

LA MARCHE DE PIERRE

A. Introduction

L'homme occidental d'aujourd'hui vit dans un monde à dominante matérialiste. Fabriquer, consommer, posséder, constituent les actions mises en valeur par la société capitaliste dont l'hégémonie s'avère impériale, de décennies en décennies, depuis l'extinction du communisme et le recul du Religieux.

L'acte d'amour n'échappe pas à cette tendance ; il est devenu, ou s'achemine à le devenir, un acte sexuel où la recherche de l'extase physique constitue l'ultime objectif de l'homme contemporain. Comme il est loin le temps du romantisme, comme il est ringard et niais l'amoureux transi vivant l'amour dans son âme et son esprit.

Or, cette aspiration enivrante à vivre l'expérience de la matière, à s'y emprisonner volontairement en dénigrant avec force évidence l'absurdité de croyances religieuses, crée un déséquilibre dans l'être humain, l'attraction vers le bas de la création laissant en friche des pans entiers de nos besoins de divinité.

Dans ce processus d'investigation outrancière de la matière, la science moderne joue le premier rôle ; c'est elle qui délimite ce qui est raisonnable de croire ou non ; elle est l'autorité temporelle qui œuvre dans nos consciences tel un censeur de grande intelligence. Au fond, sans elle notre société s'effriterait, se disperserait en de multiples croyances ; la science constitue aujourd'hui le garant rassurant de notre unité sociale. Elle est à la phrase ce que le verbe est au sujet, c'est-à-dire qu'elle est dans la société l'ordre qui nous fait agir, croire, aimer, et si, s'opposer à ses directives reste possible, il faut en payer le prix, en assumer la marginalisation qui en résulte.

Face à la puissance ascendante de cette autorité, accouplée avec celle du pouvoir politique, l'autorité spirituelle a beaucoup de peine à se faire entendre et à influencer sur le cours de l'histoire et l'orientation des consciences. Comme le mouvement d'évolution d'une société se développe en suivant des lois précises de compensation et d'alternance, nous pouvons affirmer qu'au sein même de l'apogée de la science se tient le germe de son contraire, et qu'à l'instar de toutes les civilisations passées, la science matérialiste, en atteignant sa pleine domination sur le monde, engendrera inévitablement les forces de son déclin ; quand le soleil atteint son zénith, il ne peut qu'amorcer sa descente vers le couchant, pour finalement disparaître.

Ce qui, dans le futur, prendra la place de cette instance gouvernante, est présent dès aujourd'hui à l'état de potentialité et de germe. Certains d'entre nous qui ressentons avec plus d'acuité le vide engendré par le tout matériel, constituent le groupe des éclaireurs légèrement en avance sur le gros de la troupe, et qui sont à la fois prévenants, proposant et impulsant les germes du futur dans la société actuelle. En réalité, ces germes sont déjà nombreux ; ils se distinguent par leur caractère d'indépendance vis à vis des dictats imposés par la société capitaliste tels : la performance, la domination du fort sur le faible, l'exploitation de la masse pour le profit des plus riches, le dénigrement du spirituel...

Tous ces germes demandent à être développés, arrosés, nourris pour qu'ils parviennent à grandir. Ils se développent d'abord dans la clandestinité, au sein de groupes restreints à l'image du germe enfoui dans la terre qui grandit dans une discrétion garante de son devenir, pour ensuite se révéler à la vue de tous.

Ne nous méprenons pas sur la direction qui est à prendre. La loi de compensation et d'alternance évoquée plus haut ne signifie pas que nous devons prendre une route en opposition radicale avec le matérialisme, car cette loi s'accompagne, ou peut s'accompagner d'une autre qui permet d'éviter un processus répétitif aliénant, et qui s'appuie sur la voie du milieu, sur la volonté de maintenir le cheminement sur l'arête étroite du fil qui relie les deux extrêmes de la création.

