

LE SOUFISME EN BREF

Une voie mystique par excellence pour l'Humanité



par

Benoît Gauthier



LE SOUFISME EN BREF

Une voie mystique par excellence pour l'Humanité

par

Benoît Gauthier

3^{ème} édition 2023

Photographie de la couverture : Bernard Vallée photographe

Conception graphique : André Larochelle (andrelarochelle.com)

1^{ière} édition, 2012

2^{ième} édition, 2016

3^{ième} édition, janvier 2023

ISBN : 978-9809239-1-3

Dépôt légal : Bibliothèque nationale du Québec et Bibliothèque nationale du Canada.



Table des matières

Introduction : Au carrefour des civilisations et étymologie.....	5
I. Les courants mystiques « préSoufis ».....	6
II. Le Soufisme et l'Islam	8
III. À propos du Soufisme	11
IV. À propos des Grands Maîtres	18
V. Jésus vu par les Soufis	23
VI. Un Développement durable inspiré	23
Conclusion : Les deux principaux messages du Soufisme	26
Références	27
Addenda :	
A) Règle mystique contemporaine	28
B) Paliers évolutifs du méditant	29
C) Cercle de méditation	30
D) Résumé	31
Remerciements	33

Introduction

Au carrefour des civilisations et étymologie

En Asie Centrale¹, de la région que les Iraniens appellent la Khurasane Majeure, est né le Soufisme, courant mystique² profond et éternel.

En ce qui concerne l'origine même du terme *Soufisme*, l'étymologie la plus souvent admise, viendrait de l'arabe souf = laine, vêtement de laine rugueux³.

Au plan historique, le mot *Soufi* a été prononcé pour la première fois au 7^{ième} siècle par les ascètes⁴. Il devient un mot courant dans le monde Islamique au 9^{ième} siècle et s'est ensuite largement répandu sur la Terre.

Le Soufisme tire sa force des traditions anciennes qui se sont amplifiées à l'occasion surtout de la fondation de l'Islam et se sont poursuivies jusqu'à nos jours.

En bref, le but et la Voie du Soufisme est l'anéantissement en Dieu grâce à la connaissance mystique cultivée par le Maître des maîtres, un Guide spirituel pleinement accompli. Celui-ci entraîne le disciple à ouvrir son cœur aux effusions divines pour voir les choses avec l'œil du cœur. Le Soufi sait qu'il n'y a qu'un seul Être absolu et que l'être humain, ainsi que le monde dans lequel il vit, ne sont que des réflexions de cet Absolu.

-
1. Territoire de l'Ancien Monde situé sur la route du commerce entre l'Égypte et l'Extrême Orient.
 2. *Mysticisme* : expression spirituelle et corporelle de la foi de l'humain en sa possible union avec Dieu, le Bien-Aimé.
 3. Les Soufis portaient de longs manteaux de laine en signe de sobriété, de simplicité et de mortification. Cela tendrait aussi à démontrer son origine plutôt septentrionale alors que les indigènes du Moyen-Orient portaient du coton.
 4. Avant l'Islam, on employait surtout le mot persan «derviche» (pauvre) pour désigner ces mystiques de Dieu; celui-ci tend à être remplacé par le terme arabe «Soufi».

I - Les courants mystiques « préSoufis »

Le mysticisme n'est pas l'apanage d'un peuple ou d'une seule culture. Il appartient incontestablement au patrimoine de toute l'Humanité.

De l'Égypte à la Perse, de l'Inde à la Chine, nombreux sont les foyers anciens où le mysticisme s'est manifesté. Le Soufisme a su y dégager en propre de multiples facettes et colorations sur cette Voie d'amour fréquentée par les voyageurs mystiques des diverses pratiques religieuses.

Les auteurs distinguent plusieurs courants mystiques anciens, plus ou moins reliés, à savoir :

a) **Mysticisme issu de la très longue civilisation égyptienne**

Depuis 2900 av. J.-C. avec son apogée vers 1570-1080 av. J.-C., il aboutit à la religion judaïque et au christianisme.

Hermétisme (Hermès Trismégiste) : groupe de savants gréco-égyptiens entre 300 av. et 300 ap. J.-C. qui ont colligé les connaissances ésotériques (gnose) de l'époque.

b) **La tradition mésopotamienne**

Également très ancienne, elle marque les contrées juste à l'est de la Méditerranée. Cette tradition passe successivement des Sumériens aux Babyloniens et permet, subséquemment, la venue de la mystique khusrawenne-iranienne.

c) **Les courants mystiques irano-persans**

Selon le grand Grand Maître Soufi, Javad Nurbakhsh, les Iraniens⁵ sont descendus de l'Asie centrale vers le Moyen-Orient autour de 2000 av. J.-C., en apportant une voie mystique, la Voie « khusrawenne »⁶ : il s'agit en quelque sorte d'un monde dont le principe est l'unité de l'être, c'est-à-dire que tout être vient d'une seule Unité divine. La manière de progresser pour les disciples va consister à s'affranchir de la matérialité grâce à l'attraction de l'Amour Absolu et au service désintéressé envers le monde. Tel serait le foyer le plus ancien du Soufisme. C'est pour ainsi dire la Voie de l'amour par excellence, soit bien avant la naissance de l'Islam (7^e siècle).

-
5. Distorsion du mot « aryen » ou « arya », en sanscrit et en vieux persan, qui veut dire « noble » ou élite spirituo-culturelle.
 6. Nommée par un grand roi – gnostique vivant dans la ville de Maracanda – et Maître de l'époque appelé « Kay Khosrow ».

L'ésotérisme iranien sera réputé notamment pour ses *Mages*, véritables Maîtres spirituels organisés en caste sacerdotale dès 800 av. J.-C. On raconte que trois d'entre eux visitèrent Jésus à sa naissance.

Mazdéisme⁷ : vers 594 av. J.-C., époque d'expression exotérique de l'ésotérisme iranien; celui-ci amplifie le monothéisme avec comme Dieu, Ahura Mazda, dit le Bien-Aimé par Zoroastre⁸; il s'agit sans doute de la première personne dans l'histoire à avoir appelé Dieu « *Ami* » et l'une des premières à avoir fait l'expérience de l'ascension.

Toujours au Moyen-Orient, il y avait jadis des hommes appelés « chevaliers ». Cette tradition de la chevalerie portait sur la générosité, l'abnégation, le sacrifice, l'aide aux plus démunis et aux plus faibles, la compassion, le respect de la parole donnée et l'humilité. Toutes caractéristiques qui sont devenues plus tard le Soufisme, les signes distinctifs des hommes parfaits.

d) Mysticisme épris de sensibilité indienne

Vers 1500 av. J. -C. se constitue dans la vallée de l'Hindus une tradition védique de laquelle jaillit le bouddhisme dans les années 500 av. J.-C. Par ailleurs, le dénuement de l'hindouisme et sa pratique du yoga (codifiée par Patanjali au 3^{ème} siècle av. J.-C.) ne sont pas sans évoquer les pratiques ultérieures du Soufisme.⁹

e) Mysticisme chinois

Celui-ci existe depuis des millénaires en Extrême-Orient. Vers les années 500 av. J.-C., Lao-tseu préconise le Taoïsme (Daoïsme) ou école de la Voie en faisant le vide. L'apogée de l'ésotérisme chinois survient au 2^{ème} siècle ap. J.-C. Le diagramme composé de cercles en partie blancs et en partie noirs, transmis de façon immémoriale, paraît pour la première fois vers 950 ap. J.-C. Le Taoïsme en vient à se répandre dans toutes l'Asie et, plus récemment, dans le monde occidental.

7. La religion des adhérents à Zoroastre, incorrectement nommée Zoroastrisme.

8. Parmi ses grands disciples était Cyrus le Grand, fondateur de l'Empire persan: des nations unies où le droit de l'humanité fut énoncé pour la première fois, basé sur la doctrine monothéiste, morale et humaniste de Zoroastre.

9. Le Soufisme et le yoga ont ceci en commun qu'ils travaillent à partir des visualisations colorées et des centres subtils – les fameuses «roues tournantes» ou chakras, (Questin, 2007)

f) Les courants mystiques du monde hellénistique¹⁰

- Orphée (7^{ième} siècle av. J.-C.) : il défendait l'immortalité de l'Âme;
- Pythagore (532 av. J.-C.) : celui-ci reçut diverses initiations dont celle en la cité de Babylone le reliant à Zoroastre; il lança en Grèce cette chaîne initiatique khusrawenne de transmission du zekr ou mantra qui passa éventuellement à Socrate et à Platon, puis à Plotin et aux néoplatoniciens; ajoutons encore que dans son enseignement, la femme était l'égale de l'homme;
- Plotin (203-270 ap. J.-C.) : *un envol de l'esprit seul vers Lui seul.*

Le monde oriental, caractérisé par une incroyable richesse intellectuelle et spirituelle, connaît dans les premiers siècles de l'ère chrétienne une crise sociale et même religieuse qui s'exprime notamment par une aspiration mystique globale. L'Islam s'introduit au 7^{ième} siècle dans cette brèche et parvient à s'imposer dans le Proche-Orient et le Moyen-Orient. Un mouvement d'une appellation inédite, le Soufisme, profite aussi d'une telle conjoncture.

