

## LA TRANSCENDANCE, S'ÉLEVER AU DESSUS DE L'ORDINAIRE

Aujourd'hui je souhaite vous parler de la transcendance.

Qu'est-ce que la transcendance ?

C'est l'action de franchir, dépasser en étant supérieur, s'élever au-dessus de l'ordinaire, se situer au-delà....

Pour les théistes et les déistes, tous les croyants en une identité supérieure à l'homme, la transcendance s'applique uniquement à l'univers mystique, un chemin vers Dieu.

Les athées, eux, considèrent que la transcendance n'existe pas, tout n'est qu'immanence., c'est à dire juste le contraire, comme le noir et le blanc peuvent l'être.

En philosophie : c'est le Caractère de ce qui se situe au-delà d'un domaine pris comme référence, de ce qui est au-dessus et d'une autre nature. Transcendance de la conscience, de la pensée, du sujet, de la volonté.

C'est ce qui dépasse toute possibilité d'expérience.

La transcendance ne serait-elle accessible qu'à des esprits supérieurs ?

**La transcendance c'est la pensée qui vole.**

Plus ou moins haut, avec plus ou moins d'altitudes voir « d'attitudes ». Pour les altitudes de la transcendance, nous trouverions celles des faucheurs de marguerites, à raz les pâquerettes mais sans toucher terre, mais aussi, la transcendance du géostationnaire, à 36 000 kms au-dessus de l'équateur, altitude où pour l'un observateur positionné si haut, la terre apparaîtrait comme immobile. Sans oublier la transcendance qui se perd dans l'infini de l'espace.

C'est en acceptant une troisième dimension de l'esprit : la hauteur, que la notion de transcendance me semble abordable. Les deux premières dimensions pourraient être le temps et la matière.

Dans l'immanence se gère tout le quotidien, le matériel, le palpable. Et c'est dans l'immanence que demeure la souffrance.

Dans la transcendance le reste ... ou plus exactement autre chose dans laquelle la souffrance n'y est pas. Là où il n'y a plus le ressenti de la douleur, est un espace à ne pas négliger dans la recherche de la moindre-souffrance.

Rechercher à être dans un état de transcendance peut être un moyen de supprimer sa ou ses souffrances.

Dans l'apriori, si la transcendance existe, je ne la vois que réalisable dans l'espace-temps de nos vies de mortels. De notre naissance à notre mort, nous sommes et ne pouvons être que dans le temporel. Nous vieillissons tous de vingt-quatre heures par jour et prenons un jour par vingt-quatre heures. Néanmoins nous ne pouvons pas dire que nous sommes prisonniers du temps car il n'y a pas de possibilités d'être libre par rapport à ce temps qui passe. Nous ne pouvons pas nous en extraire, seulement l'oublier. Un sâdhu en transe comme un bouddhiste en méditation, chacun dans son rituel permettant leur transcendance, sont toujours dans le temps qui passe. Pour reprendre l'idée du vol ; l'oiseau qui s'envole, a ses pattes qui quittent le sol à une heure donné pour de nouveau le toucher un temps plus tard. Entre ces deux dates précises, il ne touche plus terre mais il est toujours synchrone avec l'horloge unique de toute vie sur terre.

Là, est peut-être l'argument majeur qui pourrait nous faire penser que seule l'immanence existe puisse qu'il n'est pas possible d'être physiquement hors du temps.

Mais physiquement ne veut pas dire mentalement. Il nous est possible d'oublier ce temps, d'être en en-dehors et au-delà du temps qui passe au même instant.

Ces notions d'en dehors et d'au-delà, restent toujours dans le temps qui passe.

Notre esprit est coupé du monde et du temps.

Les attitudes sont multiples et parfois inverses :

1/ Nous pouvons être concentrés sur une réflexion, sans plus aucune attention sur l'information que nos sens nous délivrent en permanence, aussi bien venant de l'extérieur de notre corps que de l'intérieur (nos douleurs).

