



# La Lettre Soufie



Juillet/Aout 2002

N° 4

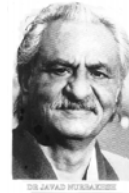
*La Lettre Soufie regroupe quelques articles sur le soufisme selon quatre thèmes principaux, poème, article général, discours du maître de l'ordre Nematollahi Dr. Nurbakhsh et histoire. Elle est publiée bi-mensuellement et reflète le contenu du site web Le Journal Soufi ([journalsoufi.multimania.com](http://journalsoufi.multimania.com)).*

## Sommaire

<b>Discours</b>	<b>1</b>
S'associer avec l'Océan	
<b>Histoire</b>	<b>3</b>
Tuer son ego	
<b>Poème</b>	<b>4</b>
La bonté du Maître	
<b>Article</b>	<b>5</b>
Le Soufisme (suite...)	
<b>Humour</b>	<b>8</b>
Mulla Nassrudin	

## S'associer avec l'Océan: Devenir le disciple d'un Maître

Par Dr. Nurbakhsh



Se choisir un maître c'est comme chercher à s'associer avec l'Océan.

Pour être capable de s'asseoir au bord de l'Océan, il faut qu'un individu possède un cœur comme l'océan, et qu'il puisse recevoir tout ce qui vient de l'Océan de bon cœur. Ceux qui arrivent près de l'Océan doivent être conscients des points suivants:

1. L'Océan est assailli par toutes sortes de tempêtes, dont on ne doit pas s'effrayer. Autrement dit, le disciple ne doit pas être offensé par la dureté et la colère du maître, mais doit plutôt voir grâce et colère du maître comme les deux facettes d'une même pièce, et aimer autant les deux aspects.
2. L'Océan est rempli de "requins" rapaces dont on ne doit pas avoir peur.
3. Les lois de l'Océan ne sont pas les mêmes que les lois morales du monde d'ici-bas. Ce qui veut dire que le maître est loin au-dessus de la notion de

bien et de mal, qui sont des concepts qui appartiennent aux gens de ce monde. Comme le poète Maghribi l'a dit:

*Ce qui est de l'athéisme pour la société*

*est religion pour nous;*

*Le goût amer de ce monde*

*A notre palais est doux.*

4. Si le comportement et les attributs du maître ne sont pas acceptables par le disciple, c'est parce que ce dernier n'a pas la sagacité du maître et n'est pas capable de comprendre son propre monde. C'est la signification de l'expression: "L'athéisme du maître est la foi du disciple". Ce qui veut dire que le vrai disciple est celui qui a la foi dans l'athéisme du maître, certain que quelles que soient les actions du maître, celui-ci sait ce qu'il fait. Par conséquent, le disciple sincère ne questionne jamais le maître.

5. Le disciple ne doit jamais s'attendre à ce que le

comportement de l'Océan obéisse aux règles et lois de ce monde. Autrement dit, le disciple ne doit pas imposer au maître les us et coutumes auxquelles il est attaché. Le danger est que les disciples jugent les actions du maître par rapport à leurs propres attentes, et commencent alors à le critiquer.

6. Sur la voie, ou dans l'"association avec l'Océan", on ne doit pas se préoccuper de ce qui nous arrive, mais plutôt supporter les aléas de la vie et

les accepter pleinement. Comme le dit Maghribi:

*Ne demande rien sur l'approche  
du séminaire*

*Ou la méthode de la khaneqah;*

*Va au-delà de l'approche et de  
la méthode.*

*Lorsque tu marches avec  
sincérité sur la voie,*

*Laissant ton intellect derrière-  
toi,*

*S'ils volent ton chapeau, n'en  
demande pas la raison.*



## Tuer son ego

Extrait du Mesnevi de Rumi.

Une nuit, parcourant les rues, un fakir vagabond se retrouva face à un jeune homme se tenant devant le corps ensanglanté d'une femme morte.

"Nom de Dieu, qu'avez-vous fait ?" laissa-t-il échapper, sans même réfléchir. "Quel est ce malheur ?"

"Ceci n'est pas un malheur. C'est le corps de ma mère que je viens de tuer".

