

# Psychologie et spiritualité

## Réunir deux mondes, du petit moi au Grand Soi



entretien avec

**Bettina De Pauw**

*Bettina De Pauw a tout d'abord appliqué dans son travail de thérapeute les méthodes de la psychologie universitaire occidentale à laquelle elle avait été formée.*

*La découverte de la méditation auprès d'un maître indien est l'occasion pour elle d'une percée vers ce qui lui apparaît comme une Réalité suprême, totalisante, qui unifie par l'amour.*

*Le besoin de cheminer vers cette identité ultime qu'est le soi impersonnel détruit la cloison entre les niveaux psychologique et spirituel.*

*Dès lors, sa pratique professionnelle ne peut plus ignorer ce nécessaire débordement de la psychologie individuelle – la recherche d'un ego sain n'a de sens qu'en vue d'une ouverture de la conscience à une autre réalité, à un changement de regard.*

**V**otre parcours personnel vous a progressivement conduit à associer, dans votre pratique professionnelle, psychologie et spiritualité. Quelles ont été les étapes de ce parcours ?

Il s'ancre dans des réflexions que je me suis faites, toute petite. Je me souviens d'un jour où, adossée au mur de la cuisine, j'observais les adultes en me disant : « Ils ne savent pas que je les vois et personne ne sait que je sais que je pense. » Tout à coup, cela m'avait donné à la fois une existence, la conscience d'être, et un pouvoir, celui de réfléchir sur des choses auxquelles, me semble-t-il, les autres ne réfléchissaient pas. Je me suis également posé beaucoup de questions sur l'amour, même si je ne me formulais pas les choses de cette façon. Par exemple, je voyais mes parents s'inquiéter beaucoup – se faire un film, dirait-on aujourd'hui – pour des choses qui me semblaient dérisoires. J'étais encore proche de cette simplicité originelle et je n'arrivais pas à comprendre pourquoi ils se compliquaient autant la vie alors que tout était si simple en fait. J'avais beaucoup de dévotion et je priais souvent, spontanément, sans avoir jamais vu mes parents le faire. Ce Dieu m'intriguait, je le questionnais : m'aimait-il, existait-il vraiment, où était-il, qui était-il ?... J'avais la sensation d'un transcendant plus réel, plus absolu que tout ce que je constatais autour de moi et qui souvent me mettait mal à l'aise, me laissait un sentiment de vide, de non réel. Je me souviens de mon enfance comme d'une période de recherche du vrai au delà des apparences. Plus

tard, pendant quelque temps, il m'est arrivé d'aller à la messe avant de me rendre à l'école et je me souviens d'instantanés de silence et de dévotion pendant lesquels une Présence se donnait et m'émouvait.

Le choix de mes études a été un tiraillement. J'étais attirée par la philosophie, proche de mes interrogations, mais j'avais en même temps le désir d'agir dans le monde. J'ai opté pour la psychologie comme formation de base parce qu'il me semblait qu'ici, en Occident, c'était la meilleure façon d'aller vers ce qui me préoccupait, sans me couper d'une possibilité d'action en société. J'ai combiné cela avec des études universitaires de philosophie pour ne pas renoncer à mes premières amours. Ces études m'ont déçue, elles posaient peut-être les bonnes questions mais ne levaient que peu le voile sur le mystère de l'existence.

Mes études de psychologie, par contre, ont provoqué un véritable chamboulement, parce qu'elles jetaient un regard sceptique, rationnel, sur mes aspirations religieuses. J'ai clos ce dilemme en prenant comme sujet de thèse « La psychologie de la religiosité ». J'avais choisi ce sujet sans trop savoir pourquoi mais aujourd'hui il est clair qu'inconsciemment, je cherchais déjà à réunir ces deux mondes, l'humain et le divin. Cette thèse a été une façon de tenir les deux ensemble, de faire un pont. En fait, elle n'a rien confirmé ni infirmé, elle a montré qu'il y avait autant de religiosité chez les personnes psychologiquement dépendantes que chez les personnes plus indépendantes d'esprit. Cette conclusion m'a libérée et, pour un temps, j'ai bouclé la question et me suis lancée à fond dans la psychologie, par besoin de m'y enraciner, comme pour mieux pouvoir en sortir après. J'ai fait diverses formations en psychothérapie. Mais à trente-trois ans, j'ai ressenti une lassitude, je me suis rendu compte que j'étais au bout du processus, que ce n'était plus « là » qu'il me fallait chercher. Ma quête d'enfance me rattrapait, dans une sorte de mélancolie qui me poussait de nouveau vers le transcendant. J'ai voulu méditer... tourner mon regard plus profondément à l'intérieur.

