

Un surgissement, un rien m'éveille au Vivant !

Entretien avec **Lytta Basset**

Pasteur de l'Église réformée à Genève, Lytta Basset a enseigné la théologie pratique, l'accompagnement spirituel, le dialogue pastoral et les quêtes de sens à l'Université de Neuchâtel. Elle a dirigé pendant dix ans La Chair et le Souffle, la revue internationale de théologie et de spiritualité de cette même université. Elle est l'auteur de nombreux ouvrages de spiritualité qui ont connu un grand succès.



Qu'est-ce qui s'endort parfois en vous ? Et qu'est-ce qui vous permet de vous réveiller ?

Je m'endors quand je considère les choses comme un dû. Par exemple, dans la relation affective, lorsque je ne m'étonne plus que mon conjoint soit encore là après tant d'années, ou qu'une belle amitié dure. Il en va de même avec la santé. Dès que nous tombons gravement malades, nous réalisons que nous considérons la santé comme un état normal et durable. Les événements se chargent de nous réveiller ! Pour moi, la mort de notre fils Samuel m'a rendu infiniment plus attentive et émerveillée par la présence de mes proches. Avant ce tsunami, je trouvais tout à fait normal qu'ils soient vivants. Aujourd'hui, je vis leur présence comme un miracle. J'ai pris conscience de la précarité de la vie. Rien n'est gravé dans le marbre pour toujours. Cette réalité accroît ma capacité d'émerveillement et de reconnaissance. Si je reste centrée sur ce que la vie devrait être, je ne serai jamais dans un esprit d'éveil. J'ai la même attitude vis-à-vis du spirituel, car Dieu – ou le Vivant – ne me doit rien. Ce sentiment que rien ne m'est dû m'habite très profondément. C'est une autre façon de dire que tout ce qui nous arrive est un cadeau. Une amitié forte, un grand amour, le souvenir de la qualité de présence d'un proche absent... sont des dons sacrés dont nous ne mesurons pas assez la beauté à cause de l'engourdissement dans lequel nous sommes.

Selon vous, pourquoi sommes-nous dans un état d'engourdissement intérieur ?

La civilisation occidentale, qui est tellement technologique et matérialiste, nous renvoie en permanence le message que nous serons en sécurité si nous possédons tel ou tel bien. Notre endormissement dans le confort matériel ou familial est insidieux. Dans le Nouveau Testament, il est dit : « Veillez et priez ». Le Christ nous appelle à la vigilance. La plupart du temps, nous ne retenons que l'injonction « priez ». Pourtant, « veillez » est déterminant, car la

vigile renvoie à la vigilance, c'est de l'ordre de la conscientisation. Certes, il est normal d'apprécier notre monde matériel et affectif, mais il importe aussi d'avoir à l'esprit la précarité de notre condition humaine. D'un instant à l'autre, tout peut s'arrêter. Dans « veillez et priez », il y a aussi l'idée de lucidité, dont la racine, *lux*, signifie « lumière ». La veille nous prépare à une prière plus féconde, plus lumineuse. Quand je prie pour une personne qui est gravement malade, je ne minimise pas le fait qu'elle pourrait s'en aller. Il ne s'agit pas de faire l'autruche en pensant que Dieu va tout résoudre !

L'endormissement est aussi comparable à un médicament que l'on prendrait pour ne plus souffrir. Nous préférons demeurer ainsi pour nous sentir moins à vif et écorché. Pour ma part, je préfère rester ouverte à la vie. Il m'est donné de percevoir des signes du divin dans de minuscules choses qui prennent une proportion incroyable. Par exemple, un oiseau qui tape au carreau avec son bec, lorsque je suis engloutie dans une détresse profonde... Un surgissement, un rien, dans une circonstance anodine, peut soudain me réveiller.

