



Croix de Lumière



## Renaissance à Karmaling...

**Dimanche 03 avril 2005** : Cela fait bientôt deux semaines que je suis en conflit avec Malaïka... Depuis dix jours, elle me provoque sur deux sujets principaux, pourquoi est-ce que je suis triste, je ris rarement et pourquoi je fais toujours des projections vers le futur.

Il y a quelques jours, j'ai acheté le livre d'Osho, la méditation pas à pas. Je n'en connais que quelques rudiments mais ce soir, sur mon lit, je décide de méditer pour la première fois de ma vie sur les deux questions du moment. À ma très grande surprise, les réponses viennent immédiatement...

Quand j'étais petit, de ma naissance à l'âge de six ans, un jour sur deux, j'avais mal au ventre. Quand c'était le cas, Maman demandait à mes trois sœurs aînées de ne pas me faire rire parce que ça me faisait mal. Cette simple exhortation de sa part a fini par me convaincre que, pour moi, rire était générateur de souffrances et que rire rimait avec souffrir... Dans les moments les plus difficiles, elle me disait de penser à autre chose qu'à mon mal de ventre... Mais pour moi, le présent était aussi douloureux que le passé et je ne pouvais me tourner que vers le futur. Tout petit, j'ai donc appris à développer mon imagination, à faire sans arrêt des projections dans le futur et, malheureusement, à fuir le moment présent.

Sur le coup, le choc est très dur et immédiatement, j'appelle Malaïka au téléphone pour lui expliquer la découverte extraordinaire que je viens de faire. L'émotion est immense et je ne peux que la remercier... Grâce à son coup de pouce, je viens de prendre conscience de l'existence du moment présent et de l'erreur qu'il y a à rester enfermé dans le passé comme dans le futur...

**Mercredi 06 avril 2005** : Comme tous les mercredis, je monte de bonne heure à Lausanne pour rejoindre Malaïka à son cours de danse-thérapie. Comme d'habitude, je rentre discrètement dans sa cuisine et j'attends qu'elle sorte de son salon où elle est certainement en train de donner une séance de Shiatsu. Elle ne vient pas... Je vais aux toilettes, puis je tire la chasse d'eau, Malaïka ne sort toujours pas me dire bonjour. Au bout d'un quart d'heure, je m'en vais en supputant pleins de choses. Peut-être est-elle fâchée avec moi, peut-être ne veut-elle plus de ma compagnie ? À 18h20, au moment où nous nous retrouvons pour aller à la salle de danse, je suis très remonté contre elle. Le cours commence mais la lumière naturelle a bien baissé et la pièce est assez sombre. La lumière est éteinte et j'ai du mal à comprendre et donc à suivre la chorégraphie que Malaïka nous propose. Je me décourage très rapidement et du coup, je n'ai plus envie de continuer. Je me demande vraiment ce que je suis venu faire ici et au bout de quelques minutes difficiles, je décide de quitter le cours.

Je retourne au vestiaire et je termine de me changer quand Malaïka vient voir pourquoi je ne reviens pas sur la piste de danse. Je lui explique que j'en ai ras le bol et que je viens de décider de rentrer chez moi. Très fermement, elle me dit qu'elle ne peut me porter et qu'il m'appartient à moi et à moi seul de trouver mon chemin. Elle me propose d'attendre la fin du cours pour en parler ensemble. Je ne sais pas si je peux et si je veux attendre deux heures dans le vestiaire... Je lui dis que je vais essayer de méditer, ce sera la deuxième fois et comme ça a bien marché trois jours avant, peut-être que je vais y trouver une réponse...

Je m'assieds directement par terre et je commence une méditation qui, à ma grande surprise, se transforme en un dialogue très doux entre moi et ma petite voix intérieure... Rapidement, elle m'oriente sur le moment présent dont je viens de prendre conscience de son existence. Elle me dit que si me décidais à arrêter de faire des projections dans le futur, je pourrais enfin apprécier le présent. Elle me dit aussi qu'en ce moment, je suis en train de perturber l'instant "présent" pour tout le groupe. Il ne me faut pas beaucoup de temps pour comprendre et admettre cette réalité et pour me convaincre que je n'ai pas le droit d'ennuyer tout le monde...

Après une réflexion de quelques minutes, je me rechange en sens inverse et je rejoins le groupe en m'efforçant d'être le plus discret possible et le plus possible attentif au cours, j'ai tellement à apprendre. Je sais que je n'ai qu'à me concentrer sur ma respiration pour que cela se fasse. C'est justement ce que Malaïka s'efforce de nous apprendre et là, elle n'en revient pas... Pendant tout le reste du cour, je vais danser comme jamais je ne l'ai fait jusqu'à maintenant. C'est fabuleux.

Bien plus tard dans la nuit, en rentrant à la maison, je repense aux deux évènements qui viennent de se passer et je ne peux que me convaincre que je dois vraiment m'engager dans quelque chose. Alors que j'avais toujours cru que la méditation était quelque chose de très contraignant, je me rends compte qu'il ne me faut que quelques minutes pour entrer en contact avec cet être intérieur que je déniais encore il y a peu. Malaïka a raison, je dois trouver ma voie, mon propre cheminement...

### **Mais comment faire ?**

#### **La réponse viendra dans un enchaînement de circonstances étonnant...**

**Vendredi 08 avril 2005** : Grâce à un E-mail de Françoise, une amie Internaute, je prends connaissance de la conférence de Daniel Odier qui aura lieu dans deux semaines. Malaïka m'avait offert son livre "Tantra" six mois plus tôt et je l'avais lu comme un roman n'ayant à ce moment aucune connaissance ni du bouddhisme, ni du shivaïsme, ni de n'importe quelle forme de spiritualité autre que le catholicisme... Elle m'avait également offert le livre "La Voie Sacrée du Guerrier de Shambhala"... un style de lecture complètement nouveau pour moi. Il m'avait fallu six mois pour le lire, butant sans arrêt sur des concepts spirituels que j'avais du mal à admettre.

**Samedi 09 avril 2005** : Très désireux d'engager quelque chose, je m'inscris au stage de Yoga Tantra pour les 23 et 24 avril prochain. En fin d'après-midi, profitant d'une petite pause détente, ma petite voix me réveille et me dit que je dois prendre une autre décision. Le stage de Daniel Odier, c'est très bien mais si j'y vais ainsi, je ne vais pas y gagner grand-chose. Je me dis qu'elle a certainement raison et j'accepte de me laisser guider. Je viens de terminer à l'instant le livre "La Voie Sacrée du Guerrier de Shambhala" et ma petite voix me souffle que je devrai peut-être donner une suite à ce livre.

Rapidement, je me retrouve en train de surfer sur Internet avec les mots "Shambhala+stage" dans le moteur de recherche. La vague me dépose sur le site de Shambhala Europe et je peux découvrir qu'il y a justement un stage de niveaux 1 et 2 qui commence dans six jours, le vendredi 15 avril et qui se termine le jeudi 21 avril. Ce stage a lieu dans un institut bouddhiste, Karmaling, en Savoie qui se trouve pas très loin de chez moi. J'essaie d'entrer en contact avec cette organisation mais pour des raisons que j'ignore, je n'arrive pas à contacter la responsable de Genève ni le responsable du stage par téléphone...

**Dimanche 10 avril 2005** : A tout hasard, j'appelle le centre Karmaling et à ma grande surprise, l'institut est ouvert et une personne me répond. Ils ont d'autres stages en même temps que celui-là et ils n'ont plus qu'une dernière possibilité pour m'héberger, la yourte, mais à la condition que je ne sois pas frileux et que je vienne avec un sac de couchage de montagne et des vêtements bien chauds car, à cette époque, il y a un risque de neige. La yourte est une tente ronde à ossature bois originaire de Mongolie. Étant bien équipé, j'accepte cette condition. Elle me donne alors les coordonnées de Joëlle, la responsable de Shambhala-Drôme et je m'inscris auprès d'elle avant de rappeler l'institut pour l'hébergement.. Une fois les arrhes versées, je me décide à regarder où se trouve St-Hugon. A ma grande surprise, St-Hugon se trouve au-dessus de La Rochette, à proximité immédiate de Pontcharra, fief natal de ma famille paternel depuis presque cinq siècles. Peut-être que ce stage me donnera l'opportunité de faire un retour aux sources...

**Lundi 11 avril 2005** : Mon travail au CERN est suffisamment bien avancé pour que mes supérieurs acceptent de me laisser prendre "quelques jours de congé" sans le préavis habituellement exigé. Bien que le stage commence le vendredi en fin d'après-midi à 18h30, j'ai décidé de prendre aussi cette journée en

congé, histoire de m'assurer une transition tout en douceur. Je sais que ma vie va changer et je veux me préparer tranquillement à cela.

**Vendredi 15 avril 2005** : Je prends la route vers 10h00. Au fur et à mesure que je m'éloigne de Genève, des larmes et des sanglots remontent très souvent mais je ne sais pas d'où. En fait, je dis adieu à mon ancienne "vie". Je sais que je vais vivre quelque chose qui va bouleverser ma vie. Il fait beau temps et j'aurai pu appeler une de mes sœurs qui habite près de Chambéry, ville où j'ai vécu mon entre 10 et 24 ans mais je préfère me promener dans le centre de cette très belle ville. Je passerai néanmoins la voir chez elle. Son investissement dans l'église catholique est très fort et je sens qu'elle est déçue que j'aie fait un stage chez des concurrents. Mais néanmoins, elle me souhaite de bien en profiter.

