

OSER ACTUALISER L'UTOPIE

Esther Rochon

The author approaches the question of utopia from the point of view of its potential realizability in the here and now. Through her involvement in Montreal's Dharmadhatu, a Buddhist meditation centre, and through the Shambhala training programs – which are offered in many North-American cities – she has attempted to unite vision and practical sense. She recounts this experience and looks at women's role in the creation of a new, more equitable society.

Une approche intéressante de l'utopie, c'est d'explorer ses possibilités de réalisation. Inversement, en ce qui concerne ici et maintenant, en quel sens pourrait-on améliorer cette situation présente, et par quels moyens?

Il y a l'actualité d'une part, la vision d'une société idéale de l'autre; cette simultanéité peut être perçue comme déprimante. On a tous une vague idée de ce que serait un paradis sur terre; cette idée peut varier d'une personne à l'autre, mais toutes les conceptions ont sans doute en commun d'être assez différentes du monde d'aujourd'hui avec son cortège de génocides, de famines, d'injustices de toutes sortes. Pourquoi rêver d'un monde juste (modèle Unesco, modèle biblique, modèle conte de fées et ainsi de suite) quand tous les soirs aux nouvelles on voit que ce monde est loin, très loin d'exister, et qu'on n'y peut rien.

Parfois notre situation de Nord Américains prospères et impuissants me fait penser à celle d'animaux en semi-liberté; j'ai l'impression que nous sommes à la fois dorlotés et manipulés, distraits et pris en charge de manière à ce qu'il nous soit très difficile d'agir efficacement, pour le bien du monde. Une expression du journalisme de chasse et pêche me revient à l'esprit : on y parle de "récolte" de chevreuils à la saison de la chasse, de "récolte" de saumons et ainsi de suite, comme si ces animaux ne tenaient pas à la vie, n'étaient pas capables d'en jouir et qu'il était aussi anodin de les tuer que de



Calligraphy by the Ven. Chogyam Trungpa, Rinpoche.
Credit: Karma-Choling, Buddhist Meditation and Study Center.

cueillir une pomme. La mentalité qui a donné naissance à cette expression pourrait mener à considérer une population humaine en termes tout aussi cyniques, et engendrer une société aux frontières fermes mais confortables, où le troupeau humain serait raisonnablement assuré de son bien-être au nom de la paix sociale.

Mais les utopies habituelles sont-elles plus avancées sur ce point ? Elles sont pour la plupart des mondes fermés, où les gens sont heureux tandis que les malheurs continuent ici-bas. Prenons le royaume des Cieux, par exemple, dans l'acceptation populaire du terme: les élus y sont complètement ravis. S'ils étaient assez vertueux pour se mériter le paradis, sont-ils devenus amnésiques une fois là-bas pour se plonger dans la félicité éternelle tandis que souffre l'humanité ? Même chose du côté des Houyhnhnms de Swift ou des Vénus+xiens de Sturgeon : "Autant prendre du bon temps chez nous puisqu'on ne peut rien pour les autres." Le bien-être des habitants d'une utopie, tout comme celui des privilégiés que nous sommes, a lieu à condition de perdre la mémoire, partiellement ou temporairement, de se laisser aller à oublier le reste, de ne pas manifester pleinement notre humanité. Un bien-être dont l'ignorance, volontaire ou non, est une composante nécessaire.

On trouve des visions de type utopique dans les contes pour enfants, où "ils vécutent heureux jusqu'à la fin de leurs jours," ou dans les messages publicitaires figurant des personnages souriants, jeunes et beaux qui boivent de la bière, se lavent les cheveux ou conduisent une

voiture neuve sur une plage au soleil couchant : images réconfortantes d'un monde idéal et séducteur. La question : "Existe-t-il une utopie réalisable?" se trouve ainsi liée à une autre question : "Le bonheur existe-t-il sans être imbécile?"

