

TENDRESSE et SPIRITUALITÉ

par Silvia OSTERTAG

C'est une joie profonde que j'éprouve en ce moment du dixième anniversaire du Centre Dürckheim. Dans cette joie je me souviens avec la plus affectueuse reconnaissance de mon maître Kartfried Graf Dürckheim, qui m'a mise sur le chemin initiatique et qui pendant tant d'années m'a conduite et accompagnée sur ce chemin.

Et je suis heureuse de répondre en son nom à l'invitation de mon ami Jacques Castermane de fêter avec vous ce jour de jubilé.

Avant de commencer avec mon thème je vous prie d'excuser le français que je parle. En préparant cette conférence je me suis rendue compte combien mon français est pauvre. C'est ainsi, et je vous prie d'ajouter ou de corriger avec votre intuition tout ce qu'il faut pour comprendre ce que j'aimerais vous dire.

Le thème de cette conférence s'appelle « Tendresse et spiritualité ». Est-ce que vous trouvez que c'est un thème intéressant ? Est-ce que c'est la « tendresse » qui vous intéresse le plus, ou plutôt la « spiritualité » ? Ou bien est-ce le « et » entre « tendresse et spiritualité » ?

Jacques Castermane a écrit dans le dernier Cahier du Centre, que c'est un thème qui apparaît peu dans la littérature.

Est-ce que ce thème apparaît dans votre vie ?

Je ne vais pas vous interroger. J'aimerais seulement vous poser quelques questions.

Et, si vous voulez, vous pouvez répondre, intérieurement. Car c'est en entrant dans nos propres expériences de tendresse et spiritualité que, peut-être, nous verrons dans ce thème pour un petit moment une question de vie, une question qui met quelque chose en question en nous-même.

Prenons donc les deux notions tout d'abord chacune séparément.

Qu'est-ce qui se passe en vous-même quand vous entendez le mot « tendresse » ? A quoi pensez-vous concrètement dans l'instant où vous entendez le mot « tendresse » ?

Autrement dit : Est-ce que la tendresse est une chose qui fait partie de votre vie quotidienne ? Ou est-ce un beau souvenir ?

La tendresse : Est-ce un rêve, un but lointain, le non-vécu, qui peut-être nous remplit d'une certaine tristesse ?

Ou est-ce un mot étranger, un mot abstrait qui ne nous concerne pas. Ce qui nous intéresse alors c'est plutôt pourquoi les autres peuvent s'intéresser à une chose dont nous n'avons pas besoin.

Et la spiritualité ?

Où est-ce que nous en sommes avec la spiritualité ? Qu'est-ce qui se passe en vous-même quand vous entendez le mot « spiritualité » ? A quoi pensez-vous concrètement dans cet instant ?

Est-ce que c'est votre vie quotidienne, la Spiritualité ?

Ou est-ce que vous vous souvenez d'un moment dans lequel vous avez senti ce que c'est, la spiritualité.

La spiritualité : peut-être nous nous sentons tout simplement attirés par une certaine nostalgie sans pouvoir préciser ce que nous désirons.

Ou est-ce un mot abstrait, abstrait et intelligible, sans aucune association.

Voilà : « tendresse et spiritualité ». Deux mots. Deux idées. Peut-être deux expériences. Deux réalités, que j'aimerais relier avec le mot « et ».

Tout d'abord les deux choses ne semblent pas avoir affaire l'une avec l'autre.

Le mot tendresse n'est guère concevable sans penser à une personne, à quelqu'un, n'est-ce pas ? Avec le mot « tendresse » on associe quelque chose de concret, on associe de toute façon de la proximité.

Tandis que le mot « spiritualité » ne provoque pas forcément l'image de quelqu'un, à moins qu'on soit, par hasard, amoureux d'un Guru.

Sinon avec le mot « spiritualité » on associe plutôt de la distance, on pense plutôt à quelque chose d'inaccessible. Le regard va plutôt vers le ciel.

« Tendresse et spiritualité », deux notions bien différentes. Pour regarder la jonction entre elles, regardons d'abord de plus près ce que veut dire « tendresse ».