A 15h00, j'entre dans l'espace de Karmaling. C'est une ancienne Chartreuse qui fabriquait des aciers spéciaux réputés dans toute l'Europe. Les moines, entre deux prières, forgeaient des épées parmi les meilleures... Étonnant. Comme je suis très en avance, je propose mon aide aux responsables de Shambhala et ensemble, nous allons préparer la salle de la "Maison de la Sagesse". Il nous faut répartir plus de soixante tapis de méditation en tenant compte des allées de circulations. Une fois ce travail fait, je m'occupe d'installer mes affaires dans la yourte et je prépare déjà mon couchage. Il commence à faire très froid, nous sommes à plus de 800 mètres d'altitude. Deux radiateurs électriques ont été installés mais c'est très insuffisant. Trois autres stagiaires arrivent les uns après les autres dont un belge qui a fait le voyage à moto. Pour l'ensemble du groupe, la moitié des personnes sont des anciens et l'autre moitié, comme moi, des nouveaux. L'encadrement est normalement assuré par toute une équipe de jeunes mais il va très vite s'avérer qu'ils n'ont aucun sens de l'organisation, des yakahyfôcons en puissance...



A 18h30, le stage commence par un exposé assez intéressant d'un des responsables. A 20h00, nous nous retrouvons tous au réfectoire pour le dîner et c'est à ce moment que quelques flocons de neige commencent à tomber... A 21h00, nous sommes de retour dans la Maison de la Sagesse pour une première méditation... La salle est entièrement vitrée et soudainement nous voyons arriver la neige faisant disparaître les lueurs du soleil couchant et tout le paysage aux alentours. Tout devient gris. Intérieurement, je sens que ce n'est pas un hasard puisque je dois me découvrir...

Fabrice Midal, qui se prétend le grand patron de Shambhala Europe, n'apparaîtra qu'après une heure de méditation. Son intervention, vraiment très courte, surprend les débutants comme moi. Dès qu'il termine sa présentation où il nous parle surtout de son petit copain qu'il a dû laisser seul à Paris, il disparaît très vite, ne nous laissant aucune possibilité de converser avec lui. Nous aurions pourtant pleins de questions à lui poser mais ce monsieur n'accorde sa présence "bienveillante" qu'aux seuls responsables du stage. Parmi les anciens, certains semblent lui accorder une dévotion qui me laisse pantois. Ce n'est quand même pas Dieu... Il vient lui-même de se présenter en nous imposant son homosexualité et là je ne peux que m'interroger... Je me suis bien inscrit à un stage à caractère spirituel, pas à un stage d'information sexuelle ??? Spécial ce "maitre"... Mais qu'est-ce que je fais là ???

Quand nous sortons de cette salle vers 23h00, il neige à gros flocons. Je rejoins ma voiture et je sors les bottes de neige que j'ai amenées du coffre de la voiture. En essayant de les mettre, je me rends compte que je me suis trompé, j'ai pris celles de mon fils et comme elles sont trop petites de deux tailles, je ne peux les utiliser. Les déplacements dans la neige et dans la boue vont s'avérer très difficiles car je n'ai qu'une paire de chaussures de ville avec une bonne semelle heureusement. Mon moral tombe à zéro et j'ai vraiment envie de rentrer quand, soudain, je reçois un message assez violent :

**"Pierre, tu as le choix...  
Sois tu remontes dans ta voiture et tu t'en vas,  
Soit tu acceptes TOUT ce qui va se passer là"...**

Spontanément je retrouve mon calme... J'ai fait le choix de changer ma vie, de m'engager sur un véritable chemin et ce n'est pas maintenant que je vais reculer... Je fais confiance totalement à cette voix, je reste et j'accepte à l'avance TOUT ce que je vais vivre ici-même...

A travers le chemin enneigé, je rejoins la yourte et je me glisse rapidement dans mon duvet de montagne, c'est presque un tube et je ne peux pas me mettre comme je voudrais. J'ai l'habitude de dormir comme un fœtus mais là, je suis obligé de rester bien droit. Je ne peux me replier et ce n'est certainement pas un détail anodin.

Dans la yourte, nous sommes quatre et je suis encore le mieux loti de tous. A cause de la chaleur dégagée par les radiateurs, la neige du toit fond et des gouttes d'eau tombent sur les bâches qui ceignent la yourte et font un bruit épouvantable. Pendant tout mon séjour, je ne vais dormir que trois heures en moyenne ne trouvant le sommeil que dans un relatif épuisement.

**Samedi 16 avril** : Le stage commence vraiment. Après le petit déjeuner, de 9h00 à 10h30, nous avons une première méditation suivie d'une première pause de 10h30 à 11h00.



De 11h00 à 12h30, nous faisons la deuxième méditation qui est guidée par Fabrice Midal... Ses mots me percutent gravement et je craque complètement mais je ne sais pas ni pourquoi, ni de quoi...

Les séances de méditation sont découpées entre des moments de méditation assise de 25 minutes et des moments de méditation marchés de 5 minutes. Une seconde pause pour le repas a lieu de 12h30 à 14h30... Fabrice Midal ne mange pas avec nous, une femme s'est dévouée pour faire une cuisine bien meilleure pour le "maitre", c'est ainsi que certains stagiaires le nomment...

Dans l'après-midi, nous entamons la troisième méditation de 14h30 à 15h30.

Une quatrième méditation, parfois remplacée par un atelier, la suit aussitôt de 15h30 à 16h30.

Une troisième pause nous est accordée de 16h30 à 17h30.

Puis nous reprenons pour la cinquième méditation de 17h30 à 18h30 suivie d'une sixième de 18h30 à 20h00.

Comme la veille, le dîner a lieu entre 20h00 et 21h00. Pendant le repas, j'apprends que Fabrice Midal donne des cours dans une université de photographie de Paris et qu'il est responsable de la section Spiritualité chez son éditeur. Je décide de lui offrir un exemplaire du livre de Malaïka, sait t'on jamais...

A 21h00, F.M. nous donne enfin son premier enseignement. Il fait beaucoup de théâtre mais j'avoue, que ses mots très choisis me percutent fortement. Avant qu'il ne sorte de la salle, je vais vers lui et je lui donne le livre réalisé par Malaïka. Son attitude me surprend, j'ai l'impression qu'il a peur de moi. Pourtant je suis sûr que mon comportement n'a rien d'agressif, du moins pas plus que la majorité des personnes présentes. Aurai-je outrepassé les règles en vigueur ? Pendant tout le stage, je vais devoir m'interroger sur le fait que dès que nos regards se croisent, il change d'attitude et prend peur.

Ce soir, dans la yourte, nous ne sommes plus que trois, il fait vraiment très froid... Comme je me lève de bonne heure, je dispose mes vêtements dans un ordre bien précis pour pouvoir m'habiller le plus vite possible, ainsi il me faudra moins d'une minute...



**Dimanche 17 avril :** Entre 11h00 et 12h30, Fabrice Midal guide de nouveau la séance de méditation. La salle est décorée de nombreuses bannières bouddhistes. Soudain, en plein milieu, un souvenir me revient, le moment où j'ai rencontré Malaïka pour la première fois. C'était le 11 juillet 2004 vers 21h30 à la sortie du quai 8 de la gare de Cornavin de Genève. Quand elle m'est apparue, j'ai fermé les yeux... Une forme blanche m'est passée devant... Quand je les ai rouverts, Malaïka était deux mètres devant moi. J'ai ouvert mes bras et elle est venue s'y blottir. Je

viens juste d'identifier cette forme, c'est la lionne de Gésar qui est sur la bannière derrière moi. C'est complètement dingue... Aussitôt, je fonds en larmes et j'ai énormément de mal à retenir mes sanglots car je ne veux pas déranger les autres participants...

L'après-midi, de 15h30 à 16h30 a lieu le premier atelier du nom dirigé par Lucie et son ami Yves. Nous sommes environ 25 participants. Elle donne une balle de papier à la première personne, à charge pour elle de la relancer en même temps qu'elle prononce le mot qui lui vient spontanément à l'esprit. La balle descend les tables de main en mains et remonte. La personne en face de moi me la relance en prononçant le mot "Bleu". Spontanément, en le criant presque, je sors le mot "Rouge"...

L'exercice suivant est la lecture d'un poème d'Avalon, la célèbre mythologie arthurienne. Je suis très surpris. Quand mon épouse m'a quitté, je me suis lancé dans la lecture de "La Dame du Lac" et d'"Avalon". Ce monde extraordinaire m'avait émerveillé et m'avait surtout permis d'effectuer une première approche vers une spiritualité assez particulière. L'exercice que Lucie nous propose consiste à lire chacun à tour de rôle trois lignes de ce poème avant de passer le relais à la personne suivante... Quand mon tour vient, je lis :

**Et restent à s'émerveiller.  
Nul, qui la voyant près de soi,  
Ne se sente brûler de joie.**

Puis Lucie nous demande d'écrire, en plus du mot lancé juste avant, les mots qui nous font réagir, qu'ils soient de notre texte ou d'autres. Je vais écrire **Rouge** bien sûr, **Extraire, Brûlures et Joie**. Puis elle demande à ceux qui le souhaitent d'écrire un texte d'après tous ces mots. Ces mots que j'ai sortis me font terriblement mal, je réagis très fortement et mes méditations suivantes vont être centrées dessus.

La nuit, va être de nouveau très courte et très agitée. Dans la yourte, nous ne sommes plus que deux... Une méditation supplémentaire a été ajoutée pour ceux qui le souhaitent de 7h00 à 8h00. Comme je n'ai aucune pièce suffisamment bien chauffée et éclairée où je peux me réfugier, je vais m'y rendre dès le lendemain. La yourte est trop froide, la bibliothèque trop occupée, la salle des voûtes trop vaste et trop inconfortable. Ce problème de froid me pousse à participer à toutes les séances de méditation. Moi qui n'en ai jamais fait, je suis gâté, comment ne pas réussir à dégeler mon pauvre Cœur...



**Lundi 18 avril :** Profitant de la pause de 10h30 à 11h00, je vais à la boutique pour m'acheter quelques livres. Deux cartes postales me plaisent beaucoup et je décide de les acheter pour écrire le texte qui vient petit à petit à la surface, une pour Lucie, l'autre pour Malaïka. Pendant la méditation suivante, des remontées très douloureuses concernant mon père refont surface. Pendant la première méditation de l'après-midi, je vais écrire un texte sur le rouge mais sur le rouge "colère", texte dans lequel je vais exprimer un événement très violent de ma vie dû à mon père. Je vais remplir les deux cartes.

