

Olivier
Clerc
Lettres à ma
prochaine
incarnation



Flammarion

UNE BOUTEILLE À LA MER SUR LE FLEUVE DU TEMPS.

À la cinquantaine, l'auteur écrit à son âme réincarnée pour partager avec elle la quintessence de ce que l'expérience personnelle lui a appris à ce jour. Cet artifice littéraire lui permet d'aborder des sujets essentiels sur un ton intimiste où se mêlent profondeur et légèreté, sérieux et humour, sagesse universelle et vécu individuel.

L'auteur aborde entre autres le sujet des parents, les premières questions existentielles, la confiance, l'inspiration, la nature, les relations.

C'est le fruit d'une vie riche en expériences qu'Olivier Clerc transmet à son incarnation prochaine. Il nous invite ainsi, à notre tour, à l'expérimentation pour vérifier dans notre propre existence la pertinence de ce qu'il nous confie.

Olivier Clerc, né en 1961 à Genève, vivant en France depuis 1986, est un écrivain et conférencier franco-suisse, auteur de 19 livres avec des traductions dans une dizaine de langues, passionné de spiritualité et de développement personnel. Il a notamment découvert et traduit Les Quatre Accords Toltèques de Miguel Ruiz et a publié entre autres best-sellers La grenouille qui ne savait pas qu'elle était cuite aux éditions JC Lattès.

Flammarion

Lettres
à ma prochaine incarnation

DU MÊME AUTEUR
(sélection) :

Graines de sens : 52 métaphores pour cultiver votre jardin intérieur, La Martinière, 2016.

Peut-on tout pardonner ? Les principaux obstacles au pardon et comment les surmonter, Eyrolles, 2015.

Lâche ton trapèze et attrape le suivant ! Bien réussir les transitions de la vie, Eyrolles, 2014.

Même lorsqu'elle recule, la rivière avance : neuf histoires à vivre debout, JC Lattès, 2010.

La grenouille qui ne savait pas qu'elle était cuite... et autres leçons de vie, JC Lattès, 2005.

À paraître (début 2019) :

Tu es comme tu es !, Flammarion, « Père Castor », 2019
(conte pour enfants).

Olivier Clerc

Lettres
à ma prochaine incarnation

Flammarion

Tous droits réservés
© Flammarion, Paris, 2018
ISBN : 978-2-0814-6012-6

Lettre 1 : En guise d'introduction

Chère prochaine incarnation,

Aujourd'hui m'est venue l'idée de t'écrire cette lettre, première d'une série à venir, dans le but de partager avec toi l'essentiel de ce que j'ai pu apprendre, vivre et mettre en pratique dans cette vie jusqu'ici, c'est-à-dire à la cinquantaine bien entamée. Nul ne sait quand arrivera le terme de son existence, alors, même si je me souhaite encore quelques bonnes décennies ici-bas, autant commencer dès maintenant à te transmettre les quelques richesses que cette incarnation m'a déjà permis d'accumuler.

Oui, je sais, c'est un peu étrange d'écrire à un destinataire qui n'est même pas encore né, *a fortiori* à un lecteur qui ne pourra naître que lorsque moi-même je serai mort, puisqu'il sera le nouvel habit que revêtira mon âme quand celle-ci se sera défaite

Lettres à ma prochaine incarnation

de son enveloppe actuelle, qui n'est autre que moi-même.

Me liras-tu dans trente ans, dans cinquante ou cent ans ? Je l'ignore. Mais cette incertitude a précisément l'avantage qu'elle me contraint, dans ce que je souhaite te transmettre, à ne sélectionner que l'essentiel, c'est-à-dire ce qui est le plus susceptible de garder sa pertinence dans la durée, ce qui transcende les modes, les époques et les cultures, en dépit des changements incessants qui les caractérisent.

Je te parlerai de ma vie actuelle, quand ce sera nécessaire, non pour écrire une autobiographie, mais pour contextualiser certaines des choses que je serai amené à partager avec toi et les rendre plus agréables à découvrir. Je m'efforcerai de prendre exemple en cela sur les arbres fruitiers, plutôt que sur les céréales, et au lieu de te léguer des grains de sagesse tout secs, d'enrober de préférence de la chair juteuse de mes expériences les pépins et noyaux que l'on m'a transmis et que j'ai cultivés à mon tour, pour en faire des fruits plus savoureux à déguster. Je compte sur toi pour ne pas tout avaler (au propre et au figuré), pour savoir faire la part des choses et mettre soigneusement de côté les semences ainsi dissimulées, de manière à te créer ton propre jardin... si tu le veux bien !

