

## **Approche de la co-naissance L'actualisation de l'être par la contemplation**

Eric Forgues, PhD, praticien Healing Touch, Praticien et enseignant Reiki  
Dieppe (N.-B.), Canada  
[www.espacesacre.ca](http://www.espacesacre.ca)

*L'homme regarde la fleur, la fleur sourit  
Koan zen*

Ce texte vise à présenter une approche de la connaissance qui participe à la co-naissance du sujet et de l'objet. L'acte de connaissance dont il est ici question favorise la co-naissance dans les meilleures conditions lorsqu'il se fait contemplation. C'est dans la contemplation que le sujet et l'objet se révèlent et s'actualisent au mieux dans leur potentiel d'être. Cette approche suppose que le sujet est « en devenir d'être » pour reprendre l'expression d'Anick de Souzenelle (1999). Nous pourrions dire cela non seulement de l'être humain, mais de chaque être. Le champ du réel est interrelié et intégré dans un vaste mouvement d'êtres en devenir dans lequel la contemplation joue un rôle déterminant. Le regard contemplatif a la caractéristique de révéler et, ainsi, actualiser, le sujet et l'objet de la contemplation. La contemplation de l'être contribue à son actualisation. La méditation constitue la voie royale pour entrer dans cette modalité de la co-naissance. Ce type particulier de connaissance mérite qu'on s'y arrête pour comprendre les conditions favorisant cette co-naissance et les possibilités qu'elle offre.

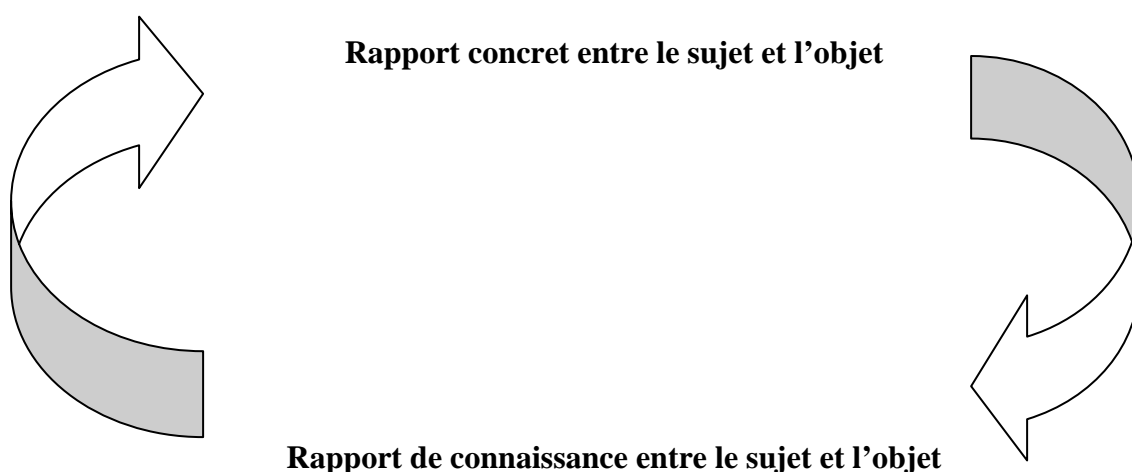
### **Sujet et objet de connaissance**

Nous partons de l'idée que le sujet et l'objet de connaissance sont dans des rapports plus vastes que le rapport strict de connaissance, et que ces rapports les influencent (les déterminent). Ces rapports influencent aussi la connaissance qu'a le sujet de l'objet. En retour, le mode de connaissance détermine la relation entre le sujet et l'objet.