"Tuer ? Comment avez-vous pu tuer votre propre mère ? N'avez-vous point conscience du respect et de l'honneur que l'on doit à sa mère, sans parler de l'abomination d'une telle action ? Qu'a-t-elle bien pu faire pour mériter un tel traitement ?"

"Elle a fait une action tellement mauvaise, que cela a sali son propre nom...ainsi que le mien. Je suis rentré à la maison il y peu de temps, pour la trouver enlacée nue dans les bras d'un homme auquel elle n'était pas mariée. Ainsi, je l'ai tuée afin que sa tombe cache sa honte".

"Et bien, dans ce cas," dit l'étranger avec un haussement

d'épaule, "j'aurai plutôt tué son partenaire dans ce péché".

"Mais alors," répondit l'autre, "j'aurai dut tuer quelqu'un de nouveau chaque jour

En tuant ma mère, j'ai évité de faire couler le sang d'une multitude d'autres personnes. N'est-ce pas mieux de ne couper qu'une seule gorge, plutôt qu'un si grand nombre ?"

O lecteur, cette mère de mauvaise nature, dont les vices peuvent être trouvés dans les moindres recoins, c'est ton propre ego. Viens donc et tue-le, car à cause de cette vile créature, à chaque moment tu t'attaque à quelqu'un de réellement vénérable.

A cause de cet ego, ce monde juste est devenu étroit et rempli de chagrin pour toi; à cause de cette folie, à chaque moment tu es en guerre avec Dieu et l'homme. Cependant, en tuant cet ego, tu te délivreras de tout ça et tu ne devras plus t'excuser constamment: car plus personne sur cette terre ne sera ton ennemi!" (Livre II, lignes 776-785).




---

*" A cause de cet ego, ce monde juste est devenu étroit et rempli de chagrin pour toi "*

## La bonté du Maître

Dr. Javad Nurbakhsh

Poème : Divan NURBAKHSH traduit du persan PP140

Mon cœur ne se calme pas  
Il est otage de son lasso  
Si le cœur ne meurt pas dans  
cette épreuve.

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Dans cette tache sa douceur  
est le remède  
La brûlure du cœur n'a pas de  
limite  
Tant que jaillit la flamme

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Mon Dieu rend moi plus  
amoureux  
Eloigne l'intellectuel de ma tête  
Je suis sincère crois moi

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Je n'ai plus de tête à enivrer  
Je n'ai que la pauvreté  
Si je n'ai plus d'existence

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Je bouscule toute forme  
d'intelligence  
J'offre ma tête jusqu'à la folie  
Et je m'accorde à être étranger  
au monde

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Je suis souffrant sans cœur  
Je suis détaché de l'eau de la  
boue  
Bien que ma récolte ne soit  
aucun produit.

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Je suis un pauvre sans aucune  
opulence  
Je suis amoureux de la douleur  
et du fléau  
Je suis atteints par son amour

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Sil le cœur se cabre  
S'il est envolé de mon toit  
Il se réfugie dans sa passion

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Le cœur veut devenir l'habitant  
de son quartier  
Pour qu'il voit le soleil de Son  
visage

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Je suis la bougie  
Je suis le papillon  
Je suis le trésor  
Je suis la reine  
Je suis étranger à moi même

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*

Alors je suis mendiant de son  
amitié  
Jour et nuit je suis dans la  
jouissance  
Tout ce que je puisse dire de la  
bonté

*C'est la bonté du Maître  
C'est la bonté du Maître*



## Le Soufisme

Par Dr. Nurbakhsh

Extrait de la revue « Le Monde Islamique », Dhulhijja 1390  
(Suite de l'article du numero 3 mai-juin 2002)

### La tariqat dans le soufisme

Le soufisme exige de celui qui se sent appelé à suivre sa voie une discipline, une ascèse, qui l'amènent à une complète réorganisation intérieure. Il s'agit, en vérité, d'une véritable « naissance » spirituelle. Tout ce que comporte cette rénovation de l'individu (la Voie elle-même, le travail qui s'effectue en profondeur, les techniques qu'il implique et ses différentes étapes) s'appelle Tariqat.