D'une manière simplifiée et intellectualisée, la voie du milieu peut se comprendre comme étant un effort de synthèse où notre capacité de garder en mémoire les expériences des générations passées se traduit par la volonté de ne pas retomber dans les mêmes erreurs. Ainsi, par cette faculté du souvenir, la destinée humaine peut tendre vers une amélioration progressive, vers un équilibre, une harmonie, une sagesse. La mémoire consciente et la transmission écrite ou orale, sont des privilèges réservés à l'humanité ; des privilèges, mais aussi des souffrances, des charges, et la grande intelligence dans son infinie prévoyance, efface, à certains moments de la progression, l'ardoise où est inscrite notre histoire. Cela se produit lors de grands cataclysmes, et, d'une manière plus individuelle, à chaque naissance.

Pour contribuer bien modestement à l'éclosion de ce futur, nous proposons ici un chemin original de travail sur soi où la vie intérieure fait mouvement dans les autres règnes, où, pas à pas, nous construisons un espace privilégié dans lequel opèrent notre magie, notre amour, et se développent nos sens intérieurs. Nous avons baptisé ce chemin « *la marche de pierre* » pour souligner son originalité et l'inscrire dans la symbolique de la *verticalisation* et du changement vibratoire que cette symbolique implique.

B. Vision d'ensemble de la méthode

Du point de vue ésotérique, l'effet le plus net du matérialisme ambiant est d'emprisonner le corps intérieur dans les mailles grossières du corps physique (1). Le premier objectif de la méthode est de desserrer l'étreinte quelque peu tyrannique exercée par la perception sensorielle ordinaire, pour que s'ouvre, au-delà d'elle et dans son prolongement, une perception étendue en des limites inimaginables pour notre esprit cartésien. C'est ce que l'on nomme les *perceptions extrasensorielles*.

Parvenir à cela nécessite un entraînement régulier de plusieurs années, la connaissance de quelques lois fondamentales, et une forme de créativité personnelle.

- L'entraînement régulier peut être journalier, hebdomadaire..., selon les disponibilités de chacun. Il est établi au départ, et l'on attache une importance particulière à en respecter les modalités ; c'est un travail sur la volonté. Les intempéries constituent des forces d'opposition très riches en enseignement et en renforcement de cette volonté. Il existe une différence fondamentale, du point de vue de la croissance spirituelle d'un individu, entre une discipline imposée par

autrui et l'autodiscipline. Extérieurement, les résultats sont semblables mais ils n'offrent pas le même degré de liberté intérieure.

- Les lois fondamentales sont celles de l'ésotérisme si bien présentées par Mr Gurdjieff (2) en tant que *loi de 3* et *loi de 7*. Dans notre introduction, en évoquant la voie du milieu propre à la pensée chinoise, nous étions dans une application particulière de la *loi de 3*.
- L'apparition d'une dimension créative dans ce travail fait partie des objectifs à atteindre. Elle apporte la joie, le dynamisme en impulsant des directions nouvelles.

1. Choix et repérage d'un circuit

Comme nous allons sacraliser des lieux, établir des liens énergétiques entre des centres extérieurs et intérieurs, il est nécessaire de suivre le même circuit et de repérer dans celui-ci des lieux particuliers qui seront rattachés à des exercices spécifiques.

Bien sûr, le choix d'un circuit privilégiant le contact avec la nature est préférable, mais il est possible de le tracer en ville, ce qui compte le plus étant la disposition intérieure du marcheur. La suite des explications s'applique à un circuit tracé dans la nature. On recherchera dans celui-ci :

- un point d'eau
- un ou plusieurs arbres
- un lieu de méditation ou de recueillement
- une différence d'altitude, même légère.