Dans votre dernier livre, *La Source que je cherche*, vous écrivez : « Il y a des jours où je ne me sens en quête de rien du tout, enfermée dans ma "petite" réalité à double tour. Si je fais des courses dans un grand magasin, mon univers intérieur se résume alors au chariot que je pousse. Pourtant, une musique déversée par ledit magasin peut me bouleverser au point de m'ouvrir sans préavis à ce Réel qui me parle de plénitude et d'éternité »...

Oui, cette musique, au beau milieu d'une tâche des plus prosaïques, devient alors la fenêtre sur un Ailleurs. C'est cela qui rend la vie fascinante ! Une musique vient nous rejoindre profondément, elle nous émeut et nous rappelle que nous sommes vivants. Dans le livre, je raconte une autre expérience de « réveil », qui a eu lieu la nuit. Je m'étais couchée en

état de choc à la suite d'un événement relationnel et, à quatre heures du matin, j'ai été réveillée en sursaut. J'étais embarquée dans une insomnie, m'enfonçant inexorablement dans le « rien », et je cherchais par tous mes moyens mentaux à lutter contre la glissade vertigineuse, sans aucun succès. Soudain, j'ai entendu cette phrase : « Va dans ce rien » – une phrase qu'on ne peut pas inventer ! Cette parole si inattendue était en totale adéquation avec ce que j'étais en train de vivre... J'ai immédiatement cessé de lutter. Je me suis laissée aller dans le « rien », et presque instantanément j'ai entendu, de manière tout aussi claire, ces mots : « Ce rien sera ta protection. » Ce n'était pas imaginaire car, dans la minute qui a suivi, je me rendormis comme un bébé ! Et j'ai vécu toute la semaine dans la joie « imprenable » dont parlait Jésus. Depuis cet instant, je n'ai plus redouté l'expérience du vide. Ce chemin m'est devenu familier... J'y ai même trouvé la Présence hautement sécurisante.

Dans votre ouvrage, vous vous interrogez également sur votre « pauvreté radicale », que vous définissez ainsi : « C'est quand je ne peux plus du tout compter sur moi-même et que j'y consens. » En quoi le fait de consentir à ce qui est le plus fragile en vous est-il important ?

La vie nous mène vers ce chemin de pauvreté, de fragilité. Il ne sert à rien de lutter contre. Consentir ou obéir consciemment au réel est aussi une forme d'éveil. « Obéir » vient du latin *ob-audire*, qui signifie « écouter dessous ». La plupart du temps, nous refusons de vivre ce que la vie nous impose. Et pourtant, c'est dans cette réalité-là justement que le Vivant nous rejoint, si on accepte d'écouter ce qu'il a à nous dire « par dessous » les apparences. Le consentement au réel m'aide beaucoup à aller dans la profondeur de ce que j'ai à vivre ; et c'est dans cette profondeur que se manifeste la présence divine. Expérimenter que j'appartiens au Vivant, ne serait-ce que de temps en temps, sentir que je suis une vivante à part entière est un grand bonheur. Boire quelques gouttes de cette Eau-là est si rafraîchissant. Je recueille avec reconnaissance ces gouttes éphémères qui viennent d'Ailleurs. Ma recherche de la Source est têtue. Je réapprends, à chacune de mes expériences avec Elle, qu'elle coule quand elle veut, à travers qui elle veut et le temps qu'elle veut !