**Vous étiez issue d'un milieu chrétien. Comment s'orienté-t-on quand on veut « méditer » ?**

Dans ma foi chrétienne, j'ai eu des contacts très forts avec Jésus. C'était évident, pour moi, que « cela » existait. J'avais pratiqué un peu la méditation lors de certaines formations. À cette époque, je terminais également une histoire sentimentale et cette rupture me forçait à voir les limites de l'amour humain et me poussait à remonter vers la source.

J'avais donc clairement conscientisé cette envie pour

moi-même – « je veux méditer » – et, comme cela se passe souvent dans de telles circonstances, la réponse est venue : une femme que je ne connaissais pas m'a parlé d'un centre de méditation. J'y suis allée. Il se trouve que ce centre était relié à un maître de méditation. Je cherchais tout, sauf un maître, mais comme je n'avais pas d'autres propositions, j'ai dû prendre le maître avec ! L'expérience dans ce centre a eu un impact profond sur moi : pour la première fois de ma vie, j'ai ressenti que « Cela » existait *aussi en moi*.

C'était à la fois la révélation de l'existence du divin et la présence d'un amour insondable. « Je me sens aimée pour qui je suis. » C'est ce qui me venait à l'esprit lorsque je regardais ce maître. Et ce « pour qui je suis » était révolutionnaire, car de cette perspective, je voyais dans une clarté limpide que les personnages avec lesquels je fonctionnais, les idées que je me faisais de moi-même, n'étaient que des chimères.

Là, c'était tout autre chose. J'étais aimée ontologiquement, au delà de toute image de moi. Je sentais que j'avais en moi, au plus profond, quelque chose de parfaitement aimable. Je reconnaissais aussi en chacun et partout cette part aimable. Et cet amour, c'était le bonheur, la trace en moi de ce que j'avais cherché toute ma vie sans même savoir que c'était cela que je cherchais. C'étaient vraiment les portes du Ciel qui s'ouvraient. Cette expérience m'a donné un nouvel éclairage et une plus profonde compréhension du message de Jésus.

Il y a eu ensuite une période de maturation. Ma soif de me former en psychologie a cessé, je sentais que je me formais intérieurement à autre chose. Je me mettais également à parler, dans mon travail de psychothérapeute, à partir d'un autre endroit de moi-même : ma présence, mon rapport à l'autre ont changé ainsi que mon regard sur la nature de nos souffrances.

**Où vous a conduite cette maturation dont vous parlez ?**

En Inde ! À quarante ans, je suis partie pour six mois dans un ashram. Même si, auparavant, j'avais fait régulièrement des retraites spirituelles, je n'imaginais pas rester un temps long dans un ashram, j'aimais trop ma vie dans le monde. En fait, j'étais toujours allée à des retraites en faisant une distinction entre ma vie dans le monde et ma vie spirituelle.

Je me revois, lors d'une pause à une retraite, allongée dans l'herbe et me demandant quelle était ma quête, ce que je voulais vraiment. Cela a été l'introspection la plus profonde de ma vie. J'ai passé en revue tout ce que je désirais, me demandant si, l'ayant obtenu, je serais enfin comblée. Et je comprenais que je ne serais jamais

tranquille, que ce ne serait que dans l'union avec Dieu que cette agitation cesserait. À présent, et c'était terrible, je comprenais que reconnaître comme mien ce but impliquait de mettre tout le reste de ma vie à son service. Ce changement des priorités avait pour conséquence qu'il me serait désormais impossible de conserver quelque chose à côté, que tout devrait être libéré, et que tout ce qui allait m'arriver et tout ce que je ferais dorénavant serait soumis à ce but. En trois semaines, ma décision a été prise de partir un temps assez long en Inde. Je savais cependant que ce départ ne serait pas définitif et que mon action ensuite se situerait dans le monde.

