cette impulsion. Mais, si au lieu de réprimer votre agressivité, vous l'aviez transformée – si vous aviez clarifié et résolu la question de la dissonance du courant d'énergie qui se manifeste sous cette forme –, alors vous n'éprouveriez aucun ressentiment envers quelqu'un qui n'y est pas arrivé. Au contraire, vous vous efforcerez de l'aider à se libérer lui-même, comme vous vous êtes vous-même libéré.

Nous avons tous expérimenté directement dans la vie que les états de dépression et le sentiment d'impuissance sont souvent les conséquences d'une atmosphère chargée de jugements durs et cyniques. A l'inverse, dans une famille, avec des amis ou des collègues compréhensifs, qui nous apportent leur soutien, nous nous épanouissons.

Pouvez-vous vous souvenir d'un moment de votre vie où quelqu'un a eu foi en vous ? Rappelez-vous simplement la bénédiction qu'a été cette expérience. Ce simple acte de foi en vous alors que vous n'aviez pas foi en vous-même, vous a permis de vous voir sous un angle nouveau, et de devenir plus pleinement la personne que vous êtes vraiment. Pouvez-vous en faire de même envers les autres ? Pouvez-vous percevoir la beauté latente cachée sous la confusion de leur lutte pour la vie ?

Lorsque l'on perçoit les êtres dans leur vraie lumière, l'on voit en eux une beauté qu'eux-mêmes ne sont pas encore prêts à voir. Vous vous retrouvez dans la même situation que les lions qui se

sont retrouvés face au lion qui pensait être un mouton. Essayez comme vous le pourrez ; vous ne pourrez pas convaincre par des paroles, les gens auront besoin de voir par eux-mêmes. Cependant votre regard perçant pourrait devenir le miroir dans lequel ils commencent à voir.

### **Commentaire de la Règle de Fer 7 – Pir Zia**

« Mon moi réfléchi, ne ménage pas ta peine dans le travail que tu dois accomplir. »

J'imagine que ce ne sont pas les mots que vous avez envie d'entendre. Personne ne souhaite se tuer à la tâche. Avant de reculer, voyons de plus près ce que ces mots impliquent. C'est précisément dans ce que nous devons accomplir que nous ne devons pas nous ménager.

Vous n'avez pas à accomplir n'importe quel travail. Nous pouvons ainsi faire toutes sortes d'efforts qui, en définitive, ne servent pas le but de notre vie de manière significative. Mais, lorsqu'il s'agit du but de notre vie, nous devons le poursuivre avec détermination.

Poursuivre une tâche de manière résolue ne signifie pas violer les lois de la nature. Pour être réussie, une action doit toujours être équilibrée par le repos. Sur la voie de l'accomplissement, l'humidité des yeux clos est aussi nécessaire que la sueur des bras au travail.

C'est la force de vie derrière une action qui est importante. Si vous repassez votre vie en revue, vous verrez que les actions que vous avez entreprises avec détermination et que vous avez réalisées de tout votre être ont peu à peu construit la personne que vous êtes aujourd'hui. En revanche, d'autres actions menées sans réelle détermination et sans une conscience aiguë ont peu contribué à votre devenir.

L'une des ironies de la vie est que ce qui nous tente le plus à court terme se révèle souvent moins satisfaisant dans la durée. Il est des moments où l'aisance du corps et l'exaltation de l'esprit ne font qu'une. Mais le moment du choix entre le confort douillet du camp de base et la gloire transcendante du sommet atteint de haute lutte, se présente souvent. En nous libérant de la compulsion de misérables gratifications, nous nous préparons à atteindre de grandes joies de l'âme.

D'un point de vue soufi, l'univers tout entier est désir. Le désir divin pénètre toutes les choses et tous les êtres, et donne à chacun la puissance qui est proportionnée à sa capacité. Pour le mystique, la véritable éducation est celle du désir. Grâce à elle, le désir divin qui habite un être est libéré des contraintes de l'ego et se mue en une force de transfiguration du monde.

Le désir incarne et accomplit son but en trois étapes.

La première est pur désir. A cette étape, l'on fait l'expérience du désir en lui-même et de lui-même, sans objet. C'est ainsi que tout un chacun partage la nostalgie infinie de Dieu. Dans le *Vijnana Bhairava*, Shiva enseigne : « Lorsqu'un désir apparaît, l'aspirant doit concentrer son es-

prit sur celui-ci comme si c'était le Soi, et le soustraire de tout autre objet. Il réalisera alors la Réalité essentielle.

La deuxième étape est celle du vœu. Loin de la vapeur tourbillonnante du Nuage de Tous les Possibles, la beauté se révèle comme idéal à atteindre. Le désir a désormais une orientation. C'est le moment de définir son but et d'imaginer les pas qui y conduisent.

La troisième étape est celle de la volonté. La volonté est le pouvoir de l'être qui transforme une pensée en un acte et des visions inspirées en accomplissements tangibles. Lorsque nos membres, notre langue et notre regard sont attentifs à l'appel de la volonté, il en découle un immense pouvoir.