Heureusement oui, et ce oui nous vient de sources variées. Au niveau littéraire, par exemple, on peut trouver des oeuvres où a lieu une interaction entre le monde utopique et celui qui ne l'est pas. Cela peut se faire de manière un tant soit peu naïve : "Ces extraterrestres qui nous veulent du bien," ou plus réaliste : "Ces gens plus avancés qui sont disposés à nous faire profiter de leur expérience." Une fois évités les pièges évidents du fascisme et de paranoias diverses, un tel sujet peut être traité avec pénétration.

Mais il n'y a pas que cet aspect. On peut aussi, évidemment, se poser le gros problème : une société aussi juste, équilibrée et heureuse que dans une utopie pourrait-elle commencer à s'établir ici et maintenant? Dans le cadre du Dharmadhatu de Montréal, qui est un centre de méditation bouddhique, et des ateliers d'apprentissage Shambhala qui y sont présentés, je suis engagée dans ce genre de démarche depuis bientôt sept ans, et je vais parler à partir de mon expérience.

Quand on recherche le bonheur pour soi, on se ferme à une partie de notre expérience, qui est ce qui nous vient de l'extérieur, des perceptions ou des connaissances que l'on a des autres qui, eux aussi pourtant, voudraient être heureux. En recherchant au contraire ce qui leur ferait du bien, très paradoxalement on trouve en général son propre

bien-être. Il y a une sorte de bizarrerie amusante dans la manière dont on fonctionne, et que l'on peut vérifier facilement, que ce soit en souriant à une caissière de supermarché ou en ouvrant la fenêtre à une mouche : on se sent bien. Ce principe fonctionne quand on agit indépendamment de tout territoire, que l'on ne désire pas le bien de tel groupe d'êtres au détriment d'un autre, mais qu'on demeure disponible. De plus, pour atteindre ses fins et effectivement donner du bien-être, on a en général besoin d'exercer sa créativité, son discernement, on ne s'engage pas dans la félicité béate mais dans une processus d'apprentissage qui exerce toutes nos facultés.

En élargissant cette perspective à celle d'un société excellente, une utopie valant la peine d'être réalisée ne peut donc avoir de frontières, s'adresser à un groupe au détriment d'un autre. Plutôt que de garantir le bien-être de ses membres il est plus efficace, ne serait-ce que du point de vue de ce même bien-être, que cette société s'exerce à développer le bonheur du reste du monde, et que s'établisse un effet d'entraînement puisque la structure est ouverte et que n'importe qui peut, s'il le désire, s'intégrer au groupe.

Bien sûr, si on se prive de tout au nom de cet idéal altruiste, on se rendra malheureux et comment alors communiquer de la joie à autrui ? Le don du bonheur passe par soi-même, en tenant compte de ses propres goûts, de ses propres besoins, en tâchant de les satisfaire tout simplement, sans polluer l'atmosphère. Dans cette perspective l'amitié avec soi-même est quelque chose de communicatif, qui s'apprend par l'exemple. De même, la société idéale devrait être en mesure d'engendrer son propre bien-être, de satisfaire ses besoins (éducation des enfants, soins aux malades, assistance auprès des gens qui sont en train de mourir, bonnes relations avec les animaux, etc) et serait formée d'individus qui s'exercent à l'autonomie, à être des personnes-ressource plutôt que des dépendants. Se fermer culturellement ou économiquement au reste serait arrogant, et pas très réaliste ; mais inversement, trop s'y appuyer serait nier ses propres richesses, son potentiel de créativité, de débrouillardise, son sens collectif de fête, de célébration.

En somme l'utopie réalisable, et méritant d'être réalisée, a pour citoyennes

et citoyens des gens qui travaillent eux-mêmes à se réaliser, dont le champ d'action est ouvert à tous, et auxquels tous peuvent se joindre.