Prenons l'exemple des sciences naturelles. L'homme a un rapport technique avec la nature qu'il transforme selon ses besoins. Ce rapport technique à la nature donne lieu à une connaissance instrumentale qui lui permet de manipuler et transformer la nature. La connaissance technique (scientifique) détermine sa relation à l'environnement (Habermas, 1968). Les limites de ce type de connaissance débouchent sur les problèmes environnementaux que nous connaissons. Le rapport concret entre l'homme et la nature (qui devient de plus en plus problématique et en crise) force ce dernier à transformer son mode de connaissance de la nature. Un mode de connaissance plus écologique de la nature découle de cette nouvelle relation – problématique – de l'homme à la nature.

Prenons les sciences sociales. Celles-ci ont montré que la connaissance pratique qu'a l'individu de la société est déterminée par son origine sociale et culturelle, de même que par ses rapports sociaux. La sociologie, par exemple, montre que la classe sociale détermine le point de vue que nous pouvons avoir sur la société. En retour, les connaissances issues des sciences sociales peuvent modifier les rapports sociaux entre les sujets. La connaissance de la société peut déboucher sur une forme d'engagement visant la transformation sociale. Le chercheur sait que son savoir n'est pas neutre, mais qu'il participe pleinement du mouvement historique de sa société, et peut y participer consciemment.

Bref, les rapports concrets du sujet et de l'objet de même que les rapports de connaissance entre eux sont dans des rapports de co-détermination.



Notre approche de la co-naissance part de ce postulat et en tient compte dans le mode d'élaboration de la connaissance. Il importe de reconnaître cette co-détermination dans le rapport de connaissance et de voir dans le mode de connaissance une dynamique vivante et réelle entre le sujet et l'objet pour en tirer toutes les conséquences. Cette approche se distingue de la science dure, qui tente de faire abstraction de l'imbrication du sujet et de l'objet dans le réel afin d'élaborer un point de vue objectif et élaborer ensuite des activités de manipulation instrumentale de l'objet. La relation entre le sujet et l'objet est abstraite du réel, tandis que dans notre perspective, le rapport vivant et réel entre le sujet et l'objet est pris en compte dans le processus même de connaissance.

En fait, le rapport de connaissance entre le sujet et l'objet contribue à leur co-naissance réciproque, particulièrement dans certaines pratiques contemplatives, telle que la méditation. La connaissance contemplative que développe un sujet sur un objet favorise l'actualisation de l'objet et du sujet. Les rapports de connaissance entre le sujet et l'objet sont des rapports de co-détermination et de co-création dans lesquels ils s'actualisent. En d'autres mots, le sujet s'actualise dans sa connaissance de l'objet autant qu'il facilite l'actualisation de l'objet de connaissance. Dans la contemplation, le rapport de connaissance participe de cette co-création.

Plus le sujet contemple un objet, plus ce dernier se révèle dans son essence, plus il a les conditions d'actualiser son essence. La connaissance est d'emblée liée à l'actualisation de l'être.

- La définition de l'essence d'un être se laisse saisir dans le mouvement de l'être en devenir qui se déploie en lui.
- Cette idée se vérifie dans le développement de l'être que permet d'actualiser le sujet contemplatif. Cependant, une des composantes de ce processus, qui relie le sujet à l'objet, fait appel à des réalités subtiles du réel, tels que les plans énergétiques (le chi notamment), que ne reconnaît pas encore la science occidentale.
- Le mode de connaissance dont il est ici question atteint sa forme achevée dans des formes contemplatives ou méditatives de connaissance qui inscrivent d'emblée le sujet et l'objet dans des rapports co-créatifs.