Le terme de Tariqat désigne donc un tout, et ses divers sens sont entendus par le soufi comme les différents aspects d'une même notion. Ce n'est donc que par un artifice, par un effort d'analyse et d'abstraction que l'on peut séparer les multiples facettes de la Tariqat. Dans l'expérience vécue, ces facettes ne sont pas distinguées les unes des autres.

### Les conditions de base

Nous avons vu dans un articles précédent (cf. Qu'est-ce que le soufisme) que le « Talab » est indispensable. Cette nécessité de « l'aspiration » écarte d'emblée la simple curiosité, ou des motivations insuffisantes. Or, trop souvent, des personnes se méprennent sur leurs propres sentiments. Non seulement l'aspirant doit savoir que le soufisme n'est pas une philosophie ou une technique de culture psychique en vue de mieux réussir dans la vie, (ce serait aller à l'encontre du vrai soufisme !) mais les raisons qui poussent à suivre la voie doivent être « pures ». Il ne peut en être

autrement puisque le soufisme est d'abord renoncement : renoncement aux biens de la vie future, pour l'amour de Dieu, par amour pour Dieu, en l'amour de Dieu.

La première des conditions est donc la Foi, le désir de se fondre en Dieu, ou du moins l'ardente inclination vers Dieu rendant tous les sacrifices légers.

En liaison avec cette donnée primordiale, la Volonté est la seconde qualité indispensable chez le disciple. Car c'est par la Volonté qu'il doit se libérer des ses passions, de ces conflits psychiques, qu'il doit se dépouiller du « vieil homme », exterminer ses tendances diaboliques. Dans cette lutte le pèlerin ne fait que respecter le verset coranique 53/39 et 40 :

« L'homme ne possèdera que ce qu'il aura acquis par ses efforts. Son effort sera reconnu et il sera ensuite pleinement récompensé ».

Le but vers lequel tend le pèlerin, c'est à dire l'acquisition des qualités divines, ne s'obtient que par l'Attrait Divin et la tension de la volonté individuelle, du moins au début de la Tariqat. Dans les étapes supérieures, quand le soufi s'est revêtu des attributs divins, il s'aperçoit alors qu'il n'y a plus participation de sa propre volonté.

### Les traditions et le qotb

Nous avons dit ailleurs que la présence d'un Qotb, d'un maître est absolument indispensable au disciple. Dans la Tariqat le rôle du Qotb est multiple, et, sauf cas exceptionnel, nul ne peut s'en




---

*“ L'homme ne possèdera que ce qu'il aura acquis par ses efforts. Son effort sera reconnu et il sera ensuite pleinement récompensé ”  
- Coran, 53/59/40*

passer. On est autorisé, grosse mode, à distinguer quatre fonctions importantes du Qotb, données par Dieu :

a) Le Maître est un guide qui montre et explique la Voie. Aucun texte, aussi complet soit-il, ne saurait suppléer un Maître vivant qui adapte l'enseignement au disciple.

b) Le Maître contrôle le comportement du disciple, aide ce dernier à liquider ses complexes, ses conflits...

c) Le Maître infuse à son disciple l'énergie dont il a besoin pour surmonter les obstacles, et lui prodigue les conseils nécessaires.

d) Enfin le Maître est indispensable intermédiaire entre Dieu et le disciple pendant une bonne partie de la Tariqat. Son rôle s'exerce tant sur le plan psychologique que sur le plan spirituel.

La Tariqat recèle, par conséquent, un aspect humain singulier qui est la relation du disciple avec son maître. Il faut que l'Aspirant ait la confiance en son Qotb, basée sur la conviction que si Dieu veut son maître le guidera vers le but final et la perfection désirée. A son tour, le Qotb doit voir en son disciple un être désireux d'atteindre ce but, un « amoureux » plein de dévotion et digne d'être guidé. A la suite de cette entente réciproque entre le maître et son disciple, celui-ci est placé dans la position du « repentir » : tout ce qu'il a commis auparavant sera négligé, à condition que désormais il cessera de penser à des passions et à des actes prohibés. Dans le monde du soufi, l'entrée dans le cercle du tasawwuf est considérée comme une seconde naissance. Un Hadith Nabavi apporte en

témoignage cette parole de Jésus : « N'arrive pas à l'apogée de la Création celui qui n'est pas né deux fois ». Pour les Soufis tout Aspirant doit donc subir deux naissances. La seconde, plus difficile, est le transfert du monde matériel et sensible à celui de l'Amour, de l'affection, de la dévotion...