Lettre 1 : En guise d'introduction

Tiens, d'ailleurs : parleras-tu seulement ma langue ? Je n'en sais rien, évidemment. Mais pareil à la flasque dans laquelle on conserve une huile essentielle volatile, le français dont j'utilise ici le truchement pour te parler est juste le flacon destiné à accueillir le sens, l'essence de ce que je désire partager avec toi : je suis confiant que son parfum parviendra bien à s'en échapper d'une façon ou d'une autre, comme le génie de sa lampe, pour te rejoindre où tu seras. Je n'ai pas plus à me soucier de la manière dont il te parviendra que le fermier de la façon dont poussera le blé qu'il a semé : ma tâche se résume à choisir les graines que j'aimerais te transmettre et à laisser la terre, l'eau, l'air et le soleil les faire germer et t'en apporter la moisson le moment venu, où que tu sois.

Au cours de l'évolution de notre âme, d'incarnation en incarnation et de siècles en millénaires, dans son long chemin d'évolution jusqu'à sa pleine réalisation, nous ne conservons de vie en vie que notre *vécu*, c'est-à-dire ce que nous avons appris de tout notre être : nos expériences concrètes, ce qui a pris corps dans notre vie, dans notre comportement et nos habitudes. Nous ne gardons ni le savoir intellectuel accumulé ni le contenu des livres que nous avons lus : seules nous accompagnent d'une existence à la suivante nos connaissances véritables, c'est-à-dire le savoir incarné. Nous n'emportons avec

Lettres à ma prochaine incarnation

nous que la récolte finale de ce qui a été patiemment semé et cultivé dans les plates-bandes de notre vie, et non les milliers de semences que certains d'entre nous accumulent méticuleusement dans leur grenier, toutes bien étiquetées... quitte à en oublier d'entretenir leur potager.

La dot avec laquelle notre âme commune reviendra dans ce monde, pour épouser la nouvelle incarnation que tu représentes, cher moi futur, sera donc constituée de la moisson de connaissances vécues dont, d'ici à mon envol vers l'au-delà, j'aurai enrichi pour toi celle que j'ai moi-même reçue de mes prédécesseurs. Toutefois, même si je m'efforce de la rendre aussi abondante et généreuse que possible, j'ai aussi conscience de mes limites et certaines graines n'auront sans doute pas germé avant que je te passe le relais. T'écrire cette lettre et les suivantes est donc l'artifice que j'ai conçu d'une part pour te transmettre le condensé patiemment distillé de mon existence, afin qu'en lisant ces lignes tu retrouves plus rapidement le souvenir de tout ce qui est déjà imprimé en toi, au tréfonds de ton âme ; d'autre part, pour te communiquer des idées et un savoir que je n'ai pas forcément eu le temps de valider pleinement dans ma propre vie, bien que j'en mesure déjà toute la beauté et la valeur. Dans mes mots, ici et là, se mêleront ainsi à mes expériences

Lettre 1 : En guise d'introduction

vécues et à mes connaissances éprouvées quelques données livresques ou des conseils de seconde main, sans que je prenne la peine de distinguer les uns des autres, de manière que tu puisses ressentir en toi les résonances différentes qu'ils provoqueront tour à tour et exercer ainsi ton discernement au cours de ta lecture. C'est toi qui sauras faire la part des choses. Et même si par mégarde s'étaient glissées parmi ce que je t'écris quelques erreurs ou contre-vérités, n'en conçois aucune crainte : quand, dans nos semailles, de petits cailloux et des graines de mauvaises herbes se mêlent par inadvertance aux semences de fleurs que nous avons choisies, la terre finit toujours par révéler la vraie nature de chacun en faisant pousser les uns et non les autres, et en nous laissant le temps d'extirper les éventuels intrus.

Il ne me reste qu'à te souhaiter une agréable lecture de ces lettres que je prends un réel plaisir à rédiger. En outre, peut-être l'as-tu remarqué, je m'efforce de les écrire lentement... au cas où tu ne lirais pas vite ! Cette boutade n'est pas gratuite : c'est ma manière de te dire que l'humour est une vertu essentielle à mes yeux, trop souvent sous-estimée¹.

1. Cf. le chapitre « L'humour, une drôle de vertu », par Olivier Clerc, dans l'ouvrage collectif *Dix vertus pour cultiver son jardin intérieur*, Jouvence, 2015.

Lettres à ma prochaine incarnation

En français, l'adjectif « spirituel » s'applique aussi bien à un adepte de la spiritualité qu'à quelqu'un qui fait de l'humour : je trouve cela d'autant plus significatif que les quelques éveillés dont j'ai eu la chance de croiser la route et qui m'ont le plus inspiré avaient en commun un humour décapant ! L'humour est une forme d'ouverture d'esprit et de liberté intérieure, d'où son absence dans les milieux fanatiques comme dans les groupuscules sectaires et les régimes totalitaires. L'éclat de rire, par son pouvoir de déflagration joyeuse, représente une menace pour toute pensée rigide, toute croyance dogmatique. Il libère la vie des formes figées dans lesquelles, à chaque époque, certains voudraient bien l'enfermer. Sans compter que pour soi-même, l'humour est aussi un précieux garde-fou : il évite de se prendre trop au sérieux. Bienheureux ceux qui savent rire d'eux-mêmes, car ils n'ont pas fini de se marrer !