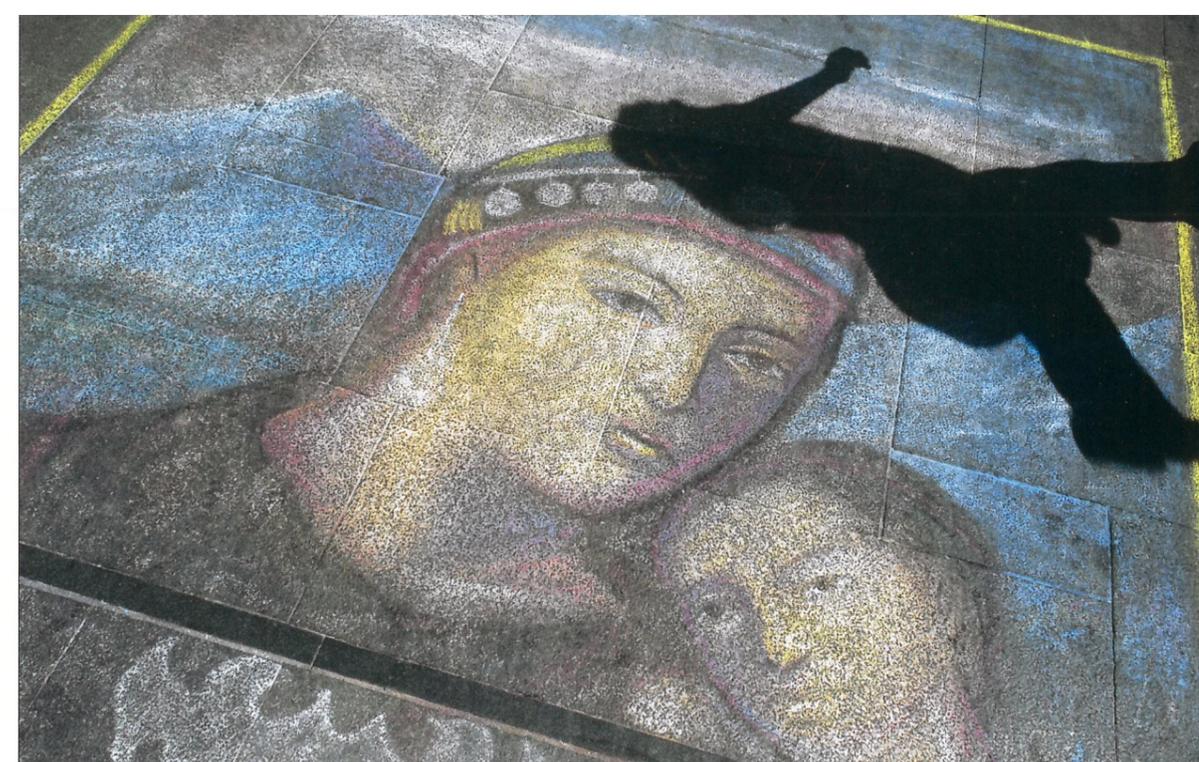
Parlant de Jésus, vous dites : « Personnellement, j'ai beau avoir plusieurs fois vécu des

rencontres lumineuses avec Lui, mon pain quotidien reste la quête. Impossible de thésauriser. » Cette attitude de quête permanente vous permet-elle de rester éveillée ?

On associe souvent la « quête » à une enquête, une entreprise, un processus actif. Alors que la quête est une démarche de réceptivité au divin. Si je désire cet éveil, je deviens plus réceptive. Il ne s'agit pas de commander au divin d'arriver à moi, mais d'être prête quand il arrive. Cette quête du Vivant est libératrice. Dans la mesure où une image, une représentation de Dieu est aliénante ou mortifère, elle ne me met pas en contact avec la Source. Je ressens alors le besoin de lâcher ces représentations. Le Vivant m'extrait de mes enfermements, me libère de mes dépendances. J'aime le symbolisme de la Source... La Source est vivante et se renouvelle sans cesse. Quand je nomme ainsi cette dimension du divin, je me renouvelle et deviens plus vivante. « Pourquoi, après avoir trouvé Dieu, éprouvons-nous toujours le sentiment de ne pas l'avoir trouvé ? » se demandait le théologien Henri de Lubac. Je répondrais volontiers : c'est pour que nous restions tous des chercheurs, quelles que soient nos expériences et nos non-expériences spirituelles, pour que la quête de la Source nous garde éveillés.