Grâce à Dieu, après avoir fait acte de repentir, le disciple se voit attribuer l'honneur de la part de son Maître, de pénétrer dans le domaine glorieux de l'apprentissage du tasawwuf. C'est alors que le programme de la Tariqat lui est révélé...

...toute la vie extérieure et intérieure du disciple doit être réglée par l'Islam...

Comme on le voit, la Tariqat comporte l'observation d'un certain nombre de Traditions qui se centrent sur l'Islam et reposent sur la parole divine, dont l'énonciation est le Coran.

### Les étapes de la Tariqat

L'ascension spirituelle, comme tout ce qui relève d'un domaine immatériel est malaisé à décrire, d'autant plus que ses modalités varient suivant les individus...

La première étape de l'ascension consiste à se débarrasser des mauvaises qualités. Nous l'avons déjà dit, c'est à ce stade où l'on s'attache surtout à liquider les conflits psychiques, les complexes et les tendances passionnelles des disciples. Dans cette étape, qui comporte un aspect psychothérapeutique, un problème qui attire l'attention des Qotbs et qui intéresse également de nos jours les psychanalystes (mais le point de vue de ces derniers est différent puisque l'élément spirituel est absent de leurs préoccupations), est celui des rêves. Le Maître utilise l'analyse



des rêves et des paroles, etc. pour « guérir » ses disciples. Comme en psychanalyse, personne d'autre n'en a connaissance.

Ainsi donc la Tariqat implique un programme de psychothérapie qui varie selon le disciple. J'insiste sur un point : la psychanalyse telle qu'elle est conçue de nos jours ne saurait être comparée avec l'action d'un vrai Qotb qui est considérablement plus vaste et pénètre dans des domaines inconnus des psychanalystes. La comparaison ne pourrait être valablement faite que dans les limites communes aux deux techniques.

Parallèlement à une surveillance étroite du psychisme, le Soufi est soumis à une surveillance de son état physiologique. La nourriture que le salek absorbe doit convenir à ses besoins réels et au but qui lui est proposé... Il convient alors d'anéantir ces impulsions pour rendre au salek son équilibre psychosomatique.

Corrélativement une action spirituelle est entreprise pour le remettre en état de continuer son chemin vers la transcendance soufie. Mais en temps normal le soufi considère qu'il lui est nécessaire de recourir à une nourriture parfaitement équilibrée pour fournir à son corps l'énergie dont il a besoin. Tout dépend donc de l'utilisation de cette énergie. Suivant le mot de Mawlavi ce que le vrai soufi mange « se transforme en lumière », alors que chez la plupart des humains l'énergie alimentaire ne sert qu'à soutenir les passions et à exciter les instincts sans aucun contrôle.

L'excès, la systématisation sont préjudiciables. Certains philosophes croient que l'ascétisme crée la force

nécessaire à la purification de l'individu. Il est vrai que les macérations mènent l'homme à un état d'esprit où il trouve plus de facilité à la connaissance des choses. Nous utilisons ce pouvoir à bon escient, mais nous pensons qu'il faut éviter une attitude anti-naturelle. Le remède appliqué, il faut revenir à la normale, sinon on obtient l'effet contraire à celui qu'on attend : Le « temporel » redeviendrait une préoccupation encombrant la conscience alors qu'il faut se libérer de ce genre de souci matériel.

Un des résultats de l'attention constante à la divinité est, en premier lieu, la création chez le disciple d'une noble réflexion. Le disciple qui avait auparavant des pensées douteuses ou disséminées, arrive à une concentration remarquable sur un seul point qui est Dieu. Le disciple n'épuise plus son énergie en la dispersant sur des sujets variés. Tout au contraire, il puise des forces dans la réflexion sur le canal de la divinité et se voit ainsi doté d'équilibre, de calme et de sécurité.

