



## A propos de SUBUD par Léonard Lasalle

Le mot est porteur d'un certain message, mais sa compréhension sera toujours relative à l'expérience de celui qui l'utilise. De même pour celui qui l'entend. Certains termes ne désignent pas la même chose pour tout le monde, ou ne peuvent être abordés par un seul biais. Aussi existe-t-il maintes manières d'aborder Subud, car il ne s'agit ni d'une religion, ni d'une technique ou d'un système. De fait, Subud procède directement de l'expérience de la personne qui le pratique, ce qui le rend accessible à tous ceux qui y consentent.

Subud est un mot très ancien, probablement antérieur à la langue sanscrite, qui signifie "complet", dans le sens que rien ne manque, rien ne peut être ajouté ou retranché. Le Tout y est. Mais ce terme ne signifie pas "fini" dans le sens d'un objet fabriqué et terminé car ce mot contient l'expression du mouvement, de la croissance, de l'évolution. Par la pratique du Subud, chaque personne évolue par rapport à sa nature propre, en harmonie avec son origine et sa raison d'être.

Dans notre société, beaucoup de personnes sentent qu'il leur manque quelque chose pour se compléter, pour se sentir chez elles à l'intérieur de leur être physique, émotionnel et spirituel. Subud peut être pratiqué par tous ceux qui ressentent le besoin de se réaliser dans l'éventail de leurs qualités latentes ainsi que dans la prise de conscience de leur monde spirituel.

Pour que chacun y trouve une réalité liée à sa propre expérience, remontons donc dans le temps, avant que le mot soit, c'est-à-dire avant l'usage des mots, souvent si trompeurs, à l'époque de notre vie antérieure à notre compréhension du sens relatif des mots. Au début de sa vie, tout être humain sans exception a "vécu" une expérience similaire : celle d'avoir "été", sans l'interférence des mots, dans un état de conscience profonde et réceptive. La vie même de l'enfant rend cette conscience existante. C'est un état dans lequel n'existent ni critique, ni jugement, mais simplement observation, attention, présence. Ce ne sont pas la volonté ou les efforts des parents qui ont créé cet état éveillé et réceptif de l'enfant : cette conscience existe à l'origine de la vie de l'être.

Chacun de nous est passé par une évolution semblable, de l'embryon à l'enfance. L'état d'être et de conscience n'était pas lié à une conception du choix ou du désir. Je parle ici de la conscience profonde intérieure, pas de la conscience qui est le fruit de la compréhension intellectuelle qui vient plus tard et qui est très relative, voire subjective. Chaque mouvement, développement, évolution, qu'il soit d'ordre physique, émotionnel, cérébral ou spirituel, est lié à un ordre de vie que l'on peut appeler naturel. Subud est cet ordre de vie naturel. A l'origine, dans l'être humain, tout est orienté vers un développement harmonieux. Cette conscience qui, à l'origine, faisait un tout chez l'enfant, s'estompe petit à petit, à mesure que le monde extérieur devient de plus en plus

influent. Il semble que la plupart des êtres humains perdent ce contact avec leur conscience d'origine. L'attraction vers le matériel, surtout de nos jours, y est sûrement pour quelque chose.

Mon observation me montre que beaucoup de membres à travers le monde retrouvent cette conscience "d'être" par la pratique du Subud. Cela se passe comme si ce qui s'était endormi se réveillait et, au départ avec une certaine paresse, se remettait à évoluer.

Cette conscience spirituelle qui, chez la plupart d'entre nous, est négligée, est toujours latente en notre être profond. Elle est accessible. Par la pratique du Subud, il nous est possible de créer un espace intérieur où cette conscience initiale nous permet de nous développer, comme à l'époque de notre petite enfance. Ceci ne se passe que si, pendant la pratique, nous sommes dans un état de consentement, de grande humilité, de sincérité, attentifs et réceptifs tout en "laissant faire", en suivant tout ce qui émane de notre intérieur profond, que cela soit sons, mouvements, sentiments, pensées ou simplement présence. Cet état de réceptivité à une permanence enfouie à l'intérieur de nous-mêmes nous amène à notre conscience initiale profonde, et nous conduit à suivre un processus intérieur qui ne vient pas de nos désirs, de notre ego, mais de l'ordre de la vie d'origine. Subud est universel, accessible à tous puisqu'il ne se place pas en conflit avec les "croyances" religieuses de la planète, voire avec les non-croyants, car la conscience d'origine n'a pas de croyance. Dans notre pratique, ni mots, ni dogmes, ni systèmes ; simplement, par un effet de contact, nous retrouvons cette voie intérieure qui est propre à chacun de nous.