2. Principales thématiques

- l'écoute du langage de la nature ; communication avec elle
- les signes
- les jeux de lumière

- l'attention à l'activité du mental
- arrêt de son vagabondage : aide d'un *mantra*
- le rappel de soi
- la marche silencieuse ; l'état de vacuité

- nettoyage et protection des lieux
- émanation de la force d'amour vers autrui
- mise en résonance des chakras avec des centres énergétiques extérieurs
- projection, visualisation et transfert d'énergie
- pratique du non-regard.

A chacun ses outils familiers.

C. Développement de la méthode autour du symbolisme de l'arbre

De même que nous distinguons dans l'être humain ce qui est visible, tangible, connu, de ce qui est caché à la perception ordinaire, intangible, inconnu, de même en chaque constituant de la nature se tient derrière l'apparence de la forme, une vie subtile avec laquelle nous tenterons d'établir un contact.

Cette quête du subtil ne doit pas nous conduire à dénigrer la connaissance qui dérive de la forme et de l'apparence physique, mais le mode de pensée qui est à privilégier est un mode analogique. C'est en établissant des analogies que nous éviterons de participer au morcellement du monde et que nous dépasserons les barrières du temps et de l'espace.

Ainsi en percevant et comprenant les arbres (avec tout le règne végétal) comme étant les poumons de la terre, nous pouvons mieux ressentir la vie qui les anime et développer une réflexion très instructive, où la connaissance de l'un se transmet dans la connaissance de l'autre, et réciproquement.

La cellule végétale est capable de fabriquer de la matière (glucide) en synthétisant l'énergie lumineuse, ce que l'homme et l'animal sont inaptes à faire. Le processus de la photosynthèse s'effectue dans la partie verte de la plante. En même temps qu'elle fabrique des sucres, la plante produit de l'oxygène et absorbe le dioxyde de carbone.

Il est clair que la fonction de la plante apparaît en tous points opposée et complémentaire à celle de l'homme. C'est la complémentarité du vert et du rouge. Le tableau suivant en résume les principaux aspects :

<i>RÈGNE VÉGÉTAL</i>	<i>RÈGNE HOMINAL</i>
Se nourrit de l'énergie lumineuse.	Se nourrit de la plante.
Produit de l'oxygène et absorbe le dioxyde de carbone.	Consomme l'oxygène et rejette le dioxyde de carbone.
C'est le système respiratoire de la planète.	C'est le système nerveux de la planète.
Feuilles vertes.	Sang rouge.
Sève froide.	Sang chaud.
L'arbre avec ses feuilles tournées vers le haut.	L'arbre pulmonaire avec ses alvéoles tournées vers le bas.

Dans ces deux règnes nous sommes bien dans la symbolique de la verticale mais avec un retournement de 180° ; un constat, support à de riches méditations.

Une autre analogie pleine de sens met en parallèle l'arbre avec celui de la généalogie. Dans la science de la dendrochronologie, c'est-à-dire la datation par les cernes des arbres, nous sommes capables de remonter dans le temps et de découvrir le climat des années passées, voire des siècles passés, avec certains arbres dont la durée de vie peut dépasser le millénaire. Notre arbre généalogique contient lui aussi des cernes et ceux-ci sont reliés aux orbites planétaires. Ce que le dendrochronologue découvre du passé par sa science, l'astrologue le fait aussi par l'étude des astres.

La méditation sur les cernes d'un arbre nous aide à ressentir notre appartenance à une lignée, à comprendre que la présente génération symbolise l'écorce et l'aubier de l'arbre, tandis que nos ancêtres en sont les cernes intérieurs constituant la colonne vertébrale qui nous permet d'être debout.

Mais il est une autre voie de connaissance qui ne passe pas par la pensée analogique, et qui nécessite au contraire de stopper son mental ; c'est l'aperception, la connaissance par le support des sens intérieurs, et si la méditation analogique nous prépare à cette connaissance directe, elle est aussi un des voiles qui peut en cacher la lumière.

