



## ***Dieu est dans le silence et dans l'instant présent, par Kim Nataraja***

Lorsque parfois nous atteignons le silence intérieur, même de façon fugace, nous prenons alors conscience de la présence de Dieu avec un sentiment de paix et d'amour. Nous avons quitté toutes les pensées qui nous enchaînent au passé et au futur, et sommes parvenus au « maintenant », à l'instant présent. Comme le disait Maître Eckhart : « Quiconque veut être sensible à la Vérité Suprême [...] ne doit être [...] conscient ni de l'« avant » ni de l'« après » ; il doit se détacher de ses réussites, de l'influence de toute idée déjà comprise, être innocent et libre. [...] Il n'y a qu'un maintenant. Regardez ! »

Aujourd'hui pour beaucoup, « vivre dans l'instant présent » semble une maxime « *New Age* ». Nombreux sont ceux qui en ont entendu parler dans des livres comme *Le pouvoir du moment présent* d'Eckhart Tolle. Mais ce n'est pas « *New Age* », c'est un enseignement très ancien dans nombre de grandes religions et traditions de sagesse. L'enseignement de John Main sur la méditation et sa recommandation de se dessaisir des pensées et images pour porter toute l'attention au mot de prière, entrer dans le silence intérieur et demeurer ainsi dans l'instant présent est une discipline bien établie, issue des Pères et Mères du désert qui fondèrent leur vie de prière sur l'enseignement de Jésus. Les pensées auxquelles nous renonçons dans la méditation ou la prière sont des « pensées inquiètes » concernant l'avenir ou une anxiété venant du passé qui vient obscurcir l'instant présent. Ecoutez simplement ce que dit Jésus en Matthieu 6,25 : « C'est pourquoi je vous dis : ne vous inquiétez pas pour votre vie de ce que vous mangerez, ni pour votre corps, de quoi vous serez vêtus. La vie n'est-elle pas plus que la nourriture, et le corps plus que le vêtement ? » Ce n'est qu'en nous détachant de nos pensées que nous pouvons accéder à ce point de jonction où se croisent le temps humain ordinaire et le divin intemporel, comme TS Eliot l'exprime si joliment dans *Quatre quatuors* :

« La curiosité des hommes fouille le passé et le futur  
Et se cramponne à cette dimension. Mais saisir  
Le point d'intersection de l'intemporel  
Avec le temps est l'occupation d'un saint.

Pour la plupart d'entre nous, il n'y a que l'instant insouciant,  
Le moment dans et hors du temps.  
La musique entendue si intensément  
Que tu ne l'entends plus, mais tu es la musique  
Tant que dure la musique.

Ce ne sont que des indices et des suppositions,  
Des indices suivis de suppositions ;

et le reste est prière,  
observance, discipline, pensée et action.  
Et l'action juste est aussi liberté du passé et du futur. »

Saint Augustin aussi a réfléchi à la question de la signification du temps dans *Les Confessions* (livre XI 17) : « Qu'est-ce donc que le temps ? [...] Qu'en est-il maintenant du [...] passé et de l'avenir : en quel sens ont-ils une existence réelle, si le passé n'est plus et que l'avenir n'est pas encore ? Pour le présent, s'il était toujours présent sans filer vers le passé, il ne serait plus temps ; il serait l'éternité. » Un peu plus loin dans le même chapitre, il en vient à la conclusion : « Il y a trois temps : le présent du passé, le présent du présent et le présent de l'avenir, [...] la mémoire, [...] l'attention, [...] l'attente. » (XI,20)

Tout n'est donc que le « maintenant », l'instant présent. Ce sont nos pensées qui séparent le temps en passé et futur, obscurcissant l'instant présent et donc la réalité divine. Non seulement Jésus et ces ermites du désert mais aussi les mystiques chrétiens de tous les temps soulignent l'importance du lien entre l'instant présent et la présence de Dieu. Nous avons déjà vu les propos de Maître Eckhart issus de sa propre expérience spirituelle. L'importance du lien entre l'instant présent et la présence de Dieu qui est Amour est évidente dans la prière de Bernard de Clairvaux : « Père, aide-moi à comprendre que maintenant est l'éternité et qu'il n'y a que dans la dimension du présent qu'on s'éveille à Ton insatiable amour qui ne m'abandonnera pas. Dépouille-moi de tout évasion et ajournement, qu'à cette heure-même je puisse t'abandonner mon cœur. »

Ce n'est pas uniquement dans la prière qu'il importe d'être dans l'instant présent, mais aussi dans la vie quotidienne. Le maître bouddhiste vietnamien Thich Nhat Hahn insiste sur l'importance de garder l'attention sur l'instant présent en tout ce que nous faisons. Pour illustrer ceci, il cite une histoire de Tolstoï au sujet d'un roi : « Le roi demanda à un sage de répondre à trois questions. 'Quel est le meilleur moment pour faire une chose ? Quelles sont les personnes les plus importantes avec lesquelles la faire ? Quelle est la chose la plus importante à faire en tout temps ?'. » La réponse qu'il obtint est inattendue, surtout peut-être pour nos contemporains : « Le moment le plus important est maintenant ; la personne la plus importante est toujours celle avec laquelle tu es maintenant ; la chose la plus importante à faire est de rendre heureuse la personne qui se trouve à tes côtés. » L'amour des autres et de Dieu devient possible parce qu'en prêtant attention, nous entrons dans le silence intérieur et rencontrons notre être véritable, une étincelle de Dieu.