

# « Nous sommes le penseur derrière la pensée »

## Partage international n° 41 - Février 1992

Interview de Dr Deepak Chopra par Monte Leach

Le Dr Deepak Chopra est un médecin américain d'origine indienne. Spécialisé en endocrinologie, il fut le médecin chef du New England Memorial Hospital. Mais Chopra, qui pratique depuis longtemps la méditation transcendantale, est également un praticien de l'ancien système indien de guérison, l'ayurveda, et est actuellement médecin chef du Maharishi Ayurveda Health Center à Lancaster, Massachusetts. Il consacre ses « loisirs » à écrire, étant l'auteur de plusieurs best-seller — cinq ouvrages à succès rédigés au cours des cinq dernières années. Son dernier livre, intitulé « Unconditional Life », a rencontré un vif intérêt de la part du public. Chopra est aussi un conférencier très demandé. Pendant cette dernière année, il fut invité à s'exprimer dans plusieurs grands établissements médicaux, y compris à la Harvard Medical School aux USA, sans parler des nombreux rassemblements du Nouvel Age dont il est hôte de marque. Dans ses livres et lors de ses conférences, Chopra aborde non seulement les plus récentes découvertes de la science médicale occidentale et les antiques vérités de l'ayurveda, mais aussi l'aspect ésotérique de la physique quantique afin d'explorer le domaine de plus en plus reconnu de la médecine du corps, du mental et de l'esprit.

*Share International. Un des principaux thèmes de vos livres et de vos conférences est que la conscience spirituelle — quelqu'un qui prend conscience de ce qu'il est — constitue l'une des clés du processus de guérison. Pourriez-vous expliquer cela ?*

Dr Deepak Chopra. La conscience spirituelle n'est pas seulement l'une des clés de la guérison. La conscience spirituelle est le seul moyen grâce auquel la guérison peut se produire. Si je puis me risquer à définir ce qu'est une expérience spirituelle, c'est une expérience au cours de laquelle la conscience pure se révèle à vous comme étant créatrice de la réalité — lorsque vous découvrez soudainement, dans un éclair d'intuition, par la méditation ou de manière fortuite, que votre nature essentielle est spirituelle et non matérielle .

*SI. Existe-t-il des moyens de favoriser cette prise de conscience spirituelle ?*

D.C. Il faut apprendre à calmer son mental, à prendre du recul et à observer tout le processus de la pensée. Avec cette capacité se développe une compréhension fondamentale : je suis le penseur et non la pensée. Cette prise de conscience, si elle est assez profonde, est suffisante pour provoquer un changement dans sa propre conscience, ainsi qu'un changement spontané au niveau biologique.

*S.I. Lorsqu'un patient vient vers vous dans une perspective médicale traditionnelle, en s'identifiant avec son corps, ses émotions ou son mental, ce que font la plupart d'entre nous, comment l'aidez-vous à aller au-delà ?*

D.C. De nos jours, il est possible d'utiliser la terminologie médicale et de convaincre les patients que la durée de vie des molécules est très courte. Quatre-vingt dix-huit pour cent de tous les atomes de mon corps auront disparu d'ici un an. Le corps physique que j'utilise pour vous parler en ce moment n'est pas le même que celui que j'avais l'année dernière. Si je m'identifie à mon corps, je me trouve inévitablement devant un dilemme. De qui est-ce que je parle ? La durée de vie des émotions est un peu plus longue. Mais si je m'identifie à mes émotions, je suis à nouveau face à un dilemme. De qui est-ce que je parle ? La durée de vie de ma structure psychologique est plus longue encore. Mais cette dernière change continuellement, dans le sens de l'évolution, espérons-le. Mais je ne suis aucune de ces choses car il est évident que je survis à ces choses.

Il est tout à fait évident que je ne suis pas mes expériences. Je suis celui qui vit ces expériences. La spiritualité n'a rien à voir avec l'expérience. Être l'« expérimentateur », c'est le fait de découvrir le facteur d'intemporalité dans chaque expérience. Mon attention se porte habituellement sur une expérience particulière, mais qu'en est-il de celui qui vit ces expériences, le témoin silencieux qui traverse tout cela ? T.S. Eliot, dit dans un poème : « Nous ne cesserons jamais d'explorer. La fin de l'exploration sera d'arriver à l'endroit d'où nous sommes partis et de connaître cet endroit pour la première fois. »

*SI. Vous parlez comme quelqu'un qui a expérimenté cela.*

D.C. Je l'espère. Nous traversons ces dilemmes en nous demandant : suis-je simplement intellectuellement amoureux de tout ce concept ? Si

tel est le cas, alors il est évident que je suis en train de me duper. Ou alors est-ce que je me base sur l'expérience ? Je pense que nous avons tous fait dans une certaine mesure l'expérience de ce témoin silencieux. Lorsque nous étions enfants, une partie silencieuse en nous observait l'enfant. Lorsque nous étions adolescents, le même témoin silencieux observait l'adolescent. De même pour l'âge mûr, etc. Chacun a, un jour ou l'autre, découvert le Soi, celui qui observe. Ce phénomène peut être très intense à certaines périodes de notre vie, et inexistant à d'autres, lorsque nous sommes pris dans le monde de la relativité et que nous perdons nos liens avec l'absolu.