On évite les pièges connus : prosélytisme, fanatisme, etc, parce que chaque personne a la responsabilité d'examiner son engagement, de développer son intelligence des situations, de partager sa compréhension. La discipline qui rend possible une telle connexion au monde n'est pas du domaine de l'utopie. Elle existe au contraire depuis très longtemps : il s'agit de la méditation shamatha, que l'on pratique avec une posture digne, les yeux ouverts, seul ou en groupe.

Je le fais moi-même depuis plusieurs années, et j'ai pu constater l'efficacité de cette technique de méditation pour réduire le stress, clarifier les idées, et détendre ses rapports avec les gens. Comme d'autre part, dans l'organisme dont je fais partie, un certain accent est placé sur les projets de groupe, l'étude, les échanges de toutes sortes, la mise en pratique de ce que l'on étudie, on peut facilement partager son expérience et l'approfondir. Voilà un petit modèle d'une société ouverte sur le monde, formée de gens qui vivent et travaillent en ville, qui ont toutes sortes de contacts familiaux et sociaux variés, société qui s'applique à être la plus juste, la plus humaine possible. Ce n'est pas facile, on s'en doute. Il s'agit d'un apprentissage passionnant, illuminé par des éclairs de succès.

En somme, la réalisation d'une vision de société heureuse commence par le travail sur soi en vue d'aider tout le monde, et on peut s'y mettre tout de suite.

Cet idéal de société éveillée, parfaitement réalisée, est tellement vaste, riche, profond, que d'y travailler même sans beaucoup de moyens fait accéder à une vision plus digne de notre propre existence et nous donne une perception plus belle de nous-mêmes et du monde. On apprécie mieux la brillance du ciel, la forme d'une tasse ou d'une mauvaise herbe, et ça a des répercussions sur la manière dont on tient maison, dont on s'habille, sur notre prestance : en faisant de plus en plus confiance à notre propre bonté, elle se manifeste, ce qui encourage la bonté d'autrui, toute aussi réelle, à se déployer. Ça ne règle pas tout de suite la faim ou la guerre dans le monde, mais c'est un premier pas dans la bonne direction.

Quel est le rôle des femmes dans ce contexte? En ce qui concerne mon expérience dans l'organisation, j'ai pu constater que nous avons la part assez belle. Autant que les hommes, nous avons accès à des positions de commande et de responsabilité. Avec quelques centaines d'autres personnes il m'est arrivé de faire un stage de dix semaines ; mes enfants ont pu m'accompagner. Ils allaient à l'école pendant que j'étudiais ou que je méditais ; par contre nous prenions nos repas ensemble et logions dans des chambres voisines ; nous gardons tous les trois un bon souvenir de cette expérience. Avec les autres parents je pouvais constater que le juste partage des tâches et l'égalité des sexes n'étaient pas des paroles en l'air. Ce n'était pas les paradis. C'était un lieu de méditation, d'étude et d'apprentissage pour tous.

L'extension utopique de cette situation est une société où évidemment femmes et hommes sont égaux de fait, avec une certaine galanterie mutuelle en prime. Les rôles tiennent compte des goûts, des capacités de chacun, ainsi que des besoins collectifs. L'éducation des enfants, par exemple, ne suppose pas la mise en quarantaine de la mère quand ils sont tout petits ; celle-ci peut la déléguer au groupe même si elle n'a pas de revenus, avec des interactions entre la mère et les autres personnes qui s'occupent des enfants. La vie sexuelle, respectant la dignité et la liberté d'action des personnes en cause et de leurs proches, peut s'épanouir avec son extraordinaire potentiel d'apprentissage et de plaisir, tandis que d'autre part la continence et les disciplines monastiques sont également des voies possibles.