A 15h30 commence le deuxième atelier du nom. En entrant, je donne l'une des cartes à Lucie. Ce deuxième atelier du nom a lieu dans le temple. C'est la première fois que j'y pénètre et je m'y sens léger,

anormalement léger. Lucie est venue avec un sac contenant plein de livres. A sa demande, je l'aide à les disposer en ovale en plein milieu de l'allée centrale. Puis, nous nous asseyons tous sur les coussins normalement réservés aux moines.

L'exercice commence par une courte méditation. Au bout de quelques minutes, Lucie nous pose cette question : trouvez le mot qui décrit le mieux votre état actuel... Elle n'a pas fini sa phrase que le mot "**Grâce**" m'envahit complètement. Je refuse ce mot, je ne veux pas croire que je suis dans un état de grâce. Je me replonge dans la méditation mais aucun autre mot ne sort, "**Grâce**" est là de plus en plus fort, de plus en plus insistant...

L'exercice suivant consiste à regarder l'ensemble des livres et à en choisir un qui nous interpelle particulièrement. J'en vois un qui est orienté exactement dans ma direction. C'est un livre de poche avec une très belle couverture, une abeille il me semble. Les autres livres ont des couvertures complètement fades et je suis sûr que l'un de mes voisins, plus proche que moi, va le choisir. A ma grande surprise, personne ne le prend et c'est à mon tour d'aller me servir. Lucie m'observe attentivement car dans la conversation que nous avons eue hier soir, elle a compris que je vis des moments exceptionnels et sa curiosité est affûtée au maximum.

Je prends celui que je souhaitais. C'est un livre de poèmes du VI<sup>e</sup> Dalai-lama, "**L'Abeille Turquoise**"... Puis Lucie nous demande de fermer les yeux, de méditer un très court instant et après avoir tourné le livre en tout sens, elle nous invite à l'ouvrir au hasard et à bien garder la page. J'ouvre mon livre à la page 127 qui est la page de titre du dernier poème et je reste complètement abasourdi par ce que je découvre...

### **"Chant de Renaissance"...**

Puis elle va nous demander à tour de rôle, de lire un passage de la page que nous avons ouverte. Quand mon tour vient, je lis le titre est comme le texte est bien trop court, elle m'invite à tourner la page et à lire un morceau du poème qui apparaît sous mes yeux et qui est d'ailleurs le seul de ce chapitre...

**"Ô grue blanche, oiseau migrateur  
Je t'en prie, prête-moi tes ailes.  
Crois-moi, je n'irai pas trop loin  
Je reviendrai près de Lithang".**

Quand nous avons tous lu notre texte, Lucie nous propose de méditer de nouveau quelques minutes et nous demande d'extraire les mots qui nous ont percutés pendant toutes ces lectures, que ce soit de notre texte ou des autres textes... Voilà ce qui me vient : **Vide, Racine, Maintenant, Renaissance, Murmure, Acheter, Bois, Au loin, Délabrer, Chant, Fermer, Respiration et Corps.** Je ne comprends rien, bien sûr, mais mes prochaines méditations vont certainement m'orienter sur ces mots.

Le temps ne s'est pas amélioré. Dehors, il y a dix centimètres de neige et maintenant il pleut. Je suis sûr que le soleil ne reviendra qu'à la fin du stage. Je ne peux ni aller me promener, mes chaussures ne le supporteraient pas, ni fuir pendant une méditation comme beaucoup font. Je ne peux que reprendre ma voiture et rentrer chez moi mais cette éventualité ne m'effleure à aucun moment bien au contraire. Au fond de moi, j'entends un murmure comme quoi, ici à Karmaling, "je suis chez moi"...

En compagnie d'Annie, une autre stagiaire venue de Besançon, je découvre l'intérieur du temple dans lequel l'atelier de Lucie vient de se terminer. Sur le côté droit de l'autel, il y a deux portraits côte à côte, celui de Kalou Rimpoché, fondateur de cet institut et celui de Lama Denys, directeur actuel et héritier spirituel du premier. Tous les deux sont emprunts d'une douceur hors du commun. L'arrivée de Charline, une permanente venue pour préparer la prière du soir qui a lieu de 19h00 à 20h00, nous fait fuir et nous pousse à sortir du temple. Mais quand je sors, je ne peux m'empêcher de regarder une dernière fois le

portrait de Kalou Rimpoché, il est magnifique. N'osant pas participer à cette prière, avec Annie, nous allons rester derrière la porte du Temple croyant que cette prière est réservée aux bouddhistes de l'institut.

**Mardi 19 avril** : A 10h00, à la fin de la seconde méditation de la journée, instinctivement, je quitte la Maison de la Sagesse. C'est la première fois que je vais louper une méditation. Je retourne à la yourte et dans mon sac, je retrouve la carte que je destine à Malaïka. Je la prends et je vais acheter un timbre à l'accueil. Le facteur n'est pas encore passer et elle partira donc ce matin. A 11h00, je retourne dans la salle pour la méditation suivante. Au bout de quelques minutes, en correspondance totale avec le passage du facteur, une vision fabuleuse m'inonde. Ma lettre s'en va et je la suis, du moins mes pensées suivent le véhicule jaune sur cette route de montagne très dangereuse... Les premiers virages, très étroits, sont très difficiles à passer. D'autres passages ont eux aussi tendances à bloquer ma lettre. Je ne peux ne pas la voir cette lettre, elle laisse des traces rouges derrière elle... Je continue de la suivre par la pensée et peu à peu, je réalise qu'elle emmène mes colères les plus secrètes jusqu'au fond de la vallée... La rivière qui y coule dans le bas se chargera bien de les diluer...



Soudain, je sors la feuille sur laquelle j'ai noté les mots de la veille et je me rends compte qu'ils sont tous devant moi.

**Vide**, je suis en train de vider quelque chose...

**Racine**, au fond de la vallée, il y a effectivement mes racines...

**Maintenant**, je suis bien dans le présent...

**Renaissance**, ne suis-je pas en train d'en vivre une...

**Murmure**, c'est bien ce que j'entends en moi...

**Bois**, partout où je regarde, il n'y a que ça... mais peut-être boire...

**Au loin**, de ma place je vois « mon pays » au loin...

**Chant**, de la renaissance, il faudra que j'approfondisse...

**Respiration**, ici, nous n'avons de cesse de gérer notre respiration...

**Corps**, mon corps ou quelque chose qui prend corps...

Il me reste seulement trois mots, **Acheter**, **Fermer** et **Délabrer** que je ne comprends pas mais Lucie nous a dit que nous pouvions éliminer certains mots qui pouvaient nous gêner, ces trois là en font certainement partie.

En fin d'après-midi, je retourne au temple. Je vais droit devant le portrait de Kalou Rimpoché, fondateur de ce monastère et que Malaïka m'a présenté comme étant son maître spirituel.

A la maison, fixée par des aimants sur mon frigo, elle m'a laissé une carte postale de lui en position de méditation sur une pelouse. J'avais toujours trouvé cette photo presque repoussante, parce que pour moi, elle représentait un vieillard sec et dur et rien d'autre. Mais, là, je trouve que quelque chose de très fort dans son portrait m'attire...

A 19h00, je décide de boudier la méditation de Shambhala pour aller assister à la prière au temple. J'ai appris par Charline que tout le monde est invité à y participer quelque soit sa religion et ses convictions. La prière est en français et je m'y intègre sans aucun problème. J'ai beau me demander ce que je fais dans un lieu pareil mais non seulement je ne ressens aucun refus mais en plus je m'y sens de plus en plus à l'aise. La dernière méditation est sur le point de se terminer quand une magnifique caresse m'envahit de partout en même temps et une phrase résonne en moi...

## "Je suis un Bouddha"...

Ce n'est pas ma petite voix intérieure car elle, elle m'aurait dit "Tu es un Bouddha"... Non, ça vient de bien plus profond et mon mental ne trouve ni la force ni le moyen, comme pour le mot "Grâce" d'ailleurs», de s'opposer et de rejeter ce qui devient petit à petit comme une évidence...

## "Je suis un Bouddha"...

J'essaie de ne pas y croire mais rien n'y fait. Après le dîner, la méditation suivante prendra une direction très différente, de simple visiteur je deviens acteur. La nuit va encore être très courte et à aucun moment la certitude d'être un Bouddha ne disparaîtra...

## "Je suis un Bouddha"...

**Mercredi 20 avril** : Au lieu d'aller à la méditation de Shambhala de 7h00 à 8h00, j'ai choisi de suivre la prière du matin au temple qui a lieu exactement en même temps. Je suis stupéfait par ce que je suis en train de vivre, je prie devant un Bouddha qui ne correspond en rien à tous les principes éducatifs dont j'ai été enrobé. Kalou Rimpoché est là et je comprends désormais la déférence que Malaïka porte à cet homme. Même disparu, son rayonnement est extraordinaire mais est-il vraiment disparu. Non, je le sens en moi, il est quelque part en moi... Du moins son rayonnement est en moi.

Après le petit déjeuner commence la première méditation. Vers 10 heures, une envie plus forte que tout me pousse à la quitter. La neige a bien fondu mais les chemins sont encore très boueux. Les escaliers extérieurs que je prends habituellement sont très glissants. Alors, je choisis d'aller à la bibliothèque en passant par un chemin que j'ai découvert le matin même sur le côté droit du bâtiment, directement par la galerie du 1<sup>er</sup> étage. C'est bien plus court et ça m'évite de descendre par un escalier pour remonter par un autre.

Le couloir de ce premier étage, une galerie ouverte, est pavé de grosses dalles de marbre noir assez rustiques. Elles datent du 12<sup>ème</sup> siècle. Quelques scellements au ciment dénotent complètement. Il n'y a personne, aucun bruit, et mon pas est très léger, très silencieux surtout. Je dois vite aller aux toilettes. Pour ce faire, il vaut mieux que je passe par la bibliothèque qui est bien chauffée. Contrairement aux jours précédents, elle est complètement vide, les enfants qui en avaient fait une salle de jeu sont sortis jouer dehors... Quel calme, quel silence de nouveau, loin, très loin du brouhaha... Sur un fauteuil, je pose mon sac, ma parka et ma veste polaire. Je suis debout sur un tapis très épais qui isole du froid

Sur ma gauche, se trouve la porte qui mène dans le couloir des sanitaires. Je m'y dirige et en même temps que je l'ouvre, je quitte le tapis. En posant une première fois mon pied gauche sur la grosse pierre noire, j'entends un petit choc très net. Bizarrement mon pied s'est fait léger, il frôle le sol... j'avance du pied droit et quand je m'apprête à poser mon pied gauche une seconde fois, je reçois le message suivant : "Pose ton pied doucement"... Ce que je fais... J'entends le même petit choc...