La co-naissance par la contemplation est un possible émancipateur latent dans chaque sujet : ce qu'elle dévoile est autant l'objet de connaissance que le sujet. Le rapport de connaissance participe donc d'une co-naissance où le sujet et l'objet se donnent naissance dans leur révélation réciproque. Cela apparaît plus nettement et dans une forme plus poussée dans les formes de connaissance contemplatives, empreintes d'une ouverture d'amour entre le sujet et l'objet, mais cela est aussi vrai de toutes les formes de connaissance. Chaque relation concrète entre le sujet et l'objet est le résultat d'un rapport de connaissance particulier et ce dernier est le résultat d'une manifestation concrète du rapport sujet objet. Cela signifie que l'évolution du sujet et de l'objet est liée à leur mode de connaissance. Ils forment un système qui dépend l'un de l'autre. Notre mode de connaissance du réel contribue à le reproduire, de la même façon que la reproduction du réel détermine la connaissance que nous en avons. L'approche de la connaissance nous permet cependant de nous libérer d'une conception et d'une structure figée de la réalité en reconnaissant qu'elle est en devenir d'être et en relançant cette dynamique si elle est bloquée. En contemplant le potentiel latent du réel, nous pouvons contribuer à l'actualiser pleinement.

Notre approche de la co-naissance prend acte de cette co-détermination et cette co-création entre le sujet et l'objet de connaissance.

- Elle postule une relation entre la réalité observée et la structure de conscience du sujet observant.
- Elle envisage la relativité de la connaissance en fonction de la structure de conscience du sujet de connaissance.
- Elle reconnaît que le développement de tout objet (nature, être vivant, être humain) est rendu possible en partie par la structure de conscience du sujet.
- Elle reconnaît que le rapport de connaissance entre le sujet et l'objet est un acte de co-présence et peut prendre la forme d'un mode communicationnel translangagier et transrationnel, plus proche de l'échange énergétique, voire spirituel.

Ce mode de connaissance découle d'un intérêt de connaissance qui vise l'individuation et l'actualisation des possibilités créatrices du réel. Lorsque le lien co-créatif entre le sujet et l'objet est reconnu dans l'acte même de connaître, le sujet peut mieux participer au mouvement de la création. Cela signifie qu'il se trouve dans une nature qui évolue non seulement en fonction de lois déterminantes et figées, indépendantes de lui, mais en fonction d'un potentiel créatif auquel il participe pleinement. Il participe à la création et exprime ainsi sa nature divine. Cette puissance créatrice peut se percevoir lors d'activité de co-naissance qui repose sur la contemplation et qui

fait apparaître le réel dans une forme jusqu'alors inédite ou imprévue par les lois déterministes de la science. Il est vrai que le pouvoir créateur peut aussi apparaître dans la reproduction du réel dans ses structures stables, mais lorsque des phénomènes surviennent sans qu'ils puissent s'expliquer par des déterministes connus, il nous faut alors nous tourner vers des déterministes qui font appel à d'autres facteurs. Par exemple, la guérison de certaines personnes par la prière ou des thérapies énergétiques s'explique par l'action de formes subtiles du réel, telle que le chi et l'intention du praticien, qui puisent en dernière analyse à une force créatrice. Le praticien de thérapie énergétique peut entrer dans une forme de contemplation et d'amour qui touche l'essence de la personne qui reçoit le traitement. Ce toucher subtil est une forme d'éclosion de vie vécue dans l'amour. Cette éclosion est une ouverture de l'être à une énergie de vie qui permet le rétablissement de la santé et de l'équilibre de la personne. Cette forme de guérison tend vers l'actualisation de la personne.