### **Est-ce que ce choix n'a jamais été remis en question par la suite ?**

Cela n'a plus été mis en doute. Mais chaque intention qui n'est pas renouvelée régulièrement peut s'endormir. L'attraction de la vie mondaine est tellement énorme que, même si je sais quel est mon but, il me faut renouveler très clairement et très consciemment mon intention.

C'est comme si, parfois, je l'oubliais quelque peu. Et quand je sens se revivifier, en moi, cette intention, elle a toujours la même évidence, la même force. Je sais, à chaque fois à un niveau plus profond, que c'est « cela » que je veux vraiment.

### **Comment fait-on pour renouveler cette intention ?**

Pour moi, ce sont les pratiques spirituelles qui permettent que « cela » se révèle de nouveau. C'est comme rester dans le feu. C'est s'exercer à abandonner le petit « moi » au feu de l'Amour. Et à chaque fois, c'est un effort énorme, parce que le « petit personnage » que je suis est contre. C'est à recommencer chaque matin. Tant que ce petit moi n'est pas totalement dans l'abandon, il s'oppose. Il faut se rendre compte de sa force, de son impact, et l'offrir sans cesse à Dieu, s'incliner, retrouver l'humilité en soi qui permet de rencontrer notre divinité.

### **Ce sont des pratiques quotidiennes ?**

Oui. Pour ma part, il s'agit de méditation et de contemplation des Écritures. Je lis beaucoup et la contemplation de cet enseignement se fait dans la méditation. C'est en fait très simple. Mais cela demande une discipline. Il n'y a rien de difficile dans la discipline, il faut la suivre ! Je me suis aperçue que c'était la réponse au « comment s'y prendre ? ». Il s'agit juste de

*le faire*. Même si on ne sait pas comment s'abandonner, on le fait. Même si on ne sait pas comment remercier Dieu, on le fait. Même si l'élan n'est pas présent ce jour-là, on le fait. Il y a une énorme grâce qui suit l'effort. « Quand tu fais un pas vers Dieu, disent les sages, Dieu en fait deux mille vers toi. » C'est mon expérience. C'est jeter ce petit pont, juste ce petit pont. Mais le faire de nouveau chaque jour est un énorme effort. C'est comme si, à chaque fois, on devait sortir de soi. Ce dépassement du petit moi est presque surhumain, mais il n'y a que nous qui puissions le faire. Et lorsqu'on le fait, Dieu peut alors saisir la main qui s'est tendue.

### **Comment ce qui se passe, dans la sphère privée, diffuse-t-il dans une pratique professionnelle ?**

Mes pratiques ont fait émerger une conscience plus grande de l'unité. Et dans les diverses Écritures de l'Inde, j'ai trouvé une source inépuisable de Connaissance et de Sagesse, qui aborde, nomme et éclaire le mystère de la Réalité Suprême. C'était une immense joie pour moi de découvrir que la vraie Sagesse existe. J'ai toujours, à côté de mon métier de thérapeute, été formatrice, avec le désir d'enseigner autant que d'apprendre moi-même ce qu'était la psyché, la communication, en d'autres termes, l'amour sous toutes ses formes. À présent, j'avais trouvé la trame de fond qui donnait sens et cohérence à tout ce qui était auparavant des bribes. Et il est devenu clair que je ne pouvais plus scinder psychologie et spiritualité. Je me suis rendu compte que j'avais de moins en moins envie que les personnes *aillent* mieux – au sens ordinaire du terme. Les gens sont en effet prisonniers de la cage qu'ils ont bâtie et tournent en rond à l'intérieur de celle-ci. À la question : « Ça va ? », ils vont répondre : « On fait *aller* » ! Ce qui m'importe le plus à présent est d'aider les gens à sortir de leur cage, d'ouvrir le cœur.