Je continue ma marche et quand je repose le pied gauche pour la troisième fois, je reçois de nouveau le même message : "Pose ton pied doucement... Je viens de comprendre qu'un caillou doit s'être coincé dans la semelle de ma chaussure. A moment où je relève ma jambe pour l'enlever, je reçois un nouveau message : "Pierre, prends en soin, ce caillou a une très grande valeur"... Je lève complètement mon pied et je découvre un petit caillou de granit beige coincé dans la semelle.

C'est extraordinaire... Sur la première face, je découvre un Bouddha couché... Ma petite voix me dit de le tourner et qu'au dos il y a autre chose... Je vais découvrir sur le bord d'arête du bas, une découpe qui pourrait ressembler à des cimes de montagnes, mais en le tournant différemment, je vois aussi la silhouette d'un personnage. Spontanément je sais que c'est la silhouette de Kalou Rimpoché.





Je ne comprends pas d'où vient ce caillou, je ne l'avais pas quand j'ai traversé la galerie puisque je n'ai pas brisé le silence. Il était donc forcément dans la bibliothèque, certainement sur cet épais tapis sur lequel je me suis délesté... Mais sur une surface aussi molle que ce tapis, je ne comprends pas comment ce petit caillou a pu s'ancrer dans la semelle de ma chaussure et je ne comprends pas d'où viennent ces messages. Je n'oublie pas que je me suis engagé à accepter TOUT ce qui allait avoir lieu pendant ce stage...

Alors je laisse mon côté cartésien de côté et j'accepte ce petit caillou comme étant un cadeau du Ciel...

Pour ce qui est de Shambhala, c'est la dernière journée complète. Fabrice Midal nous donne encore un enseignement basé sur la bonté fondamentale. Hier, je l'ai interpellé au sujet de la sincérité indispensable à mes yeux pour arriver à cette bonté fondamentale, il a éludé la question... Aujourd'hui, il nous parle du cocon et de nos peurs à en sortir. Lors de la causerie, je lui demande de nouveau si la sincérité n'est pas l'outil le plus important pour nettoyer son Cœur et pour le débarrasser de ce cocon ténébreux. De nouveau il élude complètement la question... Je ne suis pas sûr qu'il connaisse le mot "Sincérité"...

Dans l'après-midi a lieu le troisième atelier du nom animé par Lucie. Elle a déposé ses vœux de bouddhiste il y a quelques mois ce qui lui permet d'organiser des ateliers. Mais aujourd'hui, elle n'est pas dans son état normal. Elle et Chantal ont été mes instructrices avec qui j'ai eu plusieurs entretiens au cours de ce stage. Dès le début, toutes deux m'ont encouragé à communiquer le plus sincèrement possible avec elles sur ce que je vivais. Elles ont été servies... Mais je me rends compte en ce moment que Lucie est profondément perturbée. Personne ne comprendra ce qu'elle attend de nous pour ce dernier atelier, c'est le chaos le plus total...

Ce soir a lieu la soirée de clôture du stage. Fabrice Midal a été rejoint par son copain parisien et ils n'hésitent pas à afficher très nettement leur relation homosexuelle à tous... Ils ne vont pas rester très longtemps, un long regard de ma part sur eux deux vont les décider à changer d'espace...

Peu après, j'entends Alain, l'organisateur, expliquer à Annie que si elle acceptait de suivre le niveau 3, elle pourrait continuer ensuite à suivre le niveau 4 qui lui permettrait alors de devenir une "Aide". Avec un peu plus de persévérance, elle pourra suivre le niveau 5 pour devenir "Instructeur"...



Jusque là, je trouve la démarche d'Alain normale et j'écoute attentivement la suite car ça m'intéresse :

L'avantage, continue Alain, c'est qu'à chaque fois, cela te permettra d'approcher plus facilement Fabrice Midal et de bénéficier d'un bien meilleur enseignement... Aussitôt, je comprends que j'ai affaire à un groupe de mythomanes à la recherche d'un dieu vivant en la personne de Fabrice Midal. A l'instant, je décroche de Shambhala... Il est temps que ça se termine.

**Jeudi 21 Avril** : De nouveau, je suis au temple de bonne heure, de bonheur aussi... J'ai mon petit caillou avec moi. Je le pose sur la plaque de verre devant le portrait de Kalou Rimpoché. J'ai envie de le photographier. Je sors mon appareil et je pose. Soudain, je découvre que ce n'est pas une plaque de verre mais un miroir et que le portrait de Kalou Rimpoché se reflète dedans, c'est fabuleux... Je prends quelques clichés mais le rendu est très difficile à cause du flash.

Après le petit déjeuner, je retourne à la méditation qui a lieu de 9h00 à 10h30. Normalement il devrait y avoir une courte pause puis de nouveau une méditation de 11h00 à 12h30. Mais rien n'est sûr, comme c'est le dernier jour, on nous annonce qu'il est possible que ça change, de toute manière, ça change sans arrêt... On ne sait rien, l'information est non seulement mauvaise mais aussi irrespectueuse...

Pendant cette pause, je décide de me promener dans Karmaling, la neige a fondu et le soleil est enfin revenu. Dans une allée, je tombe sur Nicolas, un aide niveau 4, qui cherche tous les absents. Il fait du rabattage dans tout le site car Fabrice Midal est en train de donner son dernier enseignement juste avant la clôture du stage. Hors, la salle est presque vide et ce jeune homme est chargé de retrouver toutes les brebis égarées. Malgré sa demande véhémement et presque menaçante, je refuse de retourner là-bas, ils n'avaient qu'à nous informer correctement qu'ils avaient supprimé la pause pour que leur dieu vivant puisse manger une demi-heure plus tôt.

Depuis la soirée d'hier, j'ai déjà quitté Shambhala Europe et je sais que mon chemin est forcément très éloigné de celui d'une personne incapable de donner un sens au mot sincérité. Ce groupe n'a pas grand-chose à voir avec l'enseignement de Chogyam Trungpa Rimpoché et n'a pas du tout sa place dans un institut comme celui de Karmaling pour qui je conserve un profond respect... A cause de ma rébellion, dès ce moment, plus aucun membre du staff ne m'adressera la parole. Partant tous juste après le repas de midi, ils passeront devant moi sans tourner la tête et sans me serre la main...

Mais ils sont sur quel chemin pour manquer autant de respect envers ceux qui refusent l'aveuglement dont ils font preuve ??? Les Lamas de Karmaling se sont rendus compte que quelque chose ne jouait pas et ce stage ne sera jamais reconduit...

Je viens de décider de rester un jour de plus à Karmaling. J'ai besoin de partir dans le calme et non dans cet esprit guerrier. Certes, c'est "La Voie Sacrée du Guerrier de Shambhala" qui m'a amené ici mais je ne dois pas repartir autrement que dans la Paix... Charline me permis de rester un jour de plus surtout que je reste sous la yourte. De son côté, Annie est obligée d'attendre 15h30 pour repartir car, Yves est le trésorier du groupe, est venu avec elle. A ce titre, il lui appartient de tout régler avec la comptable de Karmaling et ça risque de prendre du temps.

Nous décidons d'aller nous promener. Il n'y a qu'avec elle que je peux parler du Bouddha et de mon petit caillou. Il se trouve qu'elle a justement un don de médiumnité avec les pierres et qu'elle est très douée pour choisir la pierre qui correspond le mieux à une personne en fonction de la situation du moment. Elle prend mon caillou entre ses deux paumes et me le rend au bout de quelques minutes en me disant qu'il détient une énergie extraordinaire qu'elle ne peut identifier. Mais ce qui est sûr pour elle, c'est que cette énergie m'emmènera très loin.



Quand je lui parle de ma conviction toute neuve comme quoi "Je suis un Bouddha", elle ne se moque pas de moi bien au contraire. Elle me dit que ça ne l'étonne pas car elle, et d'autres femmes, ont été, dès le début, très impressionnées par la force qui se dégage de mon regard.

**Tu as des yeux de Bouddha me dit-elle en riant...**

Vers 16h00 nous nous séparons. Peu à peu le monastère retrouve enfin son calme. A 19h00, j'assiste de nouveau à la prière du soir mais le jeudi soir, elle est en tibétain. Pour moi, ça ne change rien. Après le repas, je retourne au temple. Je m'approche du portrait de Kalou Rimpoché. Je voudrais y cacher mon mandala. Derrière le cadre, il ne tient pas, il tombe. Alors, je me décide à le glisser sous le petit miroir.

Quand je sors, la nuit a tout enveloppée mais la Lune distribue une lumière irréaliste. Je me promène sur le site et je reste muet en voyant la lune posée au-dessus du Stupa... C'est beau. La nuit va être calme. Il n'y a plus de pluie, plus de neige, mais le bruit du torrent proche est encore plus fort à cause de la fonte. C'est un murmure incessant, c'est le murmure de la Vie ici sur cette Terre...

**Vendredi 22 avril :** Dans la matinée, après avoir rangé la yourte, je décide de prendre la direction de la tour Saint-Bruno dans les bois au dessus de l'institut. À mon retour, en visitant le hall d'exposition de Karmaling, je découvre que le fondateur du monastère, Saint-Hugues, est né à la Rochette à la tour d'Avalon. Je suis de nouveau très surpris et Charline m'apprend dans la foulée que nous nous trouvons dans la vallée d'Avalon et que, Excalibur, la célèbre épée de la mythologie arthurienne, aurait été forgé ici même. Décidément, les surprises n'ont plus de limites... Quel mélange...