Voilà, je te laisse pour le moment. J'espère que cette première lettre aura répondu à la question que tu te poses peut-être : pourquoi faire l'épître ?

De tout cœur,

Ton dévoué prédécesseur

Lettre 2 : Les parents

Cher futur moi,

Je me demande bien quels parents tu as cette fois-ci, et quels frères et sœurs éventuels aussi... Car naître à nouveau, entamer une nouvelle incarnation, c'est forcément tout recommencer, avec un nouveau père, une nouvelle mère, et peut-être une nouvelle fratrie.

Ah, les parents ! Vaste sujet, qui suffirait à remplir un livre. Mais mon objectif ici est plus restreint. Je n'aspire qu'à partager avec toi quelques clés pour transformer les écueils les plus courants sur ta route, pour que tu retrouves le plus rapidement possible tous tes acquis passés, ta conscience et ta liberté intérieure, et que tu puisses prolonger de beaucoup le chemin que nos incarnations précédentes et moi-même aurons déjà parcouru avant toi. Or parmi les écueils les plus souvent invoqués pour justifier nos

difficultés dans l'existence, les parents tiennent fréquemment la première place.

Tout ce qui nous arrive n'est-il pas leur faute, à en croire certains ?

D'ailleurs qui, sur cette Terre, n'a pas au moins une fois jugé ses parents ? Qui n'a pas estimé qu'elle *aurait dû* avoir d'autres géniteurs, qu'il *aurait dû* naître dans une autre famille (voire dans un autre pays ou à une autre époque), que ses parents *auraient dû* se comporter autrement avec elle ou lui, *auraient dû* lui offrir des possibilités dont elle ou lui a été privé ?

Petite parenthèse : quelle drôle d'invention linguistique, quand même, le conditionnel passé. *J'aurais dû*, elle *aurait dû*, ils *auraient dû*, etc. Qui a inventé ce temps, sérieusement ? Pour couronner le tout, on y conjugue le verbe « devoir » ! Comme si non seulement on pouvait changer le passé, mais qu'en plus on le *devait*, que c'était ton, mon, notre devoir : quelle magnifique recette pour s'empoisonner l'existence ! « Quand vous vous battez contre la réalité », écrit avec un rare bon sens Byron Katie¹, « vous perdez. » Et d'ajouter : « ... mais seulement à chaque fois ! » *Chaque* fois. Utiliser le conditionnel passé revient précisément à se battre contre la réalité, à la

1. Byron Katie, *Aimer ce qui est*, Ariane, 2003.

Lettre 2 : Les parents

nier, à la vouloir autre qu'elle a été, et à épuiser inutilement son énergie en tentant de changer le passé. Utiliser le conditionnel passé, c'est un peu comme exiger que la route corresponde à la carte obsolète qu'affiche le GPS... au lieu de le mettre à jour.

Si je relève au passage l'utilisation si fréquente de ce temps, c'est qu'elle dénote un rapport à la réalité gravement faussé au départ et qu'il est préférable que tu évites à tout prix. Elle dissimule en outre une illusion fâcheuse (ou un secret orgueil) : croire que je sais mieux que les autres, que la vie ou que l'esprit qui gouverne le cosmos, de quelle façon les choses doivent, auraient dû ou devront se passer. C'est conférer à cet intellect qui est le nôtre bien plus de pouvoir qu'il ne lui en échoit réellement. Nous en reparlerons quand nous aborderons la question de la liberté¹. Parenthèse close.

Revenons aux parents. Je serais étonné qu'à un moment ou un autre, et pas seulement à l'adolescence où c'est typique (et même normal), tu n'aies pas jugé tes parents, ni estimé qu'ils ont mal fait leur travail, qu'ils ne t'ont pas donné ce dont tu avais besoin, qu'ils n'ont pas su te comprendre, t'apprécier, t'aimer, te pousser à te dépasser (ou au contraire te laisser tranquille), etc. Je me trompe ?

