

Rencontre *Dialogue Connaissance de soi*

organisée par l'Association Culturelle Krishnamurti
à Beaumont-la-Ferrière

samedi 24 et dimanche 25 octobre 2015

Les rencontres *Dialogue Connaissance de soi* proposent de réunir des **personnes impliquées dans une démarche de connaissance de soi** et souhaitant **apprendre ensemble**.

Il s'agit, pour chacun au cours du dialogue, de porter attention à son propre processus psychologique : ses pensées, ses croyances, ses idéaux, ses expériences, ses désirs, ses peurs, ses réactions ...

Observer son propre processus psychologique est une démarche inhabituelle, puisqu'en société, nous sommes conditionnés à défendre nos idées, à nous rallier à certains et nous opposer à d'autres, à donner une bonne image de soi..., ce qui peut nous rassurer et nous apporter du plaisir mais occupe notre esprit et nous empêche de prendre conscience de ce qui se passe vraiment en nous.

Autrement dit, il s'agit d'« *enquêter sur l'énorme complexité de l'esprit humain* », de « *découvrir sa nature, la nature de cette conscience, qui est celle de tous les êtres humains* ».

« *Apprendre est la capacité de penser clairement, sainement et sans illusion ; c'est se fonder sur des faits et non sur des croyances et des idéologies.* » « *Cet apprendre n'est possible qu'en l'absence de toute contrainte pouvant s'exercer à travers l'attachement ou la menace, les encouragements persuasifs, les formes subtiles de récompense.* » Autant que faire se peut, la facilitation est menée collectivement ; il n'y a pas d'autorité ni de certaines personnes ni du groupe puisqu'il incombe à chacun de voir par lui-même.

Dans ces rencontres *Dialogue Connaissance de soi*, il n'y a pas de thème prédéfini ; c'est ce qui est observé ensemble lors du dialogue qui guide le questionnement, dans un état d'attention, d'écoute et d'observation, tant à l'extérieur, de ce qui est dit par l'autre, qu'à l'intérieur, de ce qui réagit en soi.

Cette rencontre sur deux jours du **samedi 24 octobre 9h** (possibilité d'arriver le vendredi 23 au soir) au **dimanche 25 octobre 18h** est proposée aux personnes souhaitant découvrir le dialogue comme démarche de connaissance de soi. Les personnes passionnées par le dialogue sont bien entendu les bienvenues.

Modalités pratiques et participation

Des moments de dialogue d'une heure et demi à deux heures sont prévus chaque demi-journée ainsi que des moments libres (il est possible de consulter seul ou à plusieurs des documents écrits ou vidéo de la bibliothèque Krishnamurti, de se balader dans la nature, ...), mais les dialogues peuvent aussi avoir lieu informellement lors des actions menées en commun.

Pour faciliter l'absence d'autorité, on comprendra bien que chacun est co-responsable de participer aux activités pratiques pendant la rencontre (ex. repas du soir préparés collectivement, ménage avant de partir etc.)

Pour les repas du midi, chacun est libre de préparer son pique-nique ou repas rapide à partir des ingrédients mis à disposition sur place à cet effet, ou d'ingrédients et préparations supplémentaires pouvant aussi être apportés par les participants (cuisine à disposition ; la cuisine est végétarienne).

Pour permettre au plus grand nombre de participer régulièrement, la contribution aux frais est réduite à 50 € pour la rencontre (pour les membres ACK, 80 € sinon) en apportant draps ou sac de couchage (draps disponibles sur place en supplément).

Pour se rendre à Beaumont-la-Ferrière

En voiture de Paris : A6 puis A77 puis D38 jusqu'à Narcy et D38 jusqu'à Beaumont la Ferrière.

Pour les personnes en voiture proposant un co-voiturage ou souhaitant y participer, nous contacter.

En train de Paris jusqu'à la gare de La Charité-Sur-Loire.

Sur demande, on vient vous chercher à cette gare moyennant une participation aux frais d'essence.