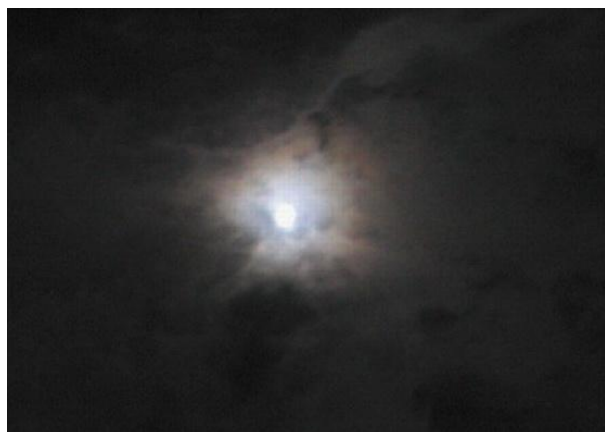
Il est 15h00, je termine une boucle de sept jours complets. Je monte dans ma voiture et je repars en compagnie d'un étudiant qui se rend à Arvillard, le village juste dessous. Le retour sur Genève sera ponctué de larmes bien plus douces et bien plus agréables que celles de l'allée...

Le soir, à Genève, a lieu la conférence sur le Tantra de Daniel Odier. Je suis parmi les premiers arrivants et je me mets tout naturellement au premier rang. Sans comprendre, j'ai pris avec moi une bouteille d'eau. Il se trouve que cette conférence est organisée par le Dharmaling de Genève, antenne genevoise et spirituelle de Karmaling dont les prospectus sont mis à disposition de tous.

La salle est pleine. Daniel Odier commence... C'est un plaisir de l'écouter. Je bois ses paroles mais au bout d'un moment, c'est lui qui a soif et qui demande à l'organisateur une bouteille d'eau. Lacune, ce détail a été oublié... Une femme lui lance spontanément le fond d'une bouteille de Vittel. Dès qu'il l'a vidée, je lui propose aussitôt la mienne qui n'est pas entamée et qu'il prendra avec reconnaissance. A la fin, je ne m'attarde pas et je repars au plus vite... Je suis sûr que j'ai pris cette bouteille pour lui. Il y aurait-il un lien secret entre nous deux ???

C'est avec un grand bonheur que je retrouve ma maison et surtout mon lit après sept jours d'absence. Je m'y couche avec un immense plaisir surtout que je suis épuisé par le manque de sommeil. Et pourtant, j'ai énormément de mal à trouver le sommeil. Vers 2h30, quelque chose de très fort me réveille et me pousse à me lever malgré mon état de fatigue. Sans réfléchir, je me rends à la cuisine.

J'ai oublié de baisser les stores et une lumière très blanche envahit aussi bien la cuisine que le salon. La terrasse est toute illuminée, c'est la pleine Lune mais ça n'explique pas tout. Je sors dehors et je ne peux que rester interdit devant ce que je découvre. Une grosse masse nuageuse dissimule totalement le ciel, aucune étoile n'est visible... Mais en plein milieu, il y a un trou dans les nuages et dans ce trou, la Lune



brille terriblement blanche et sa lumière me semble avoir été fortement concentrée par ce prodige. Je suis complètement nu malgré le froid assez incisif et j'ai vraiment l'impression de prendre une douche de lumière de Lune. C'est étonnant autant que surprenant et je ne peux m'empêcher de photographier ce moment magique. Déjà, la veille à Karmaling, la lune s'était presque posée sur le Stupa au moment où je me promenais tranquillement dans le parc de l'institut vidé de ces stagiaires...

## Lilith, Déesse de la Lune, que me prépares-tu ?

**Samedi 23 avril 2005** : Le stage de Yoga-Tantra commence à 9h00, du moins les inscriptions à l'accueil... A 10h00, les organisateurs refusent du monde et ferment les portes, nous sommes environ 40 personnes dont une majorité de femmes. J'ignorais qu'il fallait amener son coussin de méditation... je vais donc passer la journée assis sur une chaise...

Daniel Odier nous présente le programme du matin, méditation, danse de Shiva /Shakti puis conférence sur le Mâhamudra. Il passe quelques minutes à nous parler de son chemin et notamment de son premier maître tibétain, Kalou Rimpoché... Je suis de nouveau très impressionné, encore un petit caillou que je peux ramasser... Il nous propose de commencer le stage par une méditation d'une demi-heure qu'il guide lui-même. Pendant ce laps de temps, j'en apprend plus sur la méditation qu'en six jours de stage passés avec Shambhala Europe.

Dans la continuité, très lentement, tout en restant dans notre état méditatif les yeux fermés, Daniel Odier nous incite à bouger très lentement les mains et les bras, dans la légèreté mais surtout dans la respiration. Petit à petit, tous le monde se retrouve debout à danser sans trop de déplacer faute de place et faute de vision de l'espace autour de nous. Les mouvements sont lents comme la musique. Je retrouve très facilement les chorégraphies de Malaïka, mais avec de plus en plus de légèreté. Je me rends compte que je suis en train de jouer avec mon corps pour la première fois de ma vie, c'est magnifique.



Daniel Odier se promène dans la salle, corrigeant la position des femmes. J'ai aussi l'impression qu'il agit avec ses mains sur des zones particulièrement sensibles. Certaines femmes réagissent par des râles qui m'étonnent beaucoup. Plus tard, je comprendrai qu'il intervient sur les points Marmas de leurs corps dans le but de libérer certaines énergies. Pour les hommes, rien n'est prévu, à chacun de se débrouiller, Pendant les deux jours, Daniel Odier n'interviendra que sur les femmes.

Je dois reconnaître avec une grande surprise qu'une fois que l'on est descendu en soi, tout devient plus fluide. N'importe quelle partie du corps peut se mouvoir en accord avec n'importe quelle autre partie. C'est tellement simple, tellement fluide que j'en arrive à me demander pourquoi c'est si difficile d'y arriver...

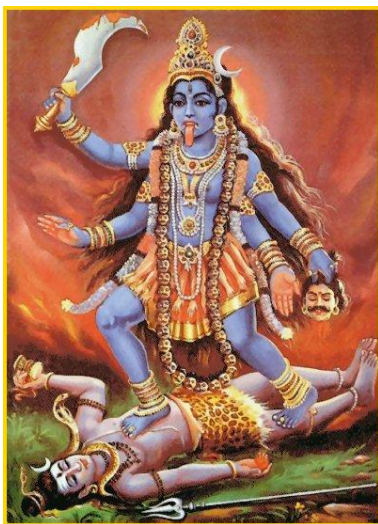
La conférence qui suit cette première danse a trait à l'enseignement du Mâhamudra que "Devi" lui a transmis et qui fait fi de tous les dogmes rencontrés dans les autres lignées tantriques bouddhistes notamment. Daniel Odier est profondément shivaïte et se moque gentiment des bouddhistes. Avec Mâhamudra, il n'y a rien, rien à espérer, c'est le vide total, c'est ce qu'il affirme.

A 13h00 nous faisons une pause de 2h00. J'en profite pour aller manger en ville. Je suis seul et je ne cherche à faire la connaissance de personne. J'ai trop de choses à recoller pour me laisser distraire.

A 15h00 légèrement passée, Daniel Odier recommence le stage par un forum de discussion. Je suis parfois assez surpris par les questions profondément spirituelles posées par les femmes et les questions assez terre-à-terre posées par les hommes. Il y a vraiment deux mondes qui ne se comprennent pas. Certains ont dû être très déçu car les réponses de Daniel Odier peuvent être parfois assez cinglantes... Puis, il nous propose une visualisation. Je n'ai pas encore compris l'utilité d'un tel exercice mais ça viendra plus tard peut-être...

Daniel Odier nous demande d'imaginer la Déesse Châmundâ, toute de rouge vêtue, venant d'un point blanc au fond de l'Univers bleu nuit... Elle s'approche et tourne autour de chacun de nous. Petit à petit, une langue immense sort de sa bouche. Elle danse autour de nous agitant cette langue démesurée comme

pour nous happer... D'une manière très lascive, elle s'approche et nous caresse avec cette immense langue avec une volupté hors du commun. Visage, cou, nuque, épaules, ensemble du corps, tout y passe ou doit y passer... Ça c'est le schéma que chacun doit suivre...



Pour moi, ça ne se passe pas du tout comme cela... Je n'arrive pas à la visualiser et je ne vois pas de couleur rouge... Par contre, je vois un point blanc dans le fond qui se rapproche assez vite grandissant au point de couvrir tout mon espace intérieur.

Non, il y a une erreur, en fait c'est moi qui suis aspiré et qui me rapproche de ce point blanc. De plus, je tourne autour de plus en plus vite... Quand Daniel Odier commence à nous parler de la langue de Châmundâ, je vois la mienne sortir devant moi et balayer mon espace de visualisation, cette forme blanche devant moi. Rapidement, je me rends compte que les sensations que je ressens d'abord sur mon visage, sont liées aux mouvements imperceptibles de ma langue. Je me rends compte que j'ai inversé les rôles... **Je suis Châmundâ** et je lèche cette forme blanche devant moi. Je ressens ce que je donne, donc, cette forme devant moi doit être moi... Je n'y comprends rien mais alors vraiment rien.

Dans la salle, l'ambiance semble être carrément voluptueuse pour certaines femmes. Beaucoup d'hommes ont arrêtés leur visualisation depuis un bon moment et attendent la fin de l'exercice. Après les trois grandes respirations qui nous sont conseillés pour sortir de la visualisation et pour revenir dans l'espace terre-à-terre de la salle j'ai beaucoup me poser. Je suis encore dans cet espace tout blanc et j'ai l'impression que je ne suis pas au complet et qu'il me manque pleins de morceaux. Je ne retrouve pas mes joues, je n'ai plus aucun poids, plus aucune densité. Il me faudra plusieurs minutes pour réussir à me relever. Je suis très impressionné... Le stage est terminé pour aujourd'hui... Avant de sortir, je remercie Daniel Odier et je m'en vais pour rentrer au plus vite à la maison.