II - Le Soufisme et l'Islam

Diverses thèses documentées tendent à montrer que l'héritage mystique, antérieur au 7^{ième} siècle, a su préparer le Soufisme à une lecture originale – c'est-à-dire ésotérique – du Coran. Il existe aussi une forte probabilité que le courant khusrawen y soit entré directement par l'entremise de Salman le Persan, compagnon iranien du Prophète Mahomet.

D'autres chercheurs estiment plutôt (in Sharifi, 2000) que les premiers Soufis tirèrent leur doctrine directement du Coran. Ceux-ci avancent que le Soufisme a pu se développer en révolte contre l'ordre établi, alimentant un discours qui préconisait l'émancipation sociale et politique.

Subséquemment, les minorités ethno-culturelles non-arabes furent délibérément écartées du jeu social et du pouvoir; on alla même jusqu'à les tenir pour des « esclaves ».

10. Ces courants grecs sont tous liés au mysticisme de Zoroastre.

Comme contre-courant au formalisme rigide des juristes et des traditionalistes religieux, un mouvement populaire, le Soufisme, prend de l'ampleur. Il attire de nombreux adeptes par son message de tolérance et d'amour. La période de rupture entre l'islamisme et le Soufisme durera jusqu'au 11^{ième} siècle alors qu'une reconnaissance officielle du Soufisme aura enfin lieu¹¹.

De nos jours, les Soufis, dont ceux de l'ordre Nimatullahi, ne s'identifient à aucune communauté politique ou sociale, ni aux diverses expressions exotériques des Musulmans.

Par ailleurs, les Soufis¹² retrouvent quelques-uns de leurs fondements dans le Coran et dans l'action même du prophète Mahomet.

Le Coran

Les principaux thèmes coraniques repris par les Soufis se limitent au nombre de trois :

- 1) Le Coran postule l'unicité de Dieu (Allah).
- 2) L'Islam consiste en une recherche perpétuelle de Dieu, en tout temps et en tout lieu. *De quelque côté que tu te tournes, là est la face de Dieu* (C.2/109).

Dieu est déclaré être plus proche de chaque personne que *sa veine jugulaire* (C.50/16); mais, dans le même verset, il est indiqué que la nafs, l'identification égoïque, chuchote tellement à chacun qu'elle empêche la pleine conscience de Dieu; le Soufisme invoque alors le *zeker*, mantra de rappel, qui s'avère être un nom de Dieu implanté dans le cœur du Soufi.

- 3) Il faut se préparer à mourir à chaque instant. *Nous sommes à Dieu et à Lui nous retournons* (C.2/156); en effet, le Soufi doit « *mourir avant de mourir* », comme dit le Prophète.

11. L'on doit à Abu Hamid al-Ghazali (né en 1059) un tel changement. Voyant le Soufisme attaqué et condamné sans limites par ceux, sunnites et chiïtes, qui voulaient que la Loi soit respectée selon la lettre et non selon l'esprit, Ghazali quitta sa retraite et publia la *Revivification*. Ce livre est estimé fondamental pour l'unification de l'Islam.

12. Soulignons que le Soufisme n'est pas restreint aux seuls musulmans; beaucoup de Maîtres Soufis ont eu des disciples chrétiens, juifs ou issus d'autres traditions spirituelles.

Le Prophète Mahomet

L'un des épisodes de la vie du prophète Mahomet¹³¹³ les plus chers aux Musulmans tient en sa vision d'une ascension mystique vers Dieu, dénommée *voyage nocturne*.

« Une nuit, une jument ailée vient chercher Mahomet et l'emmène au paradis, comme dans un songe. Il rencontre, lors de ce voyage ascensionnel, les autres prophètes, avant de se trouver devant la porte d'une maison au paradis. L'Archange Gabriel se tient devant cette porte. Il informe Mahomet que prier Dieu est nécessaire pour qu'elle s'ouvre. Dieu entend alors sa prière et dit : *Je n'ouvre la porte qu'à ceux qui Me sont chers. Toi et tes disciples M'êtes très chers*. Puis Il ouvre la porte. Derrière celle-ci se trouve un coffret qui renferme la pauvreté spirituelle et un manteau. » (Sharifi, 2000)

« Le Prophète raconte ainsi la suite : *Quand je suis redescendu, j'ai pris avec moi le manteau et je l'ai placé sur les épaules d'Ali*. Ce dernier est, pour les Soufis, un symbole de simplicité, d'honnêteté, de courage et de générosité. Cela sous-entend aussi que le Prophète a gardé la pauvreté spirituelle pour la prêcher. L'épisode évoque une telle intensité spirituelle qu'elle est devenue exemplaire pour les Soufis. » (Sharifi, 2000)

Encore de nos jours, quand l'initié Soufi de l'ordre Nimatullahi fait le serment d'accepter l'Islam, il ne s'agit pas de la religion formelle. Il sera plutôt question de l'état d'être prêt à se soumettre, à suivre la direction du Grand Maître sans demander pourquoi. C'est la soumission pure et simple.

13. « Sur lui le salut et la paix! »

III- À propos du Soufisme

Nous aborderons quelques thèmes qui ont préparé et marqué¹⁴¹⁴ l'apogée du Soufisme entre le 10 et le 13^{ième} siècle. Quelques questions d'époque et de portée générale seront aussi touchées.

Qui sont les grandes figures du Soufisme?

Les premiers... y ont laissé leur vie

- Hassan Basri (643-728): Arabie saoudite et Irak; penseur et sage; docilité devant le Créateur, possibilité de Le rencontrer; importance du rite sacré;
- Ibrahim Adham (716-777) : Iran; jeune prince de la région de Balkh, ville actuellement en Afghanistan, qui, comme le Bouddha, a renoncé à tout pour une vie de pauvreté; il était connu pour son habitude de travailler humblement dans les vergers afin de nourrir les disciples de ses gages; exemple du principe Soufi de chevalerie; nombreux miracles;
- Dhu n-Nun (mort en 861) : Égypte; il connaissait les hiéroglyphes; initié et guidé par une femme-Maître iranienne, Fatima de Nichapour; il a donné ses premières instructions à la Mecque et ses dernières, à Jérusalem.

Les sobres... ont encouragé la liberté intérieure individuelle

- Mohassibi (781-837) : Irak; il a enseigné que chaque derviche ou Soufi devait faire son propre examen de soi;
- Junaïd (826-910) : Irak; il était le doyen des Soufis de son époque; comme juge, il a dû condamner Hallaj, son disciple, pour sauver le Soufisme des accusations d'hérésie;

14. Sur le plan historique, on mentionne quatre grandes périodes qui ont marqué l'évolution du Soufisme :

1^{ière} période : ascétisme;

2^{ième} période : amour et tendresse;

3^{ième} période : développement de la théorie et de l'éthique;

4^{ième} période : rayonnement de la philosophie spéculative.

Les ivres... d'amour

- Bâyezid Bastâmi (mort en 874) : Iran; recommande l'humilité;
- Hoceine ibn Mansûr Hallâj (né en 858) : Iran; Dieu se manifeste quand Il Lui plaît, mais il est tout de même essentiel d'associer la volonté humaine à la grâce divine; il révéla la réalité de l'anéantissement spirituel par sa déclaration : *Je suis le Vrai*;
- Rouzbéhâne Baqli Chirâzi (1128-1209) : Iran; il était prêcheur à la vieille mosquée de la ville de Chiraz; Maître par excellence, digne représentant de l'amour divin; en entendant une femme châtier sa fille parce qu'elle ne se couvrait pas la figure, il fit à la mère le reproche suivant : *Ne cache pas la beauté divine qui peut inspirer autrui*.

Que cherche le Soufi ?

Le Soufi est dans une quête spirituelle constante. Il cherche à perdre sa personnalité, à ne devenir rien pour que son être soit rempli du Bien-Aimé et de la divinité de son Âme. L'adepte aspire, une fois levé le voile qui le sépare de la Vérité, à mériter pleinement le nom de « Soufi ».

Comment l'ascension au bonheur absolu est rendue possible ?