1. Cf. lettre 6 : Choix et libre arbitre.

Lettres à ma prochaine incarnation

Moi, en tout cas, j'ai jugé les miens. Aucun doute à ce sujet. Ça se passait tellement mal avec eux que je m'étais même juré, enfant, que je quitterais le domicile parental dès ma majorité. Et j'ai tenu parole : j'en suis effectivement parti dix jours après mes vingt ans (c'était l'âge de la majorité à cette époque en Suisse. Tu ne vois pas où c'est ? Un tout petit pays, au milieu de l'Europe ? Existe-t-il encore, d'ailleurs ?). Toutefois, quelque chose en moi a tout de suite décidé que je transformerais ces relations toxiques, que je n'en resterais pas là. Cela m'a pris du temps, mais progressivement j'y suis parvenu. *Nous* y sommes parvenus, devrais-je dire, car le chemin s'est fait des deux côtés. Cette transformation de nos relations m'a enseigné, bien avant que je ne lise des écrits philosophiques et spirituels sur ces questions, que c'est souvent avec le plomb de nos épreuves – les difficultés, les contraintes, les injustices, ce qui nous résiste ou nous contrarie – que l'on finit par faire l'or de nos richesses intérieures. Rétrospectivement, elle m'a conduit à entrevoir que, sans ce contexte relationnel dysfonctionnel, je n'aurais sans doute jamais développé la compréhension des relations humaines que j'ai acquise, et je n'aurais pas non plus suivi le chemin d'évolution personnelle que j'ai été amené – contraint ? – à

Lettre 2 : Les parents

suivre. Elle a donc commencé à changer le regard que je portais sur les parents que *j'aurais dû* avoir !

Je me souviens aussi de cet exercice proposé quelques années plus tard dans une formation à la thérapie sociale, développée par Charles Rojzman, que je suivais en petit groupe. Nous avions une demi-heure pour écrire en quoi nos parents avaient été les *meilleurs* que nous aurions pu rêver d'avoir. Les *meilleurs*, disait bien la consigne : pas les pires. Nous nous sommes tous prêtés au jeu et sommes ressortis transformés de cet exercice : il a provoqué en nous une jolie inversion à 180° de notre regard et de nos perceptions. Chacun de nous, en adoptant ce nouveau point de vue, a pu découvrir dans quelle proportion ce que nous étions devenus à l'âge adulte avait été influencé ou déterminé par les parents que nous avons eus, non seulement dans ce qu'ils avaient de meilleur, bien sûr, mais y compris (voire surtout) dans leurs pires côtés. Les défauts réels ou supposés de nos parents, leurs erreurs, les manques dont nous avons souffert, ceux de leurs comportements et attitudes qui nous insupportaient, apparaissaient soudain comme autant d'éléments ayant favorisé en nous le développement de telle qualité, l'émergence de tel talent, une solide aptitude à la résilience, etc. Du coup, les récriminations et les reproches pouvaient céder la place à l'acceptation et

Lettres à ma prochaine incarnation

même – mais oui ! – à de la gratitude : merci à nos parents, merci à notre enfance et à nos conditions de vie de l'époque, de nous avoir permis de devenir ce que nous sommes aujourd'hui.

**Le catalogue des parents :
faire le bon choix !**

Comme je l'ai découvert plus tard, d'un point de vue spirituel – peut-être t'en souvient-il ? –, l'âme choisit en réalité les parents de chacune de ses nouvelles incarnations, en fonction du destin qu'elle vient accomplir, des forces et faiblesses dont elle aura besoin pour cela, ainsi que des dettes éventuelles dont elle doit s'acquitter (c'est moins drôle, le karma, mais ça existe aussi). Cette vérité, enseignée depuis des millénaires dans diverses traditions spirituelles du globe, est confirmée de nos jours par certaines personnes ayant vécu une expérience de mort imminente¹, qui se souviennent de ce qu'elles avaient décidé de vivre en s'incarnant cette fois-ci. Or, de même qu'un bon jardinier sait pincer l'extrémité de certaines branches d'un arbre fruitier, au bout desquelles se formeront ainsi de plus gros

1. EMI, ou NDE en anglais.

Lettre 2 : Les parents

fruits, notre âme sait également choisir des conditions d'incarnation présentant certains « pincements », certaines contraintes et limitations : elle n'ignore pas que, confrontée à ces résistances, notre personnalité devra puiser en elle des ressources profondes pour les surmonter. Ce faisant, elle développera une force d'autant plus grande, comme nombre de ces bébés prématurés, nés minuscules et chétifs, qui deviennent par la suite de véritables forces de la nature.