Hier, en rentrant de Karmaling, j'ai trouvé parmi mon courrier, le CD de musiques de méditation que Malaïka m'a envoyé pour la circonstance. Je suis sur le point de me coucher et je décide de l'écouter quand même et pourquoi pas de méditer de nouveau... Les notes arrivent et mes bras, sans que je le décide, se mettent à bouger d'eux-mêmes. Rapidement, je me rends compte que je suis en train de refaire la danse de Shiva/Shakti mais je sens que je ne suis pas seul, Châmundâ est présente... Bien plus tard, je découvrirai que Châmundâ ou encore Kali est un avatar terrifiant de la Grande Mère Dévi. Elle nous aide à détruire les démons qui sommeillent en nous à condition que nous acceptions de laisser nos peurs de côté. Pendant tout le temps que dure le CD, je vais en profiter à fond, c'est merveilleux...

**Dimanche 24 avril 2005** : Comme d'habitude, je me suis levé de bonne heure et j'ai décidé de me détendre en prenant un bain. Au bout d'un petit moment, je commence par me laver les cheveux comme je le fais depuis toujours. Discrètement, ma petite voix intérieure me souffle : "Danse, Pierre... danse avec tes mains"... aussitôt, je comprends le message et je change de comportement... Jusqu'à maintenant, je me suis servi de mes mains pour effectuer des tâches ménagères sur mon propre corps. Mais peut-être puis-je les utiliser différemment, plus consciemment surtout. De suite, mes mains deviennent plus fluides, plus caressantes, et elles se mettent à jouer avec mes cheveux, avec la mousse aussi... J'avoue que je n'avais jamais vu différentes parties de mon corps communiquer entre elles d'une manière aussi subtile, c'est fabuleux...

A 9h00 je suis au Cénacle mais j'apprends, comme quelques personnes déjà présentes, que je suis en avance d'une heure... Geneviève, une jeune femme du groupe de Daniel Odier nous ouvre quand même la salle... Peu après, elle met une musique de rocks et commence à danser seule...

Spontanément, je la suis. Nous sommes à trois mètres l'un de l'autre et de temps en temps je me rapproche d'elle, je voudrais bien échanger quelques passes de rocks. Comme la salle est quasiment vide,

nous avons tout l'espace que nous voulons et pourtant je sens comme une résistance. Petit à petit, avec un profond étonnement, je visualise son espace et le mien également. Cela ressemble à deux bouées grises de trois mètres de diamètre que nous occupons chacun de notre côté... Mais dès que je m'approche d'elle alors qu'elle ne m'y a pas invité, je vois que son espace se déforme et devient plus foncé. Dans le même temps, le mien se rétrécit presque à disparaître. Dès que je m'éloigne, nos deux espaces reprennent leurs couleurs et dimensions respectives, c'est incroyable...

Pour la première fois, je prends conscience de mon espace personnel et de l'espace de l'autre. Je découvre également comment une intrusion de ma part peut diminuer l'espace énergétique d'une autre personne... Très, mais alors très impressionnant. Pourtant, à distance, nous communions sur la même musique et dès que je m'approche d'elle, cette communion se réduit et disparaît... Au bout d'un bon moment, Daniel Odier arrive et Geneviève s'empresse de couper la musique. Elle vient de me donner une leçon particulière extraordinaire, merci Geneviève...

La journée recommence comme hier. C'est le même programme, méditation, danse de Shiva/Shakti puis conférence. Aujourd'hui, je suis venu avec deux coussins de méditation, c'est bien plus confortable que la chaise... La conférence est orientée sur l'enseignement que Devi a transmis à Daniel Odier, l'enseignement du Mâhamudra... Puis je pars déjeuner en ville de nouveau, tout seul... je suis ailleurs mais où ???



"Avec le Mâhamudra, on n'attend rien, on n'espère rien, dès qu'on le trouve, c'est le vide, avez-vous dit ce matin ... Alors pourquoi vivre" ? C'est la question que je pose au tout début du forum de l'après-midi. Tout le monde a cessé de respirer, tellement la question semble grave et il se passe quelques secondes de silence impressionnantes...

Daniel Odier me semble destabilisé par ma question directe. Il respire un grand coup et me répond droit dans les yeux, l'intensité entre nous deux est immense. Pour la première fois, il me tutoie : "Mais tu ne vis pas, tu es mort... tu crois vivre mais tout ce que tu vois, tout ce que tu touches n'est qu'illusions, tentations et tromperies... La vie, la vraie, commence dans le Mâhamudra"... Il développe pendant quelques minutes sans me lâcher des yeux. Moi, je gobe ses phrases en grand, je sais qu'il a raison.

Cet homme est sur mon chemin et je dois certainement profiter à fond de son enseignement. A la fin, je finis par baisser les yeux, c'est un Maître et je le pense avec le plus grand respect... Je me sens très agité intérieurement et il me faudra plusieurs minutes pour ramener le calme en moi. J'ai le sentiment que beaucoup de choses ont changé de place. Plus tard je comprendrais que des mémoires d'un passé très lointain ont commencé à se réactiver.

Vers 16h30, le forum cesse pour nous permettre une petite pause. Je pourrai aller vers Daniel Odier mais je ne saurais pas quoi lui dire. Lui s'attend à ce que je vienne le voir mais je sens au fond de moi que ce n'est pas le moment. Je reste dehors à l'ombre dans ma solitude... Je n'ai aucune envie de lier connaissance avec certaines de mes voisines et je me contente d'échanger de simples politesses. Deux de mes voisines ont des problèmes de dos et je les soulage rapidement avec quelques pressions de shiatsu que je commence à pratiquer intuitivement grâce à ce que m'a montré Malaïka. Elles me remercient chaleureusement alors que c'est moi qui ai envie de les remercier, elles me permettent de prendre conscience de capacités que j'ignore encore.

Comme à Karmaling où je m'étais occupé de la même manière de plusieurs personnes, je découvre "le don de soi" ou encore le plaisir de donner, le plaisir aussi de voir l'autre recevoir. Comme je n'ai aucune attente à leurs égards, elles reçoivent toutes les deux pleinement ce que je leur donne, sans aucune tension et sans aucune appréhension. C'est un apprentissage extraordinaire et je n'en reviens pas moi-même. Daniel Odier qui est resté dans la salle me regarde faire de temps en temps, très interrogateur.

Puis le stage reprend et Daniel Odier nous propose une seconde visualisation. Le but est d'éliminer les colères rentrées au fond de nous. Nous devons visualiser une ville dans un fond de vallée et y mettre toutes les personnes qui ont influencées négativement notre vie. Puis, deux fleuves que nous faisons sortir de nous-mêmes, balayent la ville, détruisant tout. Un tourbillon se forme et se transforme lentement en diminuant de taille jusqu'à prendre l'apparence d'une petite bille de couleur bleue. Cette bille part ensuite vers un halo blanc au fin fond de l'Univers...

Second exercice, nous recommençons avec la même ville, les mêmes personnages mais cette fois, c'est un torrent de boue qui balaye tout. Une autre petite bille, jaune, rejoint la première. Une troisième fois, c'est le vent qui emporte la ville formant une petite bille grise qui prend sa place à son tour, au fin fond de l'Univers. Pour la quatrième fois, c'est le feu qui emporte tout. La petite bille, rouge cette fois, rejoint les trois premières.

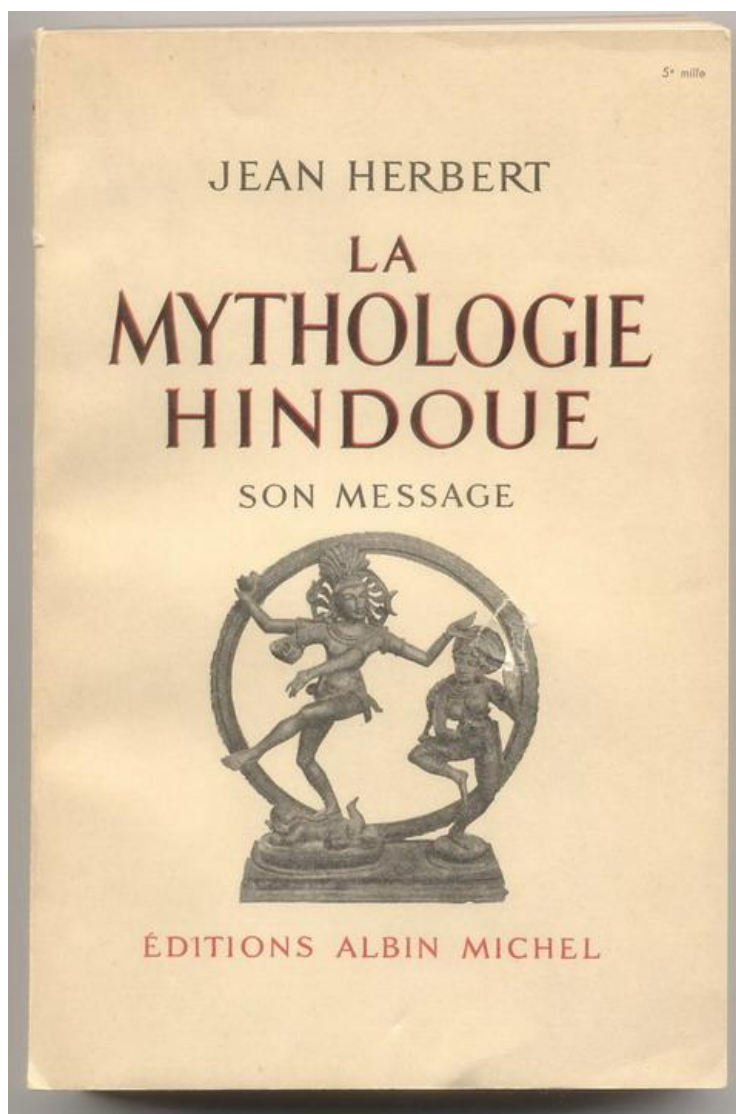
Puis nous mettons tout en mouvement. Le fond blanc devient à son tour une grosse bille blanche et l'une après l'autre, les quatre petites billes disparaissent dedans, lentement mais sûrement... Daniel Odier nous invite à revenir grâce, de nouveau, à trois grandes respirations qui nous aident à sortir de la visualisation. C'est super... Cette fois, je décroche rapidement. Je me sens complet mais aussi extrêmement léger.