Je dis souvent, lors de mes séminaires, et c'est un peu une provocation, que si les personnes viennent pour *aller* mieux, elles se sont trompées de stage. Ce qui est visé, c'est de devenir *libre* de sa propre prison. Mais qui veut vraiment être libre, libre de cette identification à ses souffrances ? La plupart des gens ne veulent pas quitter leur cage, ils en veulent juste une plus belle où tout *aille* bien. Ce n'est pas cela être libre. Quand tout va bien, tout *va* bien : nous continuons à *faire aller*, endormis, éternellement prisonniers d'un bien qui n'est pas un vrai bien, qui n'est pas la Joie, pas l'Amour. Être libre ne signifie pas l'arrêt des souffrances, du moins au sens plat de cette expression. Le véritable arrêt des souffrances viendra en osant ce changement de regard

qui permettra de voir que cet Amour, cette Joie, c'est moi, de voir que cette infinité, cette lumière, c'est moi. À moins d'avoir cette audace, nous ne verrons pas la seule Réalité qui soit. Dans la pseudo-réalité, nous souffrirons toujours, même quand tout *ira* bien. C'est pour cela qu'aujourd'hui, je désire surtout donner le goût de cette liberté.

**Les blessures psychologiques viendraient-elles alors d'une méconnaissance de qui nous sommes en réalité ?**

Je me suis aperçue que beaucoup des demandes d'aide psychologique sont des demandes de guérison de l'âme. On pourrait dire qu'au niveau spirituel, les souffrances viennent surtout du fait que nous nous sommes identifié, dès le début de notre histoire, à ce corps, que nous avons été forcé de nous adapter à un adulte lui-même fermé. En imitant cet adulte, nous avons réduit notre compréhension de l'Amour à un monde de jugements. Nous n'avons alors plus été dans cet espace d'Amour où tout est parfait, où tout est tel que c'est, sans jugement. Nous l'avons oublié. C'est l'illusion de la séparation qui domine alors, séparation de cette grâce, de cette lumière d'où nous venons. L'illusion de la séparation est donc une donnée spirituelle de la condition humaine.

La psychologie, quant à elle, va expliquer que les blessures viennent surtout d'une situation trop douloureuse qui n'a pas été accueillie en amour par les adultes. L'enfant se replie alors sur lui-même, il refoule l'émotion et conclut qu'il doit faire attention et prévenir cette souffrance en se conformant aux attentes supposées de l'extérieur. Ce qui n'a pas pu se libérer, cependant, est enkysté. Dès lors, l'individu va construire une protection. Et paradoxalement, parce qu'il croit en la réalité de cette souffrance, qu'il croit qu'il faut qu'il soit réellement comme ceci ou comme cela pour être aimable, il va attirer à lui toujours les mêmes souffrances qui vont confirmer que le monde est bien comme il le croit. Cela rejoint une vérité spirituelle : nous créons sans cesse notre propre monde. Toutes les écoles de psychologie sont d'accord sur une forme ou une autre de répétition par rapport à la création de la souffrance, comme sur le fait que ce qui va guérir la personne est un apport d'amour sous la forme d'une alliance thérapeutique.

**La psychologie affirme donc que c'est l'amour qui est guérissant ?**

Elle ne le formule pas comme cela. Elle va par exem-

ple dire que c'est la libération de l'émotion qui agit. Mais chaque thérapeute sait bien que c'est parce que la personne a fait une alliance de bienveillance, d'empathie et qu'il y a eu tout à coup afflux d'amour là où il n'y en avait pas eu, que cette contraction, ce nœud, vont pouvoir se desserrer. L'enfant blessé en nous va alors pouvoir sentir qu'il n'y a rien de mauvais en lui, qu'il est originellement parfait, qu'il ne lui manque rien. À cet instant-là, la guérison psychologique est juste et s'explique spirituellement par l'alliance faite avec l'Amour. Les barreaux de la cage peuvent sauter. Les limites de la psychologie – sa fascination pour l'esprit et ses arcanes – vont faire cependant que, s'il n'y a pas cette compréhension spirituelle profonde, une nouvelle cage va se reconstruire, plus confortable certes mais aucunement libératrice. Les créations de la conscience sont sans fin. Si nous n'élevons pas notre champ de conscience au dessus de notre monde des projections mentales, au dessus de cette identification, tout sera comme avant, nous serons toujours en train de courir après un ailleurs meilleur, une situation idéale qui ne viendra, en fait, jamais.