Selon l'âge de notre âme, selon les expériences qu'elle a déjà accumulées au fil de ses vies passées plus ou moins nombreuses, la marge de choix dont nous disposons pour une nouvelle incarnation sera plutôt large ou plutôt restreinte, mais elle n'est en aucun cas fortuite. Le hasard n'a pas sa place ici¹. En outre, sache que même lorsque les conditions de naissance et d'enfance d'un individu sont plutôt difficiles (voire carrément terribles), aucune notion de « punition » n'entre en jeu, contrairement à ce que certaines religions ont pu nous faire croire. La notion de karma (qui signifie *action* en sanskrit), que nous ont transmise les Orientaux, peut se résumer à cette évidence connue de tout paysan : on récolte ce qu'on sème. La récolte n'est pas une punition : elle n'est que le résultat de la loi de cause à

1. Cf. lettre 4 : Le sens de la vie.

Lettres à ma prochaine incarnation

effet. Elle permet d'évaluer ce qu'on a semé et, en cas d'insatisfaction (si les fruits récoltés s'avèrent indigestes), de semer d'autres graines, en vue de récoltes potentiellement plus savoureuses et plus nutritives. Le cosmos est régi par des lois immuables, et non par un ni par des dieux capricieux. N'écoute pas ceux qui t'affirment le contraire (enfin, écoute-les si tu veux, mais ne les crois pas sans vérifier par toi-même !).

L'une de mes amies a la rare particularité de garder en mémoire le souvenir ininterrompu de deux incarnations successives, y compris une période intermédiaire de deux ans dans l'au-delà (que les Tibétains nomment le *bardo*). Morte à douze ans dans le bombardement d'un train, dans le sud-ouest de la France, durant la Seconde Guerre mondiale, elle s'est vu proposer trois incarnations possibles par les êtres de lumière qui l'entouraient dans le *bardo*. Voulant accélérer son évolution, elle leur a demandé de faire en sorte de condenser en une seule existence ce qu'ils lui proposaient d'étaler sur trois. Elle s'est ainsi réincarnée à peine deux ans plus tard chez la meilleure amie de sa mère d'avant, dans la même ville. Crois-moi : lorsqu'on connaît son incroyable parcours de vie, on a bel et bien l'impression qu'elle en a vécu trois en une, avec une rare dose d'épreuves. Elle m'a d'ailleurs confié que chaque fois

Lettre 2 : Les parents

qu'elle commence à trouver ses conditions de vie par trop difficiles ou douloureuses, qu'elle s'apprête à s'en plaindre ou à se rebeller contre le destin ou le bon Dieu, elle se rappelle aussitôt que c'est bien *elle* qui a choisi cette existence-là, avec ces parents-là, ces conditions de vie-là... et ce, malgré les avertissements amicaux des êtres de lumière qui l'assistaient dans son choix et qui l'avaient prévenue qu'elle se préparait un menu plutôt costaud pour sa nouvelle incarnation. Apparemment, dans l'au-delà, on oublie quelque peu la réalité très concrète des épreuves, quand vient le temps de les vivre dans la matière...

Alors si tu veux mon avis, cher moi futur, plus tôt on se réconcilie avec la vie qu'on a, au lieu de continuer à soupirer après celle qu'on *aurait dû* avoir d'après maître Intellect-qui-sait-tout, plus tôt on parvient à la faire sienne, avec tout ce qu'elle comprend – nos parents, notre milieu de vie, notre enfance – et ainsi à l'utiliser comme matière première pour bâtir notre existence, mieux c'est. Qu'un adolescent se rebelle contre ses parents et les juge à la hâte, c'est compréhensible et souvent nécessaire à son émancipation, à sa prise d'autonomie ; mais que cette attitude perdure chez l'adulte jusqu'à trente, quarante ans ou même au-delà, c'est franchement du gâchis.

Lettres à ma prochaine incarnation

Pose-toi la question : qu'est-ce que cela t'a apporté jusqu'ici d'avoir les parents que tu as dans ton incarnation actuelle ? Que t'ont-ils transmis de meilleur, de lumineux, de plus beau : quelles expériences, quelles valeurs, quelles croyances, quel amour ? Quelles connaissances, aussi, quel exemple au quotidien ?

Côté ombre, maintenant : quelles leçons as-tu su distiller de leurs limites, de leurs travers, leurs erreurs et leurs maladresses ? De leur ignorance, leur faiblesse ou leur méchanceté, le cas échéant ? En quoi ce qu'ils sont et ce qu'ils t'ont transmis t'ont-ils aidé à devenir ce que tu es aujourd'hui ?

Voir et comprendre cela te rendra libre : libre de vivre pleinement ta vie, libre de transformer tout ce qui ne te convient pas. Libre de ton passé.