Au troisième stade le disciple efface son Moi personnel jusqu'au point de ne plus en trouver trace en lui-même...

Il est un autre point qui préoccupe parfois les esprits curieux : quelle est la part de l'effort volontaire du salek dans son ascension mystique ? Il est certain que pendant le parcours d'une bonne partie de la Voie, la volonté joue un rôle important, car l'individu est normalement dans un état de guerre intérieure contre ses passions et ses instincts dont il doit se délivrer. Ceci est en pleine conformité avec le Coran. Il y a donc à la base une doctrine de la volonté individuelle, volonté liée à l'Attrait Divin...



A ce stade le soufi n'est plus que l'instrument docile de la Volonté de Dieu. C'est la pure volonté divine qui agit.

A cette étape le soufi n'a plus d'existence propre, sa personnalité est totalement occupée par le Bien-Aimé.

Le soufi à ce stade est mort à lui-même pour se trouver dans la contemplation totale de la divinité...Le disciple est proprement noyé dans la mer profonde des actes divins. Sous son aspect intérieur fana consiste en la constante contemplation des qualités divines. La destruction personnelle étant complète, il y a annihilation en profondeur de la conscience psychique personnelle...

#### **Le phénomène de transfert et son effet sur la vie spirituelle**

Il ne fait aucun doute que le phénomène de transfert qui intervient en partie dans la relation entre maître et disciple était connu des maîtres complets du soufisme avant que Freud n'en fasse lui-même la découverte et ne la divulgue sur le plan scientifique. Mais la ligne de démarcation entre Eradat et transfert est un peu plus délicate à discerner. Seuls, les maîtres complets sont capables d'opérer cette distinction, de saisir les nuances de ces phénomènes complexes et de les utiliser à bon escient. Mais l'on est obligé de reconnaître que le nombre de ces maîtres, à chaque époque, a été très restreint. Il faut convenir aussi que, souvent, des maîtres incomplets et leurs disciples ont fait des confusions regrettables, faute de pouvoir séparer les domaines de ces deux phénomènes.

Sans se rendre compte des racines des mécanismes psychiques profonds, ces maîtres

incomplets ont abusé de leur pouvoir pour en tirer profit : de là les divergences entre certains groupes se donnant le nom de Soufis. Comme dit Roumi (Mathnavi, Ed. Elmi, page 7) :

« Tout le monde est dans l'erreur à cause de ceci :

Peu d'hommes ont connu les amis de Dieu ».

Les « malades de l'âme », du nom de « morid », ont été parfois en relation avec des morads(s) incomplets à travers le phénomène de transfert. Ceux-ci les ont attirés vers eux, oublieux de leurs responsabilités et inconscients de leurs véritables motivations. Peut-être ces maîtres incomplets ont-ils cru être des « amis de Dieu » parce que leurs disciples leur ont attribué des miracles et des intuitions divines qui n'étaient, en réalité, que des effets de transfert. Ils pouvaient donc se sentir, en toute sincérité, confirmés dans leurs prétentions. C'est ainsi que le cercle vicieux de leur relation, psychologique erronée subsistait indéfiniment. Pour Roumi : (Mathnavi, Ed. Elmi, page 368) :

« En vérité, ces corbeaux imitaient la voix des faucons ! »

Le résultat de cette sorte de relation était que ces maîtres demeuraient incapables de « forger » des fils spirituels pour en faire des Maîtres véritables : ils avaient seulement accordé leur succession à des « fils naturels ».

Généralement les vrais maîtres n'ont accepté comme disciples que ceux qu'ils avaient vue à l'abri des perturbations de l'âme impérative, et capables de se libérer de leurs tendances égocentriques. Cependant quelques rares maîtres parfaits n'ont pas hésité à admettre auprès d'eux de vrais morids(s)



*« Tout le monde est dans l'erreur à cause de ceci : Peu d'hommes ont connu les amis de Dieu »  
- Rumi*






---

*“Les petites rivières se plaignent des pierres, tandis que les océans les avalent sans les voir ! ”*  
- Reza Quoli-e

qu'ils ont formés non seulement dans le domaine de la psychologie abyssale, pour les délivrer de l'âme impérative, mais également dans celui de la sphère spirituelle pour les conduire à la complétude...