Le stage est terminé et comme tout le monde, je range lentement mes affaires. Puis je vais dire au revoir à Daniel Odier et je quitte la salle parmi les premiers avec la certitude qu'un lien particulier s'est créé mais je ne peux toujours pas dire avec qui. Je crois comprendre qu'une femme présente dans la salle a servi d'intermédiaire mais je ne sais pas avec Qui, ce Qui étant à comprendre comme étant une grande force spirituelle...

Un mois et demi va s'écouler sans grand changement autre que je ne comprends toujours pas le message que ce petit caillou reçu à l'institut Karmaling peut m'apporter...

**Samedi 11 juin 2005** : ce jour-là, je décide d'aller à Annemasse pour m'acheter un kimono dans un magasin spécialisé. En attendant l'ouverture de ce magasin, je fais un peu de lèche-vitrine dans le centre. À un moment, j'arrive devant la boutique de livres d'occasion et sans réfléchir, je rentre dedans... Le patron est assis derrière son bureau et sans la moindre hésitation, je m'entends lui dire : "Je cherche un livre sur la mythologie hindoue"...

Complètement stupéfait, le marchand me montre du doigt l'étagère la plus haute à sa droite et me dit : "Je crois que j'ai ce que vous

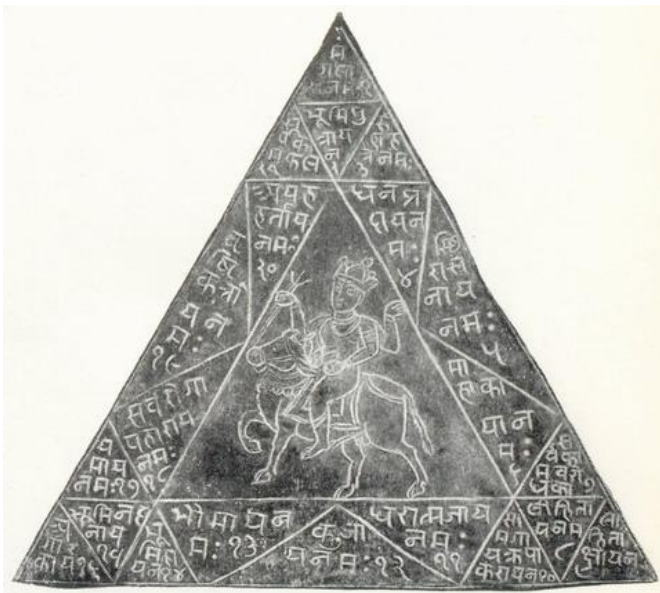


cherchez là-haut"... Du regard, je compte les rayonnages les uns après les autres, il y en a sept... Et sur le septième rayonnage, il n'y a qu'un seul livre en compagnie de beaucoup de poussière et il s'intitule exactement comme je l'ai dénommé, "la Mythologie Hindoue" ... Je suis bluffé.

Je découvre de suite qu'il est légèrement abîmé, un coin a heurté la tête de Parvati y provoquant un léger enfoncement. Je l'achète sans même discuter le prix, je sais que je dois le prendre...

A ma grande surprise, je découvre que cette édition ancienne était vendue à un prix très modique. Pour en réduire les frais, les tranches de ces livres n'étaient pas recoupées après pliage et reliure. Il fallait prendre un coupe-papier et fendre toutes les platures une à une.

Or cet exemplaire n'a jamais été recoupé, ce qui prouve que personne n'a jamais pu le lire. Ce livre est "neuf". Au CERN, je le ferai massicoter proprement et en le feuilletant, je découvre qu'il a été édité en octobre 1953. Il y a donc de fortes chances pour qu'il ait été mis en vente au moment de ma naissance fin janvier 1954. Nous avons donc le même âge et je ne peux m'empêcher de croire que ce livre m'attend depuis 51 ans...



Avant de le faire recouper en début de semaine, je vais, pendant le week-end, découvrir les photos insérées dedans. La première que je découvre est le triangle sacré de Shiva qui présente d'étranges similitudes avec la dernière version de mon Mandala que j'ai modifié à mon retour de Karmaling.

Comme dans mon Mandala que je n'ai pas conservée depuis, je retrouve le grand triangle extérieur formé par les trois triangles sur les sommets, puis le triangle intérieur. Comme mon Mandala, le triangle de Shiva contient 21 anagrammes dont je ne comprends pas toujours le sens puisque je l'avais réalisé totalement par intuition.

**Dimanche 12 juin 2005** : Dans la soirée, en méditant sur la raison de la découverte de ce livre, mon attention est attirée par la blessure sur la tête de Parvathî...

Un court moment après, "j'entends" un message comme quoi cette femme est blessée et que désormais,

### "je dois aider à la guérison de la femme" ...

Quelques mois plus tard, je vais découvrir que mes doigts sont capables de soigner par une pratique intuitive utilisant l'acupression. Mais au fur et à mesure de mes découvertes, je sens que c'est une forme de thérapie bien plus ancienne provenant de l'Inde que je dois retrouver...

**Mardi 13 juin 2005** : Une autre photo présente dans ce livre montre le mont Kailash dont je n'ai jamais entendu parler. Ce jour-là, je fais des recherches sur le Net et je découvre que cette montagne est un haut lieu spirituel qui monte à plus de 6700 mètre au Népal, qu'il n'a jamais été escaladé et que les bouddhistes comme les hindouistes en ont fait un immense espace de pèlerinage. Et c'est pendant cette recherche que je tombe sur la photo suivante...





A part que l'angle de prise de vue est légèrement différent, on retrouve sur la photo, la même disposition que sur le petit caillou de Karmaling... Sur la photo comme sur l'image, on peut faire un lien avec le berger, le pâturage en forme de poisson. Le sommet du Mont Kailash est la demeure sacrée de Shiva et Parvathî et sur la photo du petit caillou, on peut discerner deux personnages à la place du mont enneigé...

### **Hasard... ce mot ne décrit-il pas notre incompréhension de la présence Divine ???**

Trois mois plus tard, je vais confier ce petit caillou à une femme Lama de Lausanne... Elle me le rendra quelques jours après en me disant que ce caillou fait partie d'une statue de l'Univers et qu'il a effectivement une très grande valeur.

Bien plus tard, je traduirais cette analyse un peu différemment, ce petit caillou fait simplement parti d'un plan Divin en cours de développement... Au mois d'Octobre, "IL" me sera demandé de le déposer dans le Rhône, ce que je ferai sans la moindre hésitation.



Récemment, en me faisant aider par la radiesthésie, j'apprends que j'ai failli passé à côté de quelque chose de bien plus fort, Kali dans sa danse de l'Univers est présente dans ce petit caillou, dans la partie gauche de la photo...

Je l'ai trouvé sans mal sur la même face que le bouddha couché mais il faut le basculer complètement. Kali se tient debout sur le côté gauche de cette photo. Face à elle, à la place de la tête du Bouddha, on peut deviner une femme debout entourée d'enfants et de personnages à genoux, des malades où des méditants...

**Samedi 30 juillet 2005 :** Le pommier que m'a imposé mon épouse me gêne de plus en plus... Il ne donne que de minuscules pommes vertes tellement dures et acides que même les oiseaux n'en veulent pas. Je viens d'apprendre que l'on ne doit jamais mettre un arbre à pépins à côté d'arbres à noyaux et il est juste à côté de mes trois pruniers. C'est donc une erreur et je dois le couper. Armé d'une bonne scie, il ne faut pas beaucoup de temps pour le couper en morceaux pas trop gros...

Mais alors que je réfléchis à la manière d'évacuer les branchages, "ON" me suggère de les brûler là où le pommier était planté... Devant la maison, j'ai tout un lot de galets dont je ne sais que faire mais qui protégerait très bien le sol du feu... Aussitôt, j'effectue le transfert, formant autour de la souche un cercle d'un mètre cinquante de diamètre... Puis, je dispose les branches dont les feuilles commencent déjà à sécher à cause de la chaleur estivale.

**Vendredi 05 Août 2005** : Annie que j'ai rencontrée à Karmaling vient passer le week-end et elle arrive en tout milieu d'après-midi. Après une soirée passée à échanger nos souvenirs du stage à Karmaling, dès que la nuit est tombée, nous décidons d'enflammer le bûcher. Certes le bois est encore vert mais il fait suffisamment chaud... De plus, j'ai prévu de l'alcool à brûler... Nous disposons quelques feuilles de papier sous les branches, déversons un peu d'alcool et j'enflamme l'ensemble... Rapidement le papier brûle, des feuilles crépitent mais dès que les flammes bleues s'éteignent, l'obscurité reprend ses droits... Nous allons faire plusieurs tentatives mais sans le moindre succès, rien ne brûle...

Le lendemain, nous décidons d'aller assister aux fêtes de Genève... En soirée a lieu le feu d'artifice... Cette année-là, le feu d'artifice sera interrompu deux fois à cause de feux de pontons flottants ce qui retardera la fin de près de 40 minutes. De plus, quand la foule se retire, des embouteillages se créent de tous les côtés... Nous restons bloqués plus d'une heure et quand nous rentrons, nous trouvons qu'il est bien trop tard pour faire une nouvelle tentative.

Le dimanche après-midi, Annie décide de repartir chez elle à Besançon me laissant seul face à mon bûcher. En fin d'après-midi, cette fidèle petite voix intérieure me suggère que je pourrai en profiter pour brûler pleins de papier que j'ai écrits et qui ne sont pas forcément corrects. C'est vrai que depuis deux ans, l'écriture a été pour moi un exutoire phénoménale qui m'a permis d'accepter le départ de mon épouse et de commencer à changer ma vision de la vie.