Renseignements, inscriptions et réservations (Inscription obligatoire pour les courses d'alimentation)

Sabine et Sylvain **06.71.90.34.57** après 16h
ack@krishnamurti-france.org

Rencontre *Dialogue* *Connaissance de soi*

organisée par l'Association Culturelle Krishnamurti
à Beaumont-la-Ferrière

samedi 24 et dimanche 25 octobre 2015

Le dialogue est « *un genre d'exploration collective, non seulement du contenu de ce que chacun de nous dit, pense et ressent, mais aussi des motivations, des présuppositions et des croyances sous-jacentes.* »¹

Ci-dessous, quelques citations de Krishnamurti pour préciser encore ce que nous entendons par dialogue et connaissance de soi.

Si vous vous contentez d'affirmer et moi aussi...

« (...) Nous pouvons commencer ces dialogues ce matin.

Mais si vous vous contentez d'affirmer et moi aussi, si vous vous en tenez à votre opinion, votre dogme, votre expérience, votre connaissance et que je m'en tiens aux miens, il ne peut y avoir aucun réel dialogue parce qu'aucun de nous deux n'est libre d'examiner une question. Dialoguer, ce n'est pas partager nos expériences l'un avec l'autre. Il n'y a pas de partage du tout : il y a seulement la beauté de la vérité, que ni vous ni moi ne pouvons posséder. Elle est simplement là.

Pour dialoguer intelligemment, il doit y avoir une qualité non seulement d'affection mais aussi d'hésitation. Vous savez, à moins que vous n'hésitez, vous ne pouvez examiner. Examiner signifie hésiter, chercher pour soi-même, découvrir pas à pas, et quand vous faites cela, vous n'avez pas besoin de suivre quelqu'un, vous n'avez pas besoin de demander que l'on corrige ou que l'on confirme votre découverte. Mais tout cela demande beaucoup d'intelligence et de sensibilité.

En disant cela, j'espère ne pas avoir arrêté votre questionnement ! Vous savez, c'est comme dialoguer ensemble comme deux amis. Nous ne cherchons ni à affirmer ni à nous dominer l'un l'autre, mais chacun parle facilement, de manière affable, dans une atmosphère de camaraderie amicale, en cherchant à découvrir. Et dans cet état d'esprit, nous découvrons, mais je peux vous assurer que ce que nous découvrons à très peu d'importance. La chose importante est de découvrir, et après avoir découvert, de continuer. Il est préjudiciable d'en rester à ce que vous avez découvert, parce qu'alors l'esprit est fermé, stoppé. Mais si vous mourez à ce que vous avez découvert au moment où vous l'avez découvert, alors vous pouvez aller avec le courant, comme une rivière qui possède des eaux abondantes. »

(Saanen, dixième causerie publique, le 1er août 1965, œuvres collectées, Vol XV, p. 245 ; NDT : Le terme « discussion » d'une précédente traduction a été remplacé ici par « dialogue » qui semble mieux adapté.)

Connaissance de soi

« *Le commencement de la méditation est la connaissance de soi, ce qui veut dire être conscient de chaque mouvement de la pensée et de l'émotion, connaître toutes les couches de ma conscience - non seulement les couches superficielles, mais les activités cachées, secrètes, profondes. Mais pour connaître les activités profondément cachées, les mobiles secrets, les réponses, les pensées et les sentiments, il faut qu'il y ait de la tranquillité dans l'esprit conscient ; c'est-à-dire que l'esprit conscient doit être immobile afin de recevoir les projections de l'inconscient. L'esprit superficiel, conscient, est absorbé par ses activités quotidiennes : gagner de l'argent, tromper les gens, exploiter, s'évader des problèmes - toutes les activités quotidiennes de notre existence. Cet esprit superficiel doit comprendre la vraie signification de ses activités et, ce faisant, introduire une tranquillité en lui-même.* » (J. K. De la connaissance de soi)

Simplement prendre conscience – sans la moindre notion de choix

« (...) *il est essentiel de comprendre ce qu'est cette connaissance de soi : c'est simplement prendre conscience – sans la moindre notion de choix – du « moi » qui a sa source dans un paquet de souvenirs; en avoir simplement conscience, sans interprétation, en observant simplement le mouvement de l'esprit. (...) ce que je dois observer et regarder, c'est le fait réel, la réalité brute, « ce qui est ». Si je l'aborde avec une idée préconçue, avec une opinion – du type « je dois » ou « il ne faut pas » qui sont des échos de la mémoire – alors le mouvement de « ce qui est » se trouve gêné, bloqué, et dans ce cas, on n'apprend rien.* »

¹ (Bohm, Factor, Garrett, Le Dialogue – Une proposition.)