Le poète Reza Quoli-e Hedayat disait à ce sujet : « les petites rivières se plaignent des pierres, tandis que les océans les avalent sans les voir ! »

C'est en vue de cette expérience pédagogique que les grands maîtres du passé étaient obligés de créer, dans leurs ordres, une classe préparatoire ayant pour but le traitement des maladies de l' « âme impérative ». Le maître parfait ou « médecin divin », avant d'admettre les disciples dans le cercle soufi, guérissait ces malades de l'âme au moyen du phénomène de transfert. Une fois guéris, ceux-ci retournaient à leurs occupations normales ou bien, si par volonté divine l'Eradat venait à atteindre sa pleine réalisation...

Il n'y a pas de similitudes authentiques et profondes entre le tasawwuf et la psychanalyse,

mais seulement quelques points de coïncidence tangentielle intéressants.

La psychanalyse se propose de ramener à la santé psychosomatique l'homme malade, alors que le but du soufisme est de rendre parfait l'homme sain. La relation entre le psychanalyste et le malade qu'on appelle phénomène de transfert est un processus psychique du monde contingent, accidentel et temporel, tandis que dans le soufisme cette relation est enveloppée par l'Eradat qui est une donnée spirituelle du monde de la réalité et de l'éternité.

A cause du phénomène de transfert, qui joue un rôle certain au début de l'initiation soufie, des guides incomplets ont eu la prétention d'être des maîtres parfaits, attirant ainsi des hommes sans expérience dans leur sillage. Leurs erreurs ne mettent que mieux en lumière l'admirable parti qu'ont su tirer les maîtres parfaits d'une technique psychanalytique pratiquée par les soufis avant sa découverte en Occident.

## Histoire de Mulla Nasrouddin

Un jour Mulla a reçu des conseils de son père:

- "mon fils, tu devrais te lever de bonne heure tous les vendredi matin car c'est vraiment une chance d'en faire autant".

Mulla lui a demandé :

- "donnes moi une preuve qu'il en est ainsi, père".

- "certainement" a répondu le vieux, "le vendredi passé par exemple je suis sorti de bonne heure pour aller à la mosquée et en route je suis tombé sur un porte-monnaie contenant cinquante milles pièces d'argent".

Mulla a alors demandé:

- "mais qui t'a dit que le porte-monnaie n'était pas là déjà la veille et qu'il aurait été perdu le jeudi soir".

son père a répondu:

- "je suis passé au même endroit à minuit après la cinquième prière et il n'y était pas, il a donc été perdu le matin même".

Mulla a fini par conclure:

- "eh bien mon père c'était sans doute une grande chance pour toi mais ce n'en était pas une pour celui qui a perdu le porte-monnaie ce matin-là alors ce n'est pas une chance pour tout le monde de sortir de bonne heure le vendredi matin, n'est-ce pas ?"



## La Lettre Soufie



Publication bimensuelle  
sous format  
électronique

### E-MAIL:

[journalsoufi@hotmail.com](mailto:journalsoufi@hotmail.com)

### WEB

[journalsoufi.multimania.com](http://journalsoufi.multimania.com)

---

### Appel a participation!

*Visitez notre site web et  
soumettez vos propositions  
d'articles sur le soufisme.*

### *A propos de la Lettre Soufie...*

La Lettre Soufie est une compilation d'articles récents publiés sur le site web [journalsoufi.multimania.com](http://journalsoufi.multimania.com) et distribuée électroniquement. La plupart des articles sont des traductions d'articles écrits en anglais et en persans dans le magazine Sufi (<http://www.nimatullahi.org/MAG.HTM>)

**LA LETTRE SOUFIE**  
**LETTRESOUFIE@BIGFOOT.COM**  
**HTTP://JOURNALSOUFI.MULTIMANIA.COM**