La voie du Cœur

Par opposition à la raison spéculative, la connaissance du cœur est une connaissance certaine et absolue. Le cœur ne doit pas seulement être perçu comme un miroir qui reflète les attributs divins, mais également comme une source de lumière dont la clarté émane de ses propres profondeurs et dont la pureté est le garant du divin.

Ainsi, c'est par des principes et des exercices spirituels rigoureux, fondés sur une foi profonde, que le Soufi parvient à purifier son cœur. Il peut alors lever le voile de l'illusion, en préférant Dieu et sa divinité aux plaisirs matériels.

Tout Soufi est guidé

Hafiz recommande *Ne franchis pas cette étape sans l'aide du khidr (Maître spirituel), sinon tu te perdras dans les ténèbres*. Le Maître authentique est une

manifestation pure de l'Être absolu. Seule une initiation¹⁵ permet de s'y relier et de pénétrer derrière l'apparence des choses; elle rend possible la réalisation de l'expérience intérieure et est ainsi en mesure d'entendre les volontés de l'Âme.

Étapes spirituelles ?

En général, les itinéraires comportent 4 étapes. Certains auteurs en proposent 7 et même jusqu'à 10. Ces 4 étapes sont les suivantes :

- 1) voyage vers Dieu (réduction des désirs de l'égo),
- 2) voyage avec Dieu (illumination du coeur et de l'Âme),
- 3) voyage en Dieu (transmutation spirituelle : ajouts de qualités divines),
- 4) voyage à travers Dieu (union : le Soufi ne fait plus qu'UN avec Dieu).

Le but vers lequel tend le pèlerin mystique, soit l'acquisition des qualités divines, ne s'atteint que par l'Attrait Divin (la Foi) et la tension de la volonté individuelle, du moins au début de la Voie. Seule la guidance complète de notre Âme peut mener à la Perfection et à l'Illumination.

En somme, le Soufisme ne serait pas une philosophie à proprement parler ; il est plutôt une manière de vivre destinée à parvenir à l'illumination. Il s'efforce d'élever l'Âme jusqu'à Dieu alors que la philosophie ne pourra, au meilleur des cas, que lui en présenter l'idée.

En quoi consiste la formation du Soufi ?

Le Maître¹⁶ doit informer l'élève ou disciple des obligations spécifiques du Soufi. On peut les résumer en quatre devoirs majeurs:

- 1) se vouer à l'amour de Dieu,¹⁷
- 2) observer la gentillesse envers toutes les créatures de Dieu,
- 3) maintenir les secrets inhérents à la voie mystique proposée par le Soufisme,
- 4) obéir soigneusement aux commandements du Grand Maître et avoir confiance en sa direction. Un Maître peut parfois se permettre d'explorer

15. La différence principale entre l'Islam conventionnel et le Soufisme réside dans l'initiation. Quand quelqu'un est initié, il entre dans un espace intime et privé qu'il ne partage qu'avec le Maître.

16. Aussi désigné par le terme « sheikh » (arabe).

17. Chez les Soufis, notamment de l'ordre Nimatullahi, il n'est pas exigé de suivre l'Islam.

d'autres avenues et d'enrichir ses connaissances en exerçant son libre arbitre.

La formation d'un disciple, pour arriver à l'anéantissement (fanâ) et à l'union avec notre Âme et le Bien-Aimé, demande un laps de temps variant entre une seconde, sept à douze ans, et même toute une longue vie (Tariqat). Cela va dépendre des aptitudes de l'aspirant ainsi que des mesures spirituelles nécessaires pour le mener au But ultime.

Quel est le contenu pratique de la formation Soufi ?

C'est dans les maisons d'assemblée (les khânaqâhs) que guides spirituels ou sheikhs et le Maître (pir, morshède ou morâde) dispensent une direction appropriée à leurs disciples. Quand le disciple est prêt pour aller plus loin... il est instruit de cinq principes Soufis comme l'enseigne notamment l'ordre Nimatullahi :

1) l'invocation (verd)¹⁸

Elle consiste en la répétition, un certain nombre de fois et avec la permission du Maître, d'une phrase ou d'une formule spirituelle. La formule prépare le Soufi à bien entendre la guidance de son Âme. L'état de réceptivité, en faisant le vide en soi, illumine le cœur de l'initié. Elle prépare ce dernier à recevoir le zekr.

2) le souvenir (zekr persan ou dhikr arabe ou mantra hindou)

Il s'agit de la commémoration ou du souvenir permanent des noms divins. Au début, il importe d'être attentif aussi bien au Nom lui-même qu'à son sens. On distingue deux sortes de zekr :

- vocalisé : il est chanté en groupe lors du samâ;
- silencieux : individuel, intérieur; il résonne dans le cœur; reçu à l'initiation, il sert de moteur transcendant pour la méditation et il sous-tend la conscience pendant les activités quotidiennes de la vie; il accompagne le souffle à tout moment et en tout lieu.

3) la contemplation (fekr)

On reconnaît trois degrés d'élévation mystique :

18. L'invocation est soit à haute voix, soit silencieuse, tantôt individuelle, tantôt collective. Elle peut faire intervenir des techniques «yogiques» telles que la posture, le mouvement, la discipline du souffle, la visualisation et la méditation sur les centres subtils. (Riffard, 1997)

- a) pour le fidèle en quête de spiritualité, qui n'a pas encore trouvé son Maître ni la Voie, la contemplation commence lorsque l'Âme implante dans son cœur l'idée de trouver un guide;
- b) pour l'initié, la contemplation est une révélation qui pénètre profondément son cœur; il est en mesure de percevoir le visage spirituel du Grand Maître;
- c) pour le Soufi confirmé, la contemplation est un voyage du cœur qui lève progressivement les voiles du mental.

4) la méditation (morâqabeh)

De préférence nocturne, elle dure au moins une vingtaine de minutes; le pratiquant est immobile, les yeux clos, assis à même le sol, habillé de vêtements légers et confortables. Il s'agit d'une concentration de tout son être vers son Âme divine.

Les effets varient :

- a) pour le débutant : elle apporte la sérénité dans le cœur du voyageur «Soufi» tout en le rapprochant de son Âme divine;
- b) pour le Soufi confirmé : la méditation est une condition nécessaire pour parvenir à la « mort volontaire », but de sa quête spirituelle.
À ce stade, il permet à son Âme divine d'être présente le plus souvent possible et ainsi d'augmenter la conscience de notre divinité incarnée.

5) l'introspection (mohâsabeh)

Il s'agit d'une prise de conscience de chacune de ses propres actions, de chacun de ses progrès dans la Voie mystique entreprise.

On reconnaît quatre formes :

- a) l'examen de soi : chaque soir avant de se coucher;
- b) l'examen de la Voie : être conscient de notre Âme divine à chaque instant;
- c) l'examen du Divin : surtout destiné au Grand Maître Soufi;
- d) l'examen réciproque : se voir pleinement tout comme Dieu nous voit.

Digjoush et Samâ¹⁹?

19. Le terme complet est « majlès-é-sama ». Si chacun de ces termes est employé séparé-

Le digjoush est une rencontre qui réunit, à la maison Soufie (khanaqah), l'ensemble des Soufis. Il se tient le plus souvent lorsqu'on accueille un nouveau disciple ou initié au sein de la communauté. Dans l'ordre Nimatullahi, cette cérémonie est généralement présidée par le Grand Maître selon un protocole particulier. À cette occasion, on y sert un repas qui commémore le moment où Abraham sacrifia, sur l'ordre de Dieu, un bœuf à la place de son fils. L'évènement annuel attire des centaines de Soufis ou initiés du monde entier.²⁰

Deux fois la semaine, le jeudi et le dimanche, le samâ est célébré dans les maisons Soufis. Il signifie l'écoute et dans la terminologie Soufie, il désigne plus particulièrement l'écoute du cœur. Il s'agit d'ouvrir « les oreilles du cœur » à la musique, au rythme et à la poésie, dans un état d'oubli total de soi-même et de présence à l'amour. La pratique du samâ connut un grand engouement aussi bien auprès des Soufis pour son bénéfice spirituel qu'auprès des non Soufis attirés par les chants, la musique et l'atmosphère festive de ces séances. Lors du samâ, les Soufis pratiquent le zekr (mantra) du cœur pour remplir leur cœur du souvenir Divin. (Javad Nurbakhsh, 1997)

À cause de la pandémie reliée à la Covid-19, ces activités de rassemblement ont été en mode pause de 2020 à 2022. Les adeptes communiquèrent alors en audio-conférence.

Musique et chants sacrés ?

Précisons qu'à chaque rassemblement formel ou informel des Soufis, il est habituel d'entendre de la musique et des chants sacrés. Ces événements sont très populaires et génèrent beaucoup d'énergie intérieure.