Toute réalisation est possible quand la volonté est concentrée et que la lumière ardente du vrai but éclipse toute tentation de distraction. L'objet du désir sera alors obtenu.

Une fois atteint, il doit être également transcendé car, de même que l'horizon s'éloigne à mesure que l'on avance, un but encore plus grand surgit alors.

### **Règle de Fer 8 – Commentaire de Pir Zia**

La prochaine Règle de Fer est « Mon moi réfléchi, rends fidèlement service à tous ceux qui en ont besoin ». Ces paroles résument l'esprit de chevalerie qui définit le Chevalier de Lumière.

Je commencerais par partager avec vous un magnifique passage de *L'Art de la personnalité*, de Pir-o-Murshid Inayat Khan qui élucide cette Règle de Fer.

« Nous devons réfléchir à la confiance que toute personne nous accorde dans la vie. Et nous devons savoir que répondre à la confiance d'une personne est l'un de nos devoirs sacrés. C'est ainsi que se crée un lien harmonieux avec chacun et c'est cette harmonie qui accorde l'âme à l'infini.

La femme consciente de son devoir et de ses obligations envers ses amis est plus pieuse qu'une personne qui demeure dans la solitude. Celui qui vit dans la solitude ne sert pas Dieu ; il ne fait que jouir du plaisir d'être seul. En revanche, celui qui se montre digne de confiance prend en considération sa relation et son lien avec les autres - quelle que soit la force de ce dernier -, et les tient pour sacrés, se conformant ainsi à la loi spirituelle de la religion qui est la religion des religions.

Si seulement nous savions que la relation d'amitié se vit d'âme à âme, si nous connaissions la tendresse de ce lien, sa délicatesse et son caractère sacré, nous profiterions pleinement de la vie car nous serions réellement en train de vivre et, de cette manière, nous communiquerions avec

Dieu. Cette relation est un pont qui relie deux âmes sur la terre et, une fois qu'il est jeté, il devient le chemin vers Dieu.

La plus grande vertu au monde consiste à être bon et loyal envers ses amis et à se montrer digne de leur confiance. »

Ce qui nous est proposé ici est un enseignement à la fois très simple et très profond. J'imagine que nous en ressentons immédiatement la vérité, mais c'est une pratique constante à appliquer dans la vie en toutes circonstances : se souvenir que le lien qui nous unit à chaque personne est le pont qui nous unit à Dieu.

Que signifie rendre fidèlement service à tous ceux qui en ont besoin ? Nous sommes très sollicités dans la vie ; certaines demandes sont raisonnables, d'autres ne le sont pas. Murshid veut-il dire par là que nous devons accepter les demandes de tout un chacun ?

A y regarder de plus près, nous observons que le mot choisi par Murshid est « besoin » plutôt que « demande » ou « requête ». Un besoin est un *haqq*, un droit ou une vérité. La réalité (*haqiqat*) est faite de droits et de responsabilités mutuelles qui s'entrecroisent. Rendre loyalement service à autrui signifie le respecter comme un autre soi-même ; c'est maintenir ses droits et, autant que possible, augmenter son bonheur.

Nous ne pouvons ni ne devons répondre aux demandes de tous à tout instant. Parfois, en essayant de rendre quelqu'un heureux, nous faisons dix malheureux. D'autres fois, si nous répondons à la demande de quelqu'un, le résultat obtenu ne fait que diminuer son bonheur au lieu de l'augmenter.

Lorsque nous sommes confrontés à des attentes que nous ne pouvons ou ne devrions pas satisfaire, notre réponse consiste trop souvent à nous résigner à contrecœur, à nous emporter ou à battre craintivement en retraite.

Trouver le *haqq* d'une personne est quelque chose de tout à fait différent. Cela signifie avoir l'intuition de ce qui est vraiment nécessaire dans une situation donnée et qui répond à « ce qui transparaît derrière ce qui apparaît », comme disait mon père. Peut-être devons-nous faire observer un principe que l'autre n'est pas prêt à entendre ou à accepter. Et, pourtant, nous agissons de la sorte avec l'amour inconditionnel d'un compagnon de voyage sur un chemin de transformation infinie.

Les récits de chevalerie rapportent des histoires d'ennemis de toujours qui finissent par se reconnaître comme de véritables amis. Quand le *haqq* d'autrui est clairement reconnu, même une situation de conflit est éclairée par la lumière de la communion des âmes.

Bien sûr, tous les services qui nous sont demandés ne sont pas déraisonnables. Les demandes valables ne sont pas non plus toutes exprimées explicitement en mots. Si nous ouvrons les yeux et notre regard, nous verrons sans doute que les occasions d'être serviable et de contribuer au bonheur de ceux qui nous entourent sont nombreuses. Il se pourrait qu'en frottant nos yeux ensommeillés et en commençant à voir clair, nous puissions nous rappeler la raison première de notre venue sur Terre, servir autrui.

## **Règles de Fer 9 et 10 – Commentaire de Pir Zia**

*Mon Moi réfléchi, ne recherche pas de profit en mettant une personne en difficulté.* La Règle 10 est très similaire : *Mon Moi réfléchi, ne cause de tort à personne pour ton profit personnel.* Ces deux principes sont étroitement liés. C'est pourquoi je pense qu'ils peuvent être considérés ensemble.