Je commence à faire le tri dans mes dossiers et je me retrouve avec une quantité impressionnante de feuilles... Gros travail de nettoyage en perspective... Je m'approche du bûcher et froisse une à une les feuilles et je les place sous les branches... Au moment où j'approche un briquet, une petite pluie fine commence à tomber... Décidemment, ce n'est toujours pas le moment.

**Mardi 09 Août 2005** : Cette petite pluie fine va tomber sans interruption du dimanche soir au mardi matin, 37 heures interrompues. Tout est trempé et mes feuilles froissées sont complètement détrempées, les textes et images ont bien soufferts... Le ciel reste couvert durant toute la journée de mardi et ne revient que le soir en fin d'après-midi. Juste après le dîner, je suis sur la terrasse et je contemple mon bûcher avec un désabusement évident... Et pourtant c'est le moment où je reçois ce message : "Pierre, c'est le moment"... Je suis tellement surpris que je proteste... Vendredi soir, tout était sec et rien n'a brûlé alors qu'aujourd'hui tout est trempé... c'est impossible... Mais je reçois le même message encore plus fort...

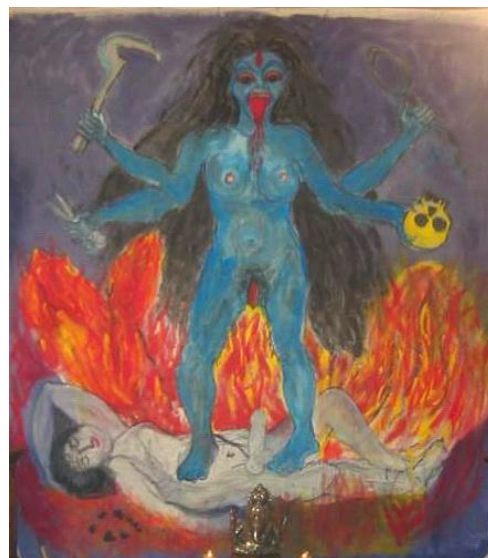
J'attends 21h30... J'ai un nouveau litre d'alcool à brûler mais je comprends que je n'ai pas besoin de m'en servir. En trois endroits, j'enflamme trois feuilles de papier et je suis très étonné. Les flammes grandissent en quelques secondes et forment très rapidement une seule flamme qui est aussi haute que moi. Je me place deux mètres en retrait. Je regarde cette flamme et fixe mon attention sur elle... mais est-ce vraiment une flamme... elle ondule en tout sens et peu à peu, cette flamme prend vie, prenant peu à peu l'apparence d'une femme.

Je ne bouge pas d'un pouce, complètement scotché au sol... si près du feu, je devrai être brûlé par le rayonnement de cette flamme qui danse devant moi, m'effleurant à droite puis reculant et revenant par la gauche... mais jamais elle ne me touche. A certains moments, une partie de ce bûcher faiblit au point de s'éteindre, le bois est quand même vert... A ce moment, je sens un petit souffle d'air arriver dans une direction bien précise et ce souffle rabat alors cette merveilleuse flamme au sol du côté opposé. Et aussitôt, la flamme se redresse, grandit et se rabat à l'opposé sur la partie éteinte du foyer que s'embrasse aussitôt...

Ce phénomène va se passer plusieurs fois me laissant à chaque fois complètement hébété. J'ai l'impression de danser avec le feu dont la hauteur ne faiblit toujours pas. Un sifflement commence à se faire entendre, ce feu chante où murmure une plainte impressionnante. En fait, la sève contenue dans certaines bûches s'est mise à bouillir formant de la vapeur qui a beaucoup de difficultés à s'échapper d'où ce sifflement impressionnant.

Deux heures plus tard, je me décide à aller me coucher. Le feu a bien faibli mais il continue. Au petit matin, tout mais vraiment tout à brûler. Avec les quelques déchets restants, je ne remplirai même pas une boîte une chaussure... Pour un feu qui ne voulait pas prendre ???

Cette flamme était vivante mais par qui était elle animée ??? Je ne trouve qu'une réponse... Dans mes connaissances spirituelles de ce moment, seule Kali a pu me faire un cadeau pareil...



Souvenez-vous, fin avril, j'avais vécu une expérience très particulière avec Châmundâ mieux connue sous le nom de Kali... Il ne faut surtout pas s'arrêter sur leurs représentations terrifiantes car ce sont des Déeses d'Amour qui nous aident à consumer ce qui est mauvais en nous.

**Après m'avoir "visité" le 23 avril lors du stage de Daniel Odier,  
Kalî est venue "danser" avec moi dans mon jardin le 09 août...**

**Entre ces deux dates, il s'est écoulé 108 jours  
et dans l'hindouisme, 108 est un nombre sacré qui signifie :  
L'Union (1) du centre de l'Univers (0) jusque dans l'Infini (8 couché)...**

Je vais laisser les galets autour du moignon du pommier. Je ne peux expliquer pourquoi. Pendant les semaines qui suivent, j'entame quelques travaux de peintures extérieures, du rouge basque. Par jeu, quand je rince les pinceaux, je m'amuse à peindre les galets du bûcher dans cette dilution bien plus claire.

Au printemps suivant, avec mon fils, nous avons la surprise de voir apparaître des crocus à travers les galets, cinq jaunes formant une belle ligne droite et un bleu énorme juste au milieu face à cette ligne. Du coup, je décide de les dégager en enlevant les galets pour les mettre dans une plate-bande sur le bord de la terrasse.

**Dimanche 23 avril 2006** : C'est une belle journée ensoleillée que j'ai décidé de passer dans la roseraie du parc Lagrange à Genève. Je vais y prendre des photos comme d'habitude mais j'ai également pris un livre avec moi, "Psychologie du Yoga de la Kundalini" par Carl Gustav Jung... et soudain je tombe sur ce paragraphe : "En visitant les temples de Kali, fort nombreux dans presque toutes les villes hindoues, nous avons pu observer des traces de sacrifice animal ; c'était des endroits sales, immondes, avec du sang séché sur le sol et partout des restes de noix de bétel de sorte que cette couleur se trouvait associée à l'idée de destruction."

Et là je percute complètement... En fait, les prêtres simulaient la projection de sang sur l'autel en projetant des seaux de teintures de même couleur afin de simuler le sang humain. Je réalise aussitôt que c'est certainement ce que j'ai fait en peignant mes galets dans cette couleur rouge sang eu la surprise... Inconsciemment, j'ai donc appelé Kali pour qu'Elle m'aide à détruire ce qui était mauvais en moi...

Autre surprise, nous sommes le 23 avril 2006... Et un an, jour pour jour, je vivais mon premier contact avec cette Déesse lors d'un stage avec Daniel Odier. Dans quelques jours, je planterai un tout petit arbuste à la place du pommier, ce sera mon arbre du 1<sup>er</sup> mai, mon arbre du Bonheur...

**Lundi 08 mai 2006** : Je me lève particulièrement gai. Ce jour est férié en France, c'est la fête de l'armistice de la guerre de 39/45. Cette gaité est inhabituelle, je n'en comprends pas la raison. Un premier message me parvient pour me dire que je viens de terminer une période de nettoyage avec succès ??? Je ne comprends rien

à tout cela mais j'écoute studieusement les messages que je reçois. Je suis invité à m'intéresser de très près à la symbolique des jours importants dans cette période..

Mon épouse m'a quitté le 04 août 2003. Or ce jour est le jour anniversaire de la déclaration de guerre de 14/18. C'est donc un symbole de chaos pour moi. De plus, c'est le 216<sup>ème</sup> jour de l'année et 216 est le produit de 6x6x6, 666 le nombre du diable, le nombre du chaos.

Par contre, le 08 mai 2006 est tout différent. C'est donc un jour de Paix et c'est aussi le 128<sup>ème</sup> jour de l'année. Or 128 est le produit de 2 exp 7. Dans la mythologie hindoue, il est symbole de Fusion (2) avec le Sacré (7). Autre surprise : entre ces deux dates, il s'est passé 1008 jours, nombre de nouveau très important dans l'hindouisme et qui veut dire :

**L'Union (1) des deux énergies Féminine et Masculine (0 et 0) dans tout l'Univers (le 8 couché)...**

Et ce n'est pas fini... L'objet de cette destruction est une femme que j'ai rencontrée le 11 juillet 2004 à Genève. D'une très grande sagesse, elle a réussi à briser mon ego démesuré afin que je puisse renaître...

**Et entre le 11 juillet 2004 et le 08 mai 2006, il s'est passé 666 jours...  
Après cette période de Destruction impressionnante,  
Demain commence une nouvelle période,  
Celle de la transformation...**

Impressionnant, c'est bien le mot et à chaque fois que je relis ce texte, je suis envahi d'émotions très fortes. Les différents épisodes qui se sont déroulés m'ont permis de percevoir la nature et toutes ses facettes comme une part inamovible de nous-mêmes...

Moi qui était profondément cartésien, qui modelait la matière ne serait-ce que par mon travail au CERN, j'ai eu l'occasion en neuf jours de stages particulièrement puissants d'entrer en connexion avec ma propre conscience et d'entrevoir des espaces que je connaissais certainement mais que ma raison avait enfouie au plus profond de mon être...

Dans cette période très inhabituelle pour beaucoup, j'ai commencé à me poser des questions existentielles fondamentales et à recevoir des réponses que je ne pouvais imaginer... De Saint-Hugon au Mont Kailash, il m'a bien fallu admettre que notre cheminement personnel ne pouvait se limiter à l'espace où nous vivons mais qu'il s'étend, non seulement sur toute la Terre mais aussi dans tous l'Univers.

**Pour progresser ainsi, il n'y a pas 36 recettes, il n'y en a qu'une :**

**Développer la confiance qui, seule, permet de réduire  
et d'éliminer nos peurs quel qu'elles soient...**

**Faire preuve d'une sincérité sans concession envers soi-même simplement pour  
reconnaitre ce qui est mauvais en soi et ce qui doit changer où être détruit...**

**Et surtout, se tourner vers les autres, seule possibilité pour faire maigrir son ego...**

**Isabelle et Pierre...**