**Comment accompagnez-vous les personnes dans cette sortie de ce qu'on pourrait appeler « le tout psychologique » ?**

J'ai appelé mon cycle d'approfondissement « la Voie du Cœur ». Premièrement, j'évoque et explique la réalité de ce Cœur, espace du divin en nous. L'espace-temps du Cœur est une réalité physique, aussi réelle que l'espace-temps du mental, mais on n'en parle jamais. Et si nous ne savons pas de quoi il s'agit, comment pouvons-nous le reconnaître ? Souvent, des notions comme le Soi, l'âme ou l'essence sont floues et confuses pour les personnes. Il m'importe donc de donner un cadre, une carte en quelque sorte. Parce que les choses que l'on nomme prennent une existence. C'est bien parce que nous n'arrêtons pas de nommer les problèmes psychologiques que ceux-ci demeurent si longtemps. En nommant cette autre réalité, nous la faisons vivre. Je m'appuie, entre autres, sur les Écritures du Shivaïsme du Cachemire – où cet espace-temps qu'on appelle le Cœur est un autre mot pour le Soi. Je pars de ce que les gens connaissent d'eux-mêmes, qui est souvent une compréhension psychologique – ce que j'appelle le petit moi – et je mets le Soi en face. Le fonctionnement psychologique prend toute sa signification et sa limite dans cette perspective.

Mon deuxième objectif est de rendre cette réalité tangible dans les trois niveaux de notre être : le physique, l'émotionnel et le mental. Il s'agit de la laisser s'infil-

trer et s'incarner doucement dans tous les domaines de vie : la sentir dans le corps, dans le cœur, la voir éclairer nos conflits relationnels, nos choix de vie, lui permettre de changer notre état en général.

J'utilise des exercices issus de différentes formations, comme des jeux corporels, des mises en scène, des psychodrames... la particularité étant dans la finalité que je leur donne : faire reconnaître et ressentir la vibration du cœur, et repérer et explorer le petit moi pour pouvoir ensuite le transcender. C'est l'identification inconsciente à nos mécanismes de défense qui cause nos souffrances. C'est un tissage continu entre le niveau psychologique et le niveau spirituel. Et c'est précisément dans cette alliance entre les deux niveaux – trop souvent séparés – que les gens trouvent une réelle ouverture et libération.

C'est toujours émouvant de sentir un groupe s'élever dans l'énergie du cœur, les mots se font moins fréquents, la compréhension du petit personnage auquel nous nous sommes identifié se fait, l'agitation tombe et la lucidité vient. Et la manifestation de l'amour est de plus en plus palpable. Sentir cela dans un séminaire est pour moi un pur émerveillement. En sanskrit, d'ailleurs, le même mot désigne le « groupe » et le « cœur ». Cela nous renvoie à la parole du Christ : « *Quand deux ou trois se réunissent en mon Nom, je suis au milieu d'eux...* » Quand un groupe se concentre sur cet Amour, celui-ci acquiert une puissance extraordinaire. La dynamique du groupe élargit les limites du petit moi et l'Amour qui s'élève dans ces circonstances est ce qu'il y a de plus nourrissant pour chacun. C'est cela l'axe de mon travail.

Ce qui en résulte est une pacification de l'être, grâce à laquelle le psychologique se fond et trouve sa vraie place dans le spirituel, où il n'y a pas un petit moi et un Grand Soi mais où les deux sont Un.