*SI. Avez-vous eu une expérience particulière qui vous ait aidé à réaliser cette prise de conscience du Soi, ou cette conscience existe-t-elle à certains moments et pas à d'autres ?*

D.C. Elle est toujours présente. Mais parfois la conscience est moins forte. Fondamentalement, cela dépend de la qualité de notre attention.

*SI. Cela me rappelle quelque chose que vous avez écrit dans un de vos livres. Vous citez Krishnamurti lorsqu'il parlait du processus de l'observation de soi-même.*

DC. L'expression de Krishnamurti « observation de soi-même » est bonne. C'est ce que j'appellerais la conscience. L'observation implique tout de même un aspect sensoriel dans la manière d'observer (bien que je ne pense pas que Krishnamurti l'entendait dans ce sens), alors que la conscience n'est pas sensorielle, mais conscience de soi.

*SI. Le public médical traditionnel accueille-t-il bien cette information ?*

DC. Je suis très à l'aise lorsque je parle devant un public de médecins et que je prouve qu'au-delà du domaine matériel de l'univers existent des champs de force. Mais ce ne sont pas seulement des champs de force. Il ne s'agit pas seulement de la gravité, d'interactions fortes ou faibles ou d'électromagnétisme. Chaque champ de force est simultanément un champ d'informations parce que même la physique reconnaît maintenant qu'un atome n'est pas seulement une hiérarchie de différents états d'énergie ou de différents états de champs de force. Un atome est une hiérarchie de différents états « d'information » qui définissent la probabilité statistique de trouver une particule ici ou là au moment de l'observation. Einstein affirmait qu'un champ n'est pas réellement un véritable modèle d'événements dans l'espace-temps, mais un « continuum de distribution probable de dimensions possibles en tant que fonction du temps ». En d'autres termes, le champ (c'est ce qu'est l'esprit, un

champ de potentialité pure) est un continuum de tous les états possibles d'énergie et d'information qui se manifesteront ultérieurement en tant qu'événements dans l'espace-temps. La matière est un événement dans l'espace-temps. Vous et moi dans nos corps physiques sommes des événements dans l'espace-temps. Nous nous abusons avec ces événements dans l'espace-temps, alors qu'en fait nous sommes ceux qui créons ces événements espace-temps. Quelque part au fond de nous nous savons que nous survivons à ces expressions d'expériences dans l'espace-temps. Le fait d'expérimenter l'immortalité signifie que nous perdons notre peur une fois pour toutes lorsque nous comprenons que le flux du temps linéaire est un événement psychologique, que nous n'existons pas dans le temps, mais que l'éternité existe en nous. Cette conscience nous libère aussi bien de la mémoire du passé que de l'attente du futur. Nous faisons l'expérience de nous-mêmes en tant que champ, que possibilité éternelle, en tant que potentiel infini de tout ce qui a été, est et sera. Rumi a écrit un joli poème : « Loin au-delà des idées de bien et de mal existe un champ. C'est là que je te rencontrerai. » Prendre conscience d'être un champ est devenu aujourd'hui une quête spirituelle, et aussi une quête scientifique. Toute notre technologie actuelle — que nous utilisions des télécopieurs ou des ordinateurs, que nous parlions au téléphone ou regardions la télévision — se base sur les prémisses que la nature essentielle du monde matériel est en réalité non matérielle. Toutes ces technologies se fondent sur le déclin de la superstition que constitue le matérialisme dans un monde de technologie. La phase suivante consiste à réaliser que ces prétendus champs de force ou d'information sont en réalité des champs d'intelligence et de connaissance. Car lorsque l'information interagit sur elle-même dans la mesure où elle se produit en circuit fermé, influençant sa propre expression, vous ne pouvez pas l'appeler simplement information pure. Aujourd'hui, à l'âge de l'information, tout le monde comprend l'information. Mais la phase suivante dans l'évolution de cette connaissance est de comprendre qu'il ne s'agit pas simplement d'information mais d'intelligence, de connaissance, de conscience. Les champs de force de la nature sont des champs de force de la conscience. Ce sont des champs de force de la connaissance. Des champs de force de Brahman.

*SI. Un dernier commentaire ?*

D.C. Un proverbe védique dit, « Vous avez passé toute votre vie à être attentifs à vos expériences, mais jamais à vous-mêmes. » Faites attention à votre Soi en dehors du royaume de vos expériences, et vous y découvrirez la lumière, l'amour. L'amour un, l'amour de tout, la fusion dans l'amour pur et simple,

qui irradie de votre personne comme la lumière du soleil. Cet amour n'est pas un sentiment mais la vérité au cœur de toute la création. Il peut résoudre non seulement vos propres problèmes, mais les problèmes de l'humanité.

**Auteur** : Monte Leach, journaliste radio indépendant et éditeur de la revue Share International pour les Etats-Unis, il réside à San Francisco.

**Thématiques** : [Sciences et santé](#), [sagesse éternelle](#)

**Rubrique** : [Entretien](#) ()