Votre quête passe par la relation avec « un être humain bien réel, en chair et en os », dites-vous, lorsqu'il vous arrive de vivre des « traversées infernales liées au sentiment d'abandon » de Dieu. L'antidote à cet état vient le plus souvent d'une rencontre...

Oui, toujours ! La fécondité de la quête m'interdit de m'envoler dans « le spirituel » en faisant fi de mon incarnation. Plus j'accepte de me tenir dans les limites de mon être incarné, plus je prends conscience de mon manque spirituel... et plus je suis attentive à la Source que je cherche. Ce monde réel qui nous entoure nous parle du divin, même lorsque nous ne sentons plus sa présence. Quand le sentiment de l'absence de Dieu m'envahit, mon retour à une verticalité passe par l'horizontalité de mes rencontres, avec des êtres humains, mais aussi des animaux, la nature... Alors que je pourrais m'assoupir dans un sentiment de non-vie, le monde vivant vient me remettre dans le courant de la vie. Cette vie qui passe à certains moments inaperçue, la voilà qui se met à me « parler » du Vivant. Le philosophe Michel Henry disait qu'on ne peut pas, on ne pourra jamais *penser la vie*. Pas plus que penser



Dieu ! Comme je l'ai écrit : « La vie est invisible, indicible, inénarrable, insondable et impénétrable ! Nous sentons, voyons, entendons, goûtons ce qui vit... et c'est tout. Mais pour moi c'est suffisant : à travers ce qui vit – une fleur, un papillon, le sourire d'un inconnu, quelques notes de musique – j'atterris, je reprends pied et sors de cet état d'apesanteur où le vide relationnel m'avait happée. La Source est bien là, débordant constamment du monde qui m'environne. Et c'est la vie au quotidien qui m'en redonne la saveur. » Ces expériences rendent la quête spirituelle universelle.

« À un moment de mon évolution, écrivez-vous, l'envie de ressembler à la Source avait pris le dessus. » Qu'est-ce que cela signifie ?

Dans ma prière, j'avais demandé à Dieu : « Délivre-moi du paraître ». Il m'a prise au mot. Je voulais lâcher la préoccupation de l'image de moi, de l'effet que produisent mes paroles ou mes actes, du besoin d'être performante... Quand je trouvais le défi trop amer et difficile, j'entendais alors une voix intérieure qui disait : « Mais c'est toi qui l'as demandé ! » Si je suis trop préoccupée par mon paraître, une part essentielle de moi s'endort. Cette part est mon être éternel, celle que je suis en vérité. Peu à peu, j'ai réalisé que j'arrivais à tenir debout même si je ne recevais pas des confirmations de ma valeur. Je pouvais m'ouvrir de plus en plus à ce que je suis de toute éter-

nité, c'est-à-dire une mini-source. L'être humain a été créé à l'image de Dieu, nous dit la Bible : si Dieu est la Source, je suis une mini source ! Aspirer à lui ressembler est un formidable éveil, car je suis disponible à écouter ce qu'Elle me chante, me dit. Et, je l'espère, plus apte à le transmettre dans mes conférences et mes livres.

Vous évoquez aussi la pratique de la répétition de « mantras » bibliques comme chemin de reliance avec le Vivant...

C'est ce qu'on appelle aussi la prière du cœur. Pendant plusieurs années, dans des moments d'anéantissement, je répétais en boucle juste le nom de Jésus. La prière du cœur ou le mantra désamorçait le mental. La récitation d'un verset, d'un nom biblique ou d'une prière court-circuite nos pensées aliénantes. On retrouve alors un apaisement. Parfois, j'entends une parole qui vient d'ailleurs, je reçois une intuition. La capacité d'éveil est présente en chaque être humain. L'essentiel, nous dit le Christ, est d'« avoir des yeux pour voir et des oreilles pour entendre ».

Propos recueillis par Nathalie Calmé

Pour aller plus loin :
Lytta Basset vient de publier :
La Source que je cherche, Albin Michel, 2017.