### **Y-a-t-il alors invitation de votre part à des pratiques spirituelles ?**

La seule pratique « spirituelle » que j'utilise pendant mes séminaires consiste en de courtes séances de méditation, car c'est le moyen le plus direct pour faire l'expérience du Cœur. Dans mon expérience, cela ne présente aucun inconvénient en regard des différentes voies spirituelles ou religieuses que les gens peuvent suivre. Je cite autant les bouddhistes que les chrétiens, les hindouistes, les soufis... en soulignant ce qui est commun à toute tradition. Ce qui m'importe, c'est que les personnes reconnaissent, dans l'enseignement que je donne, des vérités universelles qui parlent directement à leur cœur et éclairent davantage leur propre chemin,

spirituel ou autre. J'espère donner le goût et mettre en mouvement un élan. Ce qui en résulte par après appartient à chacun.

J'entends parfois que des groupes se constituent au sortir des séminaires, des pratiques s'initient, mais aussi que des vieilles rancunes se lâchent, des problèmes disparaissent. Cela m'émerveille toujours de voir comment cette énergie du cœur continue à travailler et n'est pas seulement de l'ordre d'une exaltation passagère.

### **Aujourd'hui, vous pourriez dire ce qu'est l'Amour ?**

La Rochefoucauld disait : « La coquetterie, c'est la disposition qui cherche à inspirer de l'amour sans en ressentir soi-même. Le plus grand miracle de l'amour est de guérir de la coquetterie. » C'est mettre un arrêt aux manipulations, au manque, au fait d'être assoiffé et de vouloir que l'autre nous remplisse au nom de cet amour que nous lui portons, tout en le détestant s'il ne le fait pas. J'appelle cela le harcèlement amoureux. Harceler l'autre pour qu'il comble nos propres manques... Cela revient à lui demander de gratifier le petit personnage que nous avons construit, justement sur l'illusion du manque ! Ce sont les plus grandes affres de l'amour, la pire illusion collective qui soit. C'est de cela qu'il faut guérir, et comprendre que nous sommes déjà dans l'Amour, que nous sommes Amour. C'est également pour cela que je suis prudente en ce qui concerne l'idée qu'il faut apprendre à s'aimer soi-même, car quel personnage va aimer quel personnage et au nom de quoi ? Si les gens ne font pas cette révolution de conscience dont nous avons parlé, ils vont s'obliger à aimer malgré tout un personnage qu'au fond ils détestent. C'est de l'auto-persécution, et une nouvelle aliénation qui ne marchera jamais parce qu'elle ne fait pas sens.

### **Il est apparemment plus facile de dire ce que n'est pas l'amour que ce qu'il est !**

J'aime beaucoup ce que dit Narada, un grand sage des temps anciens de l'Inde dans les *bhakti sūtra*, qui sont je pense ce qui a été écrit de plus sacré sur l'Amour : « *La nature de l'Amour ne peut être définie.* » Nous ne pouvons pas exprimer ce qu'est l'Amour, tout ce que nous pouvons faire, c'est nettoyer tout ce qu'il y a autour et qui le masque. C'est simple, l'Amour est déjà là. C'est ce que dit également Abhivanagupta, un grand philosophe du X<sup>e</sup> siècle au Cachemire : « *Ce n'est pas que quelque chose de nouveau soit atteint, ou que soit révélé ce qui était jusqu'à présent*

*non-manifesté. Seule l'idée erronée que l'être lumineux ne radie pas a été éradiquée.* » Cela m'émeut énormément de penser que c'est « déjà là », maintenant, dans toute sa splendeur. Tellement de voiles ont été mis autour de cette réalité, la seule chose à faire est de les enlever, enlever l'ignorance, enlever les concepts faux dont l'ego est empreint. L'enseignement nous révèle cela. Et je vois de plus en plus l'importance de ce dernier, combiné à des pratiques individuelles ou des exercices de groupe lors des séminaires qui vont donner une expérience tangible de ce dont il est question.

