

En couverture : *Le mausolée Taj Mahal*, érigé entre 1631 et 1643
par l'empereur moghol Shah Jahan, et les terrasses sur le fleuve Yamuna.
Photo Archivio Scala, Florence.

1^{ère} édition, 2006

© Senso Unico Editions

1, Bd Farhat Hachad, Mohammedia, Maroc.

senso.unico@menara.ma

Dépôt légal n° : 2006/1403

ISBN : 9954 - 8383 - 9 - 2

Tous droits réservés pour tous les pays. Cette publication ne peut être reproduite entièrement
ou en partie, sous quelque forme que ce soit, sans l'accord préalable de l'Éditeur.

Mohamed A. Berrada

Be...^{mi} Zen
grande fugue et petites réflexions



SENSO UNICO EDITIONS

*Celui qui voyage beaucoup en sait beaucoup plus
que celui qui vit longtemps.*
Ibn Battûta

*Vous savez, il faut déjà être prêt pour qu'une rencontre ou un livre
puissent faire basculer votre vie.*
Eva de Vitray-Meyerovitch

Table des matières

<i>Grande fugue</i>	10
Jour 1 • vendredi 27 mai	11
<i>Le déclic !</i>	
Jour 2 • samedi 28 mai	17
<i>Départ pour Delhi</i>	
Jour 3 • dimanche 29 mai	20
<i>Premier choc</i>	
Jour 4 • lundi 30 mai	33
<i>Médiations du quart de siècle révolu</i>	
Jour 5 • mardi 31 mai	48
<i>Visite de Jaipur, la ville rose</i>	
Jour 6 • mercredi 1 ^{er} juin	56
<i>Premières résolutions de ce voyage</i>	
Jour 7 • jeudi 2 juin	70
<i>Lever du soleil sur le Taj Mahal</i>	
Jour 8 • vendredi 3 juin	80
<i>Le concept de « Be...Zen »</i>	
Jour 9 • samedi 4 juin	86
<i>Réflexions sur le Zen</i>	
Jour 10 • dimanche 5 juin	104
<i>Présentation de « Be...Zen »</i>	
<i>... et petites réflexions</i>	106
« Be...Zen », se lisant bimizene	108
Après réflexions	112
<i>Mais de quel Islam parle-t-on ?</i>	
« Be...Zen », se lisant be (a) Muslim Zen	115
<i>Rencontre imaginaire avec Eva</i>	
De l'islam de la tendresse à l'islam d'aujourd'hui	125
« Be...Zen »	128
Conclusion	130

07h30

LE DÉCLIC !

Réveil très difficile, horrible, ce matin. Je n'ai aucune envie d'aller travailler, c'est au dessus de mes forces !

Hier soir, je me suis mis au lit, en arrivant du bureau, vers 21 h. Juste le temps de laisser tomber quelques mots désagréables et déplacés à ma femme, après que mon boss m'eut donné le coup de grâce.

J'ai déjà beaucoup de mal à supporter que mes 36 mois d'intenses efforts, d'innovation en toute chose, ne donnent pas encore de fruits, dans un métier réputé très difficile.

J'ai encore plus de mal à supporter, tous les soirs, le regard plein de rancœur de ma femme qui me voit rentrer épuisé, vidé, ne lui offrant que ma mauvaise humeur.

Mais, entendre en permanence de la part de celui à qui je donne mes plus belles années de labeur : « On tourne en rond depuis 3 ans, rien ne change », autrement dit, « ta valeur ajoutée, jusqu'à aujourd'hui, est nulle ! », c'est me faire la plus grande des injustices. Et il faut encaisser sans broncher ! Il faut dire que nous sommes tous sous pression.

Depuis quelques semaines déjà, je savais que j'étais devenu assez insupportable au boulot et à la maison. Ma femme me fait la tête depuis suffisamment longtemps pour que je m'y habitue, mais mes collaborateurs, qui me trouvaient assez disponible et aimable jusque-là, commencent à m'éviter pour ne pas entendre de mots désagréables.

Heureusement que les nuits font tomber nos colères.

La chaleur du corps de ma femme contre le mien, quelques baisers déposés sur sa nuque, ses murmures dans le creux de mon oreille, la flamme de l'amour qui brûle encore dans nos cœurs, arrivent à anéantir mes plus grandes angoisses. M'installer entre ses bras, c'est m'installer dans un coin du paradis. Son amour est le seul baume à mon mal-être.

A mon réveil, ce matin, asphyxié par les relents d'une colère que j'étouffe et qui m'étouffe, je cherche désespérément du réconfort auprès d'elle.