Les instruments utilisés s'avèrent des plus diversifiés. Il peut s'agir du *sitar* et du *tar*, joué avec les doigts; du *kémantché*, joué comme le violon avec un archet; le *santour*, un xylophone joué avec des bâtons légers; du *ney*, une flûte verticale de cane; et les deux instruments de percussions : le *daf*, une grande tambourine, et le *zarb* ou *domlak*, petit tambour.

La musique²¹ accompagne généralement le chant et la poésie composés par des poètes Soufis dont le contenu consiste surtout en louanges du Bien-

ment, il fait référence à la même chose.

20. L'évènement a habituellement lieu au mausolée du Grand Maître Javad Nurbakhsh à Sulgrave Village (Banbury, Angleterre).

21. Basée sur le système classique persan, construit sur douze modes (dastgah-s).

Aimé ou de Dieu. Il arrive également que l'on entende un chant rythmique basé sur la répétition en arabe d'un zekr ou encore, des noms de Dieu.

En chantant et en jouant tous ensemble²², on en vient à un certain état d'extase.

Quelle est l'importance des danses rituelles dans la pratique Soufie ?

La danse est un langage aussi ancien que l'humanité mais, comme exercice rituel Soufi, elle aurait débuté vers 867 ap. J.-C. L'activité spirituelle symbolise l'ordre divin : les Soufis rassemblés en cercle tournoient sur eux-mêmes pour célébrer l'Un. De nombreuses vertus ont pu être attribuées à la danse :

- comme un feu qui brûle l'esprit tentateur,
- comme une pluie qui purifie le corps,
- comme un baume qui redonne la sérénité intérieure,
- comme un vol d'oiseau.

Toutefois, à l'exception de l'ordre Mevlevi, ce type de danse fut généralement interdit à cause des crises d'hystérie qu'il provoquait chez certains adeptes ou, encore, de certains égarements par rapport à la Divinité en provenance de leur «nafs» ou moi (égo).

De nos jours, la danse la plus célèbre et la plus esthétique reste celle des derviches tourneurs de l'ordre des Mevlevi ou Molavié (Turquie), fondé par Roumi. Dans sa danse cosmique, le danseur tournoie sur lui-même : la main droite tournée vers le haut pour recevoir l'énergie du Ciel et la main gauche tournée vers le bas pour distribuer cette énergie à la Terre; il symbolise ainsi l'axe de l'Univers.

Le Soufisme est-il une secte ?

Voilà une question qui revient souvent de la part des débutants. Nous tenterons de leur apporter quelques éléments de réponse.

Selon le dictionnaire Larousse, une secte est un groupe religieux en marge d'un groupe principal et clos sur lui-même. En outre, on énonce qu'il est souvent de durée limitée.

22. On trouvera une sélection de musique Soufi sacrée au lien suivant : nimatullahi.org/sufi-music/.

Le Soufisme, pour sa part, serait aussi vieux que 4 000 ans. L'ordre Soufi Nimatullahi paraît être le groupe le plus typique de cet enseignement millénaire. Il s'avère de plus que celui-ci est ouvert à tous et à toutes quel que soit leur allégeance religieuse. Le Soufisme ne rencontre donc pas les principaux éléments de la définition.

Ajoutons également que, d'après un livre qui devrait faire époque et qui s'intitule « Le Christ revient » (2010), le Soufisme est présenté comme un groupe religieux distinct et important. Ainsi, à la page 229, l'auteur écrit : « Vous devriez transcender toutes vos différences religieuses, Chrétiens, Soufis, Musulmans, Juifs, Israéliens, Palestiniens, Hindous, Bouddhistes, etc. »

Il est aussi dit à la page 283 : « Nous – la Fraternité des Maîtres – nous parlons aux Chrétiens, aux Musulmans, aux Bouddhistes, aux Juifs, aux Hindous, aux Soufis et à toutes les convictions religieuses du monde. »

Sur Internet (<https://www.sufi-house.com/>), l'ordre Soufi Nimatullahi se présente comme basé sur l'égalité de tous les êtres humains et sur un sincère respect pour toutes les religions du monde ainsi que sur l'amour et le service de toute l'humanité indépendamment des croyances, cultures et nationalités.

IV- À propos des Grands Maîtres

En suivant la vie exemplaire de Grands Maîtres, on peut illustrer l'ambiance qui régnait à l'âge d'or du Soufisme et que l'on retrouve encore dans les cercles Soufis.

Roumi (1207-1273)

La tradition mystique et poétique Soufie atteint, sans conteste, un sommet au 13^{ème} siècle avec Djalâl ad-Din Balkhi, aussi appelé Mowlânâ Roumi.

Roumi est connu en Occident comme le fondateur de l'ordre des Derviches tourneurs, réputés pour leur danse symbolisant la rotation des planètes autour du soleil.

Les autorités religieuses Musulmanes étaient carrément hostiles à cette danse spirituelle, alors que les avis étaient plutôt partagés chez les Soufis.

Roumi naît vers 1207 à Balkh, ville d'Ibrahim Adham, dans le Khorassan (Iran). Son père, Bahâ'ad-Din Walad, est un célèbre théologien et Grand

Maître Soufi. C'est lui qui appellera son fils *mowlànà* (« notre Maître »).

À cause de l'invasion mongole, le père de Rumi s'enfuit à Qunia (Konya/Anatolie). Rumi, alors âgé de 24 ans, lui succèdera à la direction de l'école Soufie. Mais le véritable tournant tient à sa rencontre avec Chams de Tabriz alors qu'il est âgé de 40 ans. En effet, c'est à travers l'enseignement de ce Grand Maître que Rumi découvre la foi illuminative... l'ivresse de l'amour divin. Il lui dédie sa première grande œuvre *Divân de Chams de Tabriz* (50 000 vers) écrite dans des états d'extase mystique.



Portrait de
Mowlânâ Rûmî
fait par
Süheyl Ünver

Toutefois, son chef d'œuvre de maturité reste le *Masnâvi*. C'est un ouvrage de 25 630 distiques²³, divisé en 6 livres. Il est composé de contes, de paraboles et de discussions mystiques. Les sujets vont de la théologie, à la philosophie et à la psychologie. Cette œuvre est considérée dans le monde de langue persane comme l'équivalent du Coran.

Ce qu'il y a de plus étonnant dans le *Masnâvi* concerne l'atome. Nous y trouvons en effet une théorie de la physique nucléaire comparable à celle qui aura cours dans les années 1940.

La difficulté, pour le comprendre pleinement, tient à la nécessité d'être familier avec son mode d'expression et d'être conscient qu'il traite de plusieurs sujets à la fois en un seul conte et parfois, en une seule phrase.

Dans son enseignement, Rumi énonce des lignes de pensée comme suit. Ainsi, il déclare que la religion de l'amour s'élève au-dessus de toutes les religions et communautés. Le monde invisible ne se dévoile qu'aux saints et amis de Dieu, car ils ne sont qu'amour de Dieu. Les vrais adorateurs sont tous sur le même chemin, malgré leurs coutumes religieuses dissemblables. Les pratiques religieuses, indispensables pour le commun des gens, ne sont pas suffisantes pour les mystiques et les élus de Dieu.

Voilà ce que disait Rumi sur le Grand Maître au 13^{ième} siècle : « *Le vrai Maître est celui qui accomplit la mutation de son disciple sans que celui-ci le sache et en ait connaissance. Il lui permet de réaliser l'Unité sans effort, sans combat, sans service. Le vrai Maître est la pierre philosophale qui transmue le cuivre d'autrui. Par cette alchimie, il change le cuivre en or* ». (in Random, 1996).

Un pèlerinage, effectué en octobre 2022 à Konya en Turquie, nous a permis de constater l'importance de sa dévotion, toujours très vive au sein de la population.

23. Groupe de deux vers formant un sens complet.

Hormis le Coran, l'œuvre de Rumi, considérée comme sans égale dans le monde de l'Islam, aura permis à la religion Islamique de se répandre en Orient.

Shah Nimatullahi Wali (1330-1431)

Né à Aleppe, en Syrie, Nimatullahi a d'abord beaucoup voyagé dans le monde Musulman tout en étudiant les philosophies de plusieurs grand Maître. À cette même époque, il a aussi analysé les écrits du grand philosophe et mystique Ibn al-Arabi.

Par la suite, Nimatullahi a rencontré à la Mecque Abdollah Yafe' i et subséquemment devint son disciple. Il a étudié intensément avec celui-ci jusqu'à sa transformation spirituelle profonde. Puis, il a entrepris plusieurs périple, cette fois comme un enseignant pleinement réalisé.