Le moine bouddhiste américain Jack Kornfield a dit : « Pardonner, c'est renoncer à tout espoir d'un passé meilleur. » De manière analogue, accepter ses parents, accepter son enfance et son passé tels qu'ils sont, c'est se réconcilier avec sa propre vie. C'est faire un avec elle, l'épouser telle qu'elle est vraiment, afin de vivre pleinement son présent et d'en tirer le meilleur parti. Cela vaut mieux que d'être éternellement coupé en deux, déchiré entre la vision d'une existence idéale que nous invente le mental, et la réalité concrète qui s'impose à nous. C'était déjà la

Lettre 2 : Les parents

sagesse préconisée par Épictète : « Ne demande pas que ce qui arrive arrive comme tu le veux, mais veuille que les choses arrivent comme elles arrivent, et tu seras heureux. »

Une mise en garde s'impose, toutefois : acceptation ne signifie pas résignation, note-le bien ! Ce n'est pas parce que j'accepte ce que la vie m'a offert jusqu'ici que je m'y résigne. Il n'est pas question de vivre sa vie en victime, dans la passivité et l'impuissance. Au contraire : en acceptant ce que m'offre la vie, je le fais mien ; et en le faisant mien, en l'embrassant pleinement, je me donne l'occasion de le transformer, si nécessaire. Alors qu'à l'inverse, si je n'accepte pas les choses, je m'en trouve coupé, dissocié : je ne peux donc rien en faire, sinon m'en plaindre¹.

L'art de devenir des « trans-parents »

J'aimerais maintenant partager avec toi une façon de voir les choses qui permet de dépasser définitivement tout ce qu'on peut avoir à reprocher à ses parents. Tu verras d'ailleurs qu'elle est utile non seulement pour transformer sa relation à ses géniteurs, mais aussi – le moment venu – celles qu'on développe

1. Cf. lettre 6 : Choix et libre arbitre

à son tour avec ses propres enfants. Et je ne peux que te souhaiter d'être parent un jour toi aussi, si tu ne l'es déjà.

Sache pour commencer que je suis passionné par ce qu'on nomme la psychologie *transpersonnelle*, parce qu'elle développe une vision de l'être humain plus vaste et plus complète que celles proposées précédemment par la psychanalyse freudienne ou même la psychologie analytique de Jung¹. C'est à ma connaissance – à mon époque, du moins – celle qui se rapproche le plus de ce qu'on trouve dans les grandes traditions spirituelles, qui vont d'ailleurs encore plus loin. Psychologie et spiritualité se rapprochent de plus en plus, mais il reste encore du chemin à parcourir avant qu'elles se rejoignent tout à fait. Peut-être ce rapprochement est-il achevé à l'heure où tu lis ces lignes ? Je le souhaite, en tous les cas. Tôt ou tard, leur complémentarité deviendra évidente... même en Occident.

Le mot « transpersonnel » signifie littéralement qui va « à travers », « au-delà » de la personne, au-delà de la dimension purement personnelle. En appliquant cette notion de transpersonnalité à la

1. Sur ces questions, je te recommande tout particulièrement les livres du Dr Stanislav Grof et ceux de Ken Wilber, s'ils sont toujours disponibles de ton temps.

Lettre 2 : Les parents

question parentale, il m'est venu l'idée que les parents pourraient être considérés comme des « trans-parents ». Attends – ce n'est pas qu'un jeu de mots ! Cela signifie qu'au lieu de reprocher tel ou tel manquement à mes parents, nécessairement imparfaits, je peux contacter *à travers eux* – en transparence – ces deux parents cosmiques que sont d'une part l'Esprit qui insuffle vie et conscience à chaque seconde à tous les êtres vivants, et d'autre part la Matière qui à chaque instant soutient le corps physique de tout être incarné et en assure la cohésion : ce que l'on nomme le Père céleste et la Mère divine dans certaines traditions. Ma mère biologique ne m'a peut-être pas allaité. Peut-être aussi ne m'a-t-elle pas aimé comme j'aurais voulu, ou n'a-t-elle pas su ou pu satisfaire tel ou tel de mes besoins ? En revanche, ma Mère divine, à laquelle je peux me relier à travers elle, n'a jamais cessé une seconde de me porter, de me soutenir, de rendre possible mon existence physique, matérielle. De manière analogue, mon père biologique n'a peut-être pas toujours su bien m'élever, m'éclairer et jouer le rôle éducatif attendu de lui ? Mais mon Père céleste, auquel je peux aussi me relier à travers lui, n'a jamais cessé de me conduire, de me guider, même dans les moments les plus obscurs et les plus difficiles de mon existence. Mes parents terrestres ont

Lettres à ma prochaine incarnation

fait du mieux qu'ils pouvaient, en fonction de leur propre passé, de leur niveau de conscience et des conditions de leur époque. (Peut-être même ont-ils fait *exactement* ce qui était prévu pour moi, d'ailleurs ?) En tous les cas, au-delà de leurs insuffisances réelles ou supposées, une fois que nous sommes adultes, nous pouvons les traverser en conscience, l'un et l'autre, pour nous relier directement aux deux principes cosmiques dont ils sont les symboles, les représentants vivants, les manifestations nécessairement limitées et imparfaites. Nous pouvons ainsi nous connecter à travers eux à nos Mère et Père cosmiques, que l'on nomme aussi Amour et Sagesse.