### **Vous travaillez beaucoup, dans certains séminaires, sur le couple. Pourquoi ?**

Nous voulons tous le bonheur et nous avons tous découvert que ce qui nous donne le plus grand bonheur est l'amour. C'est pour cela que, pour la plupart des personnes, vivre en couple est la forme d'amour la plus tangible et la plus élevée qu'ils connaissent et qu'ils désirent. Cependant, tant que les personnes ne se sont pas reconnectées à leur propre nature originelle divine, le couple comme lieu du bonheur et de l'Amour est un mirage.

En même temps, toutes les quêtes d'amour de ces petits personnages sont déjà l'amour qui cherche à s'exprimer dans le grand jeu de l'évolution d'un être humain. L'enjeu consistera à voir ces personnages, enfermés par ignorance dans une protection inutile, comme une manifestation de l'amour.

Je pense que le couple est le dernier test, une voie magnifique pour se rendre compte de cela. Il peut être le lieu où les derniers vestiges du petit personnage, ceux que je n'ai toujours pas vus, vont enfin pouvoir l'être. Et les voiles dont il se protège sont nombreux. Il faut du temps et de la hauteur pour les démasquer. La recherche d'amour, dans le couple, a cette faculté de me pousser dans mes derniers retranchements, dans mes bastions de peur et de défense, ce qui est excellent à partir du moment où j'accepte de les transformer en amour. Car qu'est-ce qu'Aimer sinon accéder à cet espace où je peux transcender et embrasser à la fois l'autre avec ses voiles et moi avec les miens, m'exercer à la gratitude, la compassion et la patience... à toutes ces facettes de l'amour ? Il s'agit de voir le couple comme le lieu où peut se jouer une démarche de libération, en tant que conscience se libérant de plus en plus de son propre enfermement.

L'alchimie du couple, comme creuset entre l'amour humain et l'amour divin possible, me tient à cœur. Or, je constate qu'aujourd'hui beaucoup de personnes choisissent le célibat par découragement ou par mécon-

naissance de cette finalité possible du couple. Nous sommes passés du tout au rien. Cependant, à l'époque actuelle, beaucoup des souffrances et des ressentiments inconscients accumulés depuis des générations chez les deux sexes, se réveillent et ne demandent qu'à être libérés afin de trouver une harmonie et la juste place de chacun. Je pense toujours à la parole d'Amma : « Il n'y aura pas de paix dans le monde, tant qu'il n'y aura pas de paix entre les sexes ». Cela dépasse en effet le cadre strictement individuel et se joue à un niveau planétaire. Pour ces différentes raisons, ce thème me passionne.

### **Lorsque l'on a vu tous les voiles, un amour humain, orienté vers un être unique, est-il encore possible ? On parle souvent de l'amitié de Jésus pour le disciple préféré ou pour Lazare, ou son amour pour Marie de Magdala. Qu'en pensez-vous ?**

Il y a une grâce qui fait que l'on est attiré par l'un plutôt que par l'autre. C'est sans doute au niveau du semblable. Il n'y a là aucune erreur, aucun hasard. C'est magnifiquement fait. Si nous sommes encore très identifié à notre petit personnage, nous allons attirer quelqu'un qui va être à ce même niveau et cela ne sera probablement pas très agréable à vivre ! Mais cela sera intéressant et tout aussi évolutif, parce que les frictions vont être nombreuses, obligeant à lâcher beaucoup de nos crispations. Et plus il y aura d'ouverture, plus cela respirera dans le couple et plus il y aura de bonheur. Mais là encore, ce n'est pas le but, et il y aura également les frictions qu'il faut pour qu'une évolution se fasse. Je pense que tout le processus vise à ce qu'enfin nous soyons libre et que nous puissions vivre un amour uni, défait de tout attachement et qui peut laisser l'autre parfaitement libre. À partir de là, s'il y a encore une raison d'être au couple, je ne saurais le dire. Il me vient plutôt la question : Quelle forme l'amour va-t-il prendre ? On connaît de tels exemples, chez certains mystiques, d'un amour pour une personne, préférée à toute autre. Cela, sans doute, se joue à un autre niveau. C'est un des mystères de l'Amour.

*Propos recueillis par Anne de Grossouvre*

Pour aller plus loin :

bettinadepauw@wanadoo.fr