Nimatullahi résida temporairement près de Samarkand, situé le long de la route de la Soie. C'est là qu'il rencontra le grand conquérant Tamerlane. Peu après, il quitta le territoire pour s'établir définitivement à Kerman, région de la Perse. Son tombeau est près de Mahan.



On affirme qu'à sa mort, sa renommée s'étendait dans toute la Perse et dans les Indes. Il est aussi dit qu'il initia des centaines de milliers de disciples sur la Voie à laquelle il donna son nom.

Javad Nurbakhsh (1926-2008)

Tous les Grands Maîtres Soufis rattachent leur enseignement à une longue chaîne ininterrompue de prédécesseurs²⁴²⁴ qui les authentifie. Le Grand

Maître Javad Nurbakhsh appartient à l'ordre Nimatullahi, du nom du Grand Maître iranien (1332-1432) qui a profondément marqué son époque en tant que descendant direct du Prophète.

24. Il s'agit de la transmission ininterrompue du mantra (zeker) de coeur à coeur. Le mantra est le seul facteur qui peut garantir au derviche l'accès direct au Transcendant sans interférence de l'égo (nafs). Le Soufisme a conduit au culte des saints qui ont joué un rôle considérable dans cette transmission. Habituellement, les rites de chaque confrérie ou ordre sont constitués de chants en commun, de poèmes Soufis et de l'invocation du nom d'Allah.

Javad Nurbakhsh est né en Iran le 9 décembre 1926. À l'âge de 26 ans²⁵, il est devenu Grand Maître de l'ordre alors qu'il achevait ses études en psychiatrie à Téhéran. À ses débuts, il y avait 3 khanaqahs en Iran. Vingt ans plus tard, il en existait plus de 70 dans ce pays et, aujourd'hui, il y en a une centaine de par le monde. Le Grand Maître Javad Nurbakhsh a écrit plus de 100 livres²⁶ sur le Soufisme en langue perse, contribuant ainsi à la revitalisation du Soufisme notamment en Iran.



En 1963, il incarne un Soufisme authentique à l'occasion de sa première visite à Paris. Un khanaqah est établi à Londres en 1976. À cause de la révolution en Iran, il part en exil et effectue en 1979 un long voyage aux États-Unis qui le conduira à San Francisco, New York, Washington (DC) et Boston; des khanaqahs s'y établiront. D'autres établissements voient le jour à Los Angeles, Santa Cruz, Seattle, Chicago, Santa Fe, San Diego. On en trouve aussi en Australie, dans cinq pays d'Afrique occidentale (Côte d'Ivoire, Mali, Burkina Faso, Sénégal et Bénin), au Canada (Vancouver, Montréal, Toronto et Québec)²⁷, en France, en Allemagne, en Espagne, en Suède, en Hollande, en Autriche, en Russie, en Ukraine et en Biélorussie.

Dès 1978, ses nombreux livres sur le Soufisme commencent à être traduits du persan à l'anglais, puis en français, en allemand, en espagnol, en italien, en hollandais, en russe, en polonais et en suédois. Il fonde même la prestigieuse revue *Sufi* en 1989, revue consacrée au mysticisme quelle que soit la dénomination religieuse; des numéros paraissent en persan, en anglais, en espagnol et en russe. Il y a une quinzaine d'années, il s'est retiré sur sa propriété de 20 acres, le Old Windmill, près de Banbury en Angleterre. C'est là qu'il a établi le Nimatullahi Research Center où il a accueilli des visiteurs du monde entier jusqu'à son décès en octobre 2008.²⁸

Ce Grand Maître aura su amener le Soufisme au 21^{ème} siècle en faisant la promotion des principes suivants: être actif et ne point vivre aux dépens de la société, ne pas consommer de drogues, accepter l'autre dans ses différences, reconnaître l'égalité des sexes, se vêtir sobrement, respecter les autres

25. Juin 1953.

26. À titre de responsable du département de psychiatrie clinique à Téhéran ou comme président de la société de psychiatrie en Iran, il a aussi écrit de nombreux articles scientifiques.

27. En septembre 2005, le Grand Maître Javad Nurbakhsh autorisait le Centre de yoga de Sainte-Foy (Québec) à tenir des cercles de méditation sous sa direction spirituelle; ces cercles ont débuté en janvier 2006 et se sont terminés en avril 2018.

28. Comme Jésus et Bouddha, il a passé d'un mode d'existence à un autre, mais son essence reste toujours au même niveau, le plus élevé. Aussi, il est dans nos cœurs : il est là pour nous guider comme auparavant. (in Litteris, T. Graham, 2008)

convictions et religions. Il aura ainsi contribué à l'expansion du Soufisme en Occident.

Il est une citation qui montre toute la sagesse du Grand Maître Javad Nurbakhsh : *La religion est la première étape de la Voie Soufie. Lorsqu'un individu progresse à des niveaux élevés de la Voie, dès lors cette personne sait quand la religion est requise.*

Pendant plus de 50 ans, le Grand Maître Javad Nurbakhsh a présidé les destinées de l'ordre Nimatullahi. Il est vu comme un Maître Parfait (Qotb ou Avatar) des temps modernes.

Ses disciples le désignent par l'expression perse *Agha Djoune*, qui combine affection et respect.

Alireza Nurbakhsh (Grand Maître depuis 2008)

Le Dr Alireza Nurbakhsh est l'actuel Grand Maître de l'ordre Nimatullahi. Après le décès de son père, le Dr Javad Nurbakhsh, il a assumé le poste de direction de l'ordre Nimatullahi le 10 octobre 2008, selon les souhaits et la demande écrite de son père. Son surnom Soufi est Reza Ali Shah.

Alireza Nurbakhsh est né le 12 août 1955 dans une petite ville près de Bam, en Iran. Il a déménagé à Téhéran avec ses parents alors qu'il avait deux ans; il a alors vécu dans la khaniqah de Téhéran jusqu'à ce qu'il quitte l'Iran en 1977. Il est diplômé du lycée Alborz en 1973; il a ensuite obtenu son baccalauréat en philosophie à l'Université Melli. Subséquemment, il est allé à l'Université du Wisconsin, Madison (USA), pour des études supérieures et l'obtention de son doctorat en philosophie en 1988.



Ayant grandi dans la khaniqah de Téhéran, Alireza Nurbakhsh a appris les coutumes et étiquettes de la chevalerie khorasanienne (*javanmardi*) sous la direction de son père et sous la supervision de M. Kobari, l'un des disciples dévoués de son père. Il a été formellement initié à l'ordre Nimatullahi à l'âge de 18 ans.

Après avoir terminé son doctorat, Alireza Nurbakhsh a déménagé à la khaniqah de Londres à la demande de son père et dès ce moment, il s'est

occupé la publication du journal Soufi en anglais et en farsi. En plus, de ses postes éditoriaux, Alireza assumait progressivement plus de responsabilités dans la khaniqah de Londres. Au moment où son père a déménagé au Old Windmill près de Banbury UK, il a été nommé Maître de cette khaniqah. Par ailleurs, Alireza Nurbakhsh est retourné à l'Université et a obtenu son diplôme en droit. Il vit actuellement à Londres où il travaille comme notaire et rédacteur en chef de la revue *SUFI*²⁹.

V – Jésus vu par les Soufis

Ce point de vue est tiré de l'avant-propos du livre intitulé *Jésus pour les Soufis*, écrit par le Grand Maître Javad Nurbakhsh d'abord en anglais (1983); il parut ensuite en français en 2011.

Jésus, comme un prophète de Dieu, a manifesté des qualités humaines de sincérité, de pureté, d'amour et de charité. Mais en dépit du fait que le prophète Mahomet a toujours parlé de lui comme d'un frère et que le Coran en fait mention plusieurs fois avec les plus grandes louanges, les chefs religieux musulmans et chrétiens, pour des raisons politiques ou culturelles, se sont toujours efforcés d'ignorer cet engagement fraternel et, de façon commode, l'ont oublié.

Seuls les Soufis, à cause de leur absence de préjugés et de leur pureté intérieure, ont fait en sorte d'éviter d'être influencés par ce que des personnes du clergé, fanatiques et extrémistes, ont essayé de leur inculquer. Ce sont les Soufis qui ont tenté de préserver la mémoire de Jésus comme il était vraiment, bien vivant dans leur esprit et dans celui des autres, et de conserver dans leurs cœurs.

Dans la littérature Soufie, Jésus est le modèle de l'être humain parfait et l'exemple par excellence d'un véritable Grand Maître. À travers les siècles, les Maîtres du Soufisme, épris de la plus pure sincérité et d'un grand amour, n'ont rien fait d'autre que de louer Jésus, le présentant comme un parfait Soufi.