Le sujet méditant peut porter sa conscience sur un arbre par exemple. Plus il contemple l'arbre, plus il s'affranchit des perceptions figées qu'il peut s'en faire. Ces perceptions sont le résultat d'un apprentissage qui l'a conditionné à percevoir les arbres d'une façon particulière, à travers les sens et une conception mentale de celui-ci. Le sujet qui contemple un arbre découvre l'être unique de cet arbre. Il ne peut pas bien contempler un arbre s'il ne se défait pas, par le fait même, de la conception conditionnée qu'il a de lui-même et de sa façon de regarder le monde. Cela suppose inévitablement qu'il se défera des façons limitées qu'il a de se voir. Ce conditionnement contribue à limiter l'actualisation de l'être. Il est important de voir que ses limites ont en fait rendu possible la concrétisation d'actes créatifs passés. Elles ont permis de donner une forme concrète à un mouvement créatif antérieur. Elles sont un possible qui s'est manifesté mais une limite par rapport à ce qui ne s'est pas encore manifesté. Le processus créatif ne peut se produire de manière débridée. Le flot de la création doit pouvoir être mis en forme pour lui permettre de passer par toutes les phases de la manifestation : de l'intention, à la forme, au mouvement énergétique et à la manifestation physique. Chaque manifestation de la création forme un système qui structure le réel. L'arrangement de ce système met en forme le réel d'une façon déterminée. Il le rend possible tout en le limitant également. Lorsque le mouvement créatif se poursuit, il rencontre les limites du système et peut les dépasser. Dans le procès de la création, il arrive un moment où le sujet de connaissance doit lâcher la bride de la création. Lorsqu'il s'affranchit d'un mode de connaissance conditionné, c'est ce qui se produit. L'être n'est plus prisonnier d'un mode particulier de manifestation et de connaissance.

Pour en revenir au sujet qui médite sur un arbre, il peut ainsi en venir à voir l'arbre non seulement dans sa forme manifestée, mais dans son potentiel d'être. Il ne voit pas seulement l'arbre manifesté, mais l'énergie créatrice de l'arbre; l'arbre en devenir. Comme chaque être vivant, l'arbre est entouré d'un champ énergétique. Ce champ reflète en partie la partie physique et manifeste de l'arbre, mais une partie de ce champ reflète le potentiel de l'arbre. Le sujet méditant entre alors en contact avec la force qui donne naissance à l'arbre et qui le fait évoluer. Tout être est lié à une forme d'énergie créatrice non encore actualisée. Cette énergie peut servir, par exemple, si l'arbre est malade. Le sujet méditant peut contribuer à actualiser la force de vie créatrice de l'arbre. Plus il « connecte » avec l'énergie créatrice de l'arbre, c'est-à-dire avec l'énergie non manifestée, plus celle-ci est attirée par la présence d'amour du sujet contemplatif. C'est ce qui l'incite à se manifester et à relancer le mouvement de l'actualisation de l'être. L'énergie créatrice n'est jamais indifférente à un sujet qui vit dans la conscience de celle-ci. Si le sujet méditant entre dans une forme d'amour et exprime une intention d'actualisation de l'être en devenir, la présence du sujet méditant contribue à relancer le processus créatif de l'arbre. L'arbre

bénéficie d'un afflux énergétique et devient alors plus resplendissant. Sa beauté reflète une vitalité accrue. Dans sa dimension énergétique subtile, l'arbre a été touché par l'âme du sujet méditant. Les techniques de thérapies énergétiques (Reiki, Healing touch, etc.) font appel à ce genre de présence intentionnelle pour mettre le sujet en relation avec l'énergie de vie universelle entourant une autre sujet pour offrir une qualité de présence qui suffira à relancer le processus créatif de l'être.

Nous pouvons envisager la méditation contemplative comme une forme d'acupuncture ou d'acupression entre le sujet et l'objet. Le praticien d'acupuncture ou d'acupression sent bien sous son aiguille ou ses doigts quand l'énergie se remet à circuler. Le mal universel dont souffrent les individus est d'être coupés des circuits qui assurent les échanges énergétiques entre eux et les ressources inépuisables de la nature en énergie vitale. La méditation contemplative permet de restaurer pleinement les échanges énergétiques entre le sujet et la nature. Ultimement, il s'agit de reconnecter avec la source divine en soi et hors de soi, de devenir un canal de l'actualisation divine de l'être. Dieu retrouve ainsi son lien avec sa créature et elle-même retrouve son lien avec son parent. La contemplation devient alors révélation.