N'est-ce pas ici le vrai critère de la tendresse ? Qu'un élan du cœur cherche la proximité et en même temps avec sollicitude et respect garde un bout de distance. Distance d'amour.

Le mot vient de « tendre ». Cet adjectif parle d'une qualité qui concerne la matière. La peau de quelqu'un, par exemple, peut-être tendre, c'est-à-dire d'une nature douce, délicate, d'une nature fine. Une peau tendre.

La peau d'un bébé par exemple. Elle est tendre. Nous pouvons constater cela dans n'importe quel moment, tout à fait indépendamment de notre regard, tout à fait indépendamment de l'état d'âme dans lequel nous nous trouvons en constatant cet état de la matière.

Si l'on est gai ou triste, si le bébé nous ravit ou nous énerve, la peau d'un bébé est tendre.

Avec la tendresse, qui vient de « tendre » c'est très différent. Quand quelqu'un nous énerve, il ne recevra probablement pas de la tendresse comme réaction, même si sa peau est la plus tendre du monde.

« Tendresse » ne décrit donc pas une qualité de nature matérielle. « Tendresse » c'est l'expression d'un sentiment. Elle n'est pas une chose statique ; elle n'est pas à constater, car elle ne se réalise que dans un mouvement, dans un mouvement d'émotion.

La tendresse est tout à fait dépendante de notre état d'âme, elle n'est qu'un élan du cœur qui se met en mouvement vers quelqu'un ou vers quelque chose pour toucher quelqu'un ou quelque chose.

La tendresse, c'est le geste d'une main, c'est le son d'une parole, c'est la lumière d'un regard. C'est la caresse.

Imaginez pour un moment un bébé dans son petit lit. Est-ce que vous avez jamais caressé la tête d'un bébé nouveau-né ? Est-ce que vous pouvez vous rappeler cette petite tête, cette tête fine et tendre ? Que c'est fascinant, cette petite tête.

Et pouvez-vous vous rappeler le geste, le geste tendre avec lequel vous vous êtes approché de cette petite tête ? Même si vous n'avez jamais eu la chance de faire ce geste, vous saurez exactement ce que c'est.

La main qui caresse, même si elle n'est pas du tout de nature tendre, même si elle est grosse, elle fait un geste tendre, elle devient tendre dans ce geste de tendresse.

L'homme qui caresse devient tendre dans sa main. Mais pas seulement dans sa main, il devient entièrement tendre dans cette expression, des pieds à la tête. Il commence donc, dans ce geste fin, il commence à ressembler à cet être fin qu'il caresse.

C'est comme si on pouvait quitter sa peau grossière et s'abandonner pour un instant. C'est comme si l'on perdait l'habitude de mettre la main, l'habitude de prendre, de se servir, pour être ne serait-ce qu'un instant au service de quelque chose, de quelque chose qui est tendre.

Ce qui est tendre évoque donc la tendresse. Et la tendresse, qui est une réponse à la fascination du tendre, transforme l'homme entier à travers son expression.

Mais ce qui accomplit cette transformation, ce n'est pas lié à la petitesse. Une toute petite aiguille n'est quand même pas tendre.

Le critère de ce qui fascine quand quelque chose est tendre, c'est plutôt un facteur de transparence.

Ce qui fascine chez le bébé, ce n'est pas la peau en elle-même, mais c'est quelque chose qui rayonne à travers cette peau tendre et transparente.

Dans ce rayonnement qui procède du nouveau-né quelque chose qui est de nature invisible devient visible. Ce n'est pas quelque chose de petit. C'est plutôt grand, c'est très grand, c'est infiniment grand, ce qui rayonne dans le rayonnement.

Qu'est-ce qu'il fait le bébé pour atteindre cet effet ? Il ne fait rien.

Cela se fait de soi-même. Comme on dit cela facilement, et on se contente de cette réponse ! Mais ce n'est pas une réponse. Qui est à l'origine de ce rayonnement ?

De l'autre côté, du côté de la tendresse c'est plus clair. On voit celui qui est à l'origine de la tendresse, on voit celui qui fait un geste tendre. N'est-ce pas ?