Un relevé systématique des divers écrits Soufis révèle comment Jésus apparaît invariablement, dans leurs anecdotes et leurs enseignements,

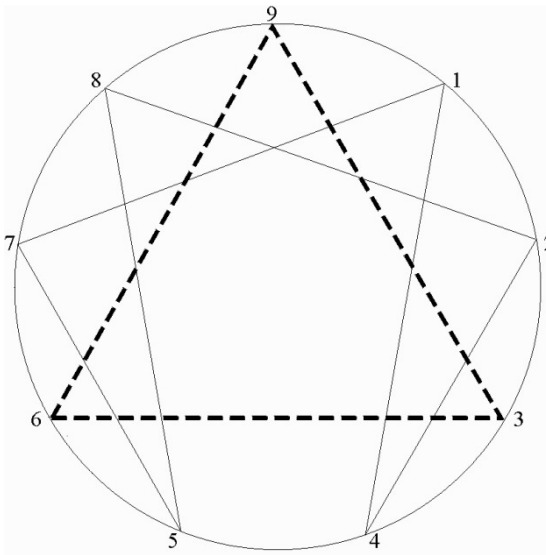
29. L'adresse internet du journal *SUFI* est : sufijournal.org

comme un Maître parfait; et rarement, il est possible de trouver un poète Soufi qui ait manqué de citer Jésus dans ses vers.

Cette profonde considération des Soufis pour Jésus devait inciter le Grand Maître Javad Nurbakhsh à compléter une étude très fouillée de leurs écrits, cela dans une perspective de rendre ses résultats accessibles aux dévots et à tous ceux susceptibles d'être intéressés. Dans son livre, il est parvenu à rassembler de nombreux textes et témoignages des gnostiques Soufis qui puissent faire en sorte que les Musulmans de toutes origines pensent davantage à Jésus, tout en encourageant les chrétiens à jeter un second regard sur l'Islam et à juger avec plus de discernement les adeptes de cette religion. Il visait aussi à faire prendre conscience, selon un point de vue doctrinal, que le Soufisme doit également beaucoup à Jésus, tant dans sa pratique passée que présente, puisque l'esprit même de Jésus axé sur l'amour a toujours prévalu au niveau de l'éthique et du comportement Soufis.

VI- Un Développement durable inspiré

Outre le polissage intérieur du méditant, la pratique assidue du Soufisme peut aussi être source de découvertes et de connaissances à une échelle aussi globale que celle de l'Humanité et du monde entier. En effet, n'est-il pas dit : *Les lois sont partout les mêmes. En étudiant l'homme, nous étudions le cosmos; en étudiant le cosmos, nous étudions l'homme.* Dieu le Bien-Aimé est partout le même. Lors de recherches métaphysiques (Gauthier, 1999-2000), il nous est arrivé de devoir puiser aux racines des civilisations afin de trouver des réponses sur le devenir du genre humain. Nous y avons découvert notamment un enseignement très ancien schématisé par un ennéagramme ayant la configuration suivante :



L'enneagramme

On y trouve d'abord exprimé le cercle « *en tant qu'idée centrale et fondamentale, l'idée de l'unité de toute chose devrait être transmise la première* ». Il s'agit là de la préoccupation première et quasi exclusive du Soufi.

Il est aussi facile d'y repérer le triangle reliant les chiffres 3, 6 et 9 : d'après les traditions anciennes, « la première loi fondamentale de l'Univers est la loi des trois forces, des trois principes ou Loi de Trois ». Et selon cette loi universelle, dans tous les mondes, sans exception, tout ce que nous approchons est divisé et il l'est en trois entités. Toute action, tout phénomène résulte d'une action simultanée de trois forces :

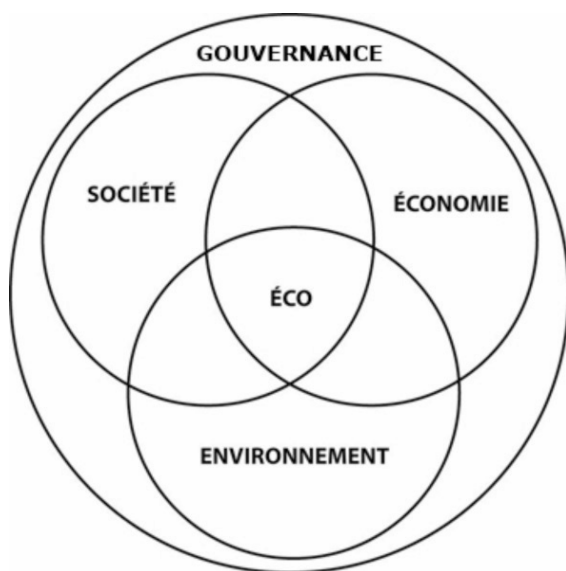
- positive ou dynamique (+),
- négative ou statique (-),
- et neutralisante ou d'équilibre (\pm).

Par exemple, l'idée des trois forces dans l'Absolu forme la base de beaucoup d'enseignements anciens telle la Trinité chrétienne (Père, Esprit, Fils) ou la Trimurti de l'hindouisme (Brahma, Shiva, Vishnu)³⁰.

30. En Chine, Lao tseu enseigne que le Tao est d'une nature triple; même idée dans la religion japonaise du Shinto. Dans la religion celtique, la Trinité divine est composée de Teutatès, la force, Esus, la lumière, et Gwyon, l'esprit. Chez les Phéniciens, ce sont Baal, Astarté et Melkart. Chez les Chaldéens : Oannés, Bin et Bel. Chez les Égyptiens pré-dynastiques : Amon, Râ et Ptah. En Perse : Ormuzd, Abriman et Mithra. En Scandinavie : Oddin, Frega et Thor.

Le même enneagramme (lignes reliant 1, 4, 2, 8, 5 et 7) renferme une seconde loi fondamentale de l'Univers, soit la Loi de Sept. Cette loi ne s'applique ni à la création, ni à l'existence des choses ou des phénomènes dans l'espace mais plutôt à leur évolution cyclique dans le temps.

En matière plus spécifiquement de « Développement durable », terme popularisé mondialement par la commission onusienne Brundtland en 1987, on reconnaît aussi au moins trois anneaux ou pôles à l'intérieur d'un grand cercle pour expliciter l'organisation humaine³¹. Ces trois pôles – Environnement, Société et Économie – se doivent d'être complétés par une quatrième composante, dénommée Gouvernance, qui assure une constance dans la durabilité (Gauthier, 2003). On peut illustrer cela par la symbolique universelle suivante (Gauthier, 2009) :



Et le développement durable, tant recherché sur la Terre depuis plus de trente ans, se tient au cœur du cercle, juste au milieu (cf. ÉCO), là où règnent l'Harmonie et la Sagesse Absolue. Le Grand Maître Javad Nurbakhsh nous a déjà dit personnellement que c'était central pour le Soufi (verbatim 2004-07).

On est à même de réaliser que la voie mystique, dont la voie Soufie, permet, à la fois sur les plans divin et sensoriel, de bien comprendre et de vivre pleinement ce célèbre cri de ralliement des célèbres mousquetaires *Tous pour Un*,

31. Concernant l'homme lui-même, il sera question du corps, du mental et des émotions, auxquels il importe pour les Sufis de joindre l'Âme et ultimement, l'Amour de l'Être absolu.

Un pour tous ! Pour ce faire, on préconise notamment de pratiquer avec constance et persévérance la mise en harmonie du corps, du mental et des émotions, sous la bonne sagesse de l'Âme et d'un Grand Maître, cela en vue d'établir ou de rétablir une relation étroite et durable entre le céleste et le terrestre.

Après 300 ans de développement intense, il est facile pour tous de constater, aussi bien en Occident qu'en Orient, que le courant de modernité, où l'emphase est trop souvent mise sur le pôle Économie, ne saurait être durable. Force est donc de trouver à très court terme une meilleure harmonie entre les trois pôles et la Gouvernance du développement si l'on veut que l'Humanité survive pleinement et durablement sur la Terre et, pourquoi pas, y introduire la voie du Soufisme.

Par ailleurs, l'actuel Grand Maître Alireza Nurbakhsh a aussi abordé (2014) le dossier planétaire de l'heure, soit celui des changements climatiques. Ses réflexions ont porté sur les points de vue à la fois éthique et spirituel afin de cerner et d'assumer cette problématique de crise. À son avis, ce que l'on peut prédire avec certitude, c'est que la vie sur notre planète ne pourra être préservée *durablement* si nous ne réduisons pas drastiquement nos émissions de gaz carbonique. Pour ce faire, l'on doit exiger de nos gouvernements qu'ils adoptent des lois en faveur de l'environnement. Quant à la position spirituelle, elle requière également un changement intérieur en nous-mêmes.