La contemplation révèle l'essence des êtres. Couche après couche, l'être se révèle et l'œil se nettoie de ce qui l'empêche de voir pleinement. Le sujet qui médite devant un arbre peut entrer dans une forme de contemplation profonde qui le met en relation avec l'essence de l'arbre. Pour cela, il doit entrer dans sa propre essence. Ce n'est que dans son essence, qu'il peut entrer en relation avec l'essence des objets qu'il contemple. Parvenu à ce point, les « objets » cessent d'être des objets. Ils sont des sujets en devenir. L'arbre contemplé se révèle progressivement sur un plan énergétique. Le champ d'énergie de l'arbre comporte toute l'essence de l'arbre en devenir. Plus nous contemplons l'arbre, plus nous le voyons se révéler dans sa beauté d'abord sur un plan énergétique puis, avec le temps, sur le plan physique. Ce regard contemplatif, et nous touchons là la puissance de l'amour, incite l'arbre à manifester son essence exprimée d'abord sur un plan énergétique. Le champ énergétique d'un être contient un potentiel créateur qui peut être réactivé. Le regard contemplatif, empreint d'amour et de compassion, favorise la re-naissance de l'objet. L'objet contemplé est touché par ce regard contemplatif et se révèle dans toute sa beauté, sa joie, et cela crée l'énergie nécessaire à l'actualisation de l'être.

---

### **Effet de l'actualisation de l'être par la contemplation**

---

Le sujet et l'objet expriment pleinement leur beauté

Le sujet et l'objet se découvrent dans leur potentialité d'être et peuvent l'actualiser

Le sujet et l'objet participent pleinement et consciemment au processus de création

Le sujet et l'objet se libèrent des conditionnements matériels et ceux relevant de la connaissance

---

Le rapport de connaissance entre le sujet et l'objet n'est donc pas un rapport abstrait du réel, un rapport purement idéal ou formel, mais un rapport agissant. La connaissance n'est pas séparée de

l'action ou du mouvement de l'être. Elle est agissante par ses propres qualités intrinsèques. Elle peut contribuer à figer le réel, lorsqu'elle se déploie dans les limites de celui-ci. La connaissance met alors en lumière les lois de fonctionnement du réel. Elle constitue alors une forme d'action stabilisatrice. Toutefois, elle peut aussi contribuer à sa transformation, voire à la création du réel.

La science actuelle contribue à reproduire le réel tel qu'il se révèle à l'entendement humain actuel. Certes, la science donne lieu à plusieurs transformations, mais celles-ci contribuent à la reproduction du réel dans sa forme connue actuelle. La science ne puise pas au potentiel créateur qui réside dans chaque sujet. Les transformations qui découlent de la science ne s'inscrivent pas dans l'intuition du mouvement créatif à l'œuvre dans l'univers. Les humains jouent aux apprentis sorciers en favorisant des transformations qui ne tiennent pas compte de l'équilibre sacré du réel. Les manipulations génétiques, par exemples, sont des formes de bricolage faites sur la nature par des humains qui sont coupés de son ordre sacré. On ne respecte pas l'harmonie naturelle lorsque nous intervenons ainsi dans la nature. Respecter l'harmonie naturelle ne signifie d'être condamnée au statu quo. Les humains peuvent contribuer à l'innovation en enlignant leur créativité sur le potentiel créateur qui réside dans la nature et le réel. Pour cela, il doit cesser de s'isoler de la nature.

### Caractéristiques de la connaissance contemplative

L'approche de la co-naissance que nous envisageons comporte certaines caractéristiques.