Mais qu'est-ce qu'il fait, en effet, celui qui fait un geste tendre ? Quand on s'approche tendrement d'un bébé dans son petit lit, il faut se pencher et il faut tendre la main pour toucher l'enfant.

Il faut donc faire un mouvement vers le bas. On devient un peu plus petit, et en devenant plus petit on tend la main, on s'étend pour toucher ce qui fascine par une grandeur qui n'est pas à toucher.

On tend la main. On s'étend. C'est étonnant, le mot tendre et le mot tendre. Le même mot. La même racine dans tendresse et dans tension. Une tension — la tendresse.

Oui, si on regarde de très près le geste de tendresse, on peut voir une tension, on peut voir une tension étrange. Car cette main qui s'étend pour toucher ne semble pas seulement être attirée, mais au contraire, elle semble en même temps être retenue.

Une double tension, dans laquelle on hésite à toucher ce qu'on aime caresser. Comme si on pouvait, avec un geste trop fort ou trop vite, blesser ce qu'il ne faut pas toucher, comme si on pouvait détruire un rayon.

N'est-ce pas ici le vrai critère de la tendresse ? Qu'un élan du coeur cherche la proximité et en même temps, avec sollicitude et respect, garde un bout de distance. Distance d'amour.

Ce n'est pas vraiment une distance, cette distance. C'est plutôt une sorte d'interstice. Un espace de l'insaisissable.

Ce petit espace n'est pas à mesurer. Cette petite tension ne crée pas de centimètres ou de millimètres. Ce n'est pas un espace matériel, c'est un lieu spirituel.

C'est le lieu spirituel dans chaque rencontre tendre.

Dans la Chapelle Sixtine du Vatican il existe une peinture célèbre, sur laquelle on peut voir ce lieu. Peut-être vous connaissez cette peinture. On vend partout des cartes postales. C'est La création d'Adam par Michel-Ange.

Sur cette peinture le doigt du Créateur touche le doigt de l'homme. Il le touche à peine, pas tout à fait. Il reste un petit espace. Un lieu à peine visible.

Dieu, sur cette peinture, tend sa main vers la main de l'homme. Il abandonne son infinité pour s'étendre avec sollicitude et respect dans le monde fini.

Dans cet acte de tendresse, dans ce toucher, Adam reçoit le souffle de vie. Le souffle qui à la fois est vitalité et spiritualité. Le souffle de celui qui est à l'origine du souffle.

Spirare, le mot latin, vous le savez, veut dire souffler. Et spiritus, dans la traduction originale, caractérise le souffle.

Ce souffle qui est invisible et qui fait rayonner le bébé. Ce souffle qui dans sa fascination nous amène à un geste de tendresse pour rencontrer celui qui est le souffle, pour le rencontrer dans cette distance d'amour, dans le lieu spirituel, le lieu tendre, le lieu du non-deux.

« Tendresse et spiritualité ». Comment veut-on séparer ces deux paroles ? Il ne faut pas les relier. Elles le sont. Toujours dans la tendresse il s'agit d'une rencontre spirituelle, d'un échange du souffle.

Pas seulement dans la rencontre avec le nouveau-né, mais aussi dans la rencontre avec le bien-aimé.

Celui qui est touché par l'Eros connaît aussi cette double tension. Une tension tendre, dans laquelle à la fois on se sent attiré et retenu.

Dans cette petite hésitation qui nous laisse trembler au lieu de saisir nous semblons être étonnés et émerveillés par le rayonnement de l'autre.

Les amoureux en effet rayonnent comme des nouveaux-nés. Et l'on ne sait pas si lui ou elle rayonne d'enthousiasme pour l'autre, ou si c'est l'enthousiasme de l'autre qui se reflète dans son visage.

Comme un miroir qui se reflète lui-même.

Qu'est-ce qu'ils font, les amoureux, pour atteindre cette transparence ? Ils ne font rien. C'est l'enthousiasme qui le fait. Qui est la source de l'enthousiasme ? De cet enthousiasme qui nous

transforme des pieds à la tête, qui nous laisse devenir tendre pour ne pas blesser ou détruire la qualité de l'infini dans le rayonnement du bien-aimé ?