Comme de nombreuses Règles de Fer, ces deux Règles relèvent du bon sens et il est probable que chacun de nous en accepte le principe et ne causerait consciemment de tort à personne, ni ne mettrait personne en difficulté pour son profit personnel. Mais l'enjeu de la contemplation de ces deux pensées n'est pas seulement d'agir selon sa conscience, mais de la rendre plus vaste et de l'approfondir, afin de rendre conscient ce qui est inconscient.

Souvent, nous n'approfondissons pas suffisamment une situation pour savoir si quelqu'un a été effectivement mis en difficulté ou blessé par nos actes, car nous avons très naturellement les yeux rivés sur nos buts. Si nous voulions être conscient des difficultés que nous causons aux autres, nous changerions probablement de cap, mais nous ne prenons pas cette peine.

En réalité, nous ferions même le contraire : nous détournerions notre regard et éviterions le fait d'être témoin qui compliquerait la situation. Mais cet évitement introduit une note de mauvaise conscience parce que, quelque part dans les profondeurs de notre esprit et de notre âme, nous ne pouvons qu'être conscients de l'impact de nos actes. Cela reste caché dans les profondeurs et devient une source de culpabilité, de honte et de peur. Même si ces sentiments ne sont pas reconnus consciemment, ils restent sous la surface.

Lorsque l'on exclut le bien être des autres en poursuivant avec insistance sa gratification personnelle, on peut atteindre son but. Le monde est fait de telle sorte que l'âpreté est souvent une stratégie efficace. A court terme, on peut donc réussir de cette façon et être heureux. Mais ce bonheur est celui du *Nafs al Ammara*, « celui qui commande », le soi impérieux, le soi qui se distingue complètement de l'autre et qui recherche obstinément son intérêt personnel aux dépens des autres. Il procure une forme de bonheur et, par là même, un certain plaisir, mais un plaisir éphémère et creux, chargé de peur, d'anxiété et nuancé de culpabilité. Cela prouve en définitive que cette manière de faire n'est pas du tout satisfaisante parce qu'elle est de nature exclusive.

Il est une autre sorte de bonheur : celui du *Nafs al Lawwama*, le *nafs* qui se perçoit comme partie d'un ensemble plus vaste. Celui-ci peut être notre famille, notre voisin, notre nation, notre religion, l'espèce à laquelle nous appartenons, le biosphère tout entière, ou même l'intégralité de ce

qui est. On constate alors que l'on ne peut être ni séparé de tout ce réseau de vie ni trouver satisfaction de manière autonome. On prend de plus en plus conscience que l'on s'accomplit vraiment en contribuant à l'accomplissement de l'ensemble. Et ce bonheur est infiniment plus grand. Il a aussi ses triomphes, ses succès ; il a aussi des buts qui sont atteints et qui apportent du plaisir et ce plaisir est quelque chose de très particulier parce qu'il est exempt de culpabilité, de honte, de peur et d'anxiété. Celles-ci proviennent de la domination, de la réussite dans la compétition, sans pitié pour les autres tandis que ce bonheur est une satisfaction liée au fait de participer, d'être une partie de quelque chose de plus grand et de contribuer à bâtir un monde destiné à l'accomplissement de l'unité de tout ce qui est.

Lorsque l'on fait un retour en arrière sur sa vie, l'on voit que ces plaisirs éphémères dont seul le petit soi a été bénéficiaire n'ont pas de valeur dans le temps. Ils s'effacent aussi vite que le plaisir qu'ils ont procuré. En revanche, les véritables triomphes sont ceux de la participation, de l'inclusion, de la compassion, du témoignage. Ce sont les succès immortels qui figurent à tout jamais dans le grand livre de l'évolution divine, et c'est en eux que consistera le bonheur durable.

Ces Règles rappellent donc, chaque fois que nous avons une décision à prendre, de voir au-delà de notre gratification personnelle, même si elle a néanmoins son importance. Ne niez ni vos besoins personnels ni votre propre satisfaction. Elle fait partie de la satisfaction de l'univers ; si vous vous en excluez, son bonheur est incomplet. Vous faites partie intégrante de la satisfaction de l'univers. Or il en est de même de la communauté des êtres qui vous entourent. Alors on a tendance à se demander : les êtres qui m'entourent participent-ils à ce processus ? Sont-ils affectés par cette décision ? En bénéficient-ils ? Leur bonheur ainsi que celui des générations à venir en est-il augmenté ? Au niveau de la nation, nous tenons rarement compte de l'avenir de nos enfants et de leurs enfants, ainsi que des enfants qui, il y a sept générations, ont compté dans ce pays en tant que peuple indigène. Nous sommes en train de créer un déficit énorme en utilisant les ressources des générations à venir. Si nous appliquions dans nos institutions le principe décrit plus haut, nous aurions sans doute un mode de vie très différent. Nous devons donc penser aux êtres humains, aux animaux et aux plantes qui sont affectés par notre façon d'agir et faire en sorte que chacun de nos actes contribue à bâtir le monde magnifique que nous envisageons.