THE USER FRIENDLY HEART

UN CŒUR ACCESSIBLE

DAAJI - 21 NOVEMBRE 2016

Offrir des cadeaux et faire de la philanthropie relèvent à la fois d'attentes sociales, de choix personnels et de traditions. Ce sont des gestes de solidarité. Lorsqu'on offre un cadeau, lequel est le plus noble de tous ? De quelle manière peut-on l'offrir ? Quels conseils peut-on suivre aveuglément au moment de choisir un cadeau ?

– – – – – – – – – – – – – – – – – – –

Voici qu'arrive la saison de la bienveillance et des cadeaux. Diwali est passé, c'est bientôt *Thanksgiving, Milad un-Nabi,* Noël, *Hanukkah* et le Nouvel An. Des occasions festives pour rapprocher familles et amis et échanger des cadeaux en témoignage d'amour mutuel, de respect et de gratitude. Offrir des cadeaux demande toute une organisation : donner quoi et à qui, en fonction de l'âge, du statut, des goûts, etc.

Quel est le plus noble cadeau que l'on puisse offrir à quelqu'un ?

La question oppose les principes de parcimonie et de générosité. Ils sont associés par une logique qui calcule quelle part de vos revenus chèrement gagnés, de votre temps et même de vos conseils, vous allez pouvoir donner à votre famille, à vos amis et à des étrangers.

Il est plus facile de donner lorsque le bénéficiaire est un membre de la famille ou un ami. Nous aimons notre famille, nous chérissons nos amis et nous leur offrons des cadeaux spontanément, sans hésiter. Toutefois, lorsque le bénéficiaire est un étranger, l'analyse rationnelle du coût par rapport aux avantages ferme un cœur ouvert.

Au centre même d'un cadeau se trouve la pureté de l'intention, qui ne décompose pas ce que rapporte le cadeau et la capacité du donneur, transformant ainsi le plus petit cadeau en un précieux trésor.

Les traditions religieuses parlent du plus sublime des cadeaux : la Grâce. La Grâce ne se mérite ni ne se gagne. La Grâce est une faveur gratuite du Divin, elle est la manifestation de la bienveillance que la divinité choisit d'accorder, simplement parce qu'Elle en a décidé ainsi. Un don d'une telle pureté est-il possible entre humains ? Je crois que oui.

L'art d'offrir

Presque toutes les traditions religieuses incitent à donner : charité, *zakat*, aumône, *daan*. Le don, qu'il soit facultatif, fondamental ou obligatoire, fait partie intégrante du rituel du culte, comme les offrandes au divin ou la charité au nom de Dieu.

Cependant, un don motivé par la croyance en l'existence d'un dieu bienveillant ou destiné au plaisir d'un dieu, est-il le plus noble simplement parce qu'il implique le divin ?

Presque toutes les traditions laïques tiennent également en grande estime toutes les actions qui s'efforcent de soutenir la dignité de l'être humain et de le soulager des coups durs de la vie. Citons l'exemple de la constitution d'une cagnotte dans une école pour venir en aide à un enfant défavorisé et de la distribution de nourriture aux réfugiés sans abri. De tels dons cherchent à restaurer l'humanité et cela en soi suffit à obtenir leurs lettres de noblesse.

Dans ce sens, un don est ce qui a de la valeur pour le donateur et améliore la situation de celui qui le reçoit ; cependant, il peut toujours engager l'ego du donateur et obliger celui qui le reçoit à y répondre à son tour par un cadeau, en actions, en paroles ou en pensées.

Quel est alors le cadeau le plus noble qu'une personne puisse offrir à une autre, car ce n'est ni le divin ni le percepteur qui vont nous priver de ce répit saisonnier ?

Question difficile ! Que dirait le cœur ?

La tendance du cœur

Le cœur n'est pas simplement une pompe cardiaque. La plupart des traditions – laïques, spirituelles, athées, littéraires ou médicales – admettent que le cœur tient le premier rôle dans l'existence de l'individu. Pourtant, nous ne le consultons pas ou ne prenons pas le temps de vérifier que c'est vraiment le message du cœur que nous entendons.

La nature intrinsèque du cœur est la bonté, et permettre à cette bonté de se manifester en nous est simple et facile à la fois, lorsque nous avons une méthode pour écouter les conseils du cœur.

Seul le cœur, perçu clairement dans le calme du mental, peut vous conseiller dans le choix du cadeau approprié, parce qu'il favorise ce qui est bon pour vous aussi bien que pour les autres. Il penche pour un cadeau qui ne pèse pas sur l'ego du donateur et qui n'implique aucune obligation pour le receveur, même s'il comble un besoin urgent.

Le cœur conseillera le cadeau adéquat et renseignera sur la façon de l'offrir.

Aucun algorithme externe ne peut trouver la réponse qui vous convient. Par contre, votre cœur le peut et aspire à être entendu.

Si vous vous asseyez confortablement, vous fermez les yeux et vous vous laissez fondre dans l'étreinte de votre cœur, ressentant la douceur de ses états de silence, d'amour et d'une

promesse naissante de conseil, vous découvrirez comment donner de la façon la plus noble, ainsi que la nature de votre cadeau. Ce n'est qu'en consultant le cœur que la pureté du don entre humains est possible.

Se poser un moment à l'intérieur

Galilée n'a pas inventé le télescope, mais il a été le premier à le tourner vers le ciel et à dessiner la carte d'un monde nouveau. Écouter les conseils du cœur, c'est comme orienter le télescope vers l'intérieur et y fixer notre attention.

En nous conformant uniquement aux us et coutumes de la société, nous risquons de nous méprendre en pensant ne pas avoir en nous les conseils nécessaires pour vivre pleinement sa vie.

Et si nous équilibrions les conventions externes par une voie qui consacre à notre cœur un moment quotidien de calme ?

Heartfulness porte attention au message du cœur. Vous êtes déjà dotés de la sagesse du cœur, et cela, personne ne peut vous l'offrir. La seule baguette magique est votre intérêt à renforcer cette connexion avec le cœur qui est facile d'accès et qui a la réponse à chaque situation de la vie, bien au-delà du cadeau à offrir en cette saison de fêtes.