De manière analogue, une fois devenu parent à mon tour, si j'ai conscience de cette réalité transpersonnelle, je peux faire en sorte qu'*à travers moi*, cette fois, mes enfants se relient au principe parental dont je suis pour eux la version incarnée et... euh... quelque peu approximative, avouons-le. Si je suis leur père, je peux œuvrer à être assez « *transparent* » pour qu'*à travers moi* ils se relient au Père, à l'Esprit, à la Sagesse. Si je suis leur mère, je peux m'employer à ce qu'*à travers moi* ils puissent atteindre la Mère divine, l'Amour, le principe féminin cosmique.

Essaie : tu verras, cela change complètement les relations, à la fois en tant qu'enfant vis-à-vis de nos parents, et en tant que parent vis-à-vis de nos

Lettre 2 : Les parents

propres enfants. Il s'y introduit quelque chose de léger, de lumineux, une composante stable et solide aussi, par-delà les fluctuations habituelles de ces liens-là. Être parents, dans cette optique-là, c'est devenir auprès de nos enfants les ambassadeurs conscients de ces deux principes d'amour et de sagesse qui sous-tendent la création depuis la première seconde.

Notre double hérédité : racines et branches du même arbre

Lorsqu'on a une compréhension spirituelle – et pas seulement matérielle – de l'existence, on réalise d'ailleurs que chacun d'entre nous possède une double généalogie, à la fois biologique et spirituelle. Quand tu es venu au monde, cher moi futur, tu as hérité de la lignée de tes nouveaux parents biologiques, de leur bagage génétique, de ce qui t'a été transmis non seulement par eux, mais par tes grands-parents, tes arrière-grands-parents, et ainsi de suite, en remontant de plus en plus loin jusqu'aux origines de l'Humanité et même au-delà, jusqu'aux toutes premières formes de vie. Cette sève brute, qui monte des grandes profondeurs de la terre à travers tes racines parentales, et qui te transmet tout ce que

Lettres à ma prochaine incarnation

les générations précédentes ont accumulé comme expériences avant toi, parcourt ton être physique : il en est comme le dernier rejeton, la tige encore verte, appelée à devenir un arbre un jour et à porter des fruits à son tour.

Mais tu possèdes également une autre hérédité, invisible : celle de toutes tes propres incarnations précédentes dont tu es également l'« enfant », l'aboutissement actuel. Eh oui : à ma façon, je suis un peu ton père, ton ancêtre, spirituellement parlant ! Cette lignée spirituelle infuse en toi la sève élaborée qui descend des régions subtiles où réside ton âme et t'en transmet la lumière, l'expérience et les connaissances passées.

Pour qu'un Mozart compose des menuets dès l'âge de six ans, par exemple, il fallait à la fois que son âme ait acquis la maîtrise de la musique au cours de nombreuses incarnations successives, mais aussi que ses parents – son père était un grand musicien – lui transmettent un bagage génétique approprié : c'est ce qui a permis aux qualités de son âme de s'épanouir beaucoup plus vite que si elle avait dû partir d'une matière brute et la travailler durant de longues années avant de la rendre apte à exprimer ses richesses intérieures.

Sous cette perspective, chacun d'entre nous ressemble à un arbre dont le moi est le tronc unique

Lettre 2 : Les parents

et singulier, le « je », l'ego. Ses racines sont sa lignée biologique, matérielle. Enfin ses branches représentent sa lignée spirituelle, subtile. En lui se croisent et se mêlent la sève brute et la sève élaborée. Son incarnation actuelle est ainsi le mélange particulier qu'il fait de ces deux sources auxquelles puise son être. Son tronc est parcouru dans les deux sens par ces énergies chthoniennes et célestes dont il doit trouver le savant dosage pour n'être ni sous la seule influence de sa lignée biologique, jusqu'à en être trop terre à terre et coupé de l'essentiel ; ni trop « branché », trop planant et éthéré, au point de ne plus avoir les pieds sur terre et d'être déconnecté des réalités concrètes.

(Tu noteras au passage que la métaphore de l'arbre vient vite... quand on se prénomme Olivier !)

Un dernier point à prendre en considération¹...

Allez, une dernière chose à partager avec toi sur cette question. J'aurai certainement l'occasion dans

1. Savais-tu que « considération » signifie « avec les étoiles », littéralement ? Autrement dit : consulter les astres avant de prendre une décision.