Par bonheur, il se trouve des femmes dans cette tradition dont je fais partie, qui ont atteint la pleine réalisation ; on peut lire leurs biographies, et s'inspirer de leur exemple. L'une d'elles, Yeshé Tsogyel, vivait au Tibet au huitième siècle. Elle était reine, épouse de Trisong Detsen puis compagne de Padma Sambhava ; avec lui, elle joua un rôle essentiel dans l'expansion du bouddhisme au Tibet. Quand ma passion pour le bouddhisme en était à ses débuts, l'un des premiers textes que j'ai lus était de Yeshé Tsogyel – écrivaine entre autres, elle connaissait plusieurs langues et avait une excellente mémoire. Il s'agit d'une biographie poétique et mythique du grand Padma-

sambhava, texte encore très mystérieux pour moi mais empreint d'une imagination puissante comme en témoigne cet extrait :

Padma, étant arrivé au cimetière, vit un énorme scorpion avec neuf têtes, dix-huit cornes et trois yeux sur chaque tête. Padma rendit hommage au scorpion et celui-ci lui demanda de revenir le lendemain pour le pouvoir miraculeux (siddhi). Padma se présenta ainsi au rendez-vous, et le scorpion prit sous un rocher une boîte triangulaire en pierre contenant des manuscrits de la doctrine Phurbu.¹

(Livre tibétain de la grande libération; Editions Adyar; Paris; 1978; p.225)

Ce scorpion et ce qui l'entoure, cette majesté dangereuse, font sortir l'esprit de ses ornières habituelles. C'est avec plaisir que j'ai pris connaissance d'une biographie de Yeshé Tsogyal récemment publiée. Là aussi, le langage est souvent celui du mythe, intemporel, s'adressant au cœur et à l'esprit visionnaire d'avantage qu'à l'intellect:

Je suis vivante dans les esprits de tous les êtres sentants . . .

*Quand finalement vous me découvrez,
Unique esprit nu surgi de l'intérieur,
La grande sagesse imprègne l'univers;
La joie dans la pureté primordiale est contenue comme un lac
Et se multiplient les poissons aux yeux d'or de la perception amplifiée.²*

Ainsi parlait Yeshé Tsogyel à la fin de sa vie, ma seconde traduction ne rendant pas justice à l'élégante métrique du vers tibétain.

Je pourrais continuer à en parler, à dire comment elle réussit à rendre bons six voleurs qui la violaient, en leur manifestant l'aspect éveillé de l'acte sexuel, comment elle n'hésita pas à donner des parties de son corps aux gens qui en avaient besoin, comment elle comprenait la symbolique des nuages, du vent, du feu, des arbres et cacha des trésors de sagesse dans tous les coins du Tibet – c'était une grande dame.

Je termine sur cette note ancienne, mais

dont la résonance nous touche encore. La vision d'un monde juste n'est pas impossible à réaliser. Elle a son aspect terre-à-terre, elle a son aspect poétique – les deux sont nécessaires. Nous avons accès aux deux, et nous pouvons nous mettre à l'oeuvre.

¹Livre tibétain de la grande libération (Paris: Editions Adyar, 1978), p.225.

²Keith Dowman, *Sky Dancer – The Secret Life and Songs of the Lady Yeshe Tsogyel* (London: Routledge and Kegan Paul, 1984), p.159.

Suggestions de lectures:

Chögyam Trungpa, *Shambhala, the Sacred Path of the Warrior* Boulder and London: Shambhala, 1984.

Esther Rochon est née à Québec, a étudié les mathématiques et écrit de la science-fiction: un roman publié en Allemagne, une nouvelle en France, et des textes variés du Québec, en particulier dans la revue imagine.

NIGHT

A cat meowls from a balcony
because the noun, female,
runs swiftly and silently down the alley

Kisses echo from the otherwise silent house
They're strange kisses, signifying
hearts opening

Because death comes as briefly and swiftly
as the kisses, grasses release pollen
naked as a window,
fertile as stars

Robin Potter
Montreal, Quebec

This field contains all possibility:

finger-length variations of weed and grass

pry open my rib cage

reach for this green heart beat,

take me to the source of substance

because I am full and pounding.

I die for these images daily.

In this way I inspire filaments of sun.

Robin Potter
Montreal, Quebec.