Les gestes de tendresse cherchent avec la plus grande sollicitude et pleins de respect le vrai lieu de la rencontre. Le lieu sensuel et spirituel, où par chacun des deux le souffle de l'infini quitte soi-même pour rayonner dans sa création.

Se rencontrer dans la tendresse, c'est dans ce sens toujours un acte de création. Soit qu'une âme trouve dans cet acte des parents pour réaliser son incarnation comme enfant, soit que notre âme vit dans cet acte une transformation, dans laquelle le génie de l'enfance réalise son incarnation en nous-même en nous laissant dire : Je me sens changé. Je me sens comme nouveau-né.

Quand on est pris par l'Eros, on sent cette force qui se renouvelle et qui renouvelle celui qui l'éprouve dans chaque petite caresse, dans le geste d'une main, dans la lumière d'un regard.

On a l'impression de devenir l'oeuvre de l'autre. Il ou elle semble être l'artiste qui nous inspire et qui nous forme, on se sent en train de devenir d'un moment à l'autre.

En même temps nous voyons l'autre se renouveler à tout moment par notre tendresse. Artiste et oeuvre l'un pour l'autre.

Que la vie serait belle, si c'était toujours ainsi. Si on ne rencontrait que des nouveaux-nés et des bien-aimés. Mais hélas, ma vie n'est pas ainsi.

Le nouveau-né ne reste pas le nouveau-né. Vient le moment, inoubliable pour chaque père et mère où, ne serait-ce que pour un instant, on en a assez de ce personnage qui a tout à fait perdu son rayonnement divin. Un rustre qui nous brûle les nerfs.

La tendresse qu'on avait éprouvée est remplacée par une voix impatiente, par un regard reprochant, par des gestes indifférents.

Je ne parle pas des cas spécialement problématiques. Je parle des situations qui apparaissent chaque jour dans les meilleures familles.

Et je ne veux pas regarder les causes différentes pour des situations difficiles, je parle seulement et en généralisant, de ce moment où dans la rencontre le lieu spirituel semble avoir disparu. La tendresse semble épuisée.

Les amoureux ne sont pas mieux lotis. Après dix ans de vie commune la rencontre n'est plus toute fraîche. Le partenaire non plus. L'habitude aura remplacé la fascination.

Et si on ne quitte pas à temps le partenaire, on retournera à la raison pour être désillusionné. Quel bavardage romantique de l'Eros ! Promesse manquée.

Qui a manqué à quelle promesse ? C'était la promesse du rayonnement. Ce rayonnement qui nous a parlé de l'infini, et qui nous a laissé croire à un bonheur infini. Même si on n'avait jamais avoué ceci, on a été pris de cet espoir fou, n'est-ce pas ? Esprit d'un cadeau sans fin.

Et le partenaire ? Est-ce que peut-être on a soi-même aussi manqué à une promesse ? C'est encore pire, quand on sent que l'autre doit être déçu, car on a perdu le rayonnement. On ne peut pas le garder. On ne peut pas le refaire. On ne sait pas comment on l'a perdu.

Vient le moment où l'on tombe dans un abîme. Je ne parle pas des cas spécialement problématiques. Je parle seulement de cette qualité de déception qui apparaît dans toutes les histoires de couple.

Je ne veux pas regarder les causes différentes pour des moments de désaffection. Je regarde seulement, et en généralisant, ce moment où dans la rencontre la tendresse semble épuisée. Le lieu spirituel n'existe plus.

On ne le retrouvera pas dans le beau souvenir. Ni dans une consolation qui essaie de relativiser la situation, qui n'est quand même pas si mal que ça, surtout si on regarde les voisins.

On retrouvera le lieu spirituel dans l'abîme. En acceptant la déception.

En perdant l'espoir.

En descendant consciemment dans l'abîme du limité.

Car cet abîme en vérité est l'expérience d'une confusion.

On a confondu l'infini avec le fini.

On ne peut pas éviter cette confusion. Il faut la souffrir.