Rencontre *Dialogue Connaissance de soi*

organisée par l'Association Culturelle Krishnamurti
à Beaumont-la-Ferrière

samedi 24 et dimanche 25 octobre 2015

L'état créateur n'existe qu'en la connaissance de soi.

« *L'état créateur n'existe qu'en la connaissance de soi. La plupart d'entre nous en sont privés : nous sommes des machines à répétition, des disques de gramophone, de sempiternelles chansons enregistrées par nos expériences, nos souvenirs ou ceux des autres (...)*

Notre difficulté est que la plupart d'entre nous ont perdu cet état. Etre créatif ne veut pas dire nécessairement peindre, écrire, devenir célèbre, en somme avoir la capacité d'exprimer une idée puis de se faire applaudir ou rejeter par le public. Il ne faut pas confondre le don de s'exprimer avec l'état créatif. En celui-ci le moi est absent, l'esprit n'est plus centré sur ses expériences, ses ambitions, ses poursuites, ses désirs. L'état créatif est discontinu ; il est neuf d'instant en instant ; c'est un mouvement en lequel le « moi », le « mien » n'est pas là, en lequel la pensée n'est pas fixée sur un but à atteindre, une réussite, un mobile, une ambition. En cet état est la réalité, le créateur de toute chose. Mais cet état ne peut pas être conçu ou imaginé, formulé ou copié ; on ne peut l'atteindre par aucun système, aucune philosophie, aucune discipline, au contraire, il ne naît que par la compréhension du processus total de nous-mêmes. »

Comprendre le mécanisme de la pensée

« (...) si le mécanisme de la pensée est ralenti, l'esprit peut la comprendre. (...) Il en est de même **lorsque l'esprit se meut lentement parce qu'il désire comprendre chaque pensée dès qu'elle surgit** : à ce moment-là, **on se libère du mouvement de la pensée** ainsi que **des pensées que l'on a contrôlées ou disciplinées**. (...)

Mais si chaque pensée est observée, ressentie pleinement, explorée et comprise totalement, vous vous apercevrez alors que la mémoire commence à disparaître. Nous parlons de la mémoire psychologique et non de celle des événements. » (J. K., De la liberté, p.16)

Un long et patient travail d'exploration de soi

« *Briser le carcan des habitudes n'est pas chose facile. L'homme se soumet à un modèle, tombe dans une sorte de léthargie et évite soigneusement tout ce qui peut le remettre en question.* (...)

D'un point de vue psychologique, rares sont ceux qui veulent la liberté. Certes, chacun aime être libre d'agir à sa guise - mais qu'en est-il de la liberté intérieure ? Celle-ci demande un long et patient travail d'exploration de soi. Détruire le vieux cocon exige une énergie phénoménale. » (J. K., Ultimes paroles)

Au delà du cercle de l'ignorance

« *L'ignorance, c'est ne pas être conscient du processus de conditionnement qui rassemble les nombreux désirs, et souvenirs pleins d'avidité, etc. La croyance fait partie de l'ignorance. Toute action suscitée par la croyance ne fait que renforcer l'ignorance. La soif de comprendre, d'être heureux, cet effort de se débarrasser de telle qualité pour acquérir telle vertu, tous ces efforts sont le fruit de l'ignorance, qui provient de ce besoin constant. Ainsi, la relation est toujours marquée par l'effort et le conflit. (...) Cette conscience n'est pas un effort pour dominer, pour détruire ou pour trouver un substitut. C'est un calme qui n'est pas fait de refus ou d'acceptation, mais une tranquillité totale en dehors du choix. Cette conscience brise le cercle de l'ignorance de l'intérieur, en quelque sorte, sans la renforcer.* »

(3ème causerie, Ommen 1937, Bulletin de l'ACK n°53 – Hiver 1987 – Ignorance et lucidité.)

Des vidéos sur le thème de *réfléchir ensemble* (« thinking together ») ou d'*apprendre ensemble* pourront être proposées pendant le week-end (sous-titrage en français) comme par exemple :

- SA79T1 : 1ère causerie à Saanen 1979 : « Is There a Way out of the Crisis in the World? »
- SA79T2 : 2ème causerie à Saanen 1979 : « Can We Together Create a Good Society? »