1. Comment stopper l'activité du mental ?

L'observation de soi-même conduit à constater que nous ne cessons jamais notre dialogue intérieur. Ce dialogue est un bruit de fond qui nous empêche de percevoir directement. Une fois cette évidence observée, plusieurs techniques peuvent nous aider à stopper notre mental.

a) l'attention sur la respiration

Lorsque nous sommes tout entier consacré à l'acte de respirer, notre pensée s'arrête. Généralement nous respirons de façon mécanique ; en basculant notre attention sur la respiration, nous privons la pensée de son support. L'état de vacuité peut naître dans les moments d'intervalle d'inspir et d'expir.

b) la pratique d'un mantra

C'est une autre manière de rompre les automatismes de la pensée. Un *mantra* est une vibration mentale ou sonore que l'on s'évertue à répéter inlassablement. On peut choisir des *mantras* en français comme : « que la paix soit sur le monde », ou « je te salue Père éternel ». Il peut être chanté, murmuré, ou même récité mentalement pendant notre marche. Ce peut-être un simple son émis la bouche fermée.

c) le rappel de soi

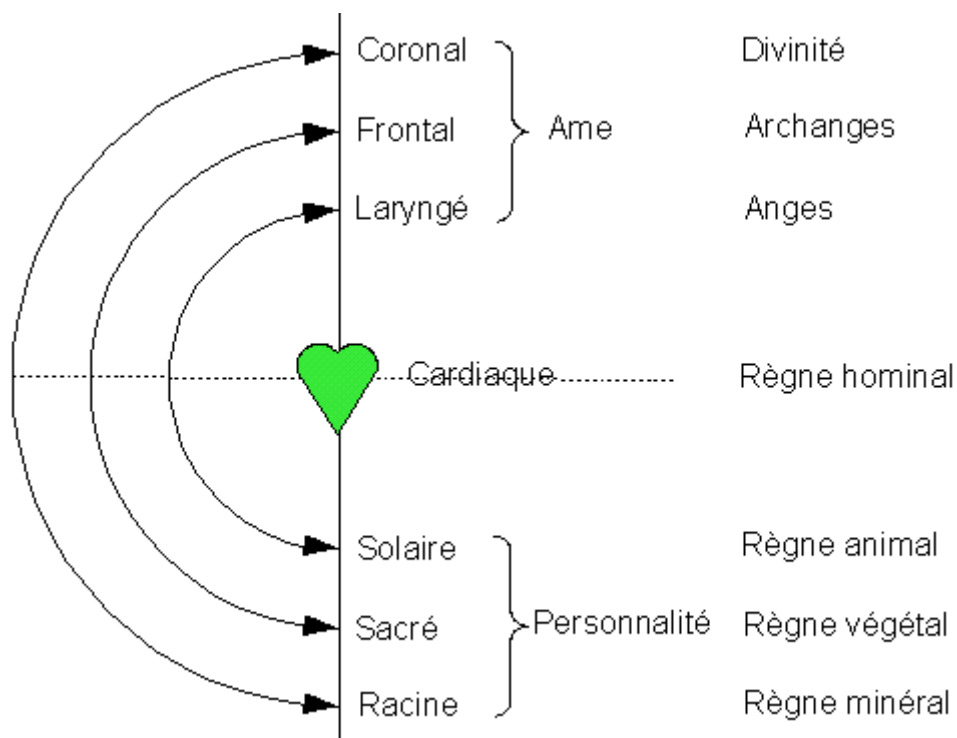
Devenir le témoin, l'observateur de sa marche. Dans cette méthode, il faut créer une division de l'attention. C'est un peu comme s'il y avait le marcheur et un observateur neutre qui regarde la scène. Je ne suis plus identifié à mon corps et à mes pensées ; je perçois le monde avec une perspective nouvelle. Faire attention que la pensée ne s'approprie pas l'expérience.