J'essaie de me glisser dans ses bras... Et vlan ! Ma femme me repousse et me refoule dans la plus grande des solitudes.

– Ne fais surtout pas ça, Meryem. Ce n'est vraiment pas le moment !

– Je ne veux rien savoir. Tu n'as que ce que tu mérites !

Je quitte alors brusquement le lit, et m'enferme dans la salle de bains ! C'est



décidé, aujourd'hui, je vais mettre un terme, à cette vie de merde.
Repoussé de toutes parts, malheureux comme jamais, isolé, loin de toute humanité, je pleure.

Aujourd'hui, je ferai quelque chose, pour changer tout ça... Mais quoi ?
Je veux, je vais leur donner une leçon. Je ne veux plus subir, subir leurs jugements, souffrir de leur incompréhension, supporter leur négligence, alors que je me sacrifie corps et âme pour une mission dont l'enjeu me semble si grand, comparé à ma simple vie.

Mais que faire ?

Je ne supporte plus mon quotidien et, depuis longtemps, je n'ai rien fait pour l'améliorer. En y repensant, il n'est pas si noir ; je vis dans le plus grand confort matériel, mais je n'en peux plus, je n'en veux plus.

Je vomis mon quotidien !

Que faire ?

Pourquoi pas l'Inde... ? Sur un long courrier Paris-Kuala Lumpur, un passager français m'avait raconté qu'il avait passé six mois en Inde et que cela avait changé sa vie. C'est ce qu'il me faut !

C'est décidé, ce sera l'Inde, coûte que coûte !

08h30 - 11h30

ORGANISATION DU VOYAGE

Un coup de fil à l'Ambassade indienne, à Rabat, pour les formalités de visa, quelques coups de fil aux compagnies aériennes, et le tour est joué.

Je rassemble les documents nécessaires pour demander mon visa, un peu d'argent, quelques vêtements et un sac à dos et direction l'Ambassade.

Je prends la peine d'écrire une lettre à ma femme, lui disant que je pars pour une durée indéterminée, vers une destination indéterminée ; une lettre pour rassurer mes parents et leur dire que je serais là, pour les fiançailles de ma sœur, qui auront lieu dans quelques semaines, en leur demandant de ne rien changer au programme ; et une lettre pour mes patrons, pour leur dire que je me casse à la fin de l'année. Et je disparaîs !

A 11h30, je suis à la porte de l'Ambassade. Je leur dis que je pars le jour-même, on ne me croit pas, on me ricane au nez, disant qu'un voyage en Inde se prépare 15 jours à l'avance. Ils me prennent pour un fou ou un menteur. L'ambassade devrait me délivrer néanmoins le visa vers 14h30. Mon vol est à 17h35. Ca devrait aller.

jaune, bleu turquoise, rose fuchsia, orange... Seules les femmes hindoues mariées ont un large point rouge vif sur le front, au-dessus du nez, et un bijou (une pierre précieuse sertie d'or) incrusté dans la narine droite grâce à un piercing. L'apparition d'une monstrueuse statue orange constituera le second choc reçu. Une hideuse statue au visage de femme, au torse musclé d'homme, et aux lèvres de chimpanzé, est érigée en l'honneur d'une déesse hindoue. Tout simplement déconcertant !!

Nous passons ensuite par Rajpath, une très longue et large avenue, reliant le palais présidentiel à l'India Gate. L'India Gate est un monument érigé à la mémoire des 85 000 soldats indiens incorporés dans l'armée britannique, morts pendant la 1^{ère} guerre mondiale.

Ce quartier, à l'urbanisme très anglais du XIX^e siècle, rappelle vaguement l'Avenue Foch avec, au bout, l'Arc de Triomphe, auquel ressemble l'India Gate en beaucoup moins beau.

Nous nous arrêtons ensuite au Mausolée d'Humayun, deuxième empereur musulman moghol du XVI^e siècle.

L'Inde est profondément imprégnée de l'influence musulmane.

Les empereurs moghols, qui régnèrent près de 300 ans sur une grande partie du sous-continent indien, étaient d'origine afghane et renforcèrent l'implantation de l'islam, tout en composant avec la population hindoue, depuis toujours majoritaire. Nous visitons ensuite le temple « Fleur de Lotus », tout en marbre blanc, probablement le plus bel ouvrage architectural de Delhi.

Cet édifice construit dans les années 1980, entouré de jardins et de bassins à fond bleu, accueille les adeptes de toutes les religions souhaitant méditer, prier ou se recueillir en silence, sous une très haute voûte... envoûtante.