Notre pratique consiste à nous rencontrer deux ou trois fois par semaine, 30 à 40 minutes à chaque séance. Nous laissons venir par le consentement cet espace intérieur nécessaire à la prise de conscience de notre monde profond. Alors, selon la nature de chacun, des sons ou des mouvements spontanés s'expriment dans le corps physique, des émotions et des pensées viennent de l'intérieur, se vivent spirituellement des résurgences de notre conscience d'origine.

Le groupe des hommes et celui des femmes sont séparés pour une raison purement pratique. Nous sommes plus à l'aise, surtout lorsqu'il y a son et mouvement, lorsque les deux sexes pratiquent séparément. Pour la plupart des membres qui pratiquent régulièrement, une prise de conscience s'éveille progressivement au fond d'eux-mêmes. Elle va changer tout leur être en l'élargissant et en le rendant plus réceptif à autrui. Aussi, au bout d'un certain temps, nous développons une certaine capacité à rétablir notre équilibre intérieur/ extérieur, en particulier dans les moments où nous nous éloignons de nous-mêmes.

Cette pratique, parce qu'elle ne vient pas de l'extérieur mais du plus profond, a pour effet d'apporter de la vie dans les parties de notre être qui étaient endormies, jusque dans celles que nous croyions être éveillées, et de mettre en évidence nos qualités tout en nous faisant prendre conscience de nos côtés négatifs. Ceci se produit toujours en accord avec nos besoins réels de changement et d'éveil, car cette évolution ne provient pas de nos désirs ou de notre volonté, mais d'une évolution naturelle et spontanée venant de notre essence.

Pour cela, nous n'avons ni maître, ni guru, ni directives provenant du dehors, seulement nos deux ou trois séances hebdomadaires. Ces séances peuvent être faites seul mais l'expérience nous montre qu'en groupe l'effet de contact facilite l'ouverture vers notre intérieur.

La pratique du Subud me fait découvrir le potentiel latent en moi et m'aide à le mettre en pratique, de façon à ce que chacun de mes mouvements et de mes actions soit en accord avec ma nature. C'est pour moi une renaissance constante où la vie courante et la vie spirituelle s'harmonisent

Voici maintenant quelques indications sur l'histoire et l'organisation de Subud dans le monde.

C'est un Indonésien, Muhammad Subuh Sumohadiwidjojo (Subuh signifie "aurore" en Indonésien) qui, à l'origine, a vécu une série d'expériences spontanées qui ont changé sa vie. Elles l'ont transformé à tel point qu'il est devenu un être remarquable de sagesse et de connaissance. Il a compris que ce changement, qui était si "complet" et bénéfique pour lui et son entourage, était en réalité accessible à tous ceux qui le demandaient.

D'Indonésie, à partir des années cinquante, Subud s'est répandu à travers le monde. Des membres Subud sont répartis dans environ 75 pays.

Notre organisation, nationale et internationale, est là pour servir nos besoins, pour nous mettre en contact les uns avec les autres et pour nous aider à écouter et à mettre en pratique les dons et les qualités de chacun. Les qualités humaines et les dons, que la pratique du Subud éveille parmi certains de ses membres, sont relayés par un engagement pratique, grâce à différentes structures qui facilitent l'épanouissement de ces aspirations humanitaires. Par exemple :

- pour la jeunesse;
- pour l'entraide;
- pour accompagner le développement de l'expression créatrice d'un individu ou d'un groupe dans la société.

Je crois important de rappeler au lecteur que la terminologie employée par la grande majorité des membres Subud provient du fait que Bapak (Muhammad Subuh Somohadiwidjojo) s'exprimait en indonésien. Certains termes indonésiens ont donc un usage bien établi parmi les membres et ne sont pas toujours faciles à assimiler pour beaucoup d'occidentaux.

Toutefois, le mot que nous employons le plus souvent, est le mot "Latihane", qui signifie pour nous ce qui se passe pendant notre pratique ; nous n'en avons pas trouvé d'autres pour le remplacer.

En vérité, en Indonésien ce mot veut dire "exercice" ce qui n'est certainement pas ce que nous faisons ; nous lui avons donné une autre signification que nous comprenons tous.

J'espère que cette explication sera claire. La réalité de l'expérience, qui est bien au-delà des mots, a apporté une nouvelle dimension à ma vie intérieure et à ma vie dans ce monde.