- a. Elle envisage des *rappports de connaissance synchronistiques* qui reposent sur une coïncidence (dans le sens que cela coïncide) entre un événement matériel et la vie spirituelle du sujet. La fonction de ce mode de connaissance renvoie au processus d'individuation du sujet (actualisation de soi) et de création du réel. La coïncidence éclaire le point de jonction entre le mouvement du sujet et celui du réel, entre la faculté connaissante du sujet et la réalisation du réel. Le jaillissement symbolique qui découle généralement de cette coïncidence révèle la conjonction entre l'esprit et la matière. Le mode de co-naissance synchronistique révèle une organisation du réel qui transcende le sujet et l'objet tout en les impliquant afin d'actualiser des qualités spirituelles du sujet qui lui permettront de participer plus consciemment à la création. Il souligne le fait que le sujet n'est pas séparé du mouvement du réel, mais qu'il en fait partie.
- b. Elle envisage une *dimension énergétique* qui relie les êtres dans leur dimension matérielle et spirituelle. L'approche de la co-naissance se fonde sur une sensibilité voire une compréhension de la structuration énergétique du monde et de son impact sur la relation entre le sujet et l'objet de connaissance.
- c. Elle envisage une approche fondée sur *l'amour* entre le sujet et l'objet de connaissances. En fait, le rapport d'amour est le rapport de co-naissance le plus apte à actualiser le sujet et l'objet. C'est dans l'amour que se révèle l'être du monde. Elle envisage aussi un *mode de connaissance contemplatif* ou mystique à l'intérieur duquel se révèle l'être dans son potentiel créateur et dans son devenir.
- d. Elle envisage un *mode de connaissance symbolique* qui repose sur un mode d'appréhension intuitif et direct de l'expérience, au-delà du langage et de la pensée rationnelle. Le langage et la pensée rationnelle interviennent après coup lorsque le sujet

veut partager son expérience, tandis que la contemplation intervient en amont du langage et de la pensée rationnelle.

- e. Elle envisage un *mode de connaissance esthétique* qui reconnaît que l'actualisation de l'être passe par l'actualisation de sa beauté et le développement du regard qui sait voir la beauté de l'objet.

Deux êtres humains qui méditent l'un sur l'autre amplifient la boucle actualisante de leur mouvement de l'être en devenir. La contemplation dans l'amour se situe au-delà de toute forme d'attachement et de désir, et se déploie dans le mouvement d'offrir au sujet contemplé les conditions de son actualisation, en commençant par la reconnaissance et le respect de sa liberté créatrice. Lorsque l'être puise à sa liberté et son pouvoir créateurs, lorsqu'en plus les autres lui reconnaissent cette liberté, et lui offrent l'espace et la possibilité de l'actualiser, nous avons réuni les conditions de l'actualisation de l'être.

Dans la contemplation, le sujet et l'objet participent de la co-naissance de façon consciente, en utilisant la force actualisante de l'esprit qui se manifeste dans les formes subtiles et néanmoins sensibles de l'énergie. Dès lors, la séparation entre le sujet et l'objet, qui sont au fondement de l'épistémologie occidentale des sciences et la vision mécaniste du réel, apparaît comme une illusion. Nous sortons d'une conception mécanique et physique du rapport entre le sujet et l'objet et entrons de plain pied dans une conception énergétique du rapport entre le sujet et l'objet, où ces derniers sont interreliés énergétiquement et insérés dans un vaste système énergétique.

Cette vision du réel nous incite à participer plus directement et plus consciemment au mouvement créatif de l'être en devenir. Le sujet peut le mieux participer au mouvement de l'être en devenir s'il prend conscience de ce lien énergétique qui le relie à tout ce qui existe. Cette vision change notre rapport à la nature, aux autres et à soi-même, d'abord en refusant de figer le réel dans sa forme apparente, en refusant d'isoler les parties du réel (y compris soi-même) de l'environnement, et en refusant de séparer la matière de l'esprit.