Si on a le courage de descendre jusqu'au fond, c'est-à-dire de ne pas se détourner ou se distraire, si on a le courage de renoncer à toute invitation d'attraits illusoire, il se peut que notre attention tombe sur un moment nu.

Sur un moment où il ne reste que ce qui reste. Un arbre devant la fenêtre. Le mouvement de notre inspiration et de notre expiration. Un moment nu.

Quelque chose est là de soi-même. Quelque chose bouge de soi-même. Comme on dit cela facilement !

Qui est le Soi-même ?

Qui est le Soi-même de l'arbre ?

Qui est le Soi-même de mon regard qui voit l'arbre ?

Qui est le Soi de ma respiration ?

Elle se fait de soi-même. A chaque moment de nouveau.

Elle est comme un élan qui me met en mouvement, moment par moment.

Si on pouvait, dans une grande sobriété et avec une attention totale participer à cet élan de respiration, il faudrait se rencontrer soi-même, il faudrait rencontrer le Soi-même, qui quitte l'infini pour devenir mon souffle limité de ce moment. Il faudrait reconnaître le Non-deux.

Si on pouvait, avec la sobriété que l'on trouve dans l'abîme et avec une attention totale, participer au regard qui voit un arbre, il faudrait découvrir qu'en réalité on n'a jamais rien confondu. Il n'y a rien à confondre, car cet arbre qui est de soi-même, en réalité est l'infini sous la forme nue du fini, sous la forme de cet arbre.

Le mystère dont nous étions touchés dans la fascination nous a emmenés dans une détresse pour y reconnaître que la promesse qui procède d'un rayonnement au fond n'est pas liée à l'objet que nous rencontrons, mais à la transparence de notre regard, à la perméabilité de nos sens.

Cette reconnaissance n'est pas un cadeau sans fin. De nouveaux pas. Mais pour celui qui veut prendre au sérieux son expérience, petite ou grande, elle indique une mission qui demande un travail de transparence. C'est cela le chemin initiatique.

La méthode de ce travail se montre dans les moments où on n'a pas la force de se sauver, là où on gagne la sobriété. Mais si une fois on a compris, il ne faudra pas chercher à répéter la dépression. Il suffit de tendre son attention pour participer aux moments nus.

Il suffit de recommencer avec ce travail mille fois par jour. Ce qui est difficile, c'est d'oublier les habitudes. Mais même si on n'arrive jamais à savoir le faire, on sera de temps en temps et de plus en plus, étonné et émerveillé du rayonnement qui procède d'un arbre, ou qui procède d'un rustre qui nous brûle les nerfs, ou qui procède du mari qu'on connaît depuis vingt-cinq ans, ou qui procède de chaque petite chose qui semble attendre notre attention et notre tendresse.

Qu'il était tendre le Graf Dürckheim, avec les petites choses. Un jour, en entrant avec lui dans son bureau, la personne qui venait de nettoyer nous croisait en enlevant la dernière poussière des meubles.

Le regard du Graf la suivait, puis il se tourne vers moi, et plein de sollicitude et de respect et plein d'humour il me dit : « Ce pauvre petit grain de poussière ! »

Tant qu'il y a de la poussière autour de nous, personne ne peut donc dire que dans sa vie malheureusement il n'y a pas de chance pour la tendresse et la spiritualité.

A moins qu'il confonde la tendresse avec la consommation de douceur, et la spiritualité avec l'extase d'un fantôme.

Il ne faut pas de situations spectaculaires pour se laisser toucher.

Il faut seulement, soi-même, tendre son attention pour reconnaître celui ou cela qui attend d'être reconnu soi-même.

Il faut seulement répondre à l'instant nu, qui a besoin de nous. Soit la situation mondiale, soit une petite chose.

Karlfried Graf Dürckheim, pour terminer avec ses paroles, le dit ainsi :

« Ce sont les petites choses qui ont besoin de nous. Parce que nous leur insufflons les anneaux de la vie. Pour cela, plein d'amour, prenez, mes mains, comme si, sans nous, toute chose restait seule à la fin. »

Silvia OSTERTAG