



« Il faut qu'on remplisse, il faut qu'on remplace le vide qui prend toute la place... »

-Locolocass

Remplir...

Télévision, iPod, radio, ordinateur... Journaux, romans, spéciaux des circulaires... Travail, transport, tâches ménagères... Clubs sociaux, messes, repas en familles... Prendre son bain, aller à la toilette, brosser ses dents...

Notre vie est une constante occupation qu'il faut entretenir et très rares sont les moments où nous profitons du fait de n'avoir rien à faire. Entre honorer nos « obligations » sociales, financières et morales, jouir d'un quelconque divertissement, rencontrer des gens, dormir et manger, nous n'avons pratiquement aucun temps libre. Après tout, il faut bien faire la lessive, préparer les repas et nourrir le chat... aussi.

Cette danse effrénée, par sa nature répétitive et par sa constance, régit notre existence. Les événements arrivent les uns après les autres et nous sommes constamment interpellés à y répondre. Nous avons été habitués et accoutumés par la socialisation moderne à constamment « voir à nos occupations ». C'est ainsi, sans plus.

Par-delà nos « obligations » quotidiennes, bien que nous rêvions tous de « prendre des vacances », d'arrêter le temps et de profiter de la vie, nous avons la fâcheuse tendance à

remplir systématiquement tous les « temps morts » de notre existence en nous trouvant « quelque chose à faire » : repeindre la salle de bain, laver la voiture, reprendre un vêtement... Visiter un musée, aller au cinéma, magasiner...

Après tout, il faut avoir du « vécu ». N'est-ce pas ainsi que s'acquiert la sagesse?

Lorsque, par malheur, le temps s'arrête tout à coup de lui-même, c'est-à-dire lorsque nous « tombons entre deux » et que pour un bref moment rien n'est au programme, nous nous retrouvons devant un vide : c'est l'ennui et il n'y a soudainement « rien à faire ». Quel malaise! Pour peu que nous sortions de cette frénésie de constante agitation, nous perdons l'équilibre et vacillons comme attirés par un effroyable vide, et la question de surgir : que faire?

N'importe quoi, mais faire quelque chose!

En effet, nous semblons souffrir d'un insatiable besoin de sensations, nouvelles ou renouvelées, afin de nous sentir vivant, de « remplir notre vi[d]e ». Et lorsque nous en sommes privés, nous nous réfugions dans les films, la musique, les romans ou les jeux vidéo, et nous vivons ainsi d'autres sensations, pour ainsi dire, par procuration. Il n'y a qu'à observer la panoplie incroyable des divertissements offerts par la société actuelle pour réaliser à quel point notre désir de combler un vide est prédominant. Pour utiliser l'expression de Guy Debor, nous vivons littéralement dans la « société du spectacle » (ouvrage disponible dans la [bibliothèque](#)).

Et, bien entendu, lorsque tout ceci n'est plus suffisant, nous optons pour des sensations plus fortes : du bungee aux perversions sexuelles, tout est matière à combler un quelconque vide. Le récent business des rapt volontaires en dit long à ce sujet : [payer une entreprise plus de 1000\\$ pour vivre l'expérience d'un enlèvement](#) relève d'un étrange besoin de vivre n'importe quoi... à n'importe quel prix.

Mais cette mécanique de remplissage, cette addiction à l'occupation est aussi apparente, voire très apparente, dans nos discussions où le silence est redoutable. Nous préférons raconter en long et en large chaque événement de notre journée tout en n'omettant aucun détail inutile et/ou insipide : prix exact de la chaussure, heure précise de l'achat, tout ce que nous avons fait avant et après, etc. Et dès que le silence ose s'immiscer dans la conversation, et comme il n'est pas bavard, il faut trouver autre chose : il y avait aussi le vendeur de chaussures qui portait une étrange moustache qu'il avait la manie de tourner puis retourner...

...le vide...

Mais quel est donc ce vide oppressant que nous tentons sans cesse de combler par notre verbomotricité omniprésente et notre propension à nous affairer, souvent inutilement, telle une fourmi fourmillant son quotidien? Y aurait-il en nous un gouffre si profond et si persistant que nous n'arrivons à remplir que momentanément à coups d'occupations et de distractions?