CONCLUSION

Les deux principaux messages du Soufisme

Selon le Grand Maître Javad Nurbakhsh, l'enseignement du Soufisme tient essentiellement en deux messages principaux, et tout ce qui a été dit concernant les règles et les manières du Soufisme s'avère secondaire lorsque comparé à ces deux messages.

Le premier message est psychologique et relié au cœur : à savoir que les Soufis doivent confirmer, rechercher et voir seulement l'Unique, et ne penser à rien d'autre.

Le second, qui découle du premier, est social et éthique : à savoir que les Soufis doivent servir d'exemple en ce qui a trait aux plus hautes valeurs humanitaires et éthiques.

Ainsi, le Soufisme est une école d'unité et de purification éthique qui concerne tous les êtres humains, indépendamment de la race et de la culture. Plus que jamais dans le monde matérialiste d'aujourd'hui, il importe que les Soufis s'efforcent de devenir des exemples par leurs qualités humaines, de manière à inciter et à encourager le plus grand nombre possible à tendre vers de telles valeurs qui sont le privilège de l'espèce humaine (Javad Nurbakhsh, 1997).

Références

- Bentounès, Cheikh Khaled, 2003. *Vivre l'Islam, le Soufisme d'aujourd'hui*. Le Relié, France, 267p.
- De Vitray-Meyerovitch, Eva, 1995. *Anthologie du Soufisme*. Albin Michel, Paris, 363p.
- Gauthier, B., 1999-2000. *Un écologue en quête d'un modèle métaphysique*. Pratique du Yoga (revue) : 93-94 (3-4):19-28; 95(1): 9-13; 96(2): 10-18.
- Gauthier, B., 2003. *Les trois mousquetaires du développement durable*. Invivo, 23(2) :8-10.
- Gauthier, B., 2009. *Les plus récentes avancées conceptuelles du Développement durable*. Invivo, 29 (1) : 14-16.
- Gauthier, B., 2010. *Le Soufisme*. Pratique du Yoga (Revue): 137: 15-22; 138: 18-22.
- Le Christ revient, il dit sa vérité*, 2010. Éd. Quantic, www.quanticismusic.com, 643 p.
- Nurbakhsh, Aliraza, 2014. *Réflexions sur le changement climatique*. Revue SUFI, no. 87 : pp8-17.
- Nurbakhsh, Javad, 1983. *Jesus in the Eyes of the Sufis*. Khaniqahi Nimatullahi Publ., London, 132 p.
- Nurbakhsh, Javad, 1988. *Au Paradis des Soufis*. Khaniqahi Nimatullahi Publ., Londres, 203 p.
- Nurbakhsh, Javad, 1989. *In the Paradise of the Sufis*. Khaniqahi Nimatullahi Publ., London, 125 p.
- Nurbakhsh, Javad, 1989. *Traité Soufi sur la pauvreté spirituelle*. Khaniqahi-Nimatullahi Ed., Londres, 252 p.
- Nurbakhsh, Javad, 1990. *Sufi Women*. Khaniqahi Nimatullahi Publ., London, 263 p.
- Nurbakhsh, Javad, 1997. *Dans la taverne de la ruine*. Ed. du Relié, Avignon, 184 p.

Nurbakhsh, Javad, 2003. *The Path, sufi practices*. Nimatullahi publications, New York, 215 p.

Nurbakhsh, Javad, 2011. *Jésus vu par les Soufis*. Khaniqahi Nimatullahi Publ., Londres, 135 p.

Questin, Marc-Louis, 2007. *Ces hommes aux pouvoirs exceptionnels*. Éd. Trajectoire, Paris, 306p.

Random, Michel, 1996. *Rumi, la Connaissance et le Secret*. Dervy, Paris, 223p.

Riffard, P., 1997. *Ésotérismes d'ailleurs*. Robert Laffont, Paris, 1242p.

Rumi, Djalâl-od-Din, 1990. *Mathnawî, la Quête de l'absolu*. Ed. du Rocher, 1705p.

Sharifi, Habib, 2000. *Le Soufisme, mystique de l'Orient*. Grancher, Paris, 219p.

Tweedie, Irena, 1985. *L'arme de feu*. L'Originel, Paris, 334p.

Addendum A : Règle mystique contemporaine (essai)

1. Il n'y a qu'un seul Dieu (la majorité des religions expriment cette Réalité universelle).
2. Dieu est partout (nous vivons dans le « Corps de Dieu » disait St-François).
3. Dieu est dans le moment présent.
4. Son énergie universelle ou créatrice est en nous.
5. Je peux aussi Le percevoir en tout être animé et inanimé.
6. Dieu a même créé notre Âme à Son image et Sa ressemblance.
7. Naturellement, l'Âme désire consacrer le plus de temps possible à aimer inconditionnellement et à remercier Dieu (et/ou un Grand Maître).
8. L'Âme divine est toujours reliée au corps physique et Elle nous interpelle constamment.
9. Par ailleurs, nous n'avons pas à La voir Elle-même, mais y penser à tout instant nous conduit librement sur la Voie, le Chemin et l'Océan d'Amour Infini.
10. La répétition incessante d'un mantra sacré joue à merveille ce rappel de l'Âme divine.

11. Il est également plus facile de La ressentir si le contexte s'avère harmonieux (durable) et paisible.
12. Idéalement, l'Âme divine accompagne le mental, les émotions et le corps dans son chemin de Vie.
13. *Sur une base régulière, il sera bon de se réserver un moment de quiétude et de contemplation active (méditation profonde) en présence de notre Âme divine.*
14. Et à la mort humaine, l'Âme poursuivra son expérience dans une autre dimension céleste.

Addendum B : Paliers évolutifs du méditant (ENGAGÉ)

1) Va-et-vient continu des pensées

(QUÊTE D'HARMONIE OU DE MIEUX-ÊTRE)

2) Réduction du flux des pensées par l'observation

(INITIATION RECHERCHÉE)

3a) Obtention d'un zekr ou mantra sacré auprès d'un Maître

3b) Ralentissement du souffle

3c) Vide mental passager et prolongé

3d) Élévation du taux vibratoire ou énergétique

(RENCONTRE D'UN GRAND MAÎTRE)

4a) Lâcher prise et moment présent

4b) Rêves plus lucides

4c) Exploration de l'Âme et purification

4d) Accueil des épreuves et de la souffrance

4e) Diminution de l'attrait pour les objets et les activités externes

(ILLUMINATION PASSAGÈRE OU DURABLE)

5a) Affluence d'une prodigieuse énergie

5b) Modification du sommeil

5c) Apaisement du mental

- 5d) Acquisition de dons particuliers
- 5e) Affinement des facultés sensorielles
- 5f) Faculté accrue de simplicité et de clarté
- 5g) Absence d'anxiété

PS. *Le cheminement présenté ci-haut, à titre d'essai, peut varier d'une personne à l'autre, car l'expérience est de nature subjective. Ce tableau est élaboré suite à notre longue expérience yoguïque et même Soufie. Soulignons également que l'essentiel de la méditation chez les Soufis tient à la concentration tant sur le mantra que sur le Grand Maître qui réfléchit parfaitement l'esprit Divin et ainsi, sert comme guide tout à la fois savant, connaissant et expérimenté.*

Addendum C : CERCLE DE MÉDITATION À QUÉBEC

Bivouac d'Amour universel

- **Préliminaires (salle prédisposée) et bienvenue**
 - ✓ Musique d'ambiance
 - ✓ Offrandes sur l'autel
 - ✓ Allumer le lampion
 - ✓ Former un cercle parfait avec une place pour le Grand Maître
 - ✓ Se nommer (surtout s'il y a des nouveaux)
 - ✓ Bienvenue au bivouac d'inspiration Soufie... à la fête des Âmes
- **Enracinement**
 - ✓ Posture très droite, se sentir digne (solide comme une pyramide, grand comme une montagne), se détendre, sourire; posture de base : agenouillé et appuyé sur un petit banc ou un coussin ou une chaise
 - ✓ Enracinement complet (lumière blanche ou bleue au-dessus de la tête _ au 3^{ième} œil _ cœur _ nombril _ abdomen _ Terre _ pensée positive pour les organismes vivants)
 - ✓ Se termine par une pause de silence
 - ✓ Partage du sel (Au nom du Père-Mère, compatissant et miséricordieux)
- **Fermer les lumières et apporter le lampion au Centre du Cercle**
 - ✓ Demander à Dieu de nous encercler d'amour ... de nous illuminer