Après quelques instants de méditation silencieuse, je m'adonne au *tbergig*, à la marocaine, pour observer les visiteurs qui continuent à me fasciner par leur diversité. J'ai du mal à quitter ce temple, la quiétude qui y règne me retient. Ce lieu éminemment œcuménique a quelque chose de magique.

Finalement, je rejoins Anwar pour visiter Old Delhi.

Je vais enfin découvrir l'Inde que je suis venu chercher...





Les femmes, brunes pour la plupart, sont vêtues de saris aux couleurs vives : jaune, bleu turquoise, rose fuchsia, orange...



Une hideuse statue au visage de femme, au torse musclé d'homme, et aux lèvres de chimpanzé, est érigée en l'honneur d'une déesse hindoue.

LES INDIENS SONT-ILS HEUREUX ?

Anwar est vraiment un pervers qui se prend pour un tombeur. Il n'en reste pas moins très attachant. Je sens que je l'ennuie avec mes questions sérieuses sur l'économie, la politique, le niveau de vie des Indiens, alors qu'il préfère me raconter ses innombrables frasques avec les jeunes touristes européennes célibataires, avec moult détails croustillants. Je me perds entre les anecdotes avec les *Swedish, German, French, Slovak... girls*. Il a apparemment plus la touche avec les jeunes femmes de plus de 35 ans d'Europe du Nord. Il use avec elles de tous les stratagèmes et subterfuges pour qu'elles l'invitent dans leur lit d'hôtel, à moitié vide. Sa botte secrète la plus efficace, apparemment, est de leur proposer un massage pour leur faire oublier les longs trajets en voiture, très éprouvants en Inde. La suite coule de source.

Anwar prend ensuite le temps de répondre à mes questions avec le plus simple bon sens populaire.

Il m'explique que la population indienne a tendance à se contenter de ce qu'elle a. La majorité, qui a du mal à survivre, mène une vie dure, réellement très dure ; ils ont du mal à se nourrir de manière régulière et suffisante, eux et leurs enfants, et s'estiment satisfaits une fois le ventre plein. Pour eux, leur indigence est un état de fait, leur nombre immense leur fait prendre conscience que cette situation est largement partagée et que la lutte quotidienne, qui a pour seul objectif de nourrir la famille, est normale. Sont-ils malheureux ? Il ne le pense pas. On peut parler de misère, mais pas de malheur. Le dénuement total, l'absence d'ambition, l'ignorance de tous les plaisirs de la vie, fait que cette masse est extrêmement sensible aux plaisirs les plus simples de l'existence : boire et manger. Le vrai sommeil et la propreté sont des luxes. La lutte quotidienne pour trouver à manger est tellement dure qu'une pause, une sieste imposée par le corps épuisé est source de plaisir.

Le quotidien de beaucoup de jeunes Indiens désœuvrés, de mon âge, est de dormir dans la rue par 40°C, se laver une fois par semaine dans une fontaine publique au détour d'une rue, après avoir traîné dans la ville presque nu toute la semaine, manger les quelques aliments chapardés sur les étals ou donnés par les restaurateurs à la fin de leur service. Les soins sont bien sûr inexistantes pour cette catégorie sociale. La mort est omniprésente dans leur vie, la souffrance physique aussi. L'absence totale de soins palliatifs ou de



traitements fait qu'être en bonne santé est un capital rare dont ils ont conscience. Les petits maux de tête ou de dents qui nous terrassent font partie de leur quotidien et ils s'en accommodent.

J'en conclus que la pauvreté, le plus grand dénuement, s'il maintient la vie dans une fragilité et une insalubrité extrême, rend beaucoup plus sensible, aiguise les sens aux plaisirs les plus simples, dont nous, enfants d'opulentes civilisations " occidentales ", n'avons même plus conscience.