2. Perceptions extrasensorielles avec les arbres.

En état de silence intérieur, se placer face à l'arbre les mains de chaque côté, la droite tournée vers le ciel, la gauche tournée vers la terre. Ressentir la circulation d'une énergie. Tourner autour de l'arbre, afin de capter des différences énergétiques. Autre exercice : se placer le dos contre l'arbre, les jambes légèrement fléchies et développer une conscience unique, unissant l'arbre à soi-même.

3. Arbres et centres

On choisira au point le plus bas du circuit, un arbre qui symbolisera notre *chakra* sacré, et au point le plus haut, un autre pour symboliser le frontal. Le petit schéma suivant nous aidera à bien saisir les différents ponts à construire entre certains *chakras*. Ces ponts sont appelés dans « *Le dialogue avec l'ange* » des *baptêmes* (3).



Entre le monde créé et le monde créateur, il existe un abîme, une séparation qui laisse à la créature un sentiment d'inachevé et de nostalgie d'une unité perdue. Le règne humain se situant au point central du septénaire, a pour mission essentielle de combler ce gouffre séparateur. Il est le point central autour duquel peut s'organiser la construction de ces ponts.

Les trois centres du bas sont reliés aux trois éléments de la Terre, de l'Eau et du Feu. L'élément Terre, le plus lourd de tous est en relation avec le règne minéral qui constitue la coquille protectrice de l'œuf que forme la planète Terre. A l'intérieur de notre planète se forme un nouvel être planétaire qui viendra à naissance en un temps que nous ignorons. L'élément Eau est en affinité avec le règne végétal qui capte des énergies spécifiques nécessaires à la croissance de cet être en devenir. Il faut noter l'étroite connivence qui existe entre le minéral et le végétal, ce dernier ne pouvant se développer dans sa verticalité que par le support de la terre.

Nous nommerons l'arbre du bas que nous avons choisi, *l'arbre sacré* en rappel du *chakra* de même nom. Avec lui, nous engagerons comme un dialogue portant sur notre histoire. Nous lui demanderons d'éveiller en nous des rêves pour communiquer avec nos ancêtres. Nous ferons appel aussi à ses valeurs d'enracinement afin que nos entreprises soient bâties sur des bases solides et que notre œuvre s'inscrive dans la continuité de la tradition vivante.

En échange de tous ces dons, nous apportons à l'arbre notre attention, notre protection et, tel un précieux ami, il nous accompagnera dans notre quête de l'inconnu.

Avec l'arbre du haut, c'est à la symbolique du feuillage que nous ferons appel, et à sa faculté à réceptionner, absorber, transformer la lumière. Avec sa ramure, l'arbre reconstitue sur la terre : le ciel ; il en a la forme et la fonction puisqu'il est capable d'absorber la lumière et de la redonner aux autres règnes.

4. Le point d'eau

Si par chance, la ballade passe par un petit ruisseau, c'est le mieux qui soit, l'eau circulante étant toujours préférable à l'eau stagnante. Un point d'eau fixe est un lieu particulièrement réceptif et cela nécessite de notre part, la mise en place d'un rituel de nettoyage et de protection.

Pour réaliser une telle opération, on fait appel à la divinité et, dans les quatre directions cardinales de l'espace, on met en place des gardiens symboliques après avoir purifié ce lieu par envoi de la lumière blanche en visualisation. Il faut simplement se rendre disponible à l'Esprit et s'autoriser à en être le canal.

1. L'eau comme force de guérison

Dans la tradition chamanique (4), on trouve un rituel d'initiation à la médecine de l'eau. Le chaman et le prétendant à l'initiation sont pieds nus dans la rivière ; le premier appelle l'esprit de l'eau et il s'ensuit une sorte de baptême où l'aspirant boit un peu de l'eau de la rivière purifiée par du tabac. Ensuite ce dernier va à la recherche d'une pierre qu'il conservera précieusement dans un chiffon rouge. Cette pierre participera ensuite au rituel de guérison (5).