- ✓ Demander aux Prophètes (Bouddha, Jésus, Mahomet), aux Saints et Saintes, aux Maîtres visiteurs et aux Grands Maîtres Nurbakhsh de nous guider
- ✓ Inspirer (7X) la Lumière du cercle à l'arrière du cœur et expirer vers l'avant
- ✓ Fermer les yeux et visualiser la lumière au niveau du cœur
- **Enseignements sacrés**
 - ✓ Texte du Grand Maître Javad Nurbakhsh en perse et en français
- **Période de méditation**
 - ✓ avec Musique sacrée et mantra (zehr)
 - ✓ en silence avec mantra (zehr) et respiration profonde
 - ✓ Barattez son mantra tout en étant conscient... de l'arrière vers l'avant du cœur (respiration pulmonaire) ou suivre son souffle au niveau du nez
 - ✓ Pratiquez la respiration abdominale profonde
 - ✓ S'étirez et terminez par un balayage très lent des chakras (centres d'énergie)
- **Offrandes et dons volontaires**

(merci au Père-Mère, le Créateur et le Seigneur de tous les mondes)
- **Enseignements Soufis, discussions... et textes choisis**
- **Se serrer les (bras) mains avec les yeux du Cœur**
- **Refaire l'Unité et conclure avec le AUM (3X)**

Addendum D : RÉSUMÉ

Le Soufisme est une pratique de la spiritualité dans la lignée des grandes **traditions mystiques** qui appartiennent au patrimoine de l'Humanité. Il semble que toutes les civilisations voient s'épanouir en leur sein des êtres habités par les plus hautes valeurs humaines, admirés par nombre de disciples prêts à s'élever par la voie de cœur; on qualifie cette voie d'ésotérique, car elle passe par le mystère du sentiment d'union avec Dieu. Ces courants côtoient et nourrissent les formes exotériques (dans les institutions et les Livres) des enseignements religieux, éthiques, ou spirituels, nécessaires à la coexistence sociale. Aussi trouve-t-on des expressions de la voie mystique en Mésopotamie, en Perse, en Chine, en Inde, et dans le monde hellénistique – pour ne parler que des Vieux Continents.

Le Soufisme trouverait son foyer le plus ancien, vers 1 900 avant J.-C., dans un courant mystique irano-persan qui prône l'**Unité de l'Être**, et que les adeptes expriment par leur **dépouillement** et le **service désintéressé** tout comme l'exprime de façon exemplaire la chevalerie. L'ordre Nimatullahi, fondé au 14^{ème} siècle après Jésus-Christ, y reconnaît ses précurseurs. Javad Nurbakhsh (1926-2008) a été le Grand Maître contemporain de cet ordre qui a favorisé l'actualisation et l'expansion du Soufisme en Occident. La Voie Nimatullahi se distingue par l'importance accordée au rôle du Grand Maître et à la transmission d'un zekr ou mantra, une prière du cœur qui accompagne le disciple vers Dieu. Précisons que certains chercheurs estiment que les premiers Soufis tirèrent leur doctrine directement du Coran (7^{ème} siècle), ce qui ferait du Soufisme la branche mystique de l'Islam. Cependant on ne peut nier que le Soufisme, par sa voie mystique, tend vers l'universalité et l'ouverture (notamment, en reconnaissant Jésus comme un véritable prophète de Dieu), ce qui l'écarte, en un sens, du formalisme et du traditionalisme de toute religion constituée. Les Soufis partagent les trois **thèmes coraniques** suivants : (1) l'unicité de Dieu ; l'accession aux plus hautes qualités humaines (2) par la recherche de Dieu en tout temps, en tout lieu, et (3) par la préparation à mourir.

Avant l'Islam, on appelait «**derviches**» (pauvres) ces mystiques de Dieu. Le terme «**Soufi**» (le mot arabe «souf» qui veut dire «laine» désignerait le manteau de laine porté par le Soufi en guise de sobriété), prononcé pour la première fois au 7^{ème} siècle s'est répandu dans le monde Islamique.

Plusieurs Grands Maîtres ont contribué à l'élaboration de l'enseignement Soufi entre le 7^{ème} et le 13^{ème} siècle. Le plus connu est sans nul doute **Roumi** (1207-1273), fondateur de l'ordre des Derviches tourneurs. Son œuvre, écrite en persan, est composée de contes, de paraboles et de discussions mystiques. On la considère comme la version persane du Coran. Notons que Roumi affirme que la voie de l'Amour est universelle.

Le Soufisme est un **art de vivre** plutôt qu'une philosophie – accessible par la raison spéculative. La raison ne permet pas d'atteindre l'illumination, c'est-à-dire ce sentiment d'union en Dieu, lequel représente la totalité de l'Être. Guidé par ce sentiment, le Soufi délaisse son égo et se met au service de toutes les créatures, conscient d'avoir été aspiré par l'Amour créateur qu'il cherche maintenant à partager. Le cheminement dans la voie est en fait une expérience intérieure qui progresse en quatre étapes de base : le voyage vers Dieu, le voyage avec Dieu, le voyage en Dieu, le voyage à travers Dieu. Pour ce faire, le Soufi est instruit des pratiques qu'on associe à la **méditation**.

Dans une perspective plus large, on comprend que les Soufis partagent les inquiétudes de plusieurs de leurs contemporains face à toutes les formes

d'atomisation qui sont le lot des sociétés modernes : désenchantement du monde, individualisme, exploitation inconsidérée de la nature. Cet art de vivre ne peut que s'associer à l'objectif du **Développement durable** qui fait surface depuis quelques dizaines d'années, et qui est au cœur des préoccupations écologiques de l'auteur.

par Claude St-Laurent

Avril 2012

Remerciements

Nous sommes redevables à Terry Graham, spécialiste du Soufisme et de l'ordre Nimatullahi, pour avoir lu et relu les versions de ce texte. Il nous a procuré ses nombreux encouragements.

Nos remerciements s'adressent également aux élèves du Cercle de méditation de Québec, aux Soufis de la khanaqah de Montréal qui nous ont encouragés à aller plus en profondeur sur le sujet de même qu'à Serge Vachon de Planethik pour la qualité de ses illustrations.

Merci à Geneviève Trépanier, à Bernard Vallée, à André Larochelle et à Claude St-Laurent pour leur aide dans les diverses éditions de ce texte et, dans le cas de cette dernière, pour la rédaction d'un résumé.

Merci également au Grand Maître yoguique, Babacar Khane, pour son support indéfectible. Aussi, notre cheminement a été facilité par la tenue du Cercle de méditation au Centre de yoga de Sainte-Foy (Québec) de 2005 à 2018.

De plus, nous remercions Normand Dupont pour ses nombreux commentaires inspirants, pour la révision et la mise en page de l'édition 2023 à laquelle a aussi collaboré Hugues Skene.

Benoît Gauthier, 2023

Benoît Gauthier, Ph. D.

Après avoir complété ses études doctorales en écologie végétale à l'Université Laval (1976), Benoît Gauthier a travaillé au gouvernement du Québec dans le domaine environnemental. Il a contribué notamment à l'initiation et à l'avancement de nombreuses politiques et projets du ministère du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs.

Il a été initié chez les Soufis en 1997. Maintenant retiré de la fonction publique québécoise, il poursuit son cheminement au sein de l'ordre Soufi Nimatullahi à titre de sheikh ou Maître. Il est inspiré par cette maxime : *« Pour changer le monde, il faut d'abord arriver à se changer soi-même. »*

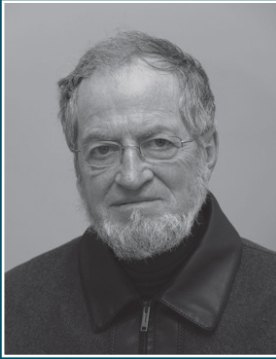
Coordonnées Adresse : 750, rue Gingras #412
Québec (Québec) G1X 4C3
Tél. : (418) 659-7607
Courriel : bgauthier99@hotmail.com

Achevé d'imprimer en avril 2023.

© Benoît Gauthier

Toute reproduction est encouragée
avec l'autorisation de l'auteur.

Rééditions 2012, 2016, 2023



Benoît Gauthier, Ph. D.

Après avoir complété ses études doctorales en écologie végétale à l'Université Laval (1976), Benoît Gauthier a travaillé au gouvernement du Québec dans le domaine environnemental. Il a contribué notamment à l'initiation et à l'avancement de nombreuses politiques et projets du ministère du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs. Maintenant retiré de la fonction publique québécoise, il poursuit son cheminement au sein de l'ordre Soufi Nimatullahi

à titre de sheikh ou Maître. Il est inspiré par cette maxime :

« Pour changer le monde, il faut d'abord arriver à se changer soi-même. »



3^{ième} édition, janvier 2023