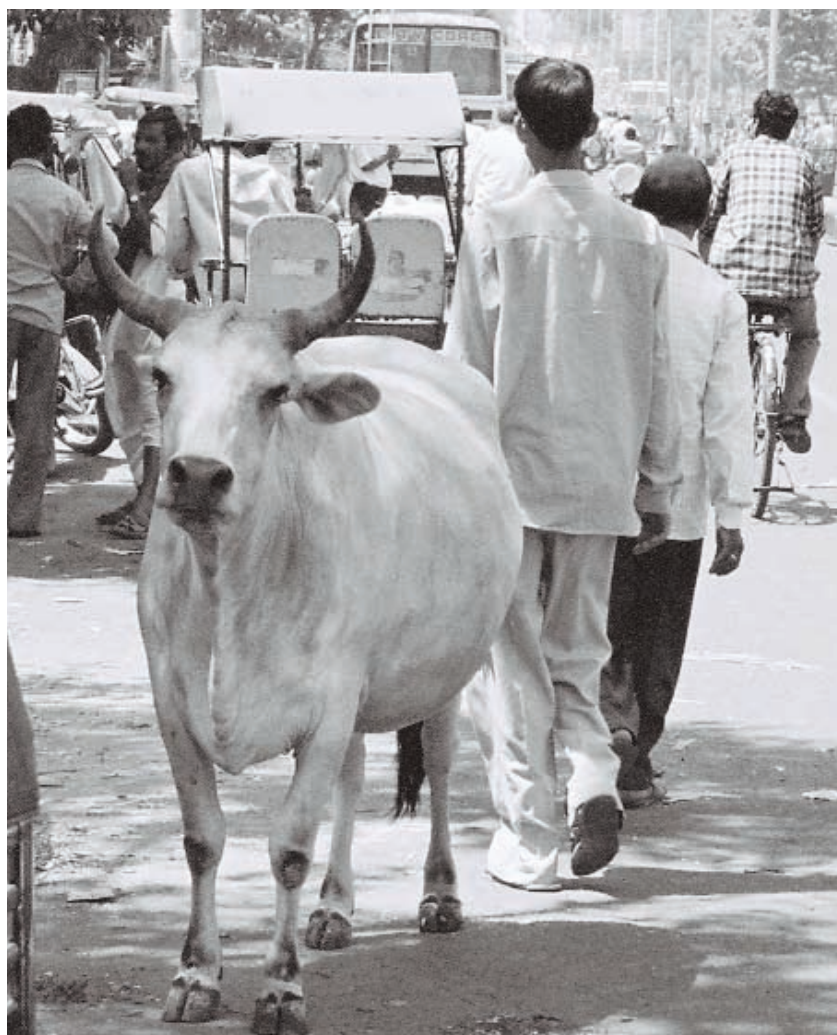
La pauvreté malmène le corps, le sous-alimente, et ramène toute la conscience à écouter son corps, à réfléchir à la manière de satisfaire ses besoins primaires et à se désintéresser totalement du reste. Le dénuement affûte la sensibilité au plaisir et habitue la sensibilité à la douleur. Je me demande finalement si ce juste rapport au monde, auquel invite Bouddha, ne passe pas par un impératif de dépouillement, vécu et ressenti par le corps : un minimum d'eau, un minimum de nourriture, un minimum de vêtements, un minimum de confort physique, dans son quotidien, et tout ce qui est au-delà devient un plaisir et non plus un acquis inconsidéré.

Ensuite, Anwar me parle de la classe moyenne indienne qui, comme toutes les classes moyennes, se bat au prix d'importants efforts. Le travail est pénible, les responsabilités sont lourdes (aider la famille au sens large, payer la scolarité des enfants, subvenir aux besoins des parents, faire plaisir à l'épouse, accéder à la société de consommation). La satisfaction des besoins vitaux, et des besoins de sécurité (notamment la sécurité du logement), ouvre les portes à de nouvelles aspirations, exigeant de plus en plus de moyens, nécessitant de plus gros efforts.

Les membres de cette catégorie sociale compensent la pénibilité de leur vie par l'espoir de voir leurs enfants mieux instruits, menant une vie plus agréable grâce à de meilleurs revenus ; ils espèrent que, plus tard, leurs enfants pourront assurer leurs vieux jours.

Cette augmentation des besoins en fonction de l'élévation du revenu confirme la pertinence de la prémisse bouddhiste : la souffrance provient du désir. Dès que nous satisfaisons les besoins de première nécessité, nous désirons plus et, donc, nous devons envisager de souffrir plus. Certes, on peut souffrir sans désirer. Mais... le désir engendre toujours un tropisme vers l'objet désiré, qui engendre, d'une manière ou d'une autre, un effort supplémentaire et souvent une souffrance supplémentaire.

Quant aux classes sociales aisées, Anwar ne m'en parle même pas. J'interprète ce silence ainsi : quand on est riche, on a les moyens d'être heureux, et il est



Les hindous n'aiment pas beaucoup les musulmans. Je demande pourquoi à un jeune chauffeur de rickshaw hindou qui me répond naturellement « ils mangent les vaches, alors que nous les considérons sacrées ! »



Seuls les cinémas ont de l'allure, avec de grandes devantures, fraîchement repeintes.