2. Vibration du son

Autre aspect important, c'est le chant de la rivière. Se laisser traverser par lui dans une écoute totale, produit en nous des effets thérapeutiques de premier ordre. C'est le mouvement de la vie qui nous pénètre, pas seulement par les oreilles, mais par l'ensemble du corps.

5. Les signes

Si nous entretenons avec la nature une relation consciente et respectueuse, elle nous témoignera en retour beaucoup d'attention en nous donnant des signes. Lorsqu'une créature terrestre est guidée par l'Esprit, elle devient médiatrice, transmettant à l'homme des enseignements, des informations sur le travail en jeu à un moment donné. Voici quelques exemples de signes vécus :

- *A l'instant précis où j'ouvre les bras pour accueillir les énergies célestes, un rayon de soleil vient illuminer le lieu où je me trouve. Rien de tel pour renforcer le lien qui nous unit à l'Esprit.*

- *Sur le sentier me conduisant au lieu de ma méditation avec la rivière, une pierre blanche semble avoir été posée par une main invisible. Je la prends comme un cadeau fait par l'Esprit de l'eau.*
- *Je rencontre sur ma route trois enfants d'une douzaine d'années appartenant à un groupe d'écoliers. Manifestement, ils se sont perdus dans le parc (6). Je les accompagne en courant pour les remettre sur le bon chemin. Le plus grand d'entre eux tombe. Je m'enquiers de sa santé. Il me dit que c'est la troisième fois qu'il tombe. Arrivés près d'un carrefour en forme de triangle, ils reconnaissent les lieux et je les quitte là. Le nombre trois m'est indiqué trois fois. C'est une triple invitation à méditer sur sa signification. Quelques temps après, un couple de rouges-queues viendra nicher dans mon bureau, se servant du support d'une applique murale, et donnera naissance à trois oisillons.*
- *Une magnifique couleuvre verte traverse le chemin devant moi. De retour à mon domicile, je lance sur internet une recherche sur ce mot et c'est ainsi que je découvre le conte de Goethe « le serpent vert » conte qui deviendra pour moi l'occasion d'une étude approfondie et très enrichissante (7).*
- *En un autre temps, je croise un serpent se déplaçant sur ma droite à rebours de ma marche ; il se redresse menaçant, ouvrant en grand sa bouche dans une démonstration d'agressivité. Je pense immédiatement à mon rendez-vous du dentiste de l'après-midi. Effectivement, ce fut une séance douloureuse dont je garde un très mauvais souvenir . Dans le thème astrologique du moment où je vois le serpent (8), Saturne occupait la maison II, significatrice des dents et de la bouche, au semi-sextil précis de l'Ascendant.*

6. Pratique du non-regard.

La convergence des regards de nos deux yeux sur un objet, ferme notre perception visuelle sur celui-ci, et clôture notre champ d'exploration. La pratique du non-regard est une manière spéciale de regarder, dans laquelle nos yeux ne convergent pas vers l'objet observé, mais regardent à côté.

Si nous plaçons notre index en face de nous, l'œil gauche et l'œil droit convergent leur regard vers cet index formant en quelque sorte un cône dont l'extrémité ferme notre champ visuel. Maintenant, plaçons nos deux mains en face de nous, en les éloignant l'une de l'autre d'une vingtaine de centimètres ; percevons nos deux mains ensemble. C'est ainsi que notre index doit être regardé.

Dans notre ballade, nous pouvons pratiquer cet exercice régulièrement, par exemple assis sur un banc réservé à cet usage. Ensuite, lorsqu'il nous devient familier, il peut être pratiqué en marchant.

En évitant la convergence du regard, nous créons les conditions nécessaires à l'éveil du troisième œil, et de nouvelles images peuvent apparaître.