2/ Nous pouvons nous polariser sur nos cinq sens « d'éveils » extérieurs sans plus aucune réflexion de notre esprit, ni information sur notre état intérieur (en nous-mêmes, questionnement, informations nerveuses).

3/ l'artiste dans son art, quand il y est pleinement, dans un état second qu'il faut bien nommer autrement.

Dans ces cas, la souffrance ou/et la douleur, n'existent plus pour cet instant de temps oublié. L'être est dans un état que je qualifie de transcendant avec sa propre « altitude » de croisière quotidienne.

Avec la transcendance, nous sommes dans le franchissement d'un autre état que l'immanence, le surpassé. Ce qui transcende notre propre conscience et cela sans aucune aide d'un quelconque stupéfiant ou autres produits. Par l'esprit rien que par l'esprit pour n'être (naître) qu'au-dessus du quotidien.

Il apparaît la notion possible de différentes hauteurs, profondeurs, altitudes pour chaque transcendance. Le grand sage bouddhiste arrivé à son plein éveil (*bouddha*) au seuil de son extinction (*nirvana*) est à une altitude qui flotte vers les infinis, alors que me laissant envahir sans aucune pensée sur la beauté du ciel enflammé d'un soir d'hiver au couchant du soleil, ma hauteur dépasse de peu celle de mon horizon. Passé cet état de grâce, moines bouddhistes comme moi-même retombons les pieds sur terre dans notre immanence quotidienne.

### **Telle est ma proposition pour la transcendance.**

Elle n'est pas nécessairement dogmatique, n'a pas besoin forcément de l'existence d'un Dieu pour être possible. Une transcendance laïque coexiste depuis la nuit des temps avec d'autres plus récentes que les religieux appellent la transcendance divine.

Cet état permet aux hommes d'être sur des niveaux supérieurs, mais surtout consciemment ou inconsciemment sans souffrance. Il leur procure un réel plaisir. Il ne faut pas s'étonner qu'une fois trouvé, cet état de grâce sera de nouveau recherché. Pour certains, il devient même le but de leur vie.

L'art de la transcendance est avant tout un art du « décollage » ; quitter l'immanence pour monter dans des niveaux de transcendance. Les recettes de pilotage pour cet envol sont multiples. Les religions sont toutes porteuses de méthodes pour y parvenir. Les découvertes récentes des neurobiologies, me laissent à penser qu'il est aujourd'hui plus facile de comprendre comment l'esprit de l'homme peut « voler ».

Sans faire de hautes études médicales, religieuses, philosophiques, chaque individu dès sa naissance est capable de transcendance. A l'image de monsieur Jourdain et de sa prose, nous partons en transcendance souvent sans le savoir. Cet état de paix, de sérénité absolue, d'une tranquillité de l'âme (ataraxie) passagère, nous est vital pour notre bon équilibre.

Quelques-uns des outils nous permettant le décollage de notre esprit ont déjà été évoqué dans cet échafaudage de planche : La maîtrise de ma machine à « Ma Peur », la réorientation cognitive de nos deux demi-cerveaux , la prise de conscience des freins que sont La fatigue grise et Les contrariétés. Ainsi pour aller vers une autre société, nous ne pouvons pas faire abstraction, voir nier, l'importance pour l'homme de la transcendance. C'est l'acte vers lequel tendent toutes spiritualités, l'importance pour l'homme a été souligné par le Dalaï Lama dans ses propos suivants : « *Pour qui aspire à une vie heureuse, il est très important d'employer à la fois des moyens internes et externes ; en d'autres termes, d'associer développement matériel et développement spirituel* ».

L'esprit de l'homme ne doit pas seulement, marcher, courir, trébucher ou rouler, il doit aussi pouvoir voler, c'est dans cet acte que l'homme peut atteindre sa plénitude.

C'est à chacun de nous de trouver son chemin de transcendance, sa propre piste d'envol. Comprendre que nous sommes tous capable de le faire.

Pour ceux qui le découvrent, l'envie d'essayer viendra vite, au détour d'un chemin de hasard.