« *Be...Zey* », se lisant *bimizene*

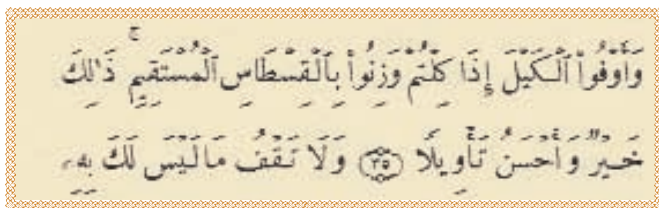
La lettre *mim* est l'une des lettres les plus généreuses de la langue arabe, entre autre parce que c'est la première lettre du merveilleux mot « *maman* » (*mama*, en arabe dialectal).

Mizene, est la traduction littérale du mot « *balance* », l'instrument qui sert à peser, à mesurer le poids. La balance, d'autre part, symbolise la justice. Par métaphore, la balance signifie appréciation et jugement. Enfin la balance peut aussi signifier équilibre : « la balance des pouvoirs, l'équilibre des pouvoirs ». « *be...* » – se lisant « *bi* » – signifie en arabe, avec. Par conséquent, *bimizene* peut être traduit par « *Sois... avec équilibre !* », invitation à être mesuré, à éviter les excès, quels qu'ils soient, à vivre avec modération.

Pour étudier la notion d'équilibre et de mesure dans la culture arabe, indissociable de la culture musulmane, il me semble pertinent de rechercher cette notion dans le Livre par excellence, le Coran.

L'islam en général invite à la modération et à la juste mesure.

En témoigne cette adresse de Dieu vis-à-vis des premières communautés musulmanes : « Nous avons fait de vous un peuple du milieu », du juste milieu. En cherchant dans le texte, nous retrouvons de nombreuses occurrences des mots *balance* et *équilibre*. En voici quelques-unes :

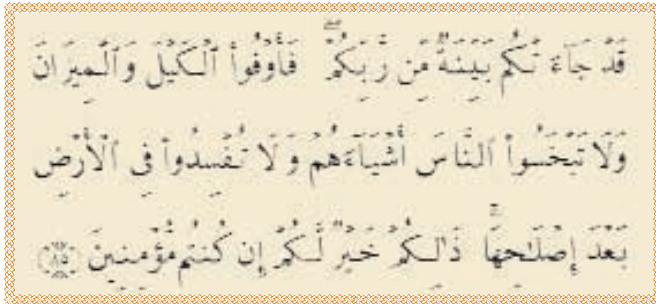


Sourate *Al Israa*, XVII-35 : *Donnez une juste mesure, quand vous mesurez ; pesez avec la balance la plus exacte. C'est un bien, et le résultat en est excellent. [...]*

Dans ces versets de la sourate « *Al Israa* », le mot *balance* est cité dans son sens propre. Le verset invite à la sincérité et à la justesse de la mesure du

poids, de la longueur ou de toute autre unité de mesure, lors des transactions commerciales, pour éviter que l'une des deux parties ne soit lésée.

Cette juste mesure, ce bon jugement : « C'est un bien, et le résultat en est excellent. » Ce verset insiste sur l'importance primordiale de la sincérité et de la bonne mesure, en toute chose.



Sourate *Al 'Araf*, VII-85 :[...] *Donnez la mesure et le poids exacts. Ne causez pas de tort aux hommes dans leurs biens. Ne semez pas de scandale sur la terre, après sa réforme.*

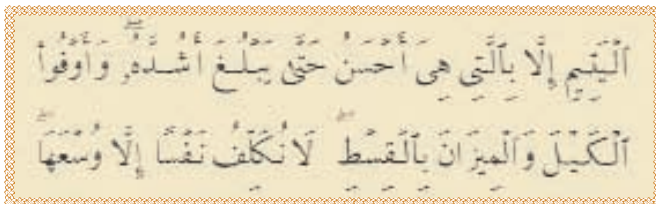
— *Si vous êtes croyants, ce sera un bien pour vous* —

Dans la sourate *Al 'Araf*, cette deuxième invitation impérative à la juste mesure s'applique, de manière plus précise, aux mesures matérielles. Ne pas appliquer la bonne mesure frustre la partie lésée, entraînant par la suite désordre et discorde.

Concéder à chacun ce qui lui revient établit un sentiment d'équité partagé qui assure une stabilité et un maintien de l'ordre.

Ne pas donner bon poids et juste mesure déséquilibre un ordre déjà établi.

En allant plus loin, le « Juste » étant l'un des qualificatifs de Dieu, on pourrait avancer que les notions de justice et d'équilibre ont un caractère sacré et divin.



Sourate *Al Ana'me* (*Les Troupeaux*, VI:152) :[...] *Donnez le poids et la mesure exacts.*

— *Nous n'imposons à chaque homme que ce qu'il peut porter* —