Lettres à ma prochaine incarnation

une prochaine lettre de te parler des astres, dont la méconnaissance est littéralement un *dés-astre*, et dont la connaissance véritable, l'astrologie, apporte des éclairages très précieux dans la vie. Oh, tu t'en doutes, je l'espère, je ne parle pas de cette parodie ridicule qu'en sont les horoscopes et prévisions qu'on trouve à mon époque dans les magazines bon marché. Non, je te parle de la véritable astrologie, de cette discipline millénaire (qui est un art autant qu'une science) présente sur les cinq continents. J'espère bien qu'à l'heure où tu me liras, votre époque sera sortie du scientisme borné encore dominant aujourd'hui, de cette perversion de la science en une religion qui ne dit pas son nom, figée dans ses dogmes, qui rejette l'astrologie (et nombre d'autres champs d'étude) sur la base de superstitions matérialistes. « Ne pas croire » à l'astrologie, c'est en effet se montrer superstitieux : le véritable scientifique n'a que faire de croyance ou d'incroyance, il étudie cette discipline avec la même rigueur qu'une autre science et obtient les mêmes résultats probants que les autres avant lui.

Si tu consultes un bon astrologue, donc, tu verras qu'il peut te fournir des informations très pertinentes sur tes parents, à partir de la lecture de ton propre thème de naissance. Plus exactement, il (ou elle) t'indiquera de quelle manière tu perçois tes

Lettre 2 : Les parents

parents, ce que tu cherches en chacun d'eux, ce que tu prends ou non chez eux, quelles attentes tu fondes sur eux, et quelles résonances ou dissonances s'établissent entre vous. Cette approche est passionnante, car elle nous restitue la part de responsabilité qui nous incombe dans la relation à nos parents, mais que nous ne discernons pas quand nous sommes enfants. Le lien qui se tisse entre eux et nous dépend en effet pour moitié de ce que nous-mêmes y apportons, fût-ce inconsciemment en raison de notre jeune âge, simplement par ce que nous sommes. C'est pour cela que trois enfants ayant eu les mêmes parents verront chez eux et prendront en eux des choses éminemment différentes ; les descriptions qu'ils en feront chacun plus tard présenteront également de grands écarts.

Tu comprendras cela encore mieux, bien sûr, quand tu deviendras parent à ton tour, surtout si tu as plusieurs enfants : tu te rendras compte par toi-même que chacun d'eux capte en toi des éléments spécifiques, au détriment d'autres de tes richesses qui ne l'intéressent pas. Tu sentiras aussi qu'il y a des *données* de départ qui déterminent en grande partie la nature des relations que vous tisserez ensemble. Et si tu lis un jour leurs thèmes de naissance respectifs, tu ne seras pas étonné d'y retrouver

l'exact écho de ce que tu auras perçu d'abord par toi-même, dans ton vécu quotidien avec chacun.

Contrairement à la crainte de ceux qui connaissent mal l'astrologie, tout n'est pas déterminé par le thème natal : « Les astres influencent, mais ne déterminent pas. » Comme la météo : elle influence le parcours du skipper sur son catamaran qui fait le tour du monde, mais elle ne le dicte pas. Inversement, aucun être n'est une feuille vierge à sa naissance non plus, libre de toute empreinte. L'âme s'incarne en apportant un riche passé, auquel se mêle tout ce que lui apporte offre sa nouvelle lignée biologique. Toute existence est un mélange unique de contraintes et de liberté¹. Il existe donc des données de départ, qui se reflètent dans le thème de naissance ; les connaître contribue à faire le meilleur usage possible de la part de libre arbitre dont nous disposons.

La liberté, tu le constateras à maintes reprises dans ces lettres, est au cœur de ce que je souhaite partager avec toi. La vraie liberté, s'entend, c'est-à-dire la liberté intérieure avant tout. J'y consacrerai une lettre entière, le moment venu². Pour l'heure, il suffit de retenir que, quels que soient les parents que l'on a eus et l'enfance qu'on a vécue, nous

1. Cf. lettre 6 : Choix et libre arbitre.

2. *Ibid.*

Table des matières

Lettre 1 : En guise d'introduction.....	7
Lettre 2 : Les parents.....	13
Lettre 3 : Premières questions existentielles	35
Lettre 4 : Le sens de la vie.....	71
Lettre 5 : La confiance.....	99
Lettre 6 : Choix et libre arbitre.....	115
Lettre 7 : De l'inspiration.....	139
Lettre 8 : La Nature	163
Lettre 9 : Nos relations.....	183
Lettre 10 : Le couple	213
Lettre 11 : Plus grand que soi.....	243
Lettre 12 : Ce qui change et ce qui ne change pas.....	263
Lettre 13 : Servir.....	277
Lettre 14 : La gratitude	301
Post-scriptum : pour conclure... provisoirement.....	315
<i>Ouvrages cités</i>	317



Composition et mise en pages
Nord Compo à Villeneuve-d'Ascq

N° d'édition : L.01EPMN001034.N001
Dépôt légal : novembre 2018