Dans nos sociétés modernes, dont le caractère est principalement matérialiste, le système s'auto-alimente : nous travaillons à construire des objets ou mettre en place des services de maintenance pour ces objets afin gagner des billets que nous échangeons ensuite contre des objets ou des services. Notre attention est donc constamment dirigée vers l'extérieur, vers ce qui se touche, se voit, se goûte, etc. Plus nous bâtissons d'infrastructures matérielles, plus nous créons d'objets, plus nous devons les entretenir: remplacer une poutre, épousseter, etc. Et cette focalisation sur le monde extérieur devient rapidement une habitude au détriment de notre monde intérieur qui, laissé à lui-même tel un enfant abandonné, se meurt peu à peu. C'est cette lente agonie de l'âme ne recevant pas sa nourriture quotidienne qui crée en nous une sorte de trouble-panique lancinant, un constant sentiment « de manque ». Et bien que ce cri vienne de l'intérieur, bien que le malaise provienne de notre être lui-même, nous répondons invariablement à cet appel à l'aide par l'ajout d'un baume extérieur : le gadget dernier cri, la nouveauté du box-office ou encore la substance psychotrope. Nous avons été si conditionnés, dès l'enfance, au « [rêve de la planète](#) » matérialiste que **les remèdes que nous appliquons à notre mal-être sont en réalité la cause première de celui-ci.** Comme l'alcoolique qui, dans l'histoire du [Petit Prince](#), boit pour oublier qu'il a honte... de boire :le cercle se referme sur lui-même et nous nous emprisonnons dans une dynamique sans fin.

...qui prend toute la place

Est-ce qu'un « vide » peut « prendre toute la place »? Ce n'est là qu'une question de sémantique car certaines choses « brillent par leur absence ». Et c'est exactement par son manque de présence que la profondeur intérieure impose son omniprésence, c'est-à-dire que notre combat incessant visant à conserver l'illusion de « l'extérieur providence » trahit la présence d'un gouffre intérieur non comblé.

Il est très difficile de se rendre compte à quel point notre agitation mentale et physique est

sans fin. Bien que le [rappel de soi](#), la méditation et une [dynamique de communication adéquate](#) soient des techniques qui peuvent nous permettre de nous rapprocher de cette réalité, il n'est paradoxalement pas aisé d'utiliser une certaine quantité d'énergie afin de ralentir le rythme auquel nous dépensons cette même énergie.

« *Au mâcheur de gomme, je dirai ceci : il y a autre chose à faire de cette énergie* » disait Vernon Howard avec raison.

Il n'y a pratiquement pas un moment de notre journée qui ne soit rempli par un mouvement frénétique, soit-il mental, physique ou émotionnel. Dans l'article « [Cohue mentale et rappel de soi](#) », l'exercice suivant est donné :



*Regardez fixement une montre, déterminez un moment précis comme étant le moment de départ et portez toute votre attention, durant une pleine minute, à regarder la montre. Ne vous concentrez qu'à observer la minute passer, **rien d'autre.***

D'une simplicité déconcertante, cet exercice est pourtant très concluant : nous sommes incapables de passer une seule minute sans qu'une quelconque « mécanique de remplissage » se mette en marche : gestes, paroles, pensées, émotions...

Alors?

Nous devons donc nous observer sans cesse afin de tenter, du mieux que nous le pouvons, de nous surprendre à combler ce vide, de nous prendre « la main dans le sac » pour ainsi dire. Seule une réalisation sur-le-champ, au moment même de l'observation, nous fournira l'information dont nous avons besoin afin de comprendre le comment et le pourquoi de cette mécanique en nous. Car tenons-nous-le pour dit : bien qu'il soit relativement aisé de voir cette « mécanique de remplissage » chez les autres, nous n'en comprendrons jamais la cause à travers les autres, nous n'en verrons que les effets. C'est uniquement en nous que nous trouverons le mécanisme à l'oeuvre et que nous pourrons y changer les réglages. Comme le disait Samael Aun Weor, le gymnase est en nous, toujours.



Remplir le vide

-Webmestre Zone-7