La relation sujet-objet proposée par la science occidentale a une certaine pertinence pour un monde qui se reproduit de façon stable. Cependant, il ne faut pas perdre de vue que le monde est en perpétuelle évolution et que nous n'avons pas encore saisi tous les ressorts de l'évolution. Il manque le ressort énergétique, comme nous l'avons dit, mais également le ressort créatif. Lorsque l'étude des phénomènes fait intervenir des lois de la physique sans que n'intervienne des phénomènes causés par des fluctuations de la conscience, de l'énergie et de l'esprit, la science semble expliquer le réel. Toutefois, ces phénomènes se produisent néanmoins dans un cadre spirituel (structure de conscience) déterminé qui contribue à lui donner forme. La stabilité de l'esprit donne l'impression que les phénomènes physiques se déroulent indépendamment de lui. Il suffit que notre conscience spirituelle change pour que les phénomènes physiques changent.

L'intelligibilité et l'origine causale du réel peuvent et doivent se saisir en intégrant la variable de la conscience dans la relation sujet-objet et en incluant l'enveloppe énergétique du monde physique. Le champ énergétique contient le monde physique en germe. L'intention du sujet crée la forme. L'énergie de la source créatrice suit le mouvement de l'intention en remplissant la forme d'un potentiel d'être qui peut dès lors trouver sa manifestation sur le plan physique. Le champ énergétique contient l'information (le code) du devenir de l'être manifesté.

Notre réflexion nous amène à revoir la relation sujet -objet. Le sujet observant exerce une influence sur l'objet dans l'action même de le connaître, rejoignant ainsi certaines conclusions de

la physique quantique. Par exemple, un praticien de thérapies énergétiques (Reiki, toucher thérapeutique) qui a bien saisi le rôle de l'intention et de l'énergie dans la manifestation physique du réel, peut agir sur lui en intervenant sur le plan de l'intention (intention de guérison), puis sur le plan énergétique en canalisant une énergie qui vient restaurer certains déséquilibres. La restauration énergétique de l'être trouve sa contrepartie sur le plan physique. Le physique s'ajuste au mouvement énergétique du corps.

### **Intention → Énergie → Changement physique**

#### **Le dépassement de la structure egologique de la conscience**

Cette approche de la co-naissance suppose d'envisager le dépassement de la structure egologique de la conscience et l'avènement d'une nouvelle structure de conscience, où l'ego se perçoit non pas comme une entité isolée du réel, mais comme étant inséré dans un champ énergétique et participant à l'actualisation du réel<sup>1</sup>. Il voit en quoi sa conscience est étroitement imbriquée à ce champ d'énergie qui l'entourne. Il voit que ses humeurs, ses fluctuations émotionnelles ou mentales ont un effet direct et immédiat sur le champ énergétique dans lequel il est inséré. En retour, les événements qui lui arrivent, apparemment indépendamment de lui, surviennent parce qu'ils sont en phase avec des « informations » énergétiques contenues dans son champ énergétique. Si ces informations ne sont pas intégrées, le sujet a l'impression de subir les événements qui lui arrivent comme par une forme de fatalité. Si elles sont conscientisées, les événements sont alors reconnus comme étant le reflet du champ d'énergie du sujet. Rappelons-nous que, comme l'affirme Jung, « Tout ce qui ne parvient pas à la conscience se manifeste sous la forme de destin ».

Les sujets peuvent se percevoir comme étant intégré dans des processus de co-naissance continu avec tout ce qui les entoure. Ils peuvent ainsi mieux participer au mouvement de l'être en devenant en ré-actualisant les processus créatifs qui sont souvent ralentis ou compromis en fonction d'une vision figée du monde, où celui-ci semble indépendant du sujet. Il n'en est rien : le sujet et le réel sont étroitement imbriqués et la connaissance que détient le sujet sur le réel contribue à actualiser ce dernier tout en s'actualisant lui-même au cours de ce processus. À nous de récupérer leur pouvoir créateur et de retrouver leur place dans la création qui est toujours en cours.

#### **Références**

Habermas, Jürgen (1968), *Connaissance et intérêt*, Paris, Payot.

Souxelle, Annick de (1999), *Job sur le chemin de la lumière*, Paris, Albin Michel.

---

<sup>1</sup> La structure egologique de conscience réfère à la structure de conscience généralisée en Occident