7. L'homme-univers

L'homme étant un univers en miniature, il peut entrer en résonance avec n'importe lequel des composants présents dans le grand univers. Par exemple, la voûte céleste a une correspondance avec la voûte crânienne, et les milliards d'étoiles de la première sont animés par la même énergie qui fait vivre les quelques cent milliards de neurones de notre cortex cérébral. Tout est dans l'homme qui est vraiment une réplique du grand univers. Le développement de cette idée conduit à une description de l'homme, qui peut de prime abord paraître surprenante et fantaisiste. Voici ce développement selon une approche de type spatial :

L'homme est plus vaste que ce que son corps limité peut laisser supposer. Nous trouvons en lui la terre, le système solaire, la voie lactée, l'ensemble des galaxies, disposés de la façon suivante :

- Bassin → terre
- Poitrine → système solaire
- Moelle épinière → voie lactée
- Cortex cérébral → constellations

A chacune de ces dimensions spatiales correspond une organisation corporelle capable de se mouvoir en elles. C'est le grand mystère de l'homme.

8. La terre : un organisme vivant

Une autre analogie est aussi porteuse d'un riche enseignement. Elle consiste à voir dans la vie organique sur terre la présence de tous les systèmes qui nous constituent. Dans cette perspective, nous aurions par exemple :

- Rivière, fleuve → système circulatoire
- Mer, océan → les reins
- Règne minéral → le squelette
- Règne végétal → système respiratoire
- Règne animal → système endocrinien
- Règne hominal → système nerveux

...

Une analogie qu'il reste à améliorer, préciser, vérifier.

Avec une telle approche, le regard que nous posons sur la création devient respectueux, et s'affranchit de la séparativité engendrée par les énormes écarts de dimension existant entre chaque plan.

D. Conclusion

En procédant avec patience, régularité et constance, notre marche deviendra au fil du temps un moment privilégié de contact avec la force de l'Esprit, la nature devenant alors le temple dans lequel notre prière monte jusqu'à Dieu, et l'Université où sont enseignés les connaissances éternelles.

Personne n'accomplira cette tâche à notre place. La libération de notre corps intérieur est comme une seconde naissance. L'accomplir pendant notre incarnation est une réalisation apparemment rare. Je vous souhaite d'y parvenir.

*Pierre CORNUEZ,
le 16 septembre 2007*

-
- (1) Voir *Le corps intérieur* : http://etoile-presence.nuxit.net/le_corps_interieur.htm, et le livre de Clémence Amiel : *Communiquer avec l'invisible*. Editions Philippe Lebaud.
 - (2) Se référer à notre introduction à l'enseignement de Gurdjieff sur notre site à la page <http://etoile-presence.nuxit.net/gudrjieff.htm>. Lire *Fragments d'un enseignement inconnu* par P.D. Ouspensky. Editions Stock
 - (3) *Dialogues avec l'ange*, Document recueilli par Gitta Mallasz. Editions Aubier
 - (4) Voir le site de Joan Pinchu : <http://www.chamanisme-niya.com/>
 - (5) Après avoir vécu ce rituel, j'ai fait un rêve où l'esprit de l'eau m'est apparu sous la forme d'une grotte toute ruisselante d'eau ; elle entourait complètement les parois de celle-ci, sur les côtés, en haut, en bas, sans retomber. Une expérience intérieure inoubliable. Eau et grotte sont aussi associées dans les phénomènes de guérison miraculeuse à Lourdes.
 - (6) Il s'agit du magnifique parc de *Lacroix-Laval* situé dans l'Ouest lyonnais.
 - (7) Voir réunion sur *le symbolisme du serpent*. Texte à la page de notre site http://etoile-presence.nuxit.net/Symb_serpent.pdf - *Le Serpent vert*, conte suivi du poème *Les Mystères*, accompagné d'une étude de Rudolph Steiner, Collection *Science de l'Esprit* – Goethe.
 - (8) Le 16 avril 2007 à 11h42. 